

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELAS ATAS DI SEKOLAH DASAR NEGERI GADINGAN WATES TAHUN 2018/2019

THE MOTORIC ABILITY OF UPPER CLASS STUDENTS IN SDN GADINGAN WATES YEAR 2018/2019

Oleh : Mohamad Sabar Rinaldi, pgsd penjas, fik uny
sabrakadabra111@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian ini adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas atas Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates yang berjumlah 88 peserta didik yang diambil berdasarkan teknik *total sampling*, dengan rincian peserta didik putra berjumlah 43 dan peserta didik putri berjumlah 45 orang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan Tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi tes *Shuttle-run* 4 x 10 meter (kelincahan), tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok (koordinasi), tes *Stork Stand Positional Balance* (keseimbangan), tes lari cepat 30 meter (kecepatan), dengan validitas sebesar 0,930 dan reliabilitas sebesar 0,870. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,98% (3 peserta didik), “kurang” sebesar 30,23% (13 peserta didik), “cukup” sebesar 25,58% (11 peserta didik), “baik” sebesar 32,56% (14 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,65% (2 peserta didik). (2) Kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4,44% (2 peserta didik), “kurang” sebesar 20,00% (9 peserta didik), “cukup” sebesar 51,11% (23 peserta didik), “baik” sebesar 20,00% (9 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,44% (2 peserta didik).

Kata kunci: *kemampuan motorik, peserta didik kelas atas, Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates*

Abstract

The purpose of this study was to find out the Motoric Ability of upper class students in SDN Gadingan Wates. This study was descriptive quantitative which used survey method with test and measurement technique. Population of this study was all of the students in upper class students of SDN gadingan Wates which amounts to 88 students by using total sampling technique which consist of 43 of male students and 45 of female students. The instruments of this study is motoric ability test for primary school which consist of shuttle run test 4x10 meters (agility), throw and catch ball test with walls in distance of one meter (coordination), stork stand positional balance test (balance), 30 meters of sprint test (speed), with the validity of 0.930 and reliability of 0.870. The analysis of the data were used in precentage. The result of this study showed that: (1) motoric ability of male students were three students in “very low” level with the precentage of 6.98%, 13 students in “low” level with the precentage of 30.23%, 11 students in “average” level with the precentage of 25.58%, 14 students in “good” level with the precentage of 32.56%, and two students in “very good” level with precentage of 4.65%. (2) motoric ability of female students were two students in “very low” level with the precentage of 4.44%, nine students in “low” level with the precentage of 20.00%, 23 students in “average” level with the precentage of 51.11%, nine students in “good” level with the precentage of 20.00%, and two students in “very good” level with precentage of 4.44%.

Keywords: *Motoric Ability, upper class students, SDN Gadingan Wates*

PENDAHULUAN

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Esensi pendidikan jasmani adalah suatu proses belajar untuk bergerak (*learning to move*) dan belajar melalui gerak (*learning through movement*). Program pendidikan jasmani berusaha membantu peserta didik untuk menggunakan tubuhnya lebih efisien dalam melakukan berbagai keterampilan gerak dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari (Firmansyah, 2009: 32). Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu dan anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan pembentukan watak (Akhiryanto, 2008: 60).

Proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus mempertimbangkan keseluruhan kepribadian anak, sehingga pengukuran proses dan produk memiliki kedudukan yang sama penting. Melalui aktivitas pendidikan jasmani peserta didik dapat meningkatkan kesegaran jasmani, keterampilan motorik, serta nilai-nilai fungsional yang mencakup kognitif, afektif, dan sosial. Kemampuan mempelajari tugas gerak merupakan salah satu faktor mempengaruhi keberhasilan anak dalam proses pembelajaran gerak, terutama bila gerakan-gerakan yang akan dipelajari memiliki kompleksitas yang cukup tinggi. Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan anak didik dapat tumbuh dan berkembang sehat dan segar jasmaninya, serta perkembangan pribadinya secara harmoni. Kemampuan motorik merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik yang bukan gerak olahraga atau kematangan penampilan keterampilan gerak.

Penentuan bahan ajar dan metode pembelajaran akan tercapai bila para pendidik mengetahui kemampuan motorik anak didiknya. Tanpa mengetahui hal tersebut, maka para guru mengalami kerancuan dalam melakukan proses belajar mengajar. Akibatnya tujuan pendidikan sulit dicapai dan menimbulkan kerja yang tidak efektif dan efisien, untuk itu proses pendidikan jasmani akan berhasil baik, bila penentuan bahan dan metodenya sesuai dengan kemampuan motorik anak didik. Mengetahui kemampuan motorik anak didik secara akurat merupakan salah satu kunci sukses usaha pendidikan. Artinya guru akan mengetahui kemampuan, kesenangan, dan kebutuhan anak, sehingga guru dapat membantu peserta didik untuk menggunakan tubuhnya lebih efisien dalam melakukan berbagai keterampilan gerak dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Anak pada masa-masa Sekolah Dasar ditandai dengan terjadinya perkembangan fisik motorik, kognitif, dan psikososial anak. Pada masa ini anak berada pada proses perkembangan yang pendek, namun penting dalam kehidupannya. Sehingga pada masa ini seluruh potensi yang dimiliki anak perlu didorong agar berkembang secara optimal, tanpa terkecuali pada perkembangan gerak kinestetiknya. Perubahan yang terjadi pada diri anak tersebut meliputi aspek motorik, kognitif, emosi, dan sosial. Adanya sifat anak untuk aktif dalam bergerak dapat dijadikan dasar bagi guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Perencanaan kegiatan aktivitas jasmani yang baik sangat membantu anak untuk mengoptimalkan kemampuan geraknya terutama kemampuan gerak kasar dan gerak lokomotor (Aryamanesh & Sayyah, 2014: 650).

Dewasa ini perkembangan Ilmu Pengetahuan Teknologi (IPTEK) yang

demikian pesat, maka aktivitas anak menjadi lebih mudah, lebih nikmat, lebih cepat dan lebih lancar. Dengan kata lain anak benar-benar dimanjakan oleh perkembangan IPTEK. Hal tersebut diperburuk dengan semakin berkurangnya lahan untuk bermain anak yang berupa lapangan sebagai tempat berolahraga terutama di daerah perkotaan. Akibat dari itu semua hidup anak menjadi berubah, yang biasa aktif bergerak kini menjadi pasif atau malas bergerak.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti selama mengikuti KKN/PPL, di lapangan yaitu belum maksimalnya keterampilan motorik peserta didik, terlihat hampir 50% peserta didik masih sulit untuk melakukan gerakan-gerakan yang kompleks, seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, menghindar, dan lain-lain. Anak merasa cepat mengalami kelelahan bila melakukan gerakan-gerakan tersebut, karena anak sangat jarang diberikan gerakan-gerakan tersebut dalam pembelajaran PJOK, sehingga mengakibatkan belum maksimalnya kemampuan motorik anak. Masalah lain yang dihadapi guru PJOK yaitu peserta didik kurang antusias dan malas untuk melakukan olahraga secara aktif (melibatkan motorik kasar). Hal tersebut diamati bahwa tingkat kemauan bersaing yang rendah, peserta didik belum menemukan irama langkah dan memaksimalkan gerakan tungkai yang seharusnya dapat dilakukan. Kondisi anak yang sudah capek dalam perjalanan menuju lapangan yang cukup jauh.

Berdasarkan hasil wawancara, menunjukkan bahwa anak lebih tertarik untuk melakukan permainan elektronik seperti *game online*, *gadget* dan *game-game* elektronik lainnya. Anak merasa sangat nyaman untuk melakukan *game* tersebut tanpa merasakan kebosanan dengan jangka waktu yang lama. Di sisi lain anak sendiri menyatakan bahwa

dirinya hanya merasakan lelah dan bosan dengan apa yang diajarkan oleh guru dan tidak suka melakukan aktivitas gerak berlari dan melompat. *Game* yang dilakukan dalam jangka waktu lama (≥ 2 jam) tanpa diimbangi dengan aktivitas fisik yang baik akan berdampak buruk untuk kesehatan fisik serta psikis anak. Griffiths (2010: 1) menyatakan.

Boys and girls who used screen-entertainment for any duration, and participated in sport, had fewer emotional and behavioural problems, and more prosocial behaviours, than children who used screen-entertainment for ≥ 2 hours per day and did not participate in sport.

Anak laki-laki dan perempuan yang menggunakan layar hiburan (*playstation*, *game internet*, dan lain-lain) untuk durasi apa pun, dan berpartisipasi dalam olahraga memiliki lebih sedikit masalah emosional dan perilaku, serta memiliki perilaku yang lebih prososial, daripada anak-anak yang hanya menggunakan layar hiburan ≥ 2 jam di tiap harinya dan tidak berpartisipasi dalam kegiatan olahraga. Dampak langsung yang dirasakan oleh pola hidup yang demikian adalah menurunnya kemampuan motorik anak.

Perkembangan anak yang tidak diperhatikan dengan baik maka akan berdampak buruk bagi anak. Dapat dilihat pada zaman modern sekarang, penggunaan teknologi canggih pada anak mulai meningkat dan ditambah kurangnya tempat bermain luar ruangan yang aman. Hal ini dapat memicu anak kurang banyak melakukan aktivitas gerak, dan juga dapat mengurangi motivasi dan kesempatan bagi anak-anak untuk berlari, melompat, dan menggerakkan tubuhnya. Jika hal ini terjadi terus menerus, maka perkembangan fisik-motorik anak tidak berkembang dengan baik. Oleh karena itu, pembelajaran PJOK diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap proses

pertumbuhan dan perkembangan motorik anak kelas atas di SD Negeri Gadingan Wates. Keberhasilan pembelajaran PJOK di SD Negeri Gadingan Wates sangat dipengaruhi oleh banyak faktor seperti faktor guru, peserta didik, dan sarana dan prasarana. Seperti yang dikatakan oleh Muthohir & Gusril (2004: 25), bahwa rendahnya kemampuan motorik dan kebugaran jasmani akibat kualitas pengajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. Mengembangkan kemampuan motorik peserta didik Sekolah Dasar diperlukan suatu proses pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak yang suka bermain.

Aspek-aspek perkembangan motorik dasar penting dipelajari dan dipahami baik guru maupun peserta didik pada saat pembelajaran penjas karena kemampuan gerak merupakan bagian dari ranah psikomotorik dan perkembangannya yang terbentuk dalam penguasaan keterampilan gerak sehingga apabila peserta didik memiliki kemampuan gerak yang baik peserta didik akan memiliki dasar untuk menguasai keterampilan gerak khusus kedepannya. Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Tingkat Kemampuan Motorik Peserta didik Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates Tahun 2018/2019”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Arikunto (2006: 302) menyatakan bahwa “penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang sesuatu variabel, gejala atau keadaan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran.

Waktu dan Tempat Penelitian

Tempat penelitian yaitu di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2019. Penelitian dilakukan pukul 7.30-09.00 WIB.

Target/Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas atas Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates yang berjumlah 88 peserta didik. Arikunto (2006: 109) menyatakan bahwa “sampel adalah sebagian atau wakil yang diselidiki. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*”.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Instrumen dalam penelitian ini mengacu pada pada modul tes dan pengukuran keolahragaan (Nurhasan, 2007: 135). Tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi tes *Shuttle-run* 4 x 10 meter (kelincahan), tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok (koordinasi), tes *Stork Stand Positional Balance* (keseimbangan), tes lari cepat 30 meter (kecepatan).

Vadilias adalah derajat/ukuran yang tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi: tes *Shuttle-run* 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *Stork Stand Positional Balance*, tes lari cepat 30 meter, tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93 dan validitasnya sebesar 0,87.

Langkah-langkah atau proses pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data. Persiapan pengumpulan data adalah memberikan pengertian kepada peserta didik tentang tes

yang akan dilakukan. Dalam penelitian ini persiapan yang harus dilakukan adalah menyiapkan alat-alat tes dan menyiapkan bahan-bahan untuk tes. Di antaranya adalah *stopwatch*, alat tulis, dan lain-lain.

2. Pelaksanaan tes. Dalam tahap pelaksanaan tes, terlebih dahulu peserta didik dikumpulkan/dibariskan untuk berdoa, dilanjutkan dengan pemberian penjelasan petunjuk pelaksanaan tes, kemudian dilakukan pemanasan. Peserta didik diinstruksikan untuk melakukan tes secara bergantian. Data yang diperoleh kemudian dicatat.
3. Pencatatan data tes. Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data, di mana data dalam pengukuran dicatat secara sistematis. Penelitian ini dibantu oleh 2 orang testor.

Teknik Analisis Data

Azwar (2016: 163) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Penilaian

Interval	Kategori
$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Cukup
$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif, dengan rumus (Sudijono, 2015: 40):

$$P = \frac{\text{...}}{\text{...}} \%$$

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

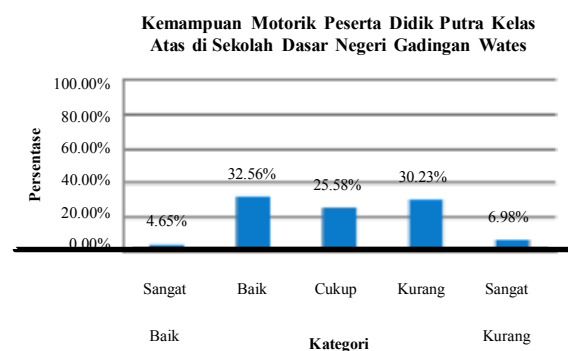
Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini berupa hasil tes kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates, yang terdiri atas tes lari cepat 30 meter, tes *shuttle-run* 4 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *Stork Stand Positional Balance*. Kemudian dari seluruh data dikonversikan ke dalam T Skor dan dijumlahkan.

1. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra

Deskriptif statistik kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah 142,03, skor tertinggi 239,55, rerata 199,99, nilai tengah 204,67, nilai yang sering muncul 142,03, *standar deviasi* 24,72.

Kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates

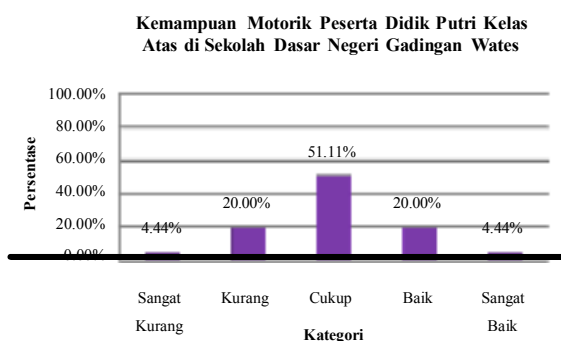
Berdasarkan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,98% (3 peserta didik), “kurang” sebesar 30,23% (13 peserta

didik), “cukup” sebesar 25,58% (11 peserta didik), “baik” sebesar 32,56% (14 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,65% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 199,99, kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

2. Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri

Deskriptif statistik kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates didapat skor terendah (*minimum*) 141,19, skor tertinggi (*maksimum*) 246,31, rerata (*mean*) 200,00, nilai tengah (*median*) 199,37, nilai yang sering muncul (*mode*) 206,46, *standar deviasi* (SD) 20,20.

Kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Kemampuan Motorik Peserta Didik Putri Kelas Atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates

Berdasarkan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4,44% (2 peserta didik), “kurang” sebesar 20,00% (9 peserta didik), “cukup” sebesar 51,11% (23 peserta didik), “baik” sebesar 20,00% (9 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,44% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 200,00, kemampuan motorik peserta

didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates dalam kategori “cukup”.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates, yang terdiri atas tes lari cepat 30 meter, tes *shuttle-run* 4 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *Stork Stand Positional Balance*. Hasil penelitian menunjukkan kemampuan motorik peserta didik kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “cukup”.

Dari hasil data yang diperoleh di atas merupakan keragaman kategori kemampuan motorik siswa yang dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, karena tidak semua orang harus menguasai secara keseluruhan unsur-unsur dari kemampuan motorik tersebut, setiap orang mempunyai kelebihan dan kekurangan untuk dapat menguasai unsur-unsur kemampuan motorik secara keseluruhan karena kemampuan motorik dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri sendiri anak (intrinsik) dan faktor dari luar (ekstrinsik). Faktor intrinsik

meliputi kondisi psikologis baik itu intelektual maupun non intelektual misalnya Biomotor adalah kemampuan gerakan manusia yang dipengaruhi oleh sistem-sistem organ dalam diantaranya adalah sistem neuromuscular, pernafasan, peredaran darah, energi, tulang dan persendian. Hampir semua aktifitas gerak dalam olahraga selalu mengandung unsur-unsur kekuatan, kecepatan dan gerak kompleks yang memerlukan keleluasaan gerak persendian. Dengan demikian komponen biomotor adalah keseluruhan dari kondisi fisik olahragawan. Komponen dasar biomotor meliputi kekuatan, kecepatan, ketahanan, koordinasi dan fleksibilitas (Bompa, 1994: 259). Adapun komponen lain merupakan

perpaduan dari beberapa komponen sehingga membentuk istilah sendiri. Sebagai contoh, gabungan atau hasil kali dari kekuatan dengan kecepatan, kelincihan merupakan gabungan dari kecepatan dengan koordinasi, sedangkan faktor ekstrinsik meliputi lingkungan sosial, budaya, keluarga, dan lain lain. Sukoco (2004: 6) menyatakan beberapa faktor lingkungan yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik adalah faktor budaya, faktor keadaan alam, faktor kebiasaan keluarga, faktor kesukuan, dan faktor sosial.

Selain itu, pembatasan aktivitas gerak pada anak akan sangat merugikan bagi perkembangan kemampuan motorik kasar anak, karena anak akan kurang memiliki pengalaman gerak. Untuk anak yang seumur, biasanya anak laki-laki lebih kuat dan banyak memperoleh pengalaman untuk menyesuaikan dengan tugas gerak yang selalu dihadapi, karena kemampuan motorik anak laki-laki biasanya lebih baik daripada anak perempuan. Tetapi tidak selalu demikian, Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan kemampuan motorik tetapi bukan satu-satunya, karena masih banyak faktor lain yang mempengaruhi kemampuan motorik kasar anak.

Kiram (1992: 67) menyatakan bahwa kemampuan seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda. Perbedaan tersebut antara lain dikarenakan oleh: (1) Perbedaan kemampuan kondisi dan koordinasi yang dimiliki, (2) Perbedaan umur, (3) Perbedaan pengalaman gerakan (banyak atau sedikit), (4) Perbedaan jenis kelamin, (5) Perbedaan tujuan dan motivasi dalam mempelajari suatu keterampilan motorik, (6) Perbedaan kemampuan kognitif, (7) Perbedaan frekuensi latihan. Hasil penelitian ini hanya sebatas menegaskan bahwa ada banyak unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik

seseorang, karena kemungkinan ada siswa yang bisa menguasai semua unsur-unsur yang ada dalam kemampuan motorik, tetapi bisa juga hanya menonjol dalam satu atau dua unsur saja. Jadi untuk dapat mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap orang tidak hanya dapat dilihat melalui satu faktor saja, akan tetapi juga melalui berbagai faktor-faktor lainnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Kemampuan motorik peserta didik putra kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 6,98% (3 peserta didik), “kurang” sebesar 30,23% (13 peserta didik), “cukup” sebesar 25,58% (11 peserta didik), “baik” sebesar 32,56% (14 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,65% (2 peserta didik).
2. Kemampuan motorik peserta didik putri kelas atas di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 4,44% (2 peserta didik), “kurang” sebesar 20,00% (9 peserta didik), “cukup” sebesar 51,11% (23 peserta didik), “baik” sebesar 20,00% (9 peserta didik), dan “sangat baik” sebesar 4,44% (2 peserta didik).

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi guru, hendaknya memperhatikan kemampuan motorik peserta didik agar lebih meningkat dan selalu memotivasi peserta didik untuk giat berolahraga.

2. Bagi peserta didik agar menambah latihan-latihan lain, yang mendukung dalam mengembangkan kemampuan motoriknya.
3. Bagi peserta didik hendaknya melakukan olahraga di luar jadwal pembelajaran di sekolah dan menjaga dari segi kedisiplinan latihan dan asupan makanan agar semakin mendukung kemampuan motorik bagi yang kurang.

Sudijono, A. (2015). *Pengantar evaluasi pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhiruyanto, A. (2008). Model pembelajaran pendidikan jasmani dengan pendekatan permainan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 2.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryamanesh, S. & Sayyah, M. (2014). Effect of Some selected Games on the Development of Locomotor Skills in 4-6 Year-Old Preschool Boys. *International Journal of Sport Studies*. Vol, 4 (6), 648-652.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Bompa, O.T. (1994). *Theory and methodology of training*. Toronto: Kendall/ Hunt Publishing Company.
- Griffiths, L. J., et.al, (2010). Association between sport and screen-entertainment with mental health problems 5-year-old children. *International Journal of Behavioral Nutrition and Activity*. (87): 512-37.
- Kiram, Y. (1992). *Belajar motorik*. Jakarta: Depdiknas.
- Muthohir, T.C & Gusril. (2004). *Perkembangan motorik pada masa anak-anak*. Jakarta: Depdikbud RI.
- Nurhasan. (2007). *Tes dan pengukuran*. Jakarta: PT Bina Aksara.