

# TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK DAN PERSEPTUAL MOTORIK SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER *SHORINJI* KEMPO DI SEKOLAH DASAR KANISIUS BONO HARJO KULONPROGO TAHUN AJARAN 2016/2017

## *LEVEL OF MOTOR AND MOTOR PERCEPTUAL ABILITIES STUDENTS OF SHORINJI KEMPO EXTRACURRICULAR MEMBERS IN KANISIUS ELEMENTARY SCHOOL BONO HARJO KULONPROGO*

Oleh: Aghisna Megarani, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, [megaghisna@gmail.com](mailto:megaghisna@gmail.com)

### **Abstrak**

Siswa Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo yang mengikuti ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo selama ini kemampuan motorik dan perseptual motoriknya belum diteliti. Atlet *Shorinji* Kempo diharapkan memiliki kemampuan motorik dan perseptual motorik yang baik, terlebih dalam pemahamannya mengenai cara menendang dan memukul yang efektif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik dan perseptual motorik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo.

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 dan tes perseptual motorik untuk siswa Sekolah Dasar dari Hari Amirullah Rachman (2004) dengan reliabilitas 0,92. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo yang berjumlah 10 siswa. Teknik analisis data adalah deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo sebagai berikut: terdapat 0 siswa (0,00%) dalam kategori baik sekali, 3 siswa (30,00%) dalam kategori baik, 5 siswa (50%) dalam kategori sedang, 1 siswa (10,00%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (10,00%) dalam kategori kurang sekali. Selanjutnya hasil penelitian kemampuan perseptual motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo sebagai berikut: terdapat 1 siswa (10,00%) dalam kategori baik sekali, 2 siswa (20,00%) dalam kategori baik, 4 siswa (40,00%) dalam kategori sedang, 2 siswa (20,00%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (10,00%) dalam kategori kurang sekali.

**Kata Kunci:** Kemampuan Motorik, Perseptual Motorik, Siswa Sekolah Dasar, Ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo

### **Abstract**

*The motor and motor perceptual abilities of the students in Kanisius Elementary School Bonoharjo Kulonprogo who were joining Shorinji Kempo extracurricular were not available or documented yet. Athlete of Shorinji Kempo are expected to have good motor and motor perceptual abilities, especially for their capability to kick and hit effectively. The purpose of this study was to find out how the motor and motor perceptual abilities of the students who were joining Shorinji Kempo extracurricular in Kanisius elementary school Bonoharjo Kulonprogo.*

*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, and motor perceptual test for elementary school students taken from Hari Amirullah Rachman (2004) with 0,92 reliability. The subjects of this research were all Shorinji Kempo extracurricular member students in Kanisius Elementary School Bonoharjo Kulonprogo, they were 10 students. The data analysis technique was descriptive using percentage.*

*The results of the research: student's motor ability of extracurricular Shorinji Kempo members in Kanisius Elementary School Bonoharjo Kulonprogo are: there were 0 student (0,00 %) in very good category, 3 students (30,00 %) in good category, 5 students (50,00 %) in medium category, 1 student (10,00 %) in low category, and 1 student (10,00 %) in very low category. Further, the results of motor perceptual ability of Shorinji Kempo extracurricular members in Kanisius Elementary School are: there were 1 student (10,00 %) in very good category, 2 students (20,00 %) in good category, 4 students (40,00 %) in middle category, 2 students (20,00 %) in low category, and 1 student (10,00 %) in very low category.*

**Keywords:** Motor ability, Motor Perceptual, Elementary school Students, Shorinji Kempo Extracurricular

## PENDAHULUAN

*Shorinji Kempo* merupakan salah satu cabang beladiri yang berasal dari Jepang. Hal tersebut bermula ketika kekalahan Jepang dari Indonesia pada Perang Dunia II yang menyebabkan pemerintah Jepang harus membayar pampasan perang kepada bangsa Indonesia. Salah satu bentuk pembayaran pampasan perang adalah sejak akhir 1959 pemerintah Jepang menerima mahasiswa dan pemuda Indonesia belajar di negara tersebut. Hasil yang didapat salah satunya adalah *Shorinji Kempo*. Warisan seni beladiri *Shorinji Kempo* yang diperoleh dari Jepang kemudian dibawa ke Indonesia oleh tiga pemuda Indonesia yaitu Utin Syahraz, Ginandjar Kartasasmita, dan Indra Kartasasmita. Tiga pemuda tersebut bertekad melahirkan dan membentuk suatu wadah yang bernama PERKEMI (Persaudaraan Beladiri Kempo Indonesia) yang resmi dibentuk pada 2 Februari 1966. Awalnya hanya beberapa murid yang berlatih, tetapi kini PERKEMI telah melahirkan ribuan kenshi yang tersebar di seluruh Indonesia. Selain merupakan salah satu anggota yang bernaung dalam wadah KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia), PERKEMI juga menjadi anggota penuh dari Federasai Kempo Dunia atau WSKO (*World Shorinji Kempo Organization*) yang berpusat di

Kuil *Shorinji Kempo* di Kota Tadotsu, Jepang (Age Sani Banatara bin Sugiyarto, 1990: 15-16).

Cabang olahraga ini memerlukan beberapa unsur biomotorik yang saling berkaitan, diantaranya seperti kecepatan, kekuatan, keseimbangan, koordinasi, kelincihan, dan sebagainya. Menurut Harsuki (2003: 54) unsur kerja yang mendasari segala unsur kemampuan gerak dalam pendidikan jasmani adalah koordinasi, kecepatan, *agilitas*/kelincihan, keseimbangan dan *power*/daya ledak. Beberapa unsur kerja tersebut dapat terangkum dalam kemampuan gerak dasar yang terdiri dari kemampuan gerak lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif. Kemampuan gerak dasar akan menjadi dasar gerakan-gerakan yang terdapat dalam *Shorinji Kempo*. Gerakan tersebut membutuhkan kemampuan motorik yang mendukung. Selain membutuhkan kemampuan motorik, untuk menghasilkan gerakan dalam *Shorinji Kempo* juga diperlukan perseptual motorik.

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).

*Motor abilities are one of three categories of human abilities that underlie motor skill performance. The value of identifying foundational motor abilities can be related to developing appropriate elementary school physical education curriculum, aiding problem identification in performing motor skills, and predicting the potential for success that an individual may have in a motor skill.* (Richard A. Magill, 1993: 263)

Sedangkan perseptual motorik merupakan bagian dari kemampuan gerak yang dapat memprediksi kemampuan akademik seorang anak, seperti yang dijelaskan Thomas dan Lee yang dikutip oleh Hari Amirullah Rachman (2004: 29) bahwa pengaruh perseptual motorik pada fungsi kognitif seseorang, yaitu: 1) terdapat akibat dan keterkaitan langsung antara kemampuan perseptual motorik dan prestasi akademik, 2) motorik melandasi kesiapan dan penampilan akademis. Meski masih terbatasnya kemampuan tentang hubungan langsung antara perkembangan gerak perseptual dengan prestasi akademik, tetapi ada keyakinan bahwa perkembangan konsep diri dapat mempengaruhi prestasi akademik lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa *Shorinji* Kempo sangat memerlukan kemampuan motorik dan perseptual motorik.

Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo adalah salah satu sekolah dasar di Kabupaten Kulonprogo yang mengembangkan *Shorinji* Kempo melalui kegiatan ekstrakurikuler.

Menurut guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo, tujuan diadakannya ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di sekolah tersebut diharapkan selain dapat menyalurkan bakat dan minat, juga sebagai usaha meraih prestasi yang mampu mengharumkan nama sekolah. Jumlah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo ini ada 10 siswa. Pelaksanaan ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo dilaksanakan di halaman sekolah pada hari Rabu dan Sabtu, pukul 15.30 WIB. Pelatih *Shorinji* Kempo di SD Kanisius Bonoharjo Kulonprogo secara langsung bertanggung jawab kepada sekolah dalam pelaksanaan ekstrakurikuler tersebut.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti ketika ekstrakurikuler berlangsung pada hari Rabu, tanggal 19 Oktober 2016 terlihat beberapa peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo sangat senang dan bersemangat ketika melakukan aktivitas gerak baik yang diperintahkan oleh pelatih maupun gerak yang dieksplorasi sendiri. Walaupun ada beberapa peserta didik yang sudah terlihat terampil dalam berbagai teknik dasar dalam beladiri *Shorinji* Kempo, tetapi untuk menerima materi latihan teknik yang lebih kompleks masih kesulitan. Peserta didik kesulitan dalam menghafal berbagai jurus yang dalam *Shorinji* Kempo disebut dengan *waza* yang diberikan oleh pelatih.

Selain itu, terlihat juga beberapa anak yang kurang paham tentang apa yang telah diajarkan oleh pelatihnya. Seringkali pelatih memberikan arahan terkait cara memukul dengan gerakan dari bahu dan menendang

dengan gerakan dari panggul. Akan tetapi, peserta didik terlihat sulit untuk mempraktikkannya. Peserta didik memukul hanya dengan gerakan dan tenaga dari tangan saja tanpa tenaga dari bahu, begitu pula saat menendang hanya dengan gerakan kaki tanpa tenaga dari panggul. Padahal jika saat memukul dengan diikuti bahu dan menendang dengan diikuti panggul, akan tercipta gerakan yang lebih efektif dan tenaga yang lebih kuat.

Berdasarkan arahan dari pelatih, susunan dari *waza* yang diberikan kemudian disusun untuk membentuk kerapian teknik yang dalam *Shorinji Kempo* dinamakan *kumi embu*. Gerakan *kumi embu* hendaknya tidak terlepas dari berbagai komponen pendukung. Akan tetapi berdasarkan kenyataan di lapangan saat melakukan latihan, terdapat beberapa anak yang masih kurang memahani gerakan yang sudah dicontohkan oleh pelatih. Hal tersebut dapat menyebabkan beberapa unsur dominan seperti kelincahan dan kekuatan tidak muncul dari potensi yang dimiliki oleh peserta didik.

Berdasarkan hasil pengamatan tersebut terlihat bahwa unsur-unsur kemampuan motorik dan perseptual motorik yang dimiliki masing-masing peserta didik perlu diketahui oleh guru pendidikan jasmani selaku pelatih. Selain faktor latihan, kemampuan motorik dan perseptual motorik merupakan modal utama untuk mencapai seorang yang terampil dalam menguasai gerak dan teknik. Tercapainya tingkat keterampilan peserta didik tentunya didukung juga oleh kemampuan motorik dan perseptual motorik yang dimiliki setiap peserta didik dalam

menampilkan gerakan yang ada dalam beladiri *Shorinji Kempo*.

Melihat pentingnya kemampuan motorik dan perseptual motorik peserta didik sebagai modal awal untuk menyalurkan bakat melalui kegiatan ekstrakurikuler *Shorinji Kempo*, maka peneliti ingin meneliti tingkat kemampuan motorik dan perseptual motorik siswa peserta yang mengikuti ekstrakurikuler *Shorinji Kempo* di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo, Kulonprogo Tahun Ajaran 2016/2017.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, artinya dalam penelitian ini hanya akan menggambarkan situasi yang saat ini sedang terjadi, tanpa pengujian hipotesis. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 3), penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal-hal lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Dalam penelitian ini memfokuskan pada kemampuan motorik peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler *Shorinji Kempo* di SD Kanisius Bonoharjo Kulonprogo. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes untuk mendapatkan data. Penelitian ini dilaksanakan di SD Kanisius Bonoharjo Kulonprogo.

### **Prosedur**

Prosedur dalam penelitian ini yaitu dengan halaman sekolah yang digunakan untuk tes. Dengan siswa yang berjumlah 10 siswa. Semua siswa melakukan ke empat item tes

kemampuan motorik dengan berurutan dimaulai dari tes kelicahan, tes koordinasi mata tangan, tes keseimbangan, dan tes kecepatan, kemudian dilanjutkan dengan tes perseptual. Skor tes berupa waktu tempuh dan kesalahan dalam melakukan tugas. Untuk tes kemampuan motorik data sampel diambil sebanyak 2 kali percobaan dan diambil hasil terbaik.

### **Data, Instrumen dan Teknik Pengambilan Data**

Pada penelitian ini, untuk mengumpulkan data digunakan instrumen yang telah ada. Instrumen yang dimaksud adalah tes kemampuan motorik untuk sekolah dasar dari Nurhasan (2004: 6.6). Tes ini mempunyai validitas sebesar 0,87 dan reliabilitas sebesar 0,93. Dan tes perseptual motorik untuk siswa sekolah dasar dari Hari Amirullah Rachman (2004) dengan reliabilitas tes sebesar 0,92. Tes ini bertujuan untuk mengestimasi tingkat kemampuan motorik dan perseptual motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo. Tinggi rendahnya kemampuan motorik dan perseptual motorik akan terlihat saat siswa melakukan tugas gerak motorik. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Tes Kemampuan Motorik

- a. Tes *shuttle run* 4 X 10 meter dalam waktu 30 detik.
- b. Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok selama 30 detik.
- c. Tes *stork stand positional balance* mempertahankan sikap selama mungkin.
- d. Tes lari 30 meter

2. Tes Perseptual Motorik instrumen pengukuran perseptual motorik yang meliputi tes berjalan maju, berjalan mundur, berputar kearah kanan, berputar kearah kiri, berjingkat dengan satu kaki kanan, berjingkat dengan satu kaki kiri. Semua dilakukan tanpa beban maupun dengan beban 0,5 kg diatas balok keseimbangan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan memberikan gambaran realita yang ada tentang tingkat kemampuan motorik dan perseptual motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dengan presentase, ini bertujuan untuk mengumpulkan data, menyajikan data dan menentukan nilai. Karena instrumen yang digunakan yaitu Tes kemampuan motorik untuk sekolah dasar dan tes perseptual motorik umum dan belum memiliki skala penilaian maka selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan dengan menggunakan rumus norma pengategorian dari Anas sudijono (2006: 175) yang mengacu pada standar tingkat kemampuan motorik dan perseptual motorik yaitu baik sekali, baik, cukup, kurang, kurang sekali.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Berikut ini adalah gambaran hasil pengolahan data yang telah dilakukan dari hasil penelitian yang diperoleh tingkat kemampuan motorik dan perseptual motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah

Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo sebagai berikut:

### 1. Kemampuan Motorik Siswa

Hasil kasar yang telah diubah dalam bentuk *T-Score* dari keempat item tes tersebut dijumlahkan hasil dari perhitungan tersebut dijadikan dasar untuk menentukan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo. Hasil skor kemampuan motorik diperoleh skor maksimal sebesar 216,61, skor minimal sebesar 174,71, *mean* (rata-rata) sebesar 200,00, dan *standar deviasi* sebesar 11,52. Kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo, dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu: Baik Sekali, Baik, Sedang, Kurang, dan Kurang Sekali. Berdasarkan rumus kategori yang telah ditentukan, analisis data hasil kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo sebagai berikut:

**Tabel 1. Hasil tes kemampuan motorik**

No.	Skor Kemampuan Motorik	f	Frekuensi Relatif (%)
1.	$X \geq 217,28$	0	0
2.	$205,76 \leq X < 217,28$	3	30
3.	$194,24 \leq X < 205,76$	5	50
4.	$182,72 \leq X < 194,24$	1	10
5.	$X < 182,72$	1	10
	Jumlah	10	100

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo terdapat

0 siswa (0,00%) dalam kategori baik sekali, 3 siswa (30,00 %) dalam kategori baik, 5 siswa (50,00 %) dalam kategori sedang, 1 siswa (10,00 %) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (10,00%) dalam kategori kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kategori sedang, sehingga dapat diketahui bahwa kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo adalah sedang.

### 2. Perseptual motorik

Sedangkan untuk perseptual motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo, dikategorikan menjadi lima (5) kategori, yaitu: Baik Sekali, Baik, Sedang, Kurang, dan Kurang Sekali. Berdasarkan rumus kategori yang telah ditentukan, analisis data hasil perseptual motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo sebagai berikut:

**Tabel 2. Hasil Tes Perseptual Motorik**

No.	Skor Perseptual Motorik	f	Frekuensi Relatif (%)
1.	$X \geq 45,55$	1	10
2.	$42,05 \leq X < 45,55$	2	20
3.	$38,55 \leq X < 42,05$	4	40
4.	$35,05 \leq X < 38,55$	2	20
5.	$X < 35,05$	1	10
	Jumlah	10	100

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan perseptual motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo terdapat 1 siswa (10,00 %) dalam

kategori baik sekali, 2 siswa (20,00%) dalam kategori baik, 4 siswa (40,00 %) dalam kategori sedang, 2 siswa (20,00 %) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (10,00%) dalam kategori kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kategori sedang, sehingga dapat diketahui bahwa perseptual motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo adalah sedang.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo 0 siswa (0,00%) dalam kategori baik sekali, 3 siswa (30,00 %) dalam kategori baik, 5 siswa (50,00 %) dalam kategori sedang, 1 siswa (10,00 %) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (10,00%) dalam kategori kurang sekali. Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian terhadap perseptual motorik siswa ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo terdapat 1 siswa (10,00 %) dalam kategori baik sekali, 2 siswa (20,00%) dalam kategori baik, 4 siswa (40,00 %) dalam kategori sedang, 2 siswa (20,00 %) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (10,00%) dalam kategori kurang sekali. Kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak, disamping itu kemampuan motorik juga sebagai landasan keberhasilan masa datang di dalam melakukan tugas keterampilan olahraga. Seseorang yang mempunyai kemampuan motorik tinggi diduga akan lebih berhasil dalam

menyelesaikan tugas keterampilan motorik khusus. Kemampuan motorik seseorang memang berbeda-beda dan tergantung pada banyaknya pengalaman gerakan yang dikuasai. Sedangkan perseptual motorik gerak yang diciptakan melalui proses perpaduan sensoris, dalam hal ini termasuk gerakan yang dilakukan secara sukarela yang berfungsi untuk mengaitkan antara gerak perseptual dengan kemampuan kognitif. Kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo secara umum termasuk dalam kategori sedang. Peningkatan kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa sangatlah diperlukan. Peningkatan kemampuan motorik pada siswa akan membantu dalam melakukan berbagai keterampilan yang lebih khusus, yang mendukung dalam *Shorinji* Kempo. Unsur-unsur kemampuan motorik, seperti: kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan perlu ditingkatkan melalui program latihan yang disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangannya. Sama halnya dengan kemampuan motorik, perseptual motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji* Kempo di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo secara umum termasuk dalam kategori sedang. Peningkatan perseptual motorik yang dimiliki oleh siswa sangat diperlukan. Peningkatan perseptual motorik pada siswa akan sangat mendukung berbagai keterampilan yang akan sangat mendukung dalam *Shorinji* Kempo. Upaya mengembangkan kemampuan motorik dan perseptual motorik merupakan tugas bagi para orang tua, guru penjas, maupun pelatih. Mengembangkan kemampuan motorik

merupakan bagian dalam pembentukan manusia Indonesia seutuhnya dan merupakan tugas para guru pendidikan jasmani (Sukintaka, 2001: 48) dan mengembangkan kemampuan perseptual motorik akan sangat mempengaruhi kemampuan motorik, karena kemampuan motorik merupakan bagian dari perseptual motorik.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler *Shorinji Kempo* di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo terdapat 0 siswa (0,00%) dalam kategori baik sekali, 3 siswa (30,00%) dalam kategori baik, 5 siswa (50%) dalam kategori sedang, 1 siswa (10,00%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (10,00%) dalam kategori kurang sekali.

Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian terhadap perseptual motorik siswa ekstrakurikuler *Shorinji Kempo* di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo terdapat 1 siswa (10,00%) dalam kategori baik sekali, 2 siswa (20,00%) dalam kategori baik, 4 siswa (40,00%) dalam kategori sedang, 2 siswa (20,00%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (10,00%) dalam kategori kurang sekali.

### Saran

#### 1. Bagi Sekolah dan Guru Penjas

- a. Dapat dijadikan pertimbangan untuk memilih pemain *Shorinji Kempo* di Sekolah Dasar Kanisius Bonoharjo Kulonprogo dengan mengacu pada hasil tes tersebut.

- b. Diharapkan dapat meningkatkan kinerja guru dalam meningkatkan kualitas mengajar keterampilan gerak dasar dan teknik dasar bermain *Shorinji Kempo* 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 *Shorinji Kempo*.

#### 2. Bagi Siswa

- a. Diharapkan siswa dapat berusaha semaksimal mungkin untuk meningkatkan kemampuan motorik dan perseptual motoriknya dalam bermain *Shorinji Kempo* pada setiap jadwal kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.
- b. Diharapkan siswa dapat menambah latihan di luar jam kegiatan ekstrakurikuler yaitu dengan bergabung dengan dojo (tempat latihan) *Shorinji Kempo* yang lain sehingga kemampuan motorik dan perseptual motoriknya semakin meningkat.

#### 3. Bagi orang tua dan Masyarakat

- a. Dengan diadakannya tes ini, diharapkan orang tua dapat mengetahui bakat *Shorinji Kempo* yang dimiliki anak, sehingga orang tua berusaha memasukkan anaknya ke dalam dojo (tempat latihan) yang ada di daerahnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Age Sani Bantara bin Sugiyarto. (1990). *Buku Pelajaran Kyu IV sampai dengan Dan I*. Jakarta: Komisi Teknik Pengurus Besar PERKEMI.
- Amung Ma'mun & Yudha M. Saputra, (1999/2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Bandung: IKIP Bandung Press.
- B. Syarifudin. (2010). *Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan dengan SPSS*. Jakarta: Grafindo Lintas Media.
- David L. Gallahue dan John C. Ozmun. (1998). *Understanding Motor Development*. New York: McGraw Hill.
- Eneste. (1997). *Fukudoku-Hon Tokuhon (edisi bahasa Indonesia)*. Jakarta: World Shorinji Kempo Organization.
- Hari Amirullah Rahman. (2004). *Pengembangan Perseptual Motorik Sebagai Dasar Pengembangan Kreatifitas*. Yogyakarta: UNY Yogyakarta.
- Harsuki, (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Perkasa.
- Nurhasan, (2004). *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Richard A. Magill. (1993). *Motor Learning Concepts and Applications*. United States of America: Wm. C. Brown Communications.
- Rusli Lutan. (2002). *Asas-asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Suharsimi Arikunto, (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yanuar Kiram, (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud