

**KEMAMPUAN MOTORIK PESERTA DIDIK KELAS V SD NEGERI AMBALKEBREK
KECAMATAN AMBAL KABUPATEN KEBUMEN**

***MOTOR ABILITY OF THE FIFTH GRADE STUDENTS FROM SD NEGERI AMBALKEBREK,
AMBAL, KEBUMEN***

Oleh : Beny Subarkah

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pola hidup anak yang cenderung kurang aktif dalam beraktivitas berhubungan dengan gerak tubuh karena dampak yang timbul karena perkembangan IPTEKS (Ilmu Pengetahuan Teknologi dan Seni) dan kurangnya sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani serta belum diketahui kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survai dengan teknik pengambilan datanya menggunakan tes. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori yang berjumlah 24 orang, Instrumen dan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes Tes *Shuttle Run* 4 x 10 meter, Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, Tes *Stork Stand Position Balance*, Tes lari cepat 30 meter. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori baik, sedang, kurang. Secara rinci, sebanyak 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 9 orang (37,50%) mempunyai kemampuan motorik baik, 6 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 7 orang (29,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali.

Kata kunci: *kemampuan motorik, peserta didik kelas V*

\

Abstract

This research was motivated by the lifestyle of the students who seemed to be less active in activities associated with the motion of the body because of the effects from the development of science and technology (Science Technology and the Arts) and the lack of facilities and infrastructure of teaching Physical Education as well as unknown motor ability of the fifth grade students from SD Negeri Ambalkebrek country, Ambal, Kebumen. This research was a descriptive study using survey and the data collection techniques employed some tests. The population was the fifth grade students from SD Negeri Ambalkebrek, Ambal, Kebumen with the total of 24 students, the instruments and the data collection techniques were using the test of Shuttle Run 4 x 10 meters, test of throwing and catching the ball at a distance of 1 meter with walls, Stork Stand Position Balance test, 30 meter sprint test. The data was analyzed by using descriptive analysis elaborated in the form of a percentage for the motor ability of the fifth grade students from SD Negeri Ambalkebrek, Ambal, Kebumen. The results showed that the motor ability of the fifth grade students from SD Negeri Ambalkebrek, Ambal, Kebumen was categorized good, moderate, and poor. In detail, as many as 1 student (4.17%) was in a very good motor ability, 9 students (37.50%) were in a good motor ability, 6 students (25.00%) classified in a moderate motor ability, 7 students (29.17 %) belonged to a poor motor ability, 1 student (4.17%) was in the very poor motor ability.

Keywords: *motor ability, fifth grade students*

PENDAHULUAN

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.

Menurut Sukintaka (2001: 47), bahwa kemampuan motorik merupakan kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan ketrampilan motorik. Makin tinggi kemampuan motorik seseorang maka dimungkinkan daya kerja akan menjadi lebih tinggi, dan sebaliknya. Oleh karena itu, kemampuan gerak dapat dipandang sebagai sumber keberhasilan dalam melakukan tugas keterampilan gerak.

Murid Sekolah Dasar Kelas V pada dasarnya sudah dapat dilihat seberapa jauh kemampuan motorik mereka, mengingat sebagian besar dari mereka sudah mulai belajar gerak (sambil bermain) sejak taman kanak-kanak. Dengan asumsi tersebut diharapkan murid Sekolah Dasar sudah memiliki kemampuan yang sangat berguna untuk penyesuaian diri bagi kehidupan mereka terutama yang menyangkut gerakan-gerakan yang berguna dalam kehidupan mereka sehari-hari. Namun seiring dengan perkembangan zaman dan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi serta berbagai kemudahan yang diberikan, mereka lebih senang bermain *game online* atau menonton acara televisi daripada melakukan berbagai kegiatan atau

aktivitas yang bermanfaat untuk perkembangan motorik mereka, seperti bermain sepakbola, berlari – lari bersama teman dilapangan atau aktifitas jasmani lainnya. Akibat dari itu semua hidup anak menjadi berubah, yang biasa aktif bergerak kini menjadi pasif atau malas bergerak. Dampak langsung yang dirasakan oleh pola hidup yang demikian adalah menurunnya kebugaran jasmani dan kemampuan motorik anak itu sendiri.

Akibat dari semua itu pola hidup anak menjadi berubah dan cenderung malas melakukan aktivitas yang berhubungan dengan gerak tubuh. Mereka lebih senang duduk berjam – jam untuk melihat acara televisi, atau main *game*, dampak yang timbul adalah menurunnya kemampuan fisik atau kemampuan motorik peserta didik. Terlebih lagi bila ditinjau dari aspek pembelajaran pendidikan jasmani.

Pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri Ambalkebrek kurang mendukung dalam menyumbang perkembangan motorik peserta didik yang disebabkan karena keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri Ambalkebrek. Itulah yang menjadi penyebab penghambat dari pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Materi yang disampaikan kepada peserta didik terhambat karena kurangnya sarana dan prasarana yang kurang.

Menurut pengamatan yang peneliti lakukan dalam program pembelajaran penjas, peserta didik kurang aktif dalam melakukan kegiatan., seperti dalam pemanasan sebelum pembelajaran dimulai peserta didik hanya sebatas melakukan gerakan saja dan semaunya sendiri, ketika disuruh untuk berlari banyak peserta didik yang berjalan terutama peserta didik putri,

dan hanya beberapa yang melakukan dengan sungguh-sungguh, selain itu dalam kegiatan disekolah peserta didik ketika istirahat lebih sering duduk-duduk dan jajan. Seharusnya program pendidikan jasmani dan kesehatan diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan motorik anak SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen yang merupakan salah satu sekolah dari sekian banyak sekolah yang mengajarkan pendidikan jasmani dan kesehatan. Keberhasilan program pendidikan jasmani di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen sangat dipengaruhi oleh banyak faktor seperti faktor guru, peserta didik dan sarana dan prasarana. Seperti kesimpulan yang dikatakan oleh Muthohir (1990), bahwa rendahnya kemampuan motorik dan kebugaran jasmani akibat kualitas pengajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. Untuk mengembangkan kemampuan motorik peserta didik Sekolah Dasar diperlukan suatu proses pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak yang suka bermain. Oleh karena itu peneliti bermaksud mengadakan penelitian tentang kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif, artinya dalam penelitian ini hanya ingin menggambarkan situasi yang sedang berlangsung.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada waktu ekstrakurikuler bola voli yaitu hari Senin pukul 15.00-17.00 WIB dengan tempat penelitian di lapangan bola voli SMA Negeri 1 Kesesi Pekalongan.

Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik/siswi kelas V SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen yang berjumlah 32 peserta didik terdiri dari peserta didik laki-laki sebanyak 19 anak dan siswi perempuan sebanyak 13 anak. Penelitian ini merupakan penelitian populasi karena jumlah keseluruhan populasi dijadikan sampel penelitian.

Variabel Penelitian dan Instrumen Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah kemampuan motorik dalam penelitian ini adalah kualitas gerak kegiatan olahraga yang meliputi kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes *motor ability* untuk sekolah dasar. Tes *motor ability* digunakan untuk mengetahui kemampuan gerak dasar bagi peserta didik sekolah dasar yang terdiri dari 4 butir tes yaitu (1) tes *shuttle Run* 4 x 10 meter, (2) tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, (3) tes *stork stand positional balance*, (4) tes lari cepat 30 meter. Tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93 dan validitasnya dan validitasnya sebesar 0,87. Reliabilitas diperoleh dengan cara tes ulang, sedangkan validitasnya diperoleh dengan cara mengkorelasikan tes itu dengan kriteria yang digunakan yaitu skor

gabungan dari butir-butir tes tersebut (Nurhasan 2004: 6.6).

Analisis Data

Analisis data yang digunakan dari penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kualitatif dengan presentase. Untuk menghitung presentase hasil tes kemudian dianalisis dengan menggunakan rumus (Anas Sudjiono, 2008) sebagai berikut:

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

Keterangan:

P: persentase, f: frekuensi, N: jumlah sampel

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsikan berdasarkan masing-masing tes kemampuan motorik serta secara keseluruhan digunakan untuk mengetahui kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen disajikan dalam uraian berikut:

Kelincahan

Distribusi frekuensi kelincahan tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi kelincahan

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 26,44$	Kurang sekali	3	12,50%
$24,79 \leq X < 26,44$	kurang	3	12,50%
$23,14 \leq X < 24,79$	Sedang	9	37,50%
$21,49 \leq X < 23,14$	Baik	8	33,33%
$X < 21,49$	Baik sekali	1	4,17%
Jumlah		24	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data tes kelincahan dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang,

secara rinci sebanyak 1 orang (4,17%) berada pada kategori baik sekali, 8 orang (33,33%) berada pada kategori baik, 9 orang (37,50%) berada pada kategori sedang, 3 orang (12,50%) berada pada kategori kurang, 3 orang (12,50%) berada pada kategori kurang sekali.

Koordinasi Mata dan Tangan

Distribusi frekuensi tes lempar tangkap bola tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Dan Tangan.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase
$X \geq 39,51$	Baik sekali	0	0,00%
$33,45 \leq X < 39,51$	Baik	10	41,67%
$27,39 \leq X < 33,45$	Sedang	6	25,00%
$21,33 \leq X < 27,39$	Kurang	5	20,83%
$X < 21,33$	Kurang sekali	3	12,50%
Jumlah		24	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data tes lempar tangkap bola dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori baik, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 10 orang (41,67%) berada pada kategori baik, 6 orang (25,00%) berada pada kategori sedang, 5 orang (20,83%) berada pada kategori kurang, 3 orang (12,50%) berada pada kategori kurang sekali.

Keseimbangan

Distribusi frekuensi tes keseimbangan tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tes keseimbangan.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 25,27$	Baik sekali	0	0,00%
$21,28 \leq X < 25,27$	Baik	10	41,67%
$17,29 \leq X < 21,28$	Sedang	5	20,83%
$13,30 \leq X < 17,29$	Kurang	7	29,17%
$X < 13,30$	Kurang sekali	2	8,33%
Jumlah		24	100,00%

peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori baik, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 10 orang (41,67%) berada pada kategori baik, 5 orang (20,83%) berada pada kategori sedang, 7 orang (29,17%) berada pada kategori kurang, 2 orang (8,33%) berada pada kategori kurang sekali.

Kecepatan

Distribusi frekuensi tes kecepatan tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tes Kecepatan.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 7,65$	Kurang sekali	1	4,17%
$6,94 \leq X < 7,65$	Kurang	7	29,17%
$6,23 \leq X < 6,94$	Sedang	9	37,50%
$5,52 \leq X < 6,23$	Baik	5	20,83%
$X < 5,52$	Baik sekali	2	8,33%
Jumlah		24	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data tes lari cepat 30 meter dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 1 orang (4,17%) berada pada kategori kurang sekali, 7 orang (29,17%) berada pada kategori kurang, 9 orang (37,50%) berada pada kategori sedang, 7 orang (29,17%) berada pada kategori baik, 2 orang (8,33%) berada pada kategori baik sekali.

Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen

Distribusi frekuensi kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Distribusi Kemampuan Motorik Peserta Didik Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 240,87$	Baik sekali	1	4,17%
$213,98 \leq X < 240,87$	Baik	9	37,50%
$187,09 \leq X < 213,98$	Sedang	6	25,00%
$160,20 \leq X < 187,09$	Kurang	7	29,17%
$X < 160,20$	Kurang sekali	1	4,17%
Jumlah		24	100,00%

Dari tabel di atas diperoleh kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen, secara rinci sebanyak 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 9 orang (37,50%) mempunyai kemampuan motorik baik, 6 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 7 orang (29,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kelas interval $213,98 \leq X < 240,87$, maka kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori "baik".

Berikut ini akan dideskripsikan data penelitian kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berdasarkan peserta didik Putra.

Kelincahan Peserta Didik Putra

Distribusi frekuensi kelincahan peserta didik putra tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi kelincahan Peserta Didik Putra

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 26,20$	Kurang sekali	1	8,33%
$24,31 \leq X < 26,20$	Kurang	3	25,00%
$22,42 \leq X < 24,31$	Sedang	5	41,67%
$20,53 \leq X < 22,42$	Baik	2	16,67%
$X < 20,53$	Baik sekali	1	8,33%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data kelincahan peserta didik putra dalam kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 1 orang (8,33%) berada pada kategori baik sekali, 2 orang (16,67%) berada pada kategori baik, 5 orang (41,67%) berada pada kategori sedang, 3 orang (25,00%) berada pada kategori kurang, 1 orang (8,33%) berada pada kategori kurang sekali.

Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putra

Distribusi frekuensi koordinasi mata dan kaki peserta didik putra tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putra

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 41,22$	Baik sekali	0	0,00%
$35,96 \leq X < 41,22$	Baik	5	41,67%
$30,70 \leq X < 35,96$	Sedang	5	41,67%
$25,44 \leq X < 30,70$	Kurang	1	8,33%
$X < 25,44$	Kurang sekali	1	8,33%
Jumlah		12	100,00%

kemampuan motorik Peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik

sekali, 5 orang (41,67%) berada pada kategori baik, 5 orang (41,67%) berada pada kategori sedang, 1 orang (8,33%) berada pada kategori kurang, 1 orang (8,33%) berada pada kategori kurang sekali.

Keseimbangan Peserta Didik Putra

Distribusi frekuensi keseimbangan peserta didik putra tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi keseimbangan Peserta Didik Putra

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 25,31$	Baik sekali	0	0,00%
$22,71 \leq X < 25,31$	Baik	4	33,33%
$20,11 \leq X < 22,71$	Sedang	7	58,33%
$17,51 \leq X < 20,11$	Kurang	1	8,33%
$X < 17,51$	Kurang sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data keseimbangan dalam kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 4 orang (33,33%) berada pada kategori baik, 7 orang (58,33%) berada pada kategori sedang, 1 orang (8,33%) berada pada kategori kurang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang sekali.

Kecepatan Peserta Didik Putra

Distribusi frekuensi kecepatan peserta didik putra tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Kecepatan Peserta Didik Putra

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 6,65$	Kurang sekali	3	16,67%
$6,27 \leq X < 6,65$	Kurang	0	0,00%
$5,89 \leq X < 6,27$	Sedang	6	50,00%
$5,51 \leq X < 5,89$	Baik	4	33,33%
$X < 5,51$	Baik sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data kecepatan dalam kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 4 orang (33,33%) berada pada kategori baik, 6 orang (50,00%) berada pada kategori sedang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang, 2 orang (16,67%) berada pada kategori kurang sekali.

Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen

Distribusi frekuensi kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 10. Distribusi Kemampuan Motorik Peserta Didik Putra Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 243,68$	Baik sekali	0	0,00%
$228,95 \leq X < 243,68$	Baik	3	25,00%
$214,22 \leq X < 228,95$	Sedang	6	50,00%
$199,49 \leq X < 214,22$	Kurang	2	16,67%
$X < 199,49$	Kurang sekali	1	8,33%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas diperoleh kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 3 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik baik, 6 orang (50,00%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 2 orang (16,67%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 1

orang (8,33%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kelas interval $214,22 \leq X < 228,95$, maka kemampuan motorik peserta didik putra kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori “sedang”.

Berikut ini akan dideskripsikan data penelitian kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berdasarkan peserta didik Putri.

Kelincahan Peserta Didik Putri

Distribusi frekuensi kelincahan peserta didik putri tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kelincahan Peserta Didik Putri

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 26,31$	Kurang sekali	0	0,00%
$25,14 \leq X < 26,31$	Kurang	1	8,33%
$23,97 \leq X < 25,14$	Sedang	5	41,67%
$22,80 \leq X < 23,97$	Baik	6	50,00%
$X < 22,80$	Baik sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data tes *shuttle run* 4 x 10 peserta didik dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori baik, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 6 orang (50,00%) berada pada kategori baik, 5 orang (41,67%) berada pada kategori sedang, 1 orang (8,33%) berada pada kategori kurang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang sekali.

Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri

Distribusi frekuensi koordinasi mata dan tangan peserta didik putri tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata dan Tangan Peserta Didik Putri

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 35,79$	Baik sekali	1	8,33%
$30,26 \leq X < 35,79$	Baik	2	16,67%
$24,73 \leq X < 30,26$	Sedang	4	33,33%
$19,20 \leq X < 24,73$	Kurang	5	41,67%
$X < 19,20$	Kurang sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data tes lempar tangkap bola peserta didik dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori kurang, secara rinci sebanyak 1 orang (8,33%) berada pada kategori baik sekali, 2 orang (16,67%) berada pada kategori baik, 4 orang (33,33%) berada pada kategori sedang, 5 orang (41,67%) berada pada kategori kurang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang sekali.

Keseimbangan Peserta Didik Putri

Distribusi frekuensi Keseimbangan peserta didik putri tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Keseimbangan Peserta Didik Putri

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 29,29$	Baik sekali	0	0,00%
$19,21 \leq X < 23,29$	Baik	2	16,67%
$15,13 \leq X < 19,21$	Sedang	6	50,00%
$11,05 \leq X < 15,13$	Kurang	4	33,33%
$X < 11,05$	Kurang sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan data Keseimbangan dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 0 orang (0,00%) berada pada kategori baik sekali, 2 orang (16,67%) berada pada kategori baik, 6 orang (50,00%) berada pada kategori sedang, 4 orang (33,33%) berada pada kategori kurang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang sekali.

Kecepatan Peserta didik Putri

Distribusi frekuensi Kecepatan peserta didik putri tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 14. Distribusi Frekuensi Kecepatan Peserta didik Putri

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 7,96$	Kurang sekali	0	00,00%
$7,39 \leq X < 7,96$	Kurang	4	33,33%
$6,82 \leq X < 7,39$	Sedang	4	33,33%
$6,25 \leq X < 6,82$	Baik	3	25,00%
$X < 6,25$	Baik sekali	1	8,33%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas merupakan kecepatan peserta didik dalam kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 1 orang (8,33%) berada pada kategori baik sekali, 3 orang (25,00%) berada pada kategori baik, 4 orang (33,33%) berada pada kategori sedang, 4 orang (33,33%) berada pada kategori kurang, 0 orang (0,00%) berada pada kategori kurang sekali.

Kemampuan Motorik Peserta didik Putri Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen

Distribusi frekuensi kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 15. Distribusi Kemampuan Motorik Peserta didik Putri Kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen.

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 206,72$	Baik sekali	1	8,33%
$188,57 \leq X < 206,72$	Baik	3	25,00%
$170,42 \leq X < 188,57$	Sedang	4	33,33%
$152,27 \leq X < 170,42$	Kurang	4	33,33%
$X < 152,27$	Kurang sekali	0	0,00%
Jumlah		12	100,00%

Dari tabel di atas diperoleh kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori sedang, secara rinci sebanyak 1 orang (8,33%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 3 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik baik, 4 orang (33,33%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 3 orang (33,33%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 0 orang (0,00%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali. Nilai mean 179,50 terletak pada kelas interval $170,42 \leq X < 188,57$, maka kemampuan motorik peserta didik putri kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori “sedang”.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik

peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori “baik”. Secara rinci, sebanyak 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 9 orang (37,50%) mempunyai kemampuan motorik baik, 6 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 7 orang (29,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali.

Gerak dasar merupakan gerak yang berkembang sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan pada anak. Gerakan ini pada dasarnya berkembang menyertai gerakan reflek yang telah dimiliki dan disempurnakan melalui proses berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang. Berkembangnya kemampuan motorik sangat ditentukan oleh dua faktor, yaitu faktor pertumbuhan dan faktor perkembangan fisik seseorang. Faktor penentu tersebut harus didukung oleh pola latihan, yang disesuaikan dengan kematangan anak dan gizi yang baik. Hal ini disebabkan karena makin baiknya pertumbuhan dan perkembangan fisik akan berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang.

Menurut Rusli Lutan (1988: 96), bahwa “ kemampuan motorik adalah kapasitas seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak”.

Kemampuan motorik anak berkategori baik, karena aktivitas yang dilakukan peserta didik di sekolah sudah mengandung unsur kemampuan motorik, seperti kecepatan, kekuatan, kelicahan, koordinasi. Guru pendidikan jasmani memberikan aktivitas dengan

memperhatikan kemampuan motorik anak. Untuk lebih meningkatkan lagi guru pendidikan jasmani harus memperhatikan aktivitas yang diberikan kepada anak, sehingga kemampuan motorik anak menjadi lebih baik lagi. Faktor biologis dianggap sebagai kekuatan utama yang berpengaruh terhadap motorik seseorang. Motorik dasar itulah yang kemudian berperan sebagai landasan bagi perkembangan ketrampilan. Jadi hasil penelitian yang dilakukan di SD Negeri Ambalkebrek Kec. Ambal Kab. Kebumen hanya mau menegaskan bahwa banyak unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik yang dapat mempengaruhi kemampuan motorik anak itu sendiri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan kemampuan motorik peserta didik kelas V di SD Negeri Ambalkebrek, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen berkategori baik, sedang, kurang. Secara rinci, sebanyak 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali, 9 orang (37,50%) mempunyai kemampuan motorik baik, 6 orang (25,00%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 7 orang (29,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 1 orang (4,17%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali.

Saran

1. Bagi guru, hendaknya memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik anak sebelum memberikan aktivitas olahraga di sekolah.

2. Bagi peserta didik agar menambah latihan-latihan lain yang untuk meningkatkan kemampuan motorik.
3. Peneliti berikutnya, agar dapat melakukan penelitian terhadap kemampuan motorik dengan mengganti ataupun dengan menambah variabel-variabel yang lain, dan juga memperluas lingkup penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono.(2008). *Pengantar Statistik Pendidikan*.Jakarta PT Raja Grafindo Persada.
- Nurhasan. (2009). *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sukintaka. (2001). *Teori Bermain untuk D2 PGSD Penjaskes* Jakarta: Depdikbud.