

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK KASAR SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI GEMBONGAN KABUPATEN KULON PROGO

THE IMPLEMENTATION OF THE SCHOOL HEALTH UNIT AT PUBLIC ELEMENTARY SCHOOL 1 OF GROGOL, BAMBANGLIPURO DISTRICT, BANTUL REGENCY

Oleh : didik prabowo, fakultas ilmu keolahragaan, universitas negeri yogyakarta
12604224023@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi oleh belum adanya data mengenai kemampuan motorik kasar siswa kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui kemampuan motorik kasar siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan instrumen berupa tes pengukuran yang terdiri dari tes lari 40 m, lompat jauh, lari zig-zag, lempar tangkap bola, dan berdiri satu kaki. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo yang berjumlah 40 siswa. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentase. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa hasil kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo yang masuk dalam kategori sangat baik 0%, kategori baik 32,5%, pada kategori sedang 42,5%, pada kategori kurang 15%, dan pada kategori kurang sekali 10%.

Kata kunci: *kemampuan motorik, siswa kelas IV dan V SD*

Abstract

The research background is that the data on the gross motor ability of student of Grades IV and V of Public Elementary School of Gembongan, Kulon Progo Regency, are not available, this study aims to invertigate the gross motot ability of student of Grades IV and V of Public Elementary School of Gembongan, Kulon Progo Regency. This was a quantitative descriptive study, it used the survey method and the instruments were tests and measyrements consisting of 40 m running, zig-zag running, ball throwing and catching, and one legged standing. The research population comprised student of Grades IV and V of Public Elementary School of Gembongan, Kulon Progo Regency, with a total of 40 student. The data analystis techique was the dessriptive analysis using percentages. Based on the results of the study, regarding the gross motor ability of students of Grades IV and V of Public Elementary School of Gembongan, Kulon Progo Regency, 0% is very good, 32,5% are good, 42,5% are mederate, 15% are poor, and 10% are Very poor.

Keywords: motor ability, student of grades IV and of es.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari system pendidikan secara keseluruhan, yang mempunyai tujuan untuk mengembangkan beberapa aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani olahraga. Proses pembelajaran guru pendidikan jasmani guru harus mempertimbangkan keseluruhan kepribadian siswa, sehingga pengukuran proses dan produk memiliki kedudukan yang sama penting. Melalui aktivitas pendidikan jasmani siswa 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 siswa dalam proses pembelajaran gerak, terutama bila gerak-gerakan yang akan dipelajari memiliki kompleksitas yang cukup tinggi. Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat tumbuh dan berkembang sehat dan segar jasmaninya, serta perkembangan pribadinya secara harmonis. Kenyataan dilapangan memperlihatkan di Sekolah Dasar Negeri Gembongan, Kabupaten Kulon Progo siswa sekolah dasar pada saat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani diketahui banyak siswa yang aktif dan juga ada sebagian siswa yang malas karena tidak mau mengikuti proses pembelajaran yang diberikan oleh guru pendidikan jasmani. Ketika waktu jam istirahat biasanya siswa selain menggunakan waktunya untuk membeli makanan atau menghabiskan bekal yang dibawa dari rumah, banyak siswa yang

menghabiskan waktu istirahatnya untuk bermain bola, bermain tradisional, dan bermain kejar-kejaran di halaman sekolah. Tetapi juga ada beberapa siswa yang menggunakan waktu istirahatnya hanya untuk duduk berdiam diri dikelas untuk membaca buku, menggambar, dan juga bermain permainan elektronik. Selain itu banyak orang tua siswa yang tidak membiarkan anaknya untuk berangkat sekolah dengan berjalan kaki atau bersepeda juga menjadi penghambat dalam perkembangan gerak anak. Para orang tua siswa lebih memilih untuk mengantar anaknya dikarenakan faktor keamanan dan keselamatan siswa yang berangkat dan pulang sekolah melewati jalan yang ramai. Dampak langsung yang dirasakan oleh pola hidup yang demikian adalah kemampuan motorik siswa. Perkembangan kemampuan motorik bagi siswa sekolah dasar sangat penting karena pada usia anak sekolah unsur-unsur kemampuan motorik anak lebih sering dilakukan oleh anak-anak seperti melompat, berlari, bahkan siswa mampu menggabungkan keterampilan mereka dengan gerakan anggota tubuhnya seperti melempar dan menangkap. Keberhasilan program pendidikan di Sekolah Dasar Negeri Gembongan, Kabupaten Kulon Progo sangat dipengaruhi oleh banyaknya faktor seperti faktor guru, siswa dan sarana dan prasarana. Faktor tersebut yang sangat mempengaruhi tingkat kualitas pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah Dasar. Untuk mengembangkan kemampuan motorik siswa Sekolah Dasar Negeri Gembongan, Kabupaten Kulon Progo diperlukan suatu proses pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa yang suka bermain. Oleh karena itu peneliti bermaksud mengadakan penelitian tentang

kemampuan motorik kasar siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gembongan, Kabupaten Kulon Progo.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dimana penelitian ini peneliti hanya ingin mendeskripsikan atau menggambarkan situasi yang saat ini yang sedang berlangsung pada saat penelitian diadakan. Penelitian ini memfokuskan pada kemampuan motorik kasar siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknik tes sebagai alat pengumpulan data. Penelitian ini diadakan di Sekolah Dasar Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2016. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo

Subjek Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 161), bahwa variabel adalah subjek penelitian, atau apa yang menjadi titik penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV dan V di SD N Gembongan yang berjumlah 40 siswa, dengan rincian siswa laki-laki sebanyak 28 dan siswa perempuan sebanyak 12.

Prosedur

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan tes

pengukuran. Instrumen dalam penelitian ini mengacu mengacu pada instrumen yang dilakukan oleh Nurhasan (2004), adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Lari jarak pendek 50 meter dengan nilai validitas 0,997 dan nilai reliabilitas 0,993.
2. Lari zig-zag atau dodging run dengan nilai validitas 0,977 dan nilai reliabilitas 0,938.
- 3 *Standing broad jump* dengan nilai validitas 0,720 dan nilai reliabilitas 0,946.
4. *Soft ball throw* dengan nilai validitas 0,999 dan nilai reliabilitas 0,997.
5. *Wall pass* dengan nilai validitas 0,938 dan nilai reliabilitas 0,837.
6. *Medicine ball put* dengan nilai validitas 0,989 dan nilai reliabilitas 0,979.

Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif dengan persentase sebagai perhitungannya. Menurut Anas Sudijono (2012: 43) untuk menghitung frekuensi relatif (presentase) menggunakan rumus sebagai berikut :

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

Keterangan :

F : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N : *Number of Cases* (jumlah frekuensi)

P : Angka Presentase

Dan Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus pengkatagorian kemampuan motorik dari Saifuddin Azwar (2010: 43), rumus

pengkatagorian dapat disajikan sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Penilaian Kemampuan Motorik.

| No | Kelas Interval | Kategori |
|----|----------------------------------|---------------|
| 1 | $X \geq M + 1,5 SD$ | Baik sekali |
| 2 | $M + 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$ | Baik |
| 3 | $M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$ | Sedang |
| 4 | $M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$ | Kurang |
| 5 | $X < M - 1,5 SD$ | Kurang sekali |

Keterangan:

X : Skor yang diperoleh

SD: Standar Deviasi

M : Mean

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil kemampuan motorik siswa kelas IV dan V di SD Negeri Gembongan, Kabupaten Kulon Progo diukur kecepatan, kelincahan, *power otot* tangan, *power otot* tungkai dan kordinasi mata tangan dengan 5 tes pengukuran yaitu lari 40 meter, lompat jauh tanpa awalan, lari zig-zag, lempar tangkap bola dan berdiri satu kaki. Hasil penelitian dari masing-masing tes tersebut diuraikan sebagai berikut :

1 . Kemampuan Motorik

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka data-data dari masing-masing tes telah diubah menjadi T-skor yang kemudian dijumlahkan dan menjadi kemampuan motorik siswa kelas IV dan V. Kemudian dikategorikan dalam kategori berdasarkan masing-masing kelas.

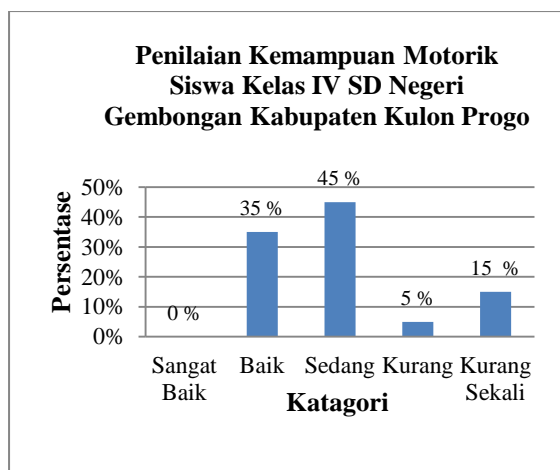
a. Kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas IV SD Negeri Gembongan, Kabupaten Kulon Progo

Deskripsi hasil penelitian kemampuan motorik kasar siswa kelas IV SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo dari 20 orang diperoleh, rata-rata (*mean*) = 250,00 *median* = 253,77 *standard deviasi* = 26,49 *minimum* = 194,89 *maximum* = 285,79 *sum* = 5000,09. Tabel distribusi hasil penelitian kemampuan motorik siswa kelas IV SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Data Norma Penilaian Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD N Gembongan, Kabupaten Kulon Progo.

| Interval | Kategori | F | (%) |
|--------------------------|---------------|-----------|--------------|
| $>289,73$ | Sangat Baik | 0 | 0 % |
| $263,24 \leq X < 289,73$ | Baik | 7 | 35 % |
| $236,75 \leq X < 263,24$ | Sedang | 9 | 45 % |
| $210,26 \leq X < 236,75$ | Kurang | 1 | 5 % |
| $< 210,26$ | Kurang Sekali | 3 | 15 % |
| Jumlah | | 20 | 100 % |

Apabila data pada tabel diatas ditampilkan dalam bentuk histogram, maka akan tampak gambar seperti berikut:



Gambar 1. Histogram Data Norma Penilaian Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD N Gembongan, Kabupaten Kulon Progo.

Berdasarkan Tabel dan histogram di atas bahwa hasil kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas IV SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo yang masuk dalam kategori sangat baik 0%, baik 35%, sedang 45%, kurang 5%, dan kurang sekali 15%.

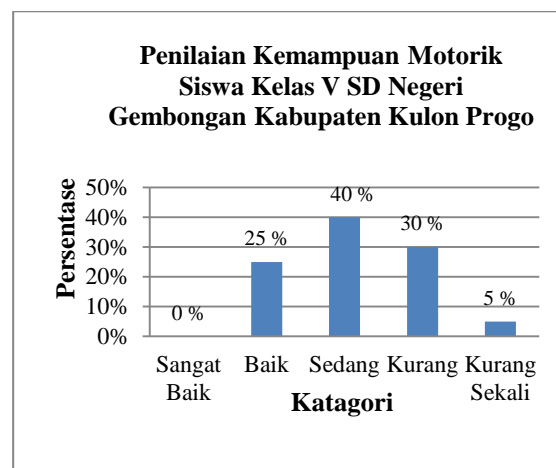
b. Kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas V SD Negeri Gembongan, Kabupaten Kulon Progo

Deskripsi hasil penelitian kemampuan motorik kasar siswa kelas IV SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo dari 20 orang diperoleh, rata-rata (*mean*) = 250,00 *median* = 254,81 *standard deviasi* = 27,39 *minimum* = 210,65 *maximum* = 307,37 *sum* = 5000,00. Tabel distribusi hasil penelitian kemampuan motorik siswa kelas V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo adalah sebagai berikut :

Tabel 3. Data Norma Penilaian Kemampuan Motorik Siswa Kelas V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo.

| Interval | Kategori | F | (%) |
|--------------------------|---------------|-----------|--------------|
| $> 289,73$ | Sangat Baik | 0 | 0 % |
| $263,24 \leq X < 289,73$ | Baik | 5 | 25 % |
| $236,75 \leq X < 263,24$ | Sedang | 8 | 40 % |
| $210,26 \leq X < 236,75$ | Kurang | 6 | 30 % |
| $< 210,26$ | Kurang Sekali | 1 | 5 % |
| Jumlah | | 20 | 100 % |

Apabila data pada tabel diatas ditampilkan dalam bentuk histogram, maka akan tampak gambar seperti berikut:



Gambar 2. Histogram Data Norma Penilaian Kemampuan Motorik Siswa Kelas V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo.

Berdasarkan Tabel di atas bahwa hasil kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas IV SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo yang masuk dalam kategori sangat baik 0%, baik 25%, sedang 40%, kurang 30%, dan kurang sekali 5%.

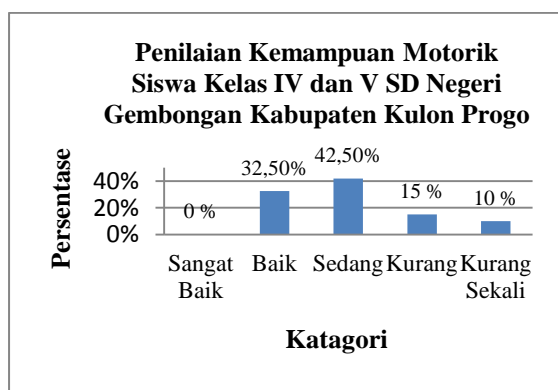
c. Kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Gembongan, Kabupaten Kulon Progo

Deskripsi hasil penelitian kemampuan motorik kasar siswa kelas IV SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo dari 40 orang diperoleh, rata-rata (*mean*) = 250,00 *median* = 254,51 *standard deviasi* = 26,59 *minimum* = 194,89 *maximum* = 288,87 *sum* = 10000,09. Tabel distribusi hasil penelitian kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo adalah sebagai berikut :

Tabel 4. Data Norma Penilaian Kemampuan Motorik Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo.

| Interval | Kategori | F | (%) |
|--------------------------|---------------|-----------|------------|
| $>289,73$ | Sangat Baik | 0 | 0 % |
| $263,24 \leq X < 289,73$ | Baik | 13 | 32,5 % |
| $236,75 \leq X < 263,24$ | Sedang | 17 | 42,5 % |
| $210,26 \leq X < 236,75$ | Kurang | 6 | 15 % |
| $< 210,26$ | Kurang Sekali | 4 | 10 % |
| Jumlah | | 40 | 100 |

Apabila data pada tabel diatas ditampilkan dalam bentuk histogram, maka akan tampak gambar seperti berikut:



Gambar 9. Histogram Data Norma Penilaian Kemampuan Motorik Siswa

Kelas V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo.

Berdasarkan Tabel di atas bahwa hasil kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo yang masuk dalam kategori sangat baik 0%, baik 32,5%, sedang 42,5%, kurang 15%, dan kurang sekali 10%.

Pembahasan

Dalam penelitian ini bermaksud untuk mengetahui kemampuan motorik kasar siswa kelas IV dan V sekolah dasar negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo, berdasarkan hasil penelitian bahwa hasil kemampuan motorik kasar siswa kelas IV dan V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo diperoleh hasil yang bervariasi. Dari 40 siswa, sebanyak 0 siswa (0%) memiliki kemampuan motorik kasar yang sangat baik, kategori baik sebanyak 13 siswa (32,5%), pada kategori sedang sebanyak 17 siswa (42,5%), pada kategori kurang sebanyak 6 siswa (15%), dan pada kategori kurang sekali sebanyak 4 siswa (10%).

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar siswa kelas IV dan V sekolah dasar negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo mayoritas berada pada kategori sedang (42,5%). Dari lima komponen yang diukur, komponen kecepatan diukur melalui tes lari 40 meter siswa kelas IV dan V menunjukkan nilai paling tinggi adalah 63,40 dan nilai paling rendah adalah 26,16. Komponen kelincahan diukur melalui tes lari zig-zag siswa kelas IV dan V menunjukkan bahwa nilai paling tinggi adalah 69,00 dan nilai paling rendah adalah 29,79. Komponen koordinasi mata

dan tangan diukur melalui tes lempar tangkap bola tenis siswa kelas IV dan V menunjukkan bahwa nilai paling tinggi adalah 59,16 dan nilai paling rendah adalah 22,53. Komponen keseimbangan diukur melalui tes berdiri satu kaki siswa kelas IV dan V menunjukkan bahwa nilai paling tinggi adalah 61,65 dan nilai paling rendah adalah 27,40. Komponen kekuatan diukur melalui tes lompat jauh tanpa awalan siswa kelas IV dan V menunjukkan bahwa nilai paling tinggi adalah 71,82 dan nilai paling rendah adalah 29,37.

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui kemampuan motorik siswa kelas IV dan V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo sebagian besar pada kategori sedang. Hal ini diartikan bahwa sebagian besar siswa sebenarnya telah mempunyai kemampuan motorik kasar yang tinggi. Dalam kenyataan siswa di SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo ini memiliki kemampuan gerak dasar seperti; lari, lompat, loncat, dan lempar yang sebenarnya mempunyai potensi yang Sangat baik. Akan tetapi keterlatihan siswa yang masih kurang, dengan kemampuan motorik kasar yang sedang tersebut guru dapat membina anak untuk meningkatkan menjadi prestasi.

Dari lima komponen tes hasil penelitian, untuk kemampuan motorik kasar siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo adalah dalam kategori sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang dengan jumlah 9 siswa (45%). Dari lima komponen yang diukur, komponen kecepatan diukur melalui tes lari 40 meter siswa kelas IV menunjukkan nilai paling tinggi adalah 63,40 dan nilai paling rendah adalah 26,16.

Komponen kelincahan diukur melalui tes lari zig-zag siswa kelas IV menunjukkan bahwa nilai paling tinggi adalah 69,00 dan nilai paling rendah adalah 29,79. Komponen koordinasi mata dan tangan diukur melalui tes lempar tangkap bola tenis siswa kelas IV menunjukkan bahwa nilai paling tinggi adalah 59,16 dan nilai paling rendah adalah 22,53. Komponen keseimbangan diukur melalui tes berdiri satu kaki siswa kelas IV menunjukkan bahwa nilai paling tinggi adalah 61,65 dan nilai paling rendah adalah 27,40. Komponen kekuatan diukur melalui tes lompat jauh tanpa awalan siswa kelas IV menunjukkan bahwa nilai paling tinggi adalah 67,82 dan nilai paling rendah adalah 29,37.

Dari lima komponen tes hasil penelitian kemampuan motorik kasar, untuk siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo adalah dalam kategori sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang dengan jumlah 8 siswa (40%). Dari lima komponen yang diukur, komponen kecepatan diukur melalui tes lari 40 meter siswa kelas V menunjukkan nilai paling tinggi adalah 63,10 dan nilai paling rendah adalah 35,85. Komponen kelincahan diukur melalui tes lari zig-zag siswa kelas V menunjukkan bahwa t nilai paling tinggi adalah 69,00 dan nilai paling rendah adalah 35,18. Komponen koordinasi mata dan tangan diukur melalui tes lempar tangkap bola tenis siswa kelas V menunjukkan bahwa nilai paling tinggi adalah 59,16 dan nilai paling rendah adalah 22,53. Komponen keseimbangan diukur melalui tes berdiri satu kaki siswa kelas V menunjukkan bahwa t-skor paling tinggi adalah 61,65 dan t-skor paling rendah adalah 28,49.

Komponen kekuatan diukur melalui tes lompat jauh tanpa awalan siswa kelas V menunjukkan bahwa nilai paling tinggi adalah 71,82 dan nilai paling rendah adalah 34,14.

Dari hasil tersebut dapat diartikan bahwa seorang siswa mempunyai kemampuan motorik yang berbeda-beda. Penelian ini hanya ingin menegaskan bahwa ada banyak unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik. Karena kemungkinan ada siswa yang bisa menguasai semua unsur-unsur yang ada dalam kemampuan motorik, tetapi bisa juga hanya menonjol dalam suatu atau dua unsur saja. Jadi untuk mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap orang tidak hanya dapat dilihat melalui satu unsur saja, akan tetapi juga melalui berbagai unsur-unsur lainnya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa hasil Kemampuan Motorik kasar Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo diperoleh kategori sebagai berikut, sangat baik 0%, baik 32,5%, sedang 42,5%, kurang 15%, dan kurang sekali 10%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kemampuan motorik kasar siswa kelas IV dan V SD Negeri Gembongan Kabupaten Kulon Progo berkategori “sedang”.

Saran

Hasil dari penelitian dan kesimpulan di atas, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Untuk siswa penulis memberikan saran kepada siswa yang mempunyai kemampuan motorik kurang 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 dengan kemampuan motorik kasar siswa.
3. Disarankan bagi guru agar lebih kreatif dalam mengembangkan model pendidikan jasmani olahraga di sekolah dasar, dengan tujuan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa.
4. Bagi peneliti selanjutnya dapat dilakukan penelitian dengan populasi dan sampel yang lebih luas lagi sehingga kemampuan motorik kasar dapat teridentifikasi lebih banyak lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Depok : PT Raja Grafindo Persada.
- Nurhasan. (2004). *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Depdiknas.
- Saifuddin Azwar. (2010). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suharsimi, Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rinika Cipta