

**SURVEI KEMAMPUAN DASAR GERAK ATLETIK
SISWA KELAS V SD NEGERI 1 PAGERGUNUNG
KECAMATAN BULU KABUPATEN TEMANGGUNG
TAHUN AJARAN 2016/2017**

**SURVEY ON ATHLETICS BASIC MOVEMENT ABILITY OF FIFTH
GRADE STUDENTS IN SD NEGERI 1 PAGERGUNUNG BULU
DISTRICT TEMANGGUNG REGENCY IN 2016/2017**

Oleh : Maria Della Strada Dea Aveanti, Universitas Negeri
Yogyakarta, mariaave24@gmail.com

Abstrak

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung, Kecamatan Bulu, Kabupaten Temanggung. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif menggunakan metode survei. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung yang berjumlah 24 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kids athletics yang terdiri dari lari gawang, loncat katak, lempar turbo dan formula 1. Reliabilitas dicari dengan metode belah dua pada program SPSS statistic 16.0 dengan hasil koefisien reliabilitas lari gawang = 0,953, loncat katak = 0,992, lempar turbo = 0,999, formula 1 = 1,000. Validitas tes ini menggunakan expert judgement. Teknik pengumpulan data penelitian menggunakan tes. Teknik analisis data menggunakan deskriptif dengan persentase. Berdasarkan hasil penelitian kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung secara keseluruhan diketahui sebanyak 2 siswa (8,33%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori sangat baik, sebanyak 4 siswa (16,67%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori baik, sebanyak 10 siswa (41,67%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori sedang, sebanyak 7 siswa (29,17%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori kurang, dan sebanyak 1 siswa (4,17%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori sangat kurang

Kata kunci : *Dasar Gerak Atletik Siswa Kelas V SD*

Abstract

The objective to achieve on the research is to find out the basic ability of athletic movement of fifth grade students of SD Negeri 1 Pagergunung, Bulu District, Temanggung Regency. This research was descriptive quantitative research using survey method. The population used in the research was all students of grade V in SD Negeri 1 Pagergunung consisting of 24 students. The instrument used in this research was the kids athletics test which consisted of hurdles, frog jump, turbo throw and formula 1. The reliability was investigated by split method in SPSS statistic 16.0 program with the result of reliability coefficient of hurdle = 0.953, frog jump = 0.992, turbo throw = 0.999, formula 1 = 1.000. The validity of the test was using expert judgment. The data collection technique of the research was by using test. The data analysis technique was by descriptive with percentage. Based on the result of the research, the basic ability of athletic movement of fifth grade students of SD Negeri 1 Pagergunung as a whole is found that 2 students (8.33%) are in the very good category of athletic basic movement ability, 4 students (16.67%) in the good category of athletic basic movement ability, 10 students (41.67%) in the medium category of athletic basic movement ability, 7 students (29.17%) in the less category of athletic basic movement ability, and 1 student (4.17%) in the very less category of athletic basic movement ability.

Keywords : *Athletic Basic Movement, fifth grade student of elementary school*

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah dasar merupakan masa yang sangat menentukan dalam pembentukan kepribadian, di mana pertumbuhan dan perkembangan fisik serta gerak memegang peran penting dalam pembentukan individu yang berkualitas dikemudian hari. Hal ini sejalan dengan pendidikan jasmani di sekolah dasar yang mempunyai tujuan untuk memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, emosional dan sosial anak yang selaras dengan bentuk dan perkembangan kemampuan gerak dasar, serta menanamkan nilai sikap dan membiasakan hidup sehat.

Mengingat pentingnya pertumbuhan fisik dan perkembangan gerak khususnya pada anak usia sekolah dasar maka perlu disadari oleh guru pendidikan jasmani di sekolah dasar dimana guru pendidikan jasmani harus mampu menciptakan kondisi yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan, perkembangan dan kematangan anak sekolah dasar, serta sesuai dengan kebutuhan untuk mencapai tingkat perkembangan yang diharapkan.

Program pengajaran pendidikan jasmani yang diselenggarakan di sekolah dasar hendaknya dapat menciptakan berbagai bentuk keterampilan gerak dasar yang meningkatkan aktivitas

pengembangan kemampuan jasmani anak. Guru pendidikan jasmani boleh memilih atau mengganti kegiatan pendidikan jasmani dengan cara memperbaiki keterampilan dasar yang efisien sesuai dengan usia perkembangan geraknya.

Keterampilan gerak dasar yang baik akan meningkatkan fungsi organ tubuh dalam melakukan tugas gerak. Apabila fungsi organ menjadi baik berarti anak mengalami perkembangan dengan demikian dapat dikatakan bahwa bila anak sering bermain, maka gerak dasar anak akan berkembang dan akan diikuti dengan perkembangan kemampuan gerak dasar. Gerak dasar yang sering dilakukan dalam olahraga, meliputi jalan, lari, lempar dan lompat. Semakin banyak keterampilan gerak yang dimiliki pada usia anak-anak sangat mempengaruhi pola-pola gerak yang kompleks.

Sejalan dengan hal tersebut di atas maka pendidikan jasmani di sekolah dasar merupakan bagian dari pendidikan pada umumnya, pendidikan jasmani membentuk atau membangun manusia seutuhnya baik lahir maupun batin, baik jasmani maupun rohani. Aspek lahir atau jasmani meliputi pertumbuhan fisik, perkembangan fisik, kesehatan, dan rehabilitasi. Pertumbuhan dan perkembangan fisik akan lebih cepat melalui pembelajaran pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani akan membentuk siswa mempunyai gaya hidup berolahraga sehingga menjadi perilaku hidup sehat, sedangkan rehabilitasi dalam hal ini maksudnya perbaikan sikap tubuh misalnya: sikap jalan dan lari yang kurang baik, sikap duduk yang salah dan lain-lain. Hal ini dalam pendidikan jasmani dapat dibenahi sebelum menjadi sikap yang permanen. Aspek batin atau rohani yang dapat dibentuk melalui pendidikan jasmani meliputi kejujuran, disiplin, percaya diri, dan menghilangkan egoisme. Aspek batin atau rohani ini terbentuk melalui aktivitas pendidikan jasmani yang sifatnya permainan dan bukan permainan.

Pendidikan jasmani di sekolah dasar saat ini menggunakan kurikulum tahun 2006, didalamnya berisi materi yang harus dikuasai oleh anak yang terangkum dalam Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar (SK dan KD). Salah satu standar kompetensi yang tercantum dalam Standar Isi tersebut adalah mempraktikkan gerak dasar dalam permainan sederhana atau aktivitas jasmani dan nilai yang terkandung di dalamnya. Standar Kompetensi dikembangkan menjadi kegiatan yang lebih rinci dengan menjabarkan terlebih dahulu menjadi Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). RPP menjadi panduan guru pendidikan jasmani dalam

pengembangan kegiatan pembelajaran dan di dalamnya memuat macam model aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SD Negeri 1 Pagergunung, Kecamatan Bulu, Kabupaten Temanggung pada tanggal 21 November 2016 terhadap pembelajaran atletik antara lain: kurangnya minat siswa terhadap pembelajaran gerak dasar atletik yaitu jalan, lari, lempar dan lompat, yang disebabkan metode pengajaran yang diberikan oleh guru monoton, kurang kreatif menyebabkan siswa menjadi kurang aktif atau kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar atletik sehingga berpengaruh terhadap tingkat kemampuan gerak dasar atletik, padahal kemampuan gerak dasar jalan, lari, lempar dan lompat sangat diperlukan bagi siswa. Tindakan yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut adalah berupaya menggunakan berbagai metode pembelajaran yang kreatif dan menyenangkan sehingga memotivasi siswa menjadi aktif dan antusias dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar atletik.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis mencoba meneliti mengenai "kemampuan dasar gerak siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung, Kecamatan

Bulu, Kabupaten Temanggung tahun ajaran 2016/2017”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran.

Definisi Operasional Variabel

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung. Secara operasional, kemampuan dasar gerak atletik dalam penelitian ini diartikan sebagai kemampuan siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung dalam melakukan dasar gerak atletik yang meliputi lari gawang, lompat jauh tanpa awalan (lompat katak), lempar turbo, lari *slalom* (formula 1), yang diukur dengan *kid's athletics*.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 20 Mei 2017, yang bertempat di SD Negeri 1 Pagergunung.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung, Kecamatan Bulu, Kabupaten Temanggung

yang berjumlah 24 siswa, yang terdiri dari 12 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan.

Teknik dan Instrumen Pengambilan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes *kid's athletics*. Reliabilitas dicari menggunakan metode belah dua pada program *SPSS statistics 16.0* dengan hasil koefisien reliabilitas lari gawang = 0,953, lompat katak = 0,992, lempar turbo = 0,999, formula 1 = 1,000. Validitas tes ini menggunakan *expert judgement*. Macam-macam tes *kid's athletics* meliputi: lari gawang, lompat jauh dari berdiri, lempar lembing anak, lari gawang dan slalom.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan tes.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif dengan persentase. Analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung, Kecamatan Bulu, Kabupaten Temanggung. Selanjutnya data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan

kemudian dilakukan pengkategorian serta menyajikannya dalam bentuk histogram.

Hasil kasar yang merupakan satuan ukuran yang berbeda tersebut perlu diganti dengan ukuran yang sama. Satuan ukuran pengganti ini adalah menggunakan T-Score.

1. Rumus T-Score untuk penghitungan dengan satuan waktu, semakin sedikit waktu yang dibutuhkan semakin bagus hasil yang diperoleh. Adapun rumus T-Score sebagai berikut :

$$T\ Score = 50 + \left(\frac{X - \bar{X}}{SD}\right) \times 10$$

2. Rumus T-Score penghitungan dengan satuan angka, semakin banyak angka atau satuan yang diperoleh semakin bagus hasil yang diperoleh. Adapun rumus T-Score sebagai berikut :

$$T\ Score = 50 + \left(\frac{X - \bar{X}}{SD}\right) \times 10$$

Keterangan:

X = Skor yang diperoleh

\bar{X} = Mean (rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Kemudian nilai T-Score dari item tersebut dijumlahkan, sehingga didapat total T-Score. Hasil total T-Score menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi kemampuan gerak dasar. Untuk memudahkan dalam mendistribusikan data, maka data yang sudah dalam bentuk T-Score kemudian dikonversikan ke dalam kategori kemampuan dasar gerak atletik. Pengkategorian disusun dengan 5 kategori

yaitu baik sekali, baik, cukup, kurang, dan kurang sekali. Rumus yang digunakan dalam menyusun kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Pengkategorian Kemampuan Dasar Gerak Atletik pada Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung, Kecamatan Bulu, Kabupaten Temanggung

No.	Rentang Norma	Kategori
1.	$X \geq \text{Mean} + 1,5\ SD$	Baik Sekali
2.	$\text{Mean} + 0,5 \leq X < \text{Mean} + 1,5\ SD$	Baik
3.	$\text{Mean} - 0,5 \leq X < \text{Mean} + 0,5\ SD$	Sedang
4.	$\text{Mean} - 1,5 \leq X < \text{Mean} + 0,5\ SD$	Kurang
5.	$X < \text{Mean} - 1,5$	Kurang Sekali

Keterangan:

X = Skor yang diperoleh

Mean = Rerata

SD = Standar Deviasi

Selanjutnya untuk mencari besarnya persentase tiap kategori digunakan rumus persentase sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi

N = Jumlah subjek atau peserta

(Anas Sudijono, 2010: 43)

HASIL PENELITIAN DAN

PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

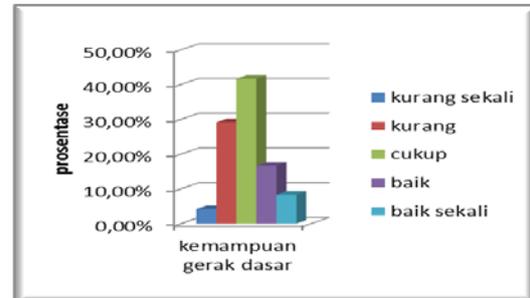
Berdasarkan hasil statistik kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung, Kecamatan Bulu, Kabupaten Temanggung diperoleh nilai Mean = 191.99, Median = 191.30, Modus = 147.51, Standar Deviasi = 28.56, Minimum = 147.51, Maximum = 246.31. Dari data ini apabila di tampilkan dalam tabel distribusi adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Kemampuan Dasar Gerak Atletik Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung

Interval	Kategori	Frekuensi	%
$X \geq 234,83$	Baik Sekali	2	8,33%
206,27 – 234,83	Baik	4	16,67%
177,71 – 206,27	Sedang	10	41,67%
149,15 – 177,71	Kurang	7	29,17%
$X < 149,15$	Kurang Sekali	1	4,17%
Jumlah		24	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diuraikan bahwa kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung secara keseluruhan diketahui sebanyak 2 siswa (8,33%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori baik sekali, sebanyak 4 siswa (16,67%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori baik, sebanyak 10 siswa (41,67%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori sedang, sebanyak 7 siswa (29,17%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori kurang, dan sebanyak 1 siswa (4,17%) mempunyai

kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori kurang sekali. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



Gambar 5. Diagram Hasil Kemampuan Dasar Gerak Atletik Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung

Apabila ditinjau dari masing-masing kemampuan dasar gerak atletik maka dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Lari Gawang

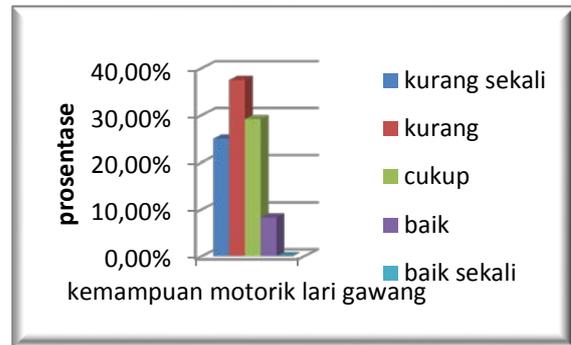
Berdasarkan hasil statistik kemampuan motorik lari gawang diperoleh nilai Mean = 49.56, Median = 48.87, Modus = 44.08, Standar Deviasi = 10.63, Minimum = 26.12, Maximum = 69.39. Dari data ini apabila di tampilkan dalam tabel distribusi adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Kemampuan Motorik Lari Gawang Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung

Interval	Kategori	Frekuensi	%
$X \geq 75,51$	Baik Sekali	0	0%
64,88 – 75,51	Baik	2	8,33%
54,25 – 64,88	Sedang	7	29,17%
43,62 – 54,25	Kurang	9	37,5%
$X < 43,62$	Kurang Sekali	6	25,00%
Jumlah		24	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diuraikan bahwa kemampuan motorik lari gawang siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung secara keseluruhan diketahui sebanyak 0 siswa (0%) mempunyai kemampuan motorik lari gawang dalam kategori baik sekali, sebanyak 2 siswa (8,33%) mempunyai kemampuan motorik lari gawang dalam kategori baik, sebanyak 7 siswa (29,17%) mempunyai kemampuan motorik lari gawang dalam kategori sedang, sebanyak 9 siswa (37,5%) mempunyai kemampuan motorik lari gawang dalam kategori kurang, dan sebanyak 6 siswa (25,00%) mempunyai kemampuan motorik lari gawang dalam kategori kurang sekali.

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



Gambar 6. Diagram Hasil Kemampuan Motorik Lari Gawang Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung

2. Loncat Katak

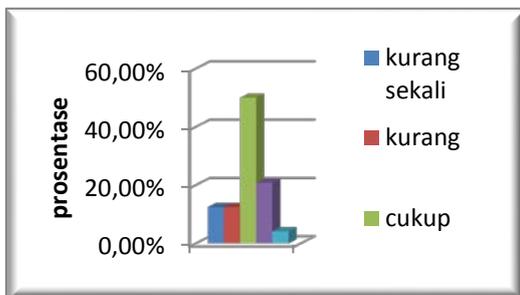
Berdasarkan hasil statistik kemampuan motorik loncat katak diperoleh nilai Mean = 50.19, Median = 50.46, Modus = 50.74, Standar Deviasi = 9.63, Minimum = 30.37, Maximum = 65.74. Dari data ini apabila di tampilkan dalam tabel distribusi adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hasil Kemampuan Motorik Loncat Katak Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung

Interval	Kategori	Frekuensi	%
$X \geq 64,63$	Baik Sekali	1	4,17%
55,00 – 64,63	Baik	5	20,83%
45,37 – 55,00	Sedang	12	50,00%
35,74 – 45,37	Kurang	3	12,5%
$X < 35,74$	Kurang Sekali	3	12,5%
Jumlah		24	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diuraikan bahwa kemampuan motorik loncat katak siswa kelas V SD Negeri

1 Pagergunung secara keseluruhan diketahui sebanyak 1 siswa (4.17%) mempunyai kemampuan motorik loncat katak dalam kategori baik sekali, sebanyak 5 siswa (20,83%) mempunyai kemampuan motorik loncat katak dalam kategori baik, sebanyak 12 siswa (50,00%) mempunyai kemampuan motorik loncat katak dalam kategori sedang, sebanyak 3 siswa (12,5%) mempunyai kemampuan motorik loncat katak dalam kategori kurang, dan sebanyak 3 siswa (12,5%) mempunyai kemampuan motorik loncat katak dalam kategori kurang sekali. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 7. Diagram Hasil Kemampuan Motorik Loncat Katak Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung

3. Lempar Turbo

Berdasarkan hasil statistik kemampuan motorik lempar turbo diperoleh nilai Mean = 49.49, Median = 48.41, Modus = 37.77, Standar

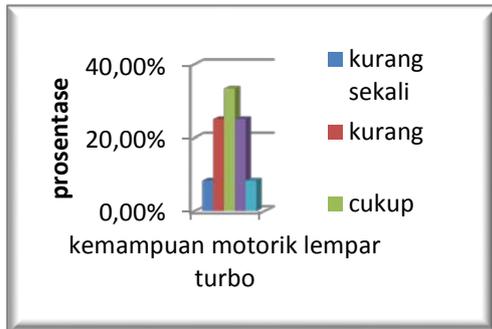
Deviasi = 10.06, Minimum = 32.99, Maximum = 68.00. Dari data ini apabila di tampilkan dalam tabel distribusi adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Hasil Kemampuan Motorik Lempar Turbo Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung

Interval	Kategori	Frekuensi	%
X ≥64,58	Baik Sekali	2	8,33%
54,52 – 64,58	Baik	6	25,00%
44,46 – 54,52	Sedang	8	33,33%
38,17– 44,46	Kurang	6	25,00%
X <38,17	Kurang Sekali	2	8,33%
Jumlah		24	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diuraikan bahwa kemampuan motorik lempar turbo siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung secara keseluruhan diketahui sebanyak 2 siswa (8,33%) mempunyai kemampuan motorik lempar turbo dalam kategori baik sekali, sebanyak 6 siswa (25,00%) mempunyai kemampuan motorik lempar turbo dalam kategori baik, sebanyak 8 siswa (33,33%) mempunyai kemampuan motorik lempar turbo dalam kategori sedang, sebanyak 6 siswa (25,00%) mempunyai kemampuan motorik lempar turbo dalam kategori kurang, dan sebanyak 2 siswa (8,33%) mempunyai kemampuan motorik lempar turbo dalam kategori kurang

sekali. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



Gambar 8. Diagram Hasil Kemampuan Motorik Lempar Turbo Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung

4. Formula 1

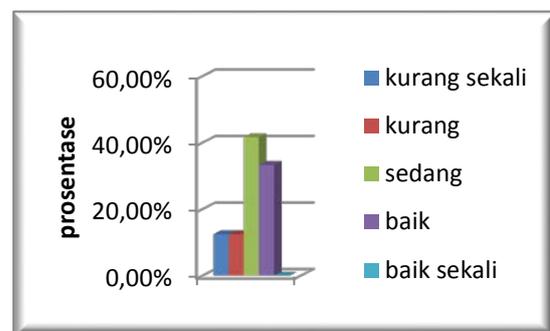
Berdasarkan hasil statistik kemampuan motorik formula 1 diperoleh nilai Mean = 48.21, Median = 49.58, Modus = 49.38, Standar Deviasi = 6.68, Minimum = 31.09, Maximum = 56.99.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil Kemampuan Motorik Formula 1 Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung

Interval	Kategori	Frekuensi	%
$X \geq 58,34$	Baik Sekali	0	0%
51,55 – 58,34	Baik	8	33,33%
44,86 – 51,55	Sedang	10	41,67%
38,17 – 44,86	Kurang	3	12,5%
$X < 38,17$	Kurang Sekali	3	12,5%
Jumlah		24	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diuraikan bahwa kemampuan motorik

formula 1 siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung secara keseluruhan diketahui sebanyak 0 siswa (0%) mempunyai kemampuan motorik formula 1 dalam kategori baik sekali, sebanyak 8 siswa (33,33%) mempunyai kemampuan motorik formula 1 dalam kategori baik, sebanyak 10 siswa (41,67%) mempunyai kemampuan motorik formula 1 dalam kategori sedang, sebanyak 3 siswa (12,5%) mempunyai kemampuan motorik formula 1 dalam kategori kurang, dan sebanyak 3 siswa (12,5%) mempunyai kemampuan motorik formula 1 dalam kategori kurang sekali. Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



Gambar 9. Diagram Hasil Kemampuan Motorik Formula 1 Siswa Kelas V SD Negeri 1 Pagergunung

Pembahasan

Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Dalam kemampuan gerak dasar

koordinasi kerja sistem saraf gerak dasar yang dilakukan oleh seseorang akan menimbulkan reaksi dalam bentuk gerakan-gerakan atau kegiatan secara tepat, sesuai antara rangsangan dan responnya. Dalam hal ini akan ditemui ada anak yang cekatan dan terampil, tetapi ada pula anak yang lamban dalam mereaksi sesuatu. Seseorang yang memiliki kemampuan gerak dasar yang baik, diduga akan mempunyai keterampilan lebih baik dalam melakukan berbagai tugas keterampilan dibandingkan seseorang yang memiliki kemampuan gerak dasar kurang. Kemampuan gerak dasar yang dimiliki seseorang berbeda-beda dan tergantung kepada banyaknya pengalaman gerakan yang dikuasai. Seperti halnya kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung, Kecamatan Bulu, Kabupaten Temanggung mempunyai tingkat keterampilan gerak dasar yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut antara lain dikarenakan oleh: faktor ukuran tubuh pada saat lahir, faktor keturunan, faktor jenis kelamin, dasar kedewasaan, faktor budaya, faktor keadaan alam, faktor kebiasaan keluarga, faktor kesukaan, dan faktor sosial atau budaya.

Berdasarkan hasil penelitian kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung secara keseluruhan diketahui sebanyak 2 siswa

(8,33%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori sangat baik, sebanyak 4 siswa (16,67%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori baik, sebanyak 10 siswa (41,67%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori sedang, sebanyak 7 siswa (29,17%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori kurang, dan sebanyak 1 siswa (4,17%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori sangat kurang, kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung adalah berada pada kategori sedang. Artinya sebagian besar siswa belum memiliki kemampuan dasar gerak atletik yang optimal. Dengan demikian hasil ini dapat dijadikan sebagai bahan oleh guru penjas untuk mengoptimalkan kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung.

Hasil kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung 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 gerak dasar dimungkinkan karena dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor yang berasal dari internal yaitu aktifitas dan keterampilan anak tersebut yang dapat memengaruhi gerak dasar 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.

Hasil siswa yang mempunyai kemampuan gerak dasar siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung kurang, hal tersebut dikarenakan intensitas latihan dan aktifitas siswa masih kurang. Anak cenderung hanya melakukan aktifitas kesehariannya tanpa menambah aktifitas gerak untuk melatih gerak tubuh. Berdasarkan pengamatan selama ini beberapa siswa yang mempunyai gerak dasar kurang cenderung kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran Penjaskes, setelah pulang sekolah siswa hanya diam dirumah, anak yang lebih banyak bermain game, hanya

belajar saja dan lebih banyak menonton TV. Hasil tersebut tentu saja akan membuat aktifitas geraknya kurang dan mengakibatkan kemampuan motorik anak juga kurang, sehingga gerak dasar menjadi tidak berkembang dengan baik.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa kemampuan dasar gerak atletik siswa kelas V SD Negeri 1 Pagergunung, 2 siswa (8,33%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori baik sekali, sebanyak 4 siswa (16,67%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori baik, sebanyak 10 siswa (41,67%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori sedang, sebanyak 7 siswa (29,17%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori kurang, dan sebanyak 1 siswa (4,17%) mempunyai kemampuan dasar gerak atletik dalam kategori kurang sekali.

Saran

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

1. Bagi peneliti yang akan datang agar dapat mengadakan pertimbangan penelitian ini dengan menggunakan

subjek yang lain, baik dalam kuantitas maupun dalam kualitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra (2007). *Modul Teori Belajar Mengajar Motorik*. FPOK UPI Bandung.
- Anas Sudijono. (2010). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Anas Sudijono. (2011). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Amung Ma'mum dan Yudha M. Saputra.(2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas
- Bambang Sujiono, dkk. (2005). *Metode pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- _____ (2010). *Metode pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Depdikbud. (1994). *Garis Besar Program Pengajaran Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdikbud.
- Endang Rini Sukamti. (2007). *Diktat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Gallahue, D.L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. (2011). *Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults*. New York: McGraw-Hill Higher Education, London : McGraw-Hill.
- Husdrata. J. S, dan Yudha M. Saputra (2000). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Depdiknas.
- IAAF. (2002). *Competition Rules*. Jakarta
- Margono. (2002). *Diktat Atletik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Nurhasan. (2004). *Penilaian Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Pamuji Sukoco. (2004). *Perkembangan Motorik Murid Sekolah Dasar Purwomartani. Penelitian*. FIK : Universitas Negeri Yogyakarta.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik Di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Litera.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukintaka. (2001). *Teori Pendidikan Jasmani*. Yayasan Nuansa Cendikia. Yogyakarta.
- Sumadi Suryobroto. (2004). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: CV. Rajawali.
- Sumantri. (2005). *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional/Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Tenaga Perguruan Tinggi.
- Syahrial Bakhtiar. (2015). *Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak*. UNP Press Padang.