

**TINGKAT KEMAMPUAN GERAK DASAR SISWA PESERTA
EKSTRAKURIKULER FUTSAL DI SEKOLAH
DASAR MASJID SYUHADA YOGYAKARTA
TAHUN AJARAN 2017/2018**

E- JOURNAL

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



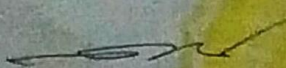
Oleh:
Rizki Aditya Nugroho
14604221081

**PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

PERSETUJUAN

Jurnal yang berjudul "Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018", yang disusun oleh Rizki Aditya Nugroho, NIM 14604221081 ini telah di setujui oleh pembimbing dan reviewer.

Pembimbing



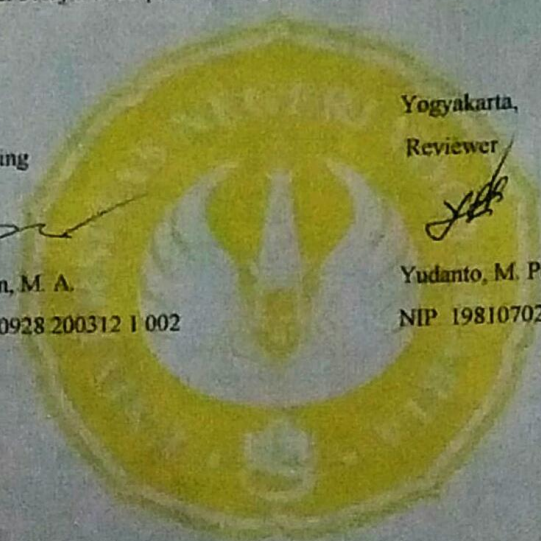
Komarudin, M. A.
NIP. 19740928 200312 1 002

Yogyakarta, Juli 2018

Reviewer



Yudanto, M. Pd.
NIP. 19810702 200501 1 001



Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal di Sekolah Dasar Masjid Syuhada Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018

Oleh : Rizki Aditya Nugroho
Email : rizkiaditya.ra11@gmail.com

Abstrak

Siswa Sekolah Dasar Masjid Syuhada Yogyakarta yang mengikuti ekstrakurikuler futsal selama ini kemampuan motoriknya belum diketahui dan belum pernah diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan motorik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di Sekolah Dasar Masjid Syuhada Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen penelitian menggunakan tes kemampuan motorik dari Nurhasan (2004: 6.6) yang meliputi: kelincahan, koordinasi mata tangan, keseimbangan dan kecepatan. Tes ini mempunyai validitas sebesar 0,87 dan reliabilitas sebesar 0,93. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler futsal di Sekolah Dasar Masjid Syuhada Yogyakarta yang berjumlah 21 siswa. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam persentase.

Hasil penelitian kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler futsal di Sekolah Dasar Masjid Syuhada Yogyakarta sebagai berikut: terdapat 1 siswa (4,76%) dalam kategori baik sekali, 6 siswa (28,58%) dalam kategori baik, 8 siswa (38,08%) dalam kategori sedang, 5 siswa (23,81%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (4,76%) dalam kategori kurang sekali.

Kata Kunci: Kemampuan Motorik, Siswa Sekolah Dasar, Ekstrakurikuler Futsal

A Level of Motor Abilities Students Of Futsal Extracurricular Members In Masjid Syuhada Elementary School Yogyakarta

Abstract

The motor abilities of the students in Masjid Syuhada Elementary School Yogyakarta who were joining Futsal extracurricular were unknown and has never been reviewed. The purpose of this study was to find out how the motor abilities of the student who were joining Futsal extracurricular in Masjid Syuhada elementary school Yogyakarta.

This study was descriptive quantitative research with survey method. The data collection technique was by test and measurement. The research instrument was by motor ability test taken from Nurhasan (2004: 6.6) consisting: agility, coordination of eye and hand, balance and speed. This test had 0,87 validity and 0,93 reliability. The subjects of this research were all Futsal extracurricular member students in Masjid Syuhada elementary school Yogyakarta, they were 21 students. The data analysis technique was descriptive quantitative as outlined in percentage.

The result of the research: student's motor ability of extracurricular Futsal member in Masjid Syuhada Elementary School Yogyakarta are: there were 1 student (4,76%) in very good category, 6 students (28,58%) in good category, 8 students (38,08%) in medium category, 5 students (23,81%) in low category, and 1 students (4,76%) in very low category..

Keywords : Motor ability, Elementary school Students, Futsal Extracurricular

PENDAHULUAN

Sebagai unsur kerja yang mendasari segala unsur kemampuan gerak dalam pendidikan jasmani adalah koordinasi, kecepatan, *agilitas*/kelincahan, keseimbangan, dan *power*/daya ledak (Harsuki, 2003: 54). Beberapa unsur kerja tersebut dapat terangkum dalam kemampuan motorik yang terdiri dari kemampuan gerak lokomotor, kemampuan gerak non-lokomotor, dan kemampuan gerak manipulatif. Kemampuan motorik akan menjadi dasar gerakan-gerakan yang terdapat dalam permainan futsal. Gerakan-gerakan yang terlihat dalam permainan futsal diantaranya adalah gerakan lari menggiring bola, lari mencari ruang, menendang bola, melompat dan meloncat, menyundul bola, dan menangkap bola khusus bagi pemain yang berposisi menjadi penjaga gawang dalam futsal.

Seperti yang disampaikan oleh Yanuar Kiram (1992: 48) motorik adalah suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan pengaturan fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun secara psikis dan menyebabkan terjadinya suatu gerakan. Peristiwa-peristiwa laten yang tidak dapat diamati tersebut antara lain: penerimaan informasi/stimulus, pemberian makna terhadap informasi, pengolahan informasi, proses pengambilan keputusan, dan dorongan untuk melakukan berbagai aksi-aksi motorik (keseluruhannya merupakan peristiwa psikis).

Tercapainya tingkat keterampilan dalam bermain futsal tentunya didukung juga oleh kemampuan motorik yang dimiliki setiap peserta didik dalam menampilkan gerakan yang ada dalam permainan futsal. Kemampuan motorik bersifat alami atau bawaan sehingga merupakan modal dasar peserta didik untuk belajar gerak mencapai tingkat terampil dalam permainan futsal. Oleh karena itu, faktor kemampuan motorik yang dimiliki peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal perlu diperhatikan. Dengan demikian potensi yang diberikan melalui program latihan yang memerlukan biaya, waktu, dan tenaga yang dicurahkan oleh guru pendidikan jasmani selaku pelatih tidak terbuang tanpa arti.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti ketika ekstrakurikuler berlangsung, terlihat peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sangat senang dan bersemangat ketika mereka melakukan aktivitas gerak.

Walaupun ada beberapa peserta didik yang tampak sudah terlihat terampil dalam berbagai teknik dasar bermain futsal, akan tetapi gerakan-gerakan peserta didik ketika bermain futsal terlihat masih kaku. Contoh yang terlihat yaitu pada unsur kelincahan (*agility*) beberapa peserta didik, ketika peserta didik menggiring bola sambil berlari dan dihadang oleh pemain lawan justru sering terjadi tabrakan. Kemudian dari unsur daya ledak pada kaki terlihat beberapa hasil tendangan mengoper (*passing*) pendek maupun jauh dan tembakan (*shooting*) yang kurang keras dan akurat sehingga bola tidak sampai pada target, padahal terciptanya peluang *shooting* didukung oleh kecepatan dan ketepatan bola ketika *passing*. Anak usia sekolah dasar sangat senang mendapatkan kegiatan di luar ruangan dan aktivitas gerak jika dilihat dari ekspresi mereka pada saat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal, serta kegiatan gerak yang bermanfaat atau olahraga akan dapat membantu proses tumbuh kembang seorang anak baik fisik maupun psikis.

Dari hasil pengamatan tersebut terlihat bahwa unsur-unsur kemampuan motorik yang dimiliki masing-masing peserta didik perlu diketahui oleh guru pendidikan jasmani selaku pelatih. Selain faktor latihan, kemampuan motorik merupakan modal utama untuk menjadi seorang pemain futsal yang terampil dalam menguasai gerak dan teknik. Kemampuan motorik pada anak sebaiknya dilakukan pada usia sedini mungkin, agar perkembangan dan pertumbuhan dapat terpantau dengan baik dan benar.

Melihat pentingnya kemampuan motorik peserta didik sebagai modal awal untuk menyalurkan bakat futsal melalui kegiatan ekstrakurikuler futsal, maka peneliti ingin meneliti tingkat kemampuan motorik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, artinya dalam penelitian ini hanya akan menggambarkan situasi yang saat ini sedang terjadi, tanpa pengujian hipotesis. Dalam penelitian ini memfokuskan pada kemampuan motorik peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada

Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes untuk mendapatkan data.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 3 Maret 2018 dan dilaksanakan di lapangan futsal lempuyangan.

Subyek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah semua peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta yang berjumlah 21 peserta didik.

Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat pada waktu penelitian menggunakan sesuatu metode. Instrumen dibagi menjadi beberapa kategori, diantaranya: Instrumen untuk metode tes adalah tes atau soal tes, instrumen metode angket atau kuesioner adalah angket atau koesioner, instrumen untuk metode observasi adalah *check-list*, dan instrumen untuk metode dokumentasi adalah pedoman dokumentasi atau dapat juga *check-list* (Suharsimi Arikunto, 2006: 149-150). Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok (Suharsimi Arikunto, 2006: 150). Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler futsal di sekolah dasar Masjid Syuhada Yogyakarta tahun ajaran 2017/2018 menggunakan tes kemampuan motorik untuk sekolah dasar dari Nurhasan (2004: 6.6). Tes ini mempunyai validitas sebesar 0,87 dan reliabilitas sebesar 0,93. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stopwatch*, meteran, cone, bola tenis, bendera *start*, peluit, perekat, dan alat tulis. Ada 4 macam tes yang digunakan, yaitu:

- a. Tes *Shuttle Run* 4x10 meter, untuk mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah. Tes ini dilakukan dengan berdiri dan dengan lintasan yang digunakan lurus, datar, dengan jarak 10 meter antara garis *start* dan garis *finish*. Semakin sedikit waktu yang diperoleh hasilnya akan semakin baik.
- b. Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok selama 30 detik. untuk mengukur

kemampuan koordinasi mata dengan tangan. Bola yang digunakan untuk tes lempar tangkap adalah bola tenis dengan cara dilempar ke tembok kemudian ditangkap kembali. Semakin banyak hasil lempar tangkap yang dihasilkan maka akan semakin baik hasil lempar tangkap bolanya.

- c. Tes *stork stand positional balance*, mungkur keseimbangan tubuh dengan mempertahankan keseimbangan tubuh selama-lamanya. Testee berdiri dengan tumpuan kaki terkuat, kedua tangan bertolak di pinggang, kedua mata dipejamkan, lalu letakkan kaki (bukan kaki tumpuan) pada lutut kaki (kaki tumpuan) bagian dalam. Semakin lama waktu yang diperoleh maka semakin baik pula hasilnya.
- d. Tes lari cepat 30 meter, untuk mengukur kecepatan lari. Lari secepat mungkin, semakin sedikit waktu yang diperoleh maka semakin baik hasil yang diperoleh.

2. Teknik Pengumpulan Data

Data adalah hasil pencatatan peneliti, baik yang berupa fakta maupun angka (Suharsimi Arikunto, 2006: 118). Langkah-langkah atau proses pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mempersiapkan alat-alat dan tempat yang digunakan untuk tes kemampuan motorik.
- b. Mengumpulkan, menyiapkan, dan memberikan pemanasan serta memberikan penjelasan pelaksanaan tes kemampuan motorik kepada siswa.
- c. Setelah diberikan penjelasan tentang pelaksanaan tes dan pemanasan secukupnya, selanjutnya siswa melakukan tes kemampuan motorik dengan urutan: kelincahan, koordinasi mata tangan, keseimbangan, dan kecepatan.
- d. Masing-masing siswa melakukan tes secara bergantian dengan urutan: tes kemampuan motorik dimulai dari kelincahan, koordinasi mata dan tangan, keseimbangan, dan kecepatan
- e. Masing-masing hasil tes yang didapatkan siswa dicatat dalam lembar pencatatan tes yang telah disediakan.

Teknik Analisis Data

Data yang sudah terkumpul perlu dianalisis agar dapat diambil kesimpulan. Sesuatu data tidak akan ada artinya jika tidak melalui proses analisis, maka dari itu analisis data merupakan langkah penting dalam suatu penelitian. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data, kemudian dilakukan penyortiran data yang

diperoleh untuk mengetahui persamaan dan perbedaan ukuran masing-masing item tes kemampuan motorik. Dari hasil setiap tes yang dicapai setiap siswa yang telah mengikuti tes disebut hasil kasar. Kemampuan motorik anak tidak dapat dinilai secara langsung berdasarkan hasil tes tersebut, karena satuan ukuran masing-masing tes tidak sama, yaitu:

- Untuk tes *shuttle run* 4x10 meter dan lari 30 meter menggunakan satuan ukuran detik.
- Untuk tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok selama 30 detik menggunakan satuan jumlah banyaknya hasil tangkapan.
- Untuk tes *stork stand positional balance* menggunakan satuan banyaknya waktu yang diperoleh dalam mempertahankan sikap (menit dan detik).

Hasil kasar yang di dapat dari keempat item tes tersebut, perlu disamakan satuannya dengan menggunakan *T-Score*. Adapun rumus *T-Score* yang digunakan adalah sebagai berikut:

- Rumus *T-Score* untuk tes *shuttle run* 4x10 meter dan lari 30 meter.

Perhitungan dengan satuan waktu, semakin sedikit waktu yang dibutuhkan semakin bagus hasil yang akan diperoleh, adanya rumus *T-Score* sebagai berikut:

$$T - score = 50 + \left[\frac{\bar{X} - X}{SD} \right] \times 10$$

Sumber: Sutrisno Hadi, (2004: 295)

Keterangan:

x = Skor yang diperoleh

\bar{X} = Mean (rata-rata)

SD = Standar Deviasi

- Rumus *T-Score* untuk tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok selama 30 detik dan *stork positional balance*. Perhitungan untuk tes lempar tangkap bola dan *stork positional balance* berbeda dengan tes *shuttle run* dan lari 30 M. Perhitungan dengan satuan semakin banyak angka atau satuan yang diperoleh semakin bagus hasil yang diperoleh. Adapun rumus *T-Score* sebagai berikut:

$$T - score = 50 + \left[\frac{x - \bar{X}}{SD} \right] \times 10$$

Sumber: Sutrisno Hadi, (2004: 295)

Keterangan:

x = Skor yang diperoleh

\bar{X} = Mean (rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Hasil kasar yang telah diubah dalam bentuk *T-Score* dari keempat item tes tersebut dijumlahkan, hasil penjumlahan tersebut dijadikan dasar untuk menentukan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta. Kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta, dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu: Baik Sekali, Baik, Sedang, Kurang, dan Kuarang Sekali. Pengkategorian kemampuan motorik siswa tersebut, menggunakan rumus pengkategorian dari B. Syarifudin (2010: 113), sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Kemampuan Motorik

No.	Interval Skor Kemampuan Motorik	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Baik sekali
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X < M - 1,5 SD$	Kurang Sekali

Keterangan:

X : Skor yang diperoleh

SD : Standar Deviasi

M : Mean (rata-rata)

Untuk mengetahui jumlah masing-masing kategori kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta, menggunakan rumus persentase dari Anas Sudijono, (2010: 43).

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

Keterangan:

P : Persentase yang dicari

F : Frekuensi atau jumlah subjek

N : Jumlah subjek keseluruhan

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

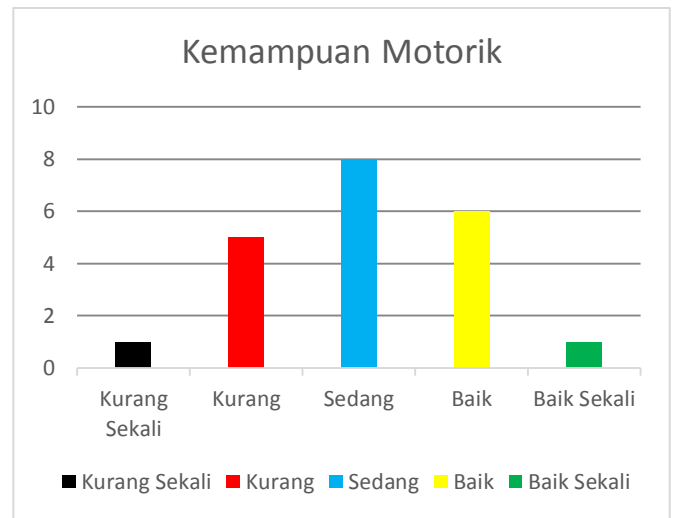
Kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta secara umum termasuk dalam kategori sedang. Berdasarkan rumus kategori yang telah ditentukan, analisis data hasil kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Siswa.

No.	Skor Kemampuan Motorik	f	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1.	$X \geq 241,89$	1	4,76	Baik Sekali
2.	$213,96 \leq X < 241,89$	6	28,58	Baik
3.	$186,04 \leq X < 213,96$	8	38,09	Sedang
4.	$158,11 \leq X < 186,04$	5	23,81	Kurang
5.	$X < 158,11$	1	4,76	Kurang Sekali
	Jumlah	21	100	

Tabel di atas dapat menjelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan Motorik siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta terdapat 1 siswa (4,76%) dalam kategori baik sekali, 6 siswa (28,58%) dalam kategori baik, 8 siswa (38,09%) dalam kategori sedang, 5 siswa (23,81%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (4,76%) dalam kategori kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kategori sedang, sehingga dapat diketahui bahwa kemampuan Motorik siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta adalah sedang.

Berdasarkan keterangan di atas, kemampuan Motorik siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta dapat disajikan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:

**Gambar 1. Diagram Batang Kemampuan Motorik Siswa.**

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta secara umum termasuk dalam kategori sedang. Peningkatan kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa sangatlah diperlukan, karena akan membantu dalam melakukan berbagai keterampilan yang lebih khusus, yang mendukung dalam bermain futsal. Unsur-unsur kemampuan Motorik, seperti: kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan perlu ditingkatkan melalui program latihan yang disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangannya. Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan kemampuan Motorik siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta 1 siswa (4,76%) dalam kategori baik sekali, 6 siswa (28,57%) dalam kategori baik, 8 siswa (38,09%) dalam kategori sedang, 5 siswa (23,81%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (4,76%) dalam kategori kurang sekali.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SD Masjid Syuhada Yogyakarta terdapat 1 siswa (4,76%) dalam kategori baik sekali, 6 siswa (28,58%) dalam kategori baik, 8 siswa (38,09%) dalam kategori sedang, 5 siswa (23,81%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (4,76%) dalam kategori kurang sekali.

Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, saran yang dapat diberikan penulis antara lain:

1. Bagi Sekolah dan Guru Penjas
 - a. Dapat dijadikan pertimbangan untuk memilih pemain Futsal di Sekolah Dasar Masjid Syuhada Yogyakarta dengan mengacu pada hasil tes tersebut.
 - b. Diharapkan dapat meningkatkan kinerja guru dalam meningkatkan kualitas mengajar keterampilan motorik dan teknik dasar bermain Futsal bagi anak didiknya.
 - c. Dapat menyumbangkan peranan yang baik dalam aktivitas jasmani sehingga akan memudahkan siswa dalam melakukan berbagai gerakan dalam aktivitas jasmani khususnya sehingga siswa tidak akan mengalami kesulitan yang berarti dalam menjalani pembelajaran pendidikan jasmani khususnya dalam pembelajaran Futsal.
2. Bagi Siswa
 - a. Diharapkan siswa dapat berusaha semaksimal mungkin untuk meningkatkan kemampuan motorik dalam bermain Futsal pada setiap jadwal kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.
 - b. Diharapkan siswa dapat menambah latihan di luar jam kegiatan ekstrakurikuler yaitu dengan bergabung dengan Futsal *Academy* (sekolah futsal) yang lain sehingga kemampuan motorik semakin meningkat.
3. Bagi orang tua dan Masyarakat

Dengan diadakannya tes ini, diharapkan orang tua dapat mengetahui bakat bermain Futsal yang dimiliki anak, sehingga orang tua berusaha memasukkan anaknya ke dalam Sekolah Futsal (*Futsal Academy*) yang ada di daerahnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Harsuki. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Perkasa.
- Kiram, Y. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud.
- Nurhasan. (2004). *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sudijono, A. (2010). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Syarifudin, B. (2010). *Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan dengan SPSS*. Jakarta: Grafindo Lintas Media.