

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KETERAMPILAN MOTORIK SISWA KELAS VII SMP PADA PEMBELAJARAN PJOK DI SMP NEGERI 2 DEPOK SLEMAN

FACTORS THAT INFLUENCE MOTOR SKILLS OF SEVENTH GRADE STUDENTS OF JUNIOR HIGH SCHOOL ON LEARNING PJOK IN 2 DEPOK JUNIOR HIGH SCHOOL SLEMAN

Oleh: Lovitasari Damayanti Setiadi, PJKR, FIK, UNY
setiadilovita@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survey. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 2 Depok Sleman sebanyak 124 siswa. Teknik pengambilan data menggunakan angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta dengan kategori “sangat tinggi” sebesar 6,45% (8 siswa), “tinggi” sebesar 25,81% (32 siswa), “sedang” sebesar 41,13% (51 siswa), “rendah” sebesar 21,77% (27 siswa), dan “sangat rendah” sebesar 4,84% (6 siswa).

Kata kunci: pembelajaran, PJOK, keterampilan, motorik.

Abstract

The purpose of this research was to identify the factors that influence motor skills of seventh grade students of Junior High School on learning PJOK in 2 Depok Junior High School Sleman Yogyakarta. This research was descriptive quantitative research using the survey method. The population of this research was all seventh-grade students of 2 Depok Junior High School, Sleman as many as 124 students. The research used questionnaire as the instrument. The result of the research showed that the factors that influence motor skills of seventh-grade students of Junior High School on learning PJOK in 2 Depok Junior High School Sleman, Yogyakarta with categories “very high” was 6.45% (8 students), “high” was 25.81% (32 students), “medium” was 41.13% (51 students), “low” was 21.77% (27 students), and “very low” was 4.84% (6 students).

Keyword: learning, PJOK, skills, motor.

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan merupakan mata pelajaran yang ada di sekolah, mulai dari SD (Sekolah Dasar), SMP (Sekolah Menengah Pertama) sampai dengan SMA (Sekolah Menengah Atas) dan merupakan bagian penting dari proses pendidikan secara keseluruhan. Tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga. Penyelenggaraan pendidikan ini, bertujuan untuk mengembangkan aspek keterampilan gerak, keterampilan berfikir

kritis dan keterampilan sosial. Selain aspek di atas, aspek penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih juga mempengaruhi aspek kebugaran jasmani siswa melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Sudirjo & Alif, 2018: 124). Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sangat berbeda dengan pembelajaran mata pelajaran lainnya. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah,

2 Faktor yang Mempengaruhi... (Lovitasari Damayanti Setiadi)

siswa akan banyak melakukan kegiatan yang membutuhkan keterampilan terutama keterampilan motorik. Seorang anak yang mempelajari pendidikan jasmani akan memiliki keterampilan motorik yang lebih baik. Hal ini dikarenakan, pendidikan jasmani mengetahui bagaimana cara mengolah tubuh dan mengembangkan diri dalam menerapkan pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga. Peran gizi juga mempengaruhi keterampilan motorik pada anak. Menurut Levitsky dan Strupp (dalam Sudirjo dan Alif, 2018: 127) pada penelitiannya terhadap tikus mengungkapkan bahwa kurang gizi menyebabkan *functional isolationism* “isolasi diri” yaitu mempertahankan untuk tidak mengeluarkan energi yang banyak (*conserve energy*) dengan mengurangi kegiatan interaksi sosial, aktivitas, perilaku eksploratori, perhatian dan motivasi. Jika aplikasi teori ini diterapkan kepada manusia maka akan ada keadaan kurang energi dan protein (KEP), anak menjadi tidak aktif, apatis, pasif dan tidak mampu berkonsentrasi. Akibatnya, anak dalam melakukan aktivitas jasmani dan olahraga maupun kegiatan eksplorasi di lingkungan sekitarnya hanya mampu bertahan sebentar saja dibandingkan dengan anak yang gizinya baik. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas jasmani dan olahraga saja tidak cukup untuk mengoptimalkan keterampilan motorik karena gizi juga berperan penting di dalam tumbuh kembang anak.

Masa adolesensi yaitu masa pematangan fungsi pada psikis dan fisik anak. Menurut Rachman (2004), “perkembangan jasmani anak, tidak semata-mata bergantung pada proses kematangan. Perkembangan itu juga dipengaruhi oleh pengalaman gerak yang ditinjau dari aspek kualitas maupun kuantitas pengalaman itu”. Menurut Sudirjo dan Alif (2018: 68), masa adolesensi pada

perempuan umur 10 sampai 18 tahun sedangkan masa adolesensi laki-laki umur 12 sampai 18 tahun. Pada usia inilah keterampilan motorik anak perempuan dan anak laki-laki dapat dilihat perbedaannya. Anak laki-laki menunjukkan peningkatan sedangkan pada anak perempuan menunjukkan peningkatan pada keterampilan motorik tertentu saja. Masa adolesensi itulah yang menyebabkan perubahan gerak yang dipengaruhi oleh perubahan dalam ukuran fisik, kekuatan, dan proporsi tubuh. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Sudirjo dan Alif (2018) perubahan keterampilan motorik yang pesat terjadi pada masa adolesensi karena dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor inilah yang diyakini sebagai penentu utama mencapai keberhasilan dalam mempelajari keterampilan motorik. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik yaitu faktor ukuran fisik, faktor kekuatan dan faktor proporsi tubuh. Inilah yang menjadi alasan penulis menggunakan responden siswa kelas VII SMP.

Permasalahan tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut: (1) Siswa kelas VII SMP memiliki keterampilan motorik yang berbeda-beda saat mengikuti pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta, (2) Siswa kelas VII SMP saat mengikuti mata pelajaran PJOK baik teori maupun praktek belum menyadari pentingnya keterampilan motorik di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta, (3) Siswa kelas VII SMP pada siswa putra dan siswa putri mengalami perbedaan mencolok dalam keterampilan motorik di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta, (4) Belum diketahuinya faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta.

Faktor yang Mempengaruhi (Lovitasari Damayanti Setiadi) 3
informasi dan kepustakaan sebagai bahan bacaan/referensi, dan komparasi maupun sumber informasi mahasiswa.

Tujuan dari penelitian ini adalah: (1) Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta, (2) Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa putra kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta, (3) Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa putri kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta.

Dengan dilaksanakannya penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta diharapkan mendapatkan hasil dan bermanfaat: (1) Manfaat Teoretis untuk memberikan sumbangan keilmuan khususnya tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta. Dapat dipergunakan sebagai bahan acuan bagi peneliti sejenis dimasa datang. (2) Manfaat Praktis bagi peneliti, kegiatan penelitian ini dapat menjadi pengalaman yang bermanfaat dan dapat menjadi sumber wawasan tentang penelitian ini dan secara nyata mampu menjawab masalah yang berkaitan dengan judul penelitian ini, bagi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, sebagai bahan masukan untuk menambah wawasan dan meningkatkan pemahaman guru mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta, bagi Jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, penelitian ini dapat dijadikan sumber

Variabel dalam penelitian ini variabel tunggal yaitu, faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu keterampilan motorik yang menyebabkan kegiatan pembelajaran PJOK dapat berjalan baik sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Penelitian yang dilakukan oleh Wahyu Utomo (2015), hasil penelitian faktor pendukung kelancaran pembelajaran renang pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Klaten yaitu berada di kategori “sangat tinggi” dengan persentase 5,376%, kategori “tinggi” dengan persentase 32,258%, kategori “sedang” 29,032%, kategori “rendah” 25,807%, dan kategori “sangat rendah” 7,527%.

Adapun penelitian yang dilakukan oleh Dhiah Ristyandari (2017), hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori sangat tinggi sebesar 12% sebanyak 3 responden, kategori tinggi sebesar 12% sebanyak 3 responden, kategori sedang sebesar 40% sebanyak 10 responden, kategori rendah sebesar 36% sebanyak 9 responden, sedangkan pada kategori sangat rendah sebesar 0%. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat pemahaman guru penjasorkes pada pelaksanaan evaluasi hasil belajar di SMP Negeri Kabupate Sleman berdasarkan Kurikulum 2013 berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil observasi awal tanggal 10 September 2018-10 November 2018 dalam PLT

4 Faktor yang Mempengaruhi... (Lovitasari Damayanti Setiadi) (Praktik Lapangan Terbimbing) di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta selama 2 bulan, diketahui berapa hal antara lain: (1) Siswa kelas VII SMP di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta memiliki keterampilan motorik yang berbeda-beda saat mengikut pembelajaran PJOK. (2) Siswa kelas VII SMP di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta saat mengikuti mata pelajaran PJOK baik teori maupun praktik belum menyadari pentingnya keterampilan motorik. (3) Siswa kelas VII SMP di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta pada siswa putra dan siswa putri mengalami perbedaan yang mencolok dalam keterampilan motorik.

Dari permasalahan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Motorik Siswa Kelas VII SMP pada Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode survei menggunakan angket untuk mengetahui keadaan suatu obyek yaitu faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Depok, Sleman, Yogyakarta. Waktu pelaksanaan penelitian adalah tanggal 18 Februari – 19 Februari 2019.

Target/Subjek Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2006: 120). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 2 Depok Sleman yang berjumlah 124 siswa dengan 4 kelas.

Tabel 1. Data Populasi Penelitian

| No. | Kelas | Jumlah Siswa |
|-----|--------------|--------------|
| 1. | VII A | 30 Siswa |
| 2. | VII B | 31 Siswa |
| 3. | VII C | 32 Siswa |
| 4. | VII D | 31 Siswa |
| | Total | 124 Siswa |

Prosedur

Penelitian ini dimulai dengan mengajukan permohonan izin kepada pihak sekolah untuk menjadi tempat penelitian. Setelah mendapat izin, peneliti menyiapkan angket penelitian dalam bentuk butir soal pernyataan angket tertutup dengan dibantu guru pendidikan jasmani untuk masuk kelas yang menjadi populasi penelitian. Peneliti menyebarkan angket, membantu siswa yang kurang paham dalam pengisian angket dan menarik angket yang sudah diisi siswa. Setelah melakukan penelitian, kemudian peneliti meminta surat keterangan telah melakukan penelitian dari pihak sekolah.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data. Validitas, reliabilitas dan pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi program SPSS versi 20. Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode survey, mengumpulkan data dengan menggunakan instrumen angket, lebih tepatnya angket tertutup dimana responden tinggal memilih dengan memberikan tanda *check list* (√) pada kolom di butir soal pernyataan yang sesuai.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu instrumen faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK yang terdiri dari 3 faktor, yaitu 1) faktor ukuran fisik, 2) faktor kekuatan, 3) faktor proporsi tubuh.

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara survey menggunakan angket. Adapun langkah pengumpulan data sebagai berikut:

- a. Penelitian ini dimulai dengan mencari data siswa kelas VII SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta.
- b. Mengajukan permohonan izin penelitian, setelah mendapatkan izin dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik serta izin dari SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta, peneliti langsung melakukan penelitian di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta.
- c. Peneliti masuk ke setiap kelas yang menjadi populasi penelitian ditemani oleh guru mata pelajaran PJOK.
- d. Peneliti memberitahukan kepada siswa maksud dan tujuan peneliti berada di kelas tersebut.
- e. Peneliti menjelaskan petunjuk pengisian angket kepada siswa.
- f. Peneliti menyebarkan angket kepada masing-masing siswa dan membantu siswa yang kesulitan dalam pengisian angket.
- g. Peneliti melakukan pengawasan kepada siswa selama pengisian angket berlangsung agar pengisiannya sesuai dengan petunjuk.

- h. Peneliti menunggu dan menarik angket yang sudah diisi siswa.
- i. Setelah semua angket yang diisi siswa terkumpul semua, peneliti melakukan laporan telah selesai melakukan penelitian agar dibuatkan surat keterangan dari sekolah.

Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis data deskriptif dengan penghitungannya menggunakan statistik deskriptif persentase. Setiap pernyataan dalam angket ini menggunakan empat alternatif jawaban yaitu: untuk jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.

Selanjutnya hasil data yang terkumpul, dilakukan analisis data dengan mencari besarnya frekuensi relatif persentase. Dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

$$p = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Frekuensi Relatif

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Berdasarkan perhitungan di atas, maka data hasil penelitian dapat digolongkan kedalam 5 kategori yaitu: kategori sangat tinggi, kategori tinggi, kategori sedang, kategori rendah, dan kategori sangat rendah (Sudijono, 2000: 161).

Cara menentukan tinggi rendahnya (baik tidaknya) suatu data masuk ke dalam kategori yang mana digunakan cara penghitungan sebagai berikut (Sudijono, 2000: 161):

$X > \text{Mean} + 1,5 \text{ SD}$ berkategori sangat tinggi

$\text{Mean} + 0,5 \text{ SD} < X < \text{Mean} + 1,5 \text{ SD}$ berkategori tinggi

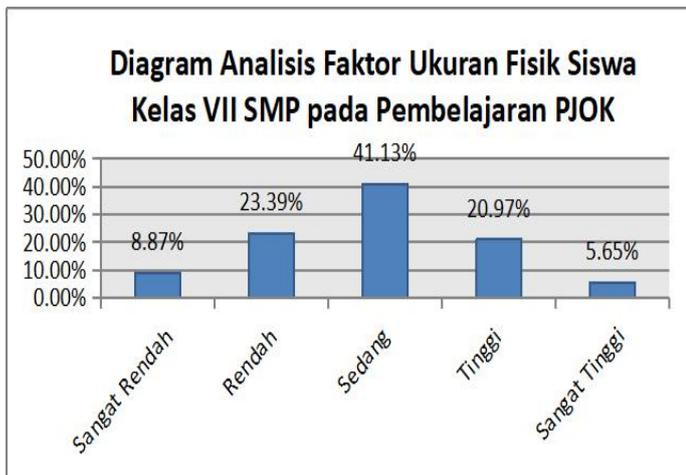
Mean - 0,5 SD < X < Mean + 0,5 SD berkategori sedang
 Mean - 1,5 SD < X < Mean - 0,5 SD berkategori rendah
 X < Mean - 1,5 SD berkategori sangat rendah

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel faktor ukuran fisik siswa dan disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Faktor Ukuran Fisik yang Mempengaruhi Keterampilan Motorik Siswa Kelas VII SMP pada Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok

| Interval | Frekuensi | Persentase | Kategori |
|----------------------|-----------|---------------|---------------|
| X>28,025 | 7 | 5,65% | Sangat Tinggi |
| 25,355-28,025 | 26 | 20,97% | Tinggi |
| 22,685-25,355 | 51 | 41,13% | Sedang |
| 20,015-22,685 | 29 | 23,39% | Rendah |
| X<20,015 | 11 | 8,87% | Sangat Rendah |
| Total | 124 | 100% | |



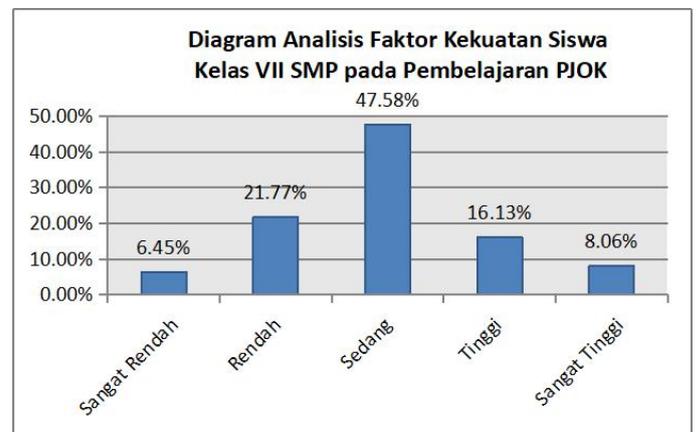
Gambar 1. Diagram Batang Analisis Faktor Ukuran Fisik Siswa Kelas VII SMP pada Pembelajaran PJOK

Berdasarkan tabel dan diagram di atas dapat diketahui persentase tiap pernyataan dari faktor ukuran fisik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta yaitu sebanyak 7 responden siswa (5,65%) memiliki

kategori Sangat Tinggi, 26 responden siswa (20,97%) memiliki kategori Tinggi, 51 responden siswa (41,13%) memiliki kategori Sedang, 29 responden siswa (23,39%) memiliki kategori Rendah, 11 responden siswa (8,87%) memiliki kategori Sangat Rendah.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Faktor Kekuatan yang Mempengaruhi Keterampilan Motorik Siswa Kelas VII SMP pada Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok

| Interval | Frekuensi | Persentase | Kategori |
|----------------------|-----------|---------------|---------------|
| X>32,219 | 10 | 8,06% | Sangat Tinggi |
| 28,253-32,219 | 20 | 16,13% | Tinggi |
| 24,287-28,253 | 59 | 47,58% | Sedang |
| 20,321-24,287 | 27 | 21,77% | Rendah |
| X<20,321 | 8 | 6,45% | Sangat Rendah |
| Total | 124 | 100% | |



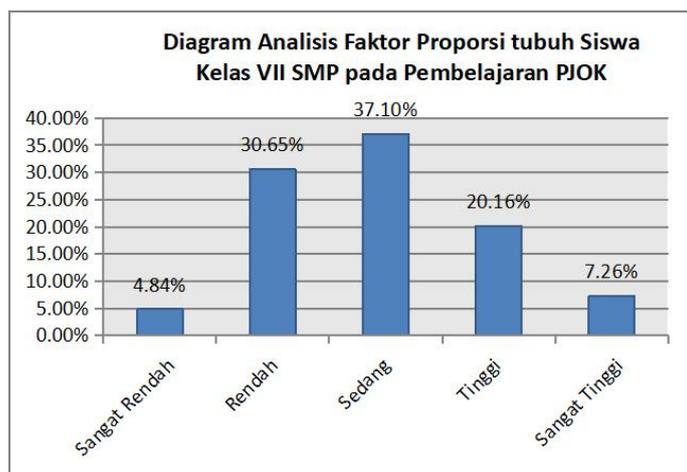
Gambar 2. Diagram Batang Analisis Faktor Kekuatan Siswa Kelas VII SMP pada Pembelajaran PJOK

Berdasarkan tabel dan diagram di atas dapat diketahui persentase tiap pernyataan dari faktor kekuatan siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta yaitu sebanyak 10 responden siswa (8,06%) memiliki kategori Sangat Tinggi, 20 responden siswa (16,13%) memiliki kategori Tinggi, 59 responden siswa (47,58%) memiliki kategori

Sedang, 27 responden siswa (21,77%) memiliki kategori Rendah, 8 responden siswa (6,45%) memiliki kategori Sangat Rendah.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Faktor Proporsi Tubuh yang Mempengaruhi Keterampilan Motorik Siswa Kelas VII SMP pada Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok

| Interval | Frekuensi | Persentase | Kategori |
|---------------------------|-----------|---------------|---------------|
| X>29,44 3 | 9 | 7,26% | Sangat Tinggi |
| 26,261- 29,443 | 25 | 20,16% | Tinggi |
| 23,079- 26,261 | 46 | 37,10% | Sedang |
| 19,897- 3,079 | 38 | 30,65% | Rendah |
| X<19,89 7 | 6 | 4,84% | Sangat Rendah |
| Total | 124 | 100% | |



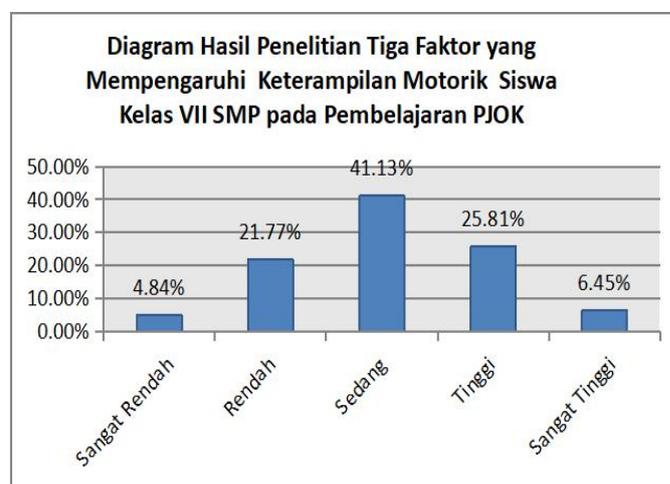
Gambar 3. Diagram Batang Analisis Faktor Proporsi Tubuh Siswa Kelas VII SMP pada Pembelajaran PJOK

Berdasarkan tabel dan diagram di atas dapat diketahui persentase tiap pernyataan dari faktor proporsi tubuh siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta yaitu sebanyak 9 responden siswa (7,26%) memiliki kategori Sangat Tinggi, 25 responden siswa (20,16%) memiliki kategori Tinggi, 46 responden siswa (37,10%) memiliki kategori Sedang, 38 responden siswa (30,65%) memiliki kategori Rendah, 6 responden siswa (4,84%)

Berdasarkan penghitungan statistik dari 124 responden siswa kelas VII SMP di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta diperoleh mean 74,15, median 75,00, modus 72,00, standar deviasi (SD) 9,043, nilai minimal 28 dan nilai maksimal 96. Nilai mean dan standar deviasi (SD) ini digunakan untuk dasar pengkategorian data. Berikut dibawah ini dijabarkan tabel dan histogram distribusi frekuensi dari hasil pengkategorian data faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Motorik Siswa Kelas VII SMP pada Pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok

| Interval | Frekuensi | Persentase | Kategori |
|-----------------------------|-----------|---------------|---------------|
| X>87,71 45 | 8 | 6,45% | Sangat Tinggi |
| 78,6715- 87,7145 | 32 | 25,81% | Tinggi |
| 69,6285- 78,6715 | 51 | 41,13% | Sedang |
| 60,5855- 69,6285 | 27 | 21,77% | Rendah |
| X<60,58 55 | 6 | 4,84% | Sangat Rendah |
| Total | 124 | 100% | |



Gambar 4. Diagram Batang Hasil Penelitian Tiga Faktor yang Mempengaruhi

Keterampilan Motorik Siswa Kelas VII SMP pada Pembelajaran PJOK

Berdasarkan tabel dan diagram batang di atas diketahui hasil penelitian tiga faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta yaitu sebanyak 8 responden siswa (6,45%) memiliki pengaruh keterampilan motorik pada pembelajaran PJOK dengan kategori sangat tinggi, sebanyak 32 responden siswa (25,81%) memiliki pengaruh keterampilan motorik pada pembelajaran PJOK dengan kategori tinggi, sebanyak 51 responden siswa (41,13%) memiliki pengaruh keterampilan motorik pada pembelajaran PJOK dengan kategori sedang, sebanyak 27 responden siswa (21,77%) memiliki pengaruh keterampilan motorik pada pembelajaran PJOK dengan kategori rendah dan 6 responden siswa (4,84%) memiliki pengaruh keterampilan motorik pada pembelajaran PJOK dengan kategori sangat rendah.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi keterampilan motorik siswa kelas VII SMP pada pembelajaran PJOK di SMP Negeri 2 Depok Sleman Yogyakarta berada dalam kategori “sangat tinggi” dengan persentase 6,45% dengan jumlah 8 siswa, kategori “tinggi” dengan persentase 25,81% dengan jumlah 32 siswa, kategori “sedang” dengan persentase 41,13% dengan jumlah 51 siswa, kategori “rendah” dengan persentase 21,77% dengan jumlah 27 siswa, dan kategori “sangat rendah” dengan persentase 4,84% dengan jumlah 6 siswa.

Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian, pembahasan, kesimpulan, dan implikasi, dapat disajikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru PJOK agar memahami perbedaan ukuran fisik, kekuatan dan proporsi tubuh antara siswa putra dan siswa putri pada saat memilih jenis pembelajaran PJOK agar mengetahui jenis keterampilan motorik mana yang dapat dikuasai siswa.
2. Bagi Siswa agar lebih memiliki semangat dan rasa percaya diri dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
3. Bagi Peneliti selanjutnya, agar menggunakan populasi dan sampel yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (1993). *Manajemen Pengajaran Secara Manusiawi*. Jakarta: Rineke Cipta.
- Desmita, (2005), *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- _____. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Hill, J.P. & Monks, F.J. (eds.). *Adolescence and youth in prospect*. Guilford: IPC Science and Technology Press, 1977.
- Indriati, E. (2010). *Antropometri untuk Kedokteran, Keperawatan, Gizi dan Olahraga*. Yogyakarta: PT Citra Aji Parama.
- Khanifatul. (2014). *Pembelajaran Inovatif Sleman*: AR-RUZZ Media.
- Komarudin & Tjuparmah, Y. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gajah Mada University, Rieneka Cipta.
- Lutan, R. (2001). *Penanggulangan Cedera Olahraga pada Anak Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Ma'mum, A. & Saputra, Y.M. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*.

- Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Magil, Richard A. (1993). *Motor Learning: Concepts and Application. 4th ed. Madison, Wisconsin: Brown and Benchmark Publisher.*
- Mahendra, A. 2007. *Teori Belajar Mengajar Motorik.* PFOK UPI. Bandung.
- Rachman, H.A. (2004). Pendidikan Jasmani yang Tepat Merupakan Conditio Sine Qua Non dalam Upaya Membentuk Manusia Indonesia Seutuhnya. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 1, 1.
- Rismayanthi, C. (2013). Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar sebagai Stimulasi Motorik bagi Anak Taman Kanak-kanak melalui Aktivitas Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9, 1.
- Sanaky, Hujair AH. 2009. *Teori Pembelajaran.* Semarang. UPT MKK UNNES.
- Santoso, N. (2009). Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah Atas: Antara Harapan dan Kenyataan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.* Yogyakarta: FIK UNY. Volume 6 No.2. hlm 1-9.
- Sudirjo, E. & Alif, M.N. (2018). *Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik.* Sumedang: UPI Sumedang Press.
- Sukintaka_(1992). *Teori Bermain.* Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suryobroto, A. 2004. *Teori Pendidikan Jasmani.* Solo: Esa Grafika.
- Susanto, E. (2017). *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani (The Fundamentals of Physical Education).* Yogyakarta: UNY Press.
- TIM MKDP. (2011). *Kurikulum dan Pembelajaran.* Jakarta: Rajawali Pers.