

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR SISWA KELAS BAWAH DAN SISWA KELAS ATAS DI SD NEGERI BALEHARJO WONOSARI KABUPATEN GUNUNGKIDUL

THE LEVEL OF GROSS MOTORIC SKILLS OF LOWER AND UPPER GRADE STUDENTS AT STATE ELEMENTARY SCHOOL BALEHARJO WONOSARI GUNUNGKIDUL DISTRICT

Oleh: Gilang Nur Darmawijaya, Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, gilangdarma12@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik kasar anak sekolah dasar siswa kelas bawah (II) dan siswa kelas atas (V) di SD Negeri Baleharjo. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survei dengan instrumen berupa tes pengukuran yang terdiri dari tes *zig-zag test* dengan v : 0,758 dan r : 0,840, untuk mengukur kelincahan, berdiri dengan satu kaki dengan v : 0,887 dan r : 0,993, untuk mengukur keseimbangan dan lompat jauh tanpa awalan dengan v : 0,811 dan r : 0,896 untuk mengukur daya ledak. Berdasarkan hasil penelitian, kemampuan motorik kasar siswa kelas atas di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul menunjukkan bahwa 9,09% sangat rendah, 21,21% rendah, 39,39% sedang, 24,24% tinggi dan 6,06% sangat tinggi. Sedangkan kemampuan motorik kasar siswa kelas bawah di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul menunjukkan bahwa 4,34% sangat rendah, 34,78% rendah, 30,43% sedang, 21,74% tinggi, dan 8,69% sangat tinggi.

Kata kunci : Kemampuan Motorik, Siswa Kelas Bawah(II) dan Kelas Atas (V) SD

ABSTRACT

This study aims to determine the level of gross motoric skills of lower (II) and upper (V) grade students at state elementary school Baleharjo. This is a descriptive research with survey method. The instrument used was test measurement consisted of the zig-zag test with the v and r of 0.758 and 0.840, to measure agility, standing on one leg with the v and r of 0,887 and 0.993, to measure balance and long jump without prefix with the v and r of .896 and 0.811 to measure the explosive power. Based on the results of research, gross motoric skills of upper grade students in state elementary school Baleharjo Wonosari Gunung Kidul District showed that 9.09% categorized as very low, low category of 21.21%, moderate category of 39.39%, high category of 24.24% and very high category of 6, 06%. Meanwhile, gross motoric skills of lower grade students in state elementary school Baleharjo Wonosari Gunung Kidul District showed that 4.34% as very low category, a low category of 34.78%, moderate category of 30.43%, high category of 21.74%, and very high category of 8.69%.

Keywords: Motoric Ability, Lower Grade Students (II) and Upper Class (V) of Elementary school.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan suatu pembelajaran yang bertujuan menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani. Melalui pendidikan jasmani diharapkan mampu mendorong individu dalam meningkatkan kualitas kesehatan dan menerapkan untuk senantiasa berpola hidup yang sehat. Pendidikan jasmani mengajarkan dan memberikan kesempatan bagi individu untuk mendapatkan pengalaman pendidikan melalui bermain. Melalui pendidikan jasmani pula individu dapat menyalurkan kreatifitasnya saat pembelajaran pendidikan jasmani. Selain itu, pendidikan jasmani juga mengajarkan bagaimana bersikap sportif dan menjunjung tinggi nilai kejujuran, kerjasama, dan motivasi dalam beraktivitas.

Melalui pendidikan jasmani individu dapat meningkatkan fisik dan mental melalui pengalamannya dalam melaksanakan aktivitas jasmaninya. Suksesnya suatu pembelajaran pendidikan jasmani juga difaktori oleh pendidik (guru). Guru pendidikan jasmani harus senantiasa memberikan pengalaman gerak yang baik dan benar,

dengan melalui pengalaman gerak itu individu (peserta didik) mampu mengenal lingkungan sehingga tahu apa yang sedang terjadi pada dirinya. Pendidik sebisa mungkin tidak membatasi gerak pada peserta didik karena akan merugikan peserta didik dari segi pertumbuhan dan perkembangangerak pada anak.

Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar (SD) merupakan fondasi peserta didik dalam melakukan gerak, apakah gerak yang dilakukan sudah baik atau belum. Disitulah peran pendidik yaitu mengajarkan gerak yang baik dan benar sehingga sampai tingkat pendidikan selanjutnya peserta didik tidak mengalami hambatan dalam melakukan gerakan. Selain itu, pendidikan jasmani di sekolah dasar juga menjadi sangat penting karena peserta didik memulai tahapan tumbuh kembang yang memang harus mendapatkan perhatian lebih. Kemampuan mempelajari dan melakukan gerakan yang benar diharapkan mampu membantu peserta didik dalam pertumbuhan dan perkembangan motorik peserta didik.

Kemampuan motorik menurut Giantoro (2008: 7) adalah suatu hasil yang dapat dilihat dalam pembelajaran pendidikan jasmani atau olahraga. Perkembangan peserta didik dapat dilihat salah satunya dari kemampuan motorik pada peserta didik. Kemampuan motorik merupakan hasil kematangan peserta didik dalam melakukan pengendalian gerak yang dilakukan. Kemampuan motorik sebaiknya diketahui sedini mungkin agar pertumbuhan dan perkembangan anak dapat terpantau dan terkoordinasi dengan baik.

Kemampuan motorik adalah kualitas atau hasil gerak seorang individu dalam melakukan gerak sebagai penunjang aktivitas gerak dalam kegiatan olahraga atau aktivitas gerak lainnya. Menurut Sukadiyanto (1997: 70) kemampuan motorik suatu kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas, selanjutnya Sukadiyanto (1997: 70) mengatakan bahwa kemampuan motorik merupakan suatu kemampuan umum seseorang yang berkaitan dengan penampilan berbagai ketrampilan atau tugas gerak. Semakin tinggi dan baik

kemampuan motorik seseorang dapat dimungkinkan bahwa daya kerja seseorang akan lebih tinggi dan begitu juga sebaliknya. Oleh sebab itu kemampuan motorik seseorang dapat dipandang sebagai landasan keberhasilan dalam melakukan ketrampilan gerak. Dengan kata lain kemampuan motorik merupakan kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan gerak yang dilakukan oleh seseorang yang akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangannya. Kemampuan motorik dasar itulah yang akan menjadi landasan dalam melakukan dan mendapatkan ketrampilan gerak. Ketrampilan itu dapat juga dipahami sebagai indikator dari tingkat kemahiran atau penguasaan dalam melakukan suatu gerak. Menurut Edward Rahantokam (1988: 14) ketrampilan motorik dibagi menjadi 2 yaitu ketrampilan terbuka yaitu ketrampilan yang dilakukan dalam lingkungan yang terus menerus berubah-ubah, dan juga ketrampilan tertutup ketrampilan yang dilakukan dalam lingkungan yang statis atau tidak berubah-ubah.

Dengan demikian kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh melalui ketrampilan gerak atau pengalaman gerak yang mendasari suatu ketrampilan yang baik dan dapat menciptakan suatu kualitas gerak yang baik. Kemampuan gerak merupakan suatu kualitas hasil gerak individu dalam melakukan suatu gerak. Menurut Rusli Lutan (1988: 96) kemampuan motorik disebut sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilan yang relatif melekat setelah masa kanak-kanak.

Kemampuan motorik sangat penting dibicarakan dalam pendidikan jasmani karena kemampuan motorik adalah bagian dari psikomotor dan pengembangannya diharapkan akan terbentuk penguasaan ketrampilan motorik untuk dasar suatu cabang olahraga. Kemampuan motorik juga merupakan suatu dasar dalam melakukan aktivitas gerak yang harus diperhatikan sehingga suatu kemampuan motorik tersebut dapat menjadi prestasi dalam bidang olahraga.

Kemampuan motorik pada anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik apabila anak mempunyai pengalaman gerak yang banyak. Melatih atau mengajarkan anak melakukan berbagai macam gerak yang paling mudah adalah dengan cara bermain. Bermain merupakan salah satu cara yang diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Guru pendidikan jasmani menggunakan metode bermain dalam pembelajaran guna memberikan kesempatan pada anak untuk melakukan gerak. Pada dasarnya anak paling gemar bermain, dalam hal tersebut dapat digunakan untuk menyampaikan materi pembelajaran pendidikan jasmani dan memperoleh informasi tentang motorik pada anak. Setiap anak memiliki gerak dasar yang mereka miliki sejak lahir sehingga mereka belum tahu apakah gerakan yang mereka miliki sudah baik dan benar atau belum. Masa anak-anak merupakan masa bermain, sehingga gerak anak masih belum terpantau yang mengakhibatkan gerak yang dilakukan masih terkesan sembarangan. Dari hal tersebut anak sudah memiliki sumbangan gerak yang

akan di bawa dan dilakukan sesuai kehendak mereka saat mendapatkan perintah melakukan gerakan. Gerak tersebut mereka anggap benar karena memang itu yang baru mereka miliki.

Dalam pembelajaran dengan menggunakan metode bermain, guru sebaiknya tidak membatasi gerak yang dilakukan oleh anak karena dapat merugikan dalam pertumbuhan dan perkembangan gerak pada anak. Membebaskan anak melakukan berbagai macam gerak berarti memberikan kesempatan pada anak dalam mengembangkan kemampuan motorik mereka. Mereka akan mendapatkan gerak yang benar ketika mereka sudah mempunyai pengalaman gerak yang banyak, dan bantuan dari guru sehingga perkembangan motorik pada anak dapat terpantau, tumbuh dan berkembang dengan baik.

Penentuan bahan ajar dan metode mengajar pendidikan jasmani akan tercapai jika pendidik mengetahui kemampuan motorik peserta didiknya. Guru dapat melakukan penilaian terhadap peserta didiknya setelah mengetahui kemampuan motorik peserta didiknya. Mengetahui

kemampuan motorik peserta didik merupakan salah satu cara guru agar dapat memberikan dan menyampaikan materi ajar dengan baik. Selain itu juga dapat digunakan oleh guru untuk mengetahui kebutuhan peserta didik sehingga dapat menggunakan metode pengajaran yang sesuai.

Program dalam pendidikan jasmani merupakan sumbangan utama dalam pertumbuhan dan perkembangan motorik peserta didik. Pendidikan jasmani juga memberikan kesempatan pada anak untuk mendapatkan pengalaman gerak sehingga kemampuan motorik peserta didik dapat berkembang dengan baik. Sekolah Dasar Negeri (SD N) Baleharjo merupakan salah satu dari banyaknya sekolah dasar yang mengajarkan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Kesuksesan dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani di SD N Baleharjo dipengaruhi oleh berbagai macam faktor seperti guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana serta lingkungan sekitar yang mampu menciptakan suasana yang kondusif. Pembelajaran pendidikan jasmani di

sekolah dasar tersebut sudah berjalan dengan baik sesuai dengan materi dan kurikulum yang sudah ditentukan. Akan tetapi pengamatan terhadap perkembangan motorik pada peserta didik masih kurang diperhatikan. Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui perbedaan kemampuan motorik kasar siswa kelas atas dan siswa kelas bawah serta mendapatkan data kemampuan motorik peserta didik di SD N Baleharjo yang pada dasarnya belum diketahui.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Variabel yang menggambarkan perbedaan kemampuan motorik kasar siswa kelas bawah (II) dan siswa kelas atas (V) di SD Negeri Baleharjo Wonosari, Gunungkidul. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan teknik tes.

Waktu Dan Tempat Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SD Negeri Baleharjo Wonosari, Gunungkidul

Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2006: 55) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

Jumlah anggota atau populasi sering dijadikan sebagai sampel. Menurut Sugiyono (2006) semakin besar sampel yang digunakan, akan semakin tinggi pula hasil yang diperoleh untuk mendapatkan data yang akurat. Mengacu dari pendapat tersebut, maka sampel yang digunakan sebanyak populasi yang ada. Populasi terdiri dari 56 siswa dengan 33 anak siswa kelas atas dan 23 anak siswa kelas bawah, dan akan diambil keseluruhan populasi.

Instrumen Dan Teknik Pengumpulan Data

Menurut Suharsini Arikunto dalam Giantoro (2008: 31), instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaan lebih mudah dan lebih baik. Dalam penelitian ini untuk

mengukur kemampuan motorik kasar siswa ditinjau dari aspek psikomotor yaitu melalui tes kemampuan.

Dalam menentukan instrumen penelitian ini, agar mendapatkan hasil yang maksimal dan perbandingan yang baik dari apa yang dilakukan oleh peserta didik, dan sesuai dengan karakteristik siswa (BAB II) kelas bawah dan siswa kelas atas, maka instrumen yang dipilih merupakan kemampuan yang dominan dan sangat penting dalam perkembangan gerak peserta didik. Dengan demikian, adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini mengambil instrumen yang mengacu dari berbagai sumber yaitu: keseimbangan dengan berdiri menggunakan satu kaki, kelincihan dengan zig-zag test, kekuatan dengan lompat jauh tanpa awalan. Validitas dicari dengan mengkorelasikan test ke 1 dengan total, test ke 2 dengan total dan test ketiga dengan total (*part whole method*). Reliabilitas dicari dengan mengkorelasikan skor ganjil genap. Dari penelitian tersebut didapat validitas sebagai berikut: berdiri dengan satu kaki 0,887; zig-zag test

0,758; lompat jauh tanpa awalan 0;811. Dan nilai reliabilitasnya berdiri dengan satu kaki 0,993; zig-zag test 0,840; lompat jauh tanpa awalan 0;896.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dengan statistik deskriptif dengan persentase

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian

1. Kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas Atas di SD Negeri Baleharjo Wonosari

Deskripsi hasil penelitian kemampuan motorik kasar siswa kelas Atas di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul dari subjek 33 orang diperoleh, rata-rata (*mean*) = 50, median = 50,62, modus sebesar = 34,42; *standart deviasi* = 6,52.

Kategori	Jumlah	(%)
Sangat Tinggi	2	6,06
Tinggi	8	24,24
Sedang	13	39,39
Rendah	7	21,21
Sangat Rendah	3	9,09
Jumlah	56	100

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil kemampuan motorik kasar siswa kelas atas di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 6,06 %, kategori tinggi sebesar 24,24 %, kategori sedang sebesar 39,39 %, kategori Rendah sebanyak sebesar 21,21 %, dan kategori Sangat Rendah sebesar 9,09 %. Dapat disimpulkan hasil kemampuan motorik kasar Siswa kelas atas di SD Negeri Baleharjo Wonosari adalah sebagian besar sedang.

2. Kemampuan Motorik Kasar bawah di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul

Deskripsi hasil penelitian Kemampuan Motorik Kasar bawah di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul dari subjek 23 orang diperoleh, rata-rata (*mean*) = 50,00, median = 48,27, modus sebesar = 36,28; *standart deviasi* = 7,55.

Kategori	Jumlah	%
Sangat Tinggi	2	8,69
Tinggi	5	21,73
Sedang	7	30,43
Rendah	8	34,78
Sangat Rendah	1	4,34
Jumlah	56	100

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil Kemampuan Motorik Kasar bawah di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul yang masuk dalam kategori Sangat Tinggi sebesar 8,69 %, kategori Tinggi sebesar 21,74 %, kategori Sedang sebesar 30,43 %, kategori Rendah sebanyak sebesar 34,78 %, dan kategori Sangat Rendah sebesar 4,34 %. Dapat disimpulkan hasil kemampuan motorik kasar siswa kelas bawah di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul adalah sebagian besar rendah.

Pembahasan

Kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh melalui ketrampilan gerak atau

pengalaman gerak yang mendasari suatu ketrampilan yang baik dan dapat menciptakan suatu kualitas gerak yang baik. Kemampuan gerak merupakan suatu kualitas hasil gerak individu dalam melakukan suatu gerak. Menurut Rusli Lutan (1988: 96) kemampuan motorik disebut sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilanyang relatif melekat setelah masa kanak-kanak.

Dalam kemampuan motorik koordinasi kerja system saraf motorik yang dilakukan oleh seseorang akan menimbulkan reaksi dalam bentuk gerakan-gerakan atau kegiatan secara tepat, sesuai antara rangsangan dan responssnya. Dalam hal ini akan ditemui ada anak yang cekatan dan terampil, tetapi ada pula anak yang lamban dalam mereaksi sesuatu. Seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang tinggi diduga akan lebih Tinggi dan berhasil dalam melakukan berbagai tugas ketrampilan dibandingkan seseorang yang memiliki kemampuan motorik rendah.

Kemampuan motorik yang dimiliki seseorang berbeda-beda dan tergantung kepada banyaknya pengalaman gerakan yang dikuasai. Seperti halnya kemampuan motorik kasar siswa kelas bawah dan siswa kelas atas di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul.

Berdasarkan hasil penelitian di atas kemampuan motorik kasar siswa kelas atas di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul sebagian besar diperoleh pada kategori Sedang dengan persentase sebesar 39,39 %. Sedangkan hasil penelitian kemampuan motorik kasar siswa kelas bawah di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul sebagian besar masuk dalam kategori kategori Rendah dengan persentase sebesar 34,78 %. Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa kelas atas mempunyai kemampuan motorik lebih baik dibandingkan siswa kelas bawah.

Kemampuan motorik siswa kelas atas sebagian besar pada kategori sedang diartikan bahwa

sebagian besar siswa kelas atas mempunyai potensi yang baik dalam motorik kasar. Potensi yang baik tersebut dikerankan siswa kelas atas mempunyai keterampilan gerak dasar, sehingga kemampuan motoriknya menjadi lebih baik. Selain itu dapat dikarenakan selama ini intensitas gerak siswa kelas atas lebih banyak. Misalnya siswa kelas atas banyak yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

Selain itu perkembangan fisik dan umur mempengaruhi kemampuan motorik kasar siswa. Berdasarkan karakteristik fisik, siswa kelas atas mempunyai kondisi fisik yang lebih besar, kuat dan tinggi sehingga dengan kondisi fisik tersebut akan menunjang kemampuan motorik anak menjadi lebih baik.

Hasil dan pelaksanaan kemampuan motorik kasar siswa kelas bawah dan siswa kelas atas di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul diharapkan dapat memberikan dorongan dan gambaran kepada guru penjas dalam proses pembelajaran untuk

menyajikan materi pembelajaran gerak dasar atletik yang berorientasi pada kegiatan bermain, yang berarti gerak dasar dikemas dalam suatu bentuk permainan yang bervariasi sehingga akan memperkaya gerakannya dan menambah suasana pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa.

Selain itu keragaman kategori kemampuan motorik dimungkinkan karena dipengaruhi oleh beberapa hal, salah satunya yaitu kegiatan olahraga yang mungkin kurang sebagai sarana untuk melatih kemampuan motorik anak. Faktor yang lain yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor yang berasal dari internal yaitu aktifitas dan keterampilan anak tersebut yang dapat mempengaruhi motorik anak. Sedangkan faktor eksternal salah satunya dapat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan. Lingkungan masyarakat anak yang tergolong pedesaan dan jauh dari sekolah dimungkinkan anak lebih banyak bersepeda atau berjalan kaki, yang lebih banyak menggunakan otot besar. Selain itu aktifitas diluar

sekolah juga dapat mempengaruhi seperti kegiatan bermain siswa. Anak yang lebih banyak bermain *game*, hanya belajar saja dan lebih banyak menonton TV membuat aktifitas gerakanya kurang dan mengakibatkan kemampuan motorik anak juga kurang

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Kemampuan motorik kasar siswa kelas atas di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul sebagian besar dikategorikan sedang dengan persentase sebesar 39,39 %.
2. Kemampuan motorik kasar siswa kelas bawah di SD Negeri Baleharjo Wonosari Kabupaten Gunungkidul sebagian besar dikategorikan rendah dengan persentase sebesar 34,78 %.

Saran

1. Untuk siswa penulis memberikan saran kepada siswa yang mempunyai kemampuan motorik rendah dengan lebih

banyak beraktifitas gerak jasmani.

2. Semua rangkaian tes masih perlu mendapatkan perhatian yang khusus dari guru penjas agar siswa bisa lebih mendapatkan wawasan yang luas terkait dengan kemampuan motorik siswa
3. Bagi guru agar lebih kreatif dalam mengembangkan model pendidikan jasmani olahraga di sekolah dasar, dengan tujuan dapat meningkatkan kemampuan motorik siswa.
4. Bagi peneliti selanjutnya dapat dilakukan penelitian dengan populasi dan sampel yang lebih luas lagi sehingga tingkat kemampuan motorik dapat teridentifikasi lebih banyak lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Rusli Lutan. (1988). *Belajar Ketrampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud.
- (2001). *Asas-Asas Pendidikan Jasmani, Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.

- Sugiyono. (2006). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta
- Sukintaka. (1993). *Teori Bermain Untuk D-II PGSD Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Temu Hartana. (2008). *Kemampuan Gerak Motorik Siswa Sekolah Dasar di Sekolah Dasar Negeri Panggang 2 Kabupaten Gunungkidul*. (Skripsi) Yogyakarta: FIK UNY.
- Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdiknas.