

**LAPORAN PENELITIAN
HIBAH BERSAING XIII PERGURUAN TINGGI
Tahun Anggaran 2005/2006**



MILIK PERPUSTAKAAN UNIV. NEGERI PADANG	
TERIMA TGL. :	30 NOVEMBER 2005
UMBER HARGA :	H
OLEKSI :	K
NO. INVENTARIS :	257/K/2005-m, D
KLASIFIKASI :	372.860 72 MOD-m

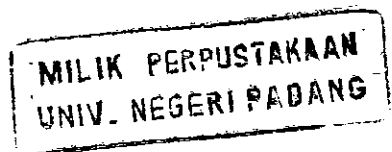
Gusril

**MODEL PENGEMBANGAN MOTORIK SISWA
SEKOLAH DASAR**

Oleh:
Dr. Gusril, M.Pd, dkk

Penelitian ini dibiayai oleh:
Direktorat Pembinaan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat
Ditjen Dikti Depdiknas dengan Surat Perjanjian
No : 019/SPPP/PP/DP3M/IV/2005 Tanggal 11 April 2005

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
NOVEMBER, 2005**



**LEMBAR IDENTITAS DAN PENGESAHAN LAPORAN AKHIR HASIL
PENELITIAN HIBAH BERSAING**

A. Judul Penelitian : MODEL PENGEMBANGAN MOTORIK SISWA
SEKOLAH DASAR

B. Ketua Peneliti

a. Nama : Dr. Gusril, M. Pd
 b. Jenis Kelamin : Laki-Laki
 c. Pangkat/Golongan/NIP : Pembina TK I/IVB/131600501
 d. Bidang Keahlian : Pendidikan Jasmani
 e. Fakultas/Jurusan : Ilmu Keolahragaan/Kesehatan dan Rekreasi
 f. Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Padang


C. Tim Peneliti

No	Nama	Biadang Keahlian	Fakultas/Jur	Perguruan Tinggi
1	Prof. Dr. Phil. Yanuar Kiram	Belajar Motorik	FIK/Kepelatihan	Universitas Negeri Padang
2	Drs. Syamsir Aziz, M. Ed.	Pendd. jasmani	FIK/Pendidikan Olahraga	Universitas Negeri Padang
3	Drs. Fauzan Hos	Teori Gerak	FIK/ Kepelatihan	Universitas Negeri Padang
4	Dra. Linda Darnela, M. Pd.	Senam	FIK/Kepelatihan	Universitas Negeri Padang

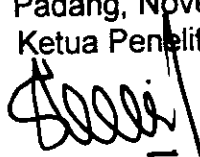
D. Pendanaan dan Jangka Waktu Penelitian :
 Jangka waktu penelitian yang disetujui : 2 Tahun
 Biaya total yang diusulkan : Rp. 64.026.000,00
 Biaya yang disetujui tahun 2005 : Rp. 26.000.000,00

Mengetahui:

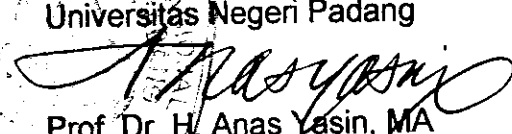
Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang


 Drs. Syahril Bakhtiar, M. Pd.
 Nip. 131584096

Padang, November 2005
Ketua Peneliti


 Dr. Gusril, M. Pd
 Nip. 131600501

Menyetujui:
Ketua Lembaga Penelitian
Universitas Negeri Padang


 Prof. Dr. H. Anas Yasin, MA
 Nip. 180365634



RINGKASAN DAN SUMMARY

Penelitian Tahun Pertama

MODEL PENGEMBANGAN MOTORIK SISWA SEKOLAH DASAR

Gusril, Yanuar Kiram, Syamsir Aziz, Fauzan Hos, Linda Darnela

Staf Pengajar Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan

Kepelatihan dan Pendidikan Olahraga FIK UNP

300 halaman

Dalam upaya meningkatkan motorik siswa sekolah dasar yang rendah diciptakan model pengembangan motorik. Tujuan penelitian ini sebagai berikut: (a) untuk mendapatkan informasi tentang kemampuan motorik, status gizi, aktivitas bermain, kebugaran jasmani, persepsi orang tua dan guru terhadap pengembangan motorik siswa sekolah dasar negeri di Sumatera Barat; (b) untuk mendapatkan informasi tentang keadaan sarana dan prasarana Penjas Sekolah Dasar di Sumatera Barat; (c) merumuskan model materi pengembangan motorik siswa sekolah dasar.

Populasi penelitian ini adalah siswa SD Negeri Sumatera Barat terdiri dari: siswa SD Negeri Kabupaten Agam (dataran tinggi), SD Kota Padang (dataran rendah, SD Negeri Kota Pariaman (tepi pantai). Sampel ditarik dengan menggunakan *Purposive random sampling* dan didapat sampel 300 orang masing-masing terdiri dari: 100 orang siswa SD Negeri 22 dan 32 Guguak Tinggi Kabupaten Agam, 100 orang siswa SD Negeri Percobaan Kota Padang, 100 orang siswa SD Negeri Kota Pariaman. Metode pengumpulan data dengan menggunakan tes kemampuan motorik (*Scoot motor ability test*), pengukuran tinggi dan berat badan (satus gizi). Untuk aktivitas bermain dan persepsi orang tua dan guru terhadap pengembangan motorik siswa SD digunakan instrumen, sedangkan untuk sarana dan prasarana digunakan format observasi dan wawancara untuk hal-hal yang belum dapat diungkapkan oleh instrumen.

Secara teoritik penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang Pendidikan Jasmani dan Olahraga, yang menghasilkan produk , yaitu: modul pengembangan motorik siswa sekolah dasar lengkap dengan *Casset Disk* (CD).

Untuk mencapai tujuan tersebut digunakan metode survey. Data diolah dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dan kualitatif.

Berdasarkan pembahasan dapat disimpulkan hasil penelitian sebagai berikut: (1) Kemampuan motorik, status gizi, aktivitas bermain dan kebugaran jasmani siswa SD Negeri di Sumatera Barat tanpa membedakan dataran tinggi, dataran rendah dan tepi pantai berada dalam kategori rendah; (2) Persepsi orang tua siswa dan guru SD Negeri Sumatera Barat terhadap pengembangan motorik anaknya tanpa membedakan dataran tinggi, dataran rendah dan tepi pantai sangat positif; (3) Sarana prasarana Penjas SD Negeri di Sumatera Barat sangat kurang; (4) Model materi pengembangan motorik siswa sekolah dasar terdiri dari: (a) Materi Pokok; (b) Sub Materi Pokok; (c) Kompetensi Dasar; (d) Indikator; (e) Metode Pengembangan Motorik terdiri dari: (1) Alat yang dibutuhkan; (2) Metode: Ceramah, Demontrasi, Eksplorasi, *Discovery*, *Problem solving* dan penugasan; (3) Strategi/Langkah terdiri dari: (a) Pendahuluan (*warming up*), penjelasan tentang tujuan pembelajaran, permainan kecil yang mengarah kepada inti pembelajaran dan latihan kelentukan togok; (b) Inti (*skill development*) terdiri dari: kegiatan mempelajari gerakan yang baru, membetulkan gerakan kalau ada yang salah, aktivitas puncak (*culmination activities*) yang berisi kompetisi; (c) Penutup (*Coolingdown*) (10% dari waktu yang tersedia). Kegiatan penutup ini berisi aktivitas yang rileks seperti: bernyanyi, memberikan motivasi dan menyimpulkan tentang materi yang sudah dipelajari dan evaluasi.

SUMMARY

MOTOR DEVELOPMENT MODEL IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS

Gusril, Yanuar Kiram, Syamsir Aziz, Fauzan Hos, Linda Darnela

Health and Recreation Departement, Coaching Education

Departement and Sport Education Staff, Sport Science Faculty

Padang State University

284 page

The objective of this research is to find out: (a) motor ability, nutrition status, play activities, physical fitness, parents' and teachers' perception to students' motor development, supporting facilities and; (b) to formulate material model of students' motor development in Primary Schools. The survey was conducted at Primary Schools in The West Sumatera involving 300 samples selected by Purposive Random Sampling.

A modification of Scott motor ability, student play activities, multistage fitness test and body weight and altometer test were used to collect data. Students play activities, parents' and teachers' perception of students' motor development by using instrument. The data was descriptively analyzed.

The study revealed that: (1) motor ability, nutrition status, play activities and physical fitness were low category; (2) parents' and teachers' perception of students' motor development were positive; (3) supporting facilities were less; (4) materials model of motor development consists of: (a) Primary subject; (b) sub of primary subject; (c) basic competence; (d) indicators; (e) motor development method consists of: equipment needs, method: discourse, demonstration, explanation, discovery, problem solving and assignation; strategy/step consist of: introduction (warm-up) consists of: teaching goals explanation, games and flexibility of togok; skill development consists of: new skill learning, culmination activities

(competition); coolingdown consist of: singing, motivating and concluding about tasks which have been studied and evaluation

PENGANTAR

Kegiatan penelitian mendukung pengembangan ilmu serta terapannya. Dalam hal ini, Lembaga Penelitian Universitas Negeri Padang berusaha mendorong dosen untuk melakukan penelitian sebagai bagian integral dari kegiatan mengajarnya, baik yang secara langsung dibiayai oleh dana Universitas Negeri Padang maupun dana dari sumber lain yang relevan atau bekerja sama dengan instansi terkait.

Sehubungan dengan itu, Lembaga Penelitian Universitas Negeri Padang bekerjasama dengan Proyek Peningkatan Penelitian Pendidikan Tinggi, Direktorat Pembinaan Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Ditjen Dikti Depdiknas dengan surat perjanjian kerja Nomor : 19/SPPP/PP/DP3M/IV//2005 Tanggal 11 April 2005, dengan judul *Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar*

Kami menyambut gembira usaha yang dilakukan peneliti untuk menjawab berbagai permasalahan pembangunan, khususnya yang berkaitan dengan permasalahan penelitian tersebut di atas. Dengan selesainya penelitian ini, Lembaga Penelitian Universitas Negeri Padang telah dapat memberikan informasi yang dapat dipakai sebagai bagian upaya penting dalam peningkatan mutu pendidikan pada umumnya. Di samping itu, hasil penelitian ini juga diharapkan memberikan masukan bagi instansi terkait dalam rangka penyusunan kebijakan pembangunan.

Hasil penelitian ini telah ditelaah oleh tim pembahas usul dan laporan penelitian, kemudian untuk tujuan diseminasi, hasil penelitian ini telah diseminarkan ditingkat nasional. Mudah-mudahan penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu pada umumnya, dan peningkatan mutu staf akademik Universitas Negeri Padang.

Pada kesempatan ini, kami ingin mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang membantu pelaksanaan penelitian ini. Secara khusus, kami menyampaikan terima kasih kepada Pimpinan Proyek Peningkatan Penelitian Pendidikan Tinggi, Direktorat Pembinaan Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Ditjen Dikti Depdiknas yang telah memberikan dana untuk pelaksanaan penelitian ini. Kami yakin tanpa dedikasi dan kerjasama yang terjalin selama ini, penelitian ini tidak akan dapat diselesaikan sebagaimana yang diharapkan dan semoga kerjasama yang baik ini akan menjadi lebih baik lagi di masa yang akan datang.

Terima kasih.



Padang, Oktober 2005
Ketua Lembaga Penelitian
Universitas Negeri Padang,

Prof. Dr.H. Anas Yasin, M.A.
NIP. 130365634



PRAKATA

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya, sehingga laporan hasil penelitian Hibang Bersaing (HBXII) tahun 2005-2006 dengan judul "**Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar**" telah dapat diselesaikan.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan laporan hasil penelitian ini tidak terlepas dari bantuan dan dorongan berbagai pihak. Untuk itu, atas segala bantuan mulai dari pembuatan proposal, seminar, pelaksanaan penelitian dan sampai kepada pembuatan laporan penelitian ini. Untuk itu, atas segala bantuan baik moril maupun materil penulis mengucapkan terma kasih kepada:

1. Direktur Ditbinlittabnas beserta seluruh jajarannya yang telah membiayai kegiatan penelitian ini.
2. *Reviewer* yang telah memberikan masukan yang bermanfaat guna menyempurnakan penelitian ini.
3. Pimpinan Universitas Negeri Padang khususnya Fakultas Ilmu Keolahragaan dan staf pengajar, Ketua Lemlit serta mahasiswa FIK
4. Kepala Dinas Pendidikan Nsional Kota Padang, Pariaman dan Kabupaten Agam
5. Kepala Sekolah Dasar Negeri Negeri Percobaan Padang, Kepala SD Negeri Padang pariaman, Kepala SD Negeri Kabupaten Agam.
6. Siswa SD Negeri yang terpilih sebagai sampel penelitian yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
7. Semua pihak yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Mudah-mudahan segala bantuan yang diberikan baik morik maupun materil dibalasi oleh Allah dengan pahala yang berlipat ganda. Amin!

Mudah-mudahan hasil penelitian ini ada manfaatnya bagi kita semua.

Padang, November 2005

Peneliti,

Ketua

Gusrii

DAFTAR ISI

LEMBAR IDENTITAS DAN PENGESAHAN	ii
RINGKASAN	iii
SUMMARY	iv
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR/ILLUSTRASI	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	5
II. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN TAHUN I	7
1. Tujuan Tahap Pertama	7
2. Manfaat Penelitian Tahap Pertama	7
III. TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Motorik Siswa Sekolah Dasar	9
B. Beberapa Faktor yang Mempengaruhi Motorik Siswa SD	19
1. Status Gizi	19
2. Aktivitas Bermain	29
3. Kebugaran Jasmani	42
C. Model Pengembangan Motorik Siswa SD	49
D. Kerangka Pemikiran Penelitian	54
IV. METODE PENELITIAN	58
A. Desain Penelitian	58
B. Metode Pendekatan	59
C. Spesifikasi Penelitian	60
D. Lokasi Penelitian	60
E. Sumber Data	61
F. Teknik Pengumpulan Data	62
G. Teknik Analisis Data	64
H. Dasar Perumusan Model Pengembangan Motorik Siswa SD ..	64
V. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	66
A. Hasil Penelitian	66
1. Data SD Negeri Sumatera Barat	66
2. Data Siswa SD Negeri Kabupaten Agam (Dataran Tinggi) ..	69

3. Data Siswa SD Negeri Kota Padang (Dataran Rendah)	85
4. Data Siswa SD negeri Kota Pariaman(Tepi Pantai).....	100
B. Model Pengembangan Motorik Siswa SD.....	116
C. Pembahasan	267
VI. KESIMPULAN DAN SARAN	272
A. Kesimpulan.....	272
B. Saran.....	274
VII. RENCANA/PENELITIAN TAHAP SELANJUTNYA.....	277
A. Tujuan Khusus.....	277
B. Metode	277
C. Jadwal Kerja.....	279
DAFTAR PUSTAKA	280

DAFTAR TABEL

Tabel 5.1.	Jenis Permainan yang Dilakukan Oleh Siswa SD Negeri di Kabupaten Agam di Luar Waktu Sekolah.....	71
Tabel 5.2.	Jenis Permainan yang Dilakukan Oleh Siswi SD Negeri di Kabupaten Agam di Luar Waktu Sekolah.....	72
Tabel 5.3.	Lama Waktu Melakukan Permainan Siswa SD di Sekolah Setiap Hari di Kabupaten Agam Tanpa Membedakan Jenis Kelamin	75
Tabel 5.4.	Tujuan Siswa SD Negeri Kabupaten Agam Melakukan Permainan	79
Tabel 5.5.	Perhatian Orang Tua Siswa SD Negeri Kabupaten Agam Terhadap Kegiatan Bermain Anaknya	80
Tabel 5.6.	Alat Permainan yang Dipilih Siswa SD Negeri Kabupaten Agam Dalam Melakukan Permainan.....	82
Tabel 5.7	Tempat Bermain yang Disenangi oleh Siswa SD Negeri Kabupaten Agam Dalam Bermain.....	83
Tabel 5.8.	Lama Waktu Siswa SD Negeri Kota Padang Melakukan Permainan di Luar Waktu Sekolah.....	90
Tabel 5.9.	Lama Waktu Siswa SD Negeri Kota Padang Melakukan Permainan di Sekolah.....	91
Tabel 5.10.	Tujuan Siswa SD Negeri Kota Padang Melakukan Permainan	94
Tabel. 5.11.	Perhatian Orang Tua Siswa SD Negeri Kota Padang Terhadap Kegiatan Bermain Anaknya	96
Tabel 5.12.	Alat Permainan yang Dipilih Siswa SD Negeri Kota Padang Dalam Melakukan Permainan.....	97
Tabel 5.13.	Tempat Bermain yang Disenangi oleh Siswa SD Negeri Kota Padang Dalam Bermain	98
Tabel 5.14.	Jenis Permainan yang Dilakukan Oleh Siswa SD Negeri di Kota Pariaman di Luar Waktu Sekolah.....	102

Tabel 5.15. Jumlah Permainan yang Dilakukan Siswi SD Negeri Kota Pariaman di Luar Waktu Sekolah	103
Tabel 5.16. Tujuan Siswa SD Negeri Kota Pariaman Melakukan Permainan	110
Tabel 5.17. Perhatian Orang Tua Siswa SD Negeri Kota Pariaman Terhadap Kegiatan Bermain Anaknya	112
Tabel 5.18. Tempat Bermain yang Disenangi oleh SiswaSD Negeri Kota Pariaman Dalam Bermain	114
Tabel 7.1. Jadwal Kerja	279

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Model Pengembangan Motorik Siswa SD Dengan Menggunakan Adopsi Rita Richey.....	56
Gambar 2. Langkah-Langkah Perencanaan Model Pengembangan Motorik Siswa SD Modifikasi Model Kemp.....	57
Gambar 3. Penimbangan Berat Badan dan Pengukuran Tinggi Badan	285
Gambar 4. Pelaksanaan Tes Kemampuan Motorik.....	306
Gambar 5. Siswa Sedang Melakukan Lempar Bola Basket (<i>Basketball Throw</i>)	306
Gambar 6. Siswa Sedang Melakukan Lari Cepat 4 detik (<i>4 Sec. Dash</i>)	306
Gambar 7. Siswa Sedang Melakukan Passing ke Dinding (<i>Wall Pass</i>).....	307
Gambar 8. Siswa Sedang Melakukan Lompat jauh Tanpa Awalan (<i>Broad Jump</i>).....	307

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Penimbangan Berat Badan dan Tinggi Badan	285
Lampiran 2. Tes Kemampuan Motorik.....	286
Lampiran 3. Instrumen Aktivitas Bermain	289
Lampiran 4. Instrumen Persepsi Terhadap Pengembangan Motorik Siswa SD	299
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian Dari Dinas Pendidikan Kabupaten Agam	303
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian Dari Dinas Pendidikan Kota Padang.....	304
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian dari Pemda Kota Pariaman.....	305
Lampiran 8. Gambar Pelaksanaan Tes Kemampuan Motorik.....	306

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah Dasar (SD) adalah suatu lembaga pendidikan yang memberikan bekal kepada siswa untuk dapat melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi. Bila ditinjau mata pelajaran yang ada dalam kurikulum SD dapat dikelompokkan ke dalam program pendidikan umum, program pendidikan akademis dan program pendidikan keterampilan. Salah satu mata pelajaran yang terdapat dalam program pendidikan umum adalah mata pelajaran Pendidikan Jasmani (Penjas).

Penjas merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional (Depdiknas, 2004: 1). Ditegaskan oleh Mutohir, Penjas harus berorientasi kepada proses untuk mencapai kesuksesan dalam pengembangan anak secara keseluruhan menjadi manusia yang utuh (1995: 1). Dalam artian, proses pembelajaran yang berorientasi kepada aktivitas belajar yang tinggi dan rasa senang.

Bila aktivitas belajar tinggi dan sudah ada rasa senang melakukan Penjas tentu siswa SD akan banyak memanfaatkan waktu belajarnya dengan aktivitas gerak dan gembira. Dampaknya, siswa kaya pengalaman berbagai gerakan dan timbul motivasi untuk melakukan kegiatan Penjas.

Adapun tujuan Penjas di SD untuk membantu siswa dalam mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan (*cognitive*), keterampilan (*psychomotor*), sikap (*affective*) dan kebugaran jasmani (*physical fitness*) yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan pola hidup sehat berdasarkan Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK).

Secara rinci tujuan Penjas menurut KBK sebagai berikut: (a) meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai dalam Penjas; (b) membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap

cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama; (c) menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar Penjas; (d) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis melalui aktivitas jasmani; (e) mengembangkan kemampuan gerak (motorik) dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga; (f) mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani; (g) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain; (h) mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat; (i) mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif (Depdiknas, 2004: 2).

Untuk mencapai tujuan Penjas, disusunlah materi pembelajaran yang dituangkan dalam Garis-Garis Besar Program Pengajaran (GBPP) dari kelas I sampai kelas VI dengan sistem semester yang terdiri dari: permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri/senam, aktivitas ritmik (adalah aktivitas yang diberikan dalam kegiatan intrakurikuler, sedangkan akuatik (aktivitas air), pendidikan luar sekolah (*outdoor education*) diberikan dalam kegiatan ekstra kurikuler.

Dalam pelaksanaan pembelajaran Penjas pada setiap materi pokok dan sub materi pokok, guru harus memperhatikan pola pengajaran ke dalam beberapa tahap berikut: (a) memperkenalkan materi yang akan dipelajari dan pemanasan (*introduction*). Tujuannya: untuk menyiapkan kondisi fisik dan psikis siswa menghadapi latihan inti baik pernafasan dan peredaran darah serta temperatur tubuh; (b) pengembangan keterampilan (*skill development*) yang berisi: memperkenalkan keterampilan yang dipelajari, pengembangan keterampilan yang berisi belajar keterampilan dasar, membetulkan gerakan kalau ada yang salah, aktivitas puncak (*culmination activities*) yang berisi permainan dan pertandingan; (c)

penenangan (*coolingdown*) yang berisi kegiatan yang rileks dan kesimpulan (Ashton, 1994: 13).

Bila ditinjau pembagian waktu pembelajaran Penjas terdiri dari: (a) kegiatan pemanasan 10%; (b) kegiatan inti 80%; dan (c) penenangan 10% dari seluruh waktu yang tersedia. Di samping itu, guru Penjas juga harus memperhatikan rambu-rambu pembelajaran sebagai berikut: (a) tahapan pelaksanaan dilakukan dimulai dari yang mudah ke yang sukar, dari yang sederhana ke yang kompleks, dari jarak dekat ke yang jauh, dan dari tingkat kesulitan yang rendah ke yang tinggi; (b) variasi pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan cara maju-mundur, kiri-kanan, pelan-cepat-lebih cepat dan menyerong; (c) pengorganisasian kegiatan dilaksanakan secara: perorangan, berpasangan, kelompok kecil dan kelompok besar; (d) cara pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan latihan, menirukan, permainan, perlombaan, dan pertandingan (Depdiknas, 2004: 9).

Adapun fungsi Penjas SD sebagai berikut: (a) aspek organik antara lain: menjadikan fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik, sehingga individu dapat memenuhi tuntutan lingkungannya secara memadai serta memiliki landasan untuk pengembangan keterampilan; (b) aspek neuromuskuler antara lain: meningkatkan keharmonisan fungsi saraf dan otot; (c) aspek perseptual antara lain: mengembangkan kemampuan menerima dan membedakan isyarat; (d) aspek kognitif antara lain: mengembangkan kemampuan menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan dan mengambil keputusan; (e) aspek sosial antara lain: menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan dimana berada; (f) aspek emosional antara lain: mengembangkan respon positif terhadap aktivitas jasmani (Depdiknas, 2004: 3-4).

Bila tujuan dan fungsi Penjas sudah tercapai tentu pengetahuan, keterampilan, sikap dan kebugaran jasmani serta kemampuan motorik (*motor ability*) siswa menjadi lebih baik karena pengalaman gerak yang banyak. Kemampuan motorik adalah kesanggupan seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dari peragaan suatu keterampilan yang

relatif melekat setelah masa kanak-kanak (Lutan, 1988: 96). Lebih lanjut dikatakan bahwa faktor biologis dianggap sebagai kekuatan utama yang berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang. Kemampuan motorik itulah yang kemudian berperan sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan.

Gusril (2004:119) menyimpulkan bahwa sebahagian besar kemampuan motorik siswa SD Negeri Kota Padang banyak yang rendah. Begitu juga dengan kebugaran jasmani siswa, hasil penelitian Nasional menyimpulkan bahwa 45% pelajar usia 16-19 tahun memiliki tingkat kebugaran dalam kategori kurang atau kurang sekali, 37% pelajar usia 13-15 tahun memiliki kategori kurang atau kurang sekali. Tidak satu persenpun para pelajar usia 13-19 tahun yang masuk kategori baik sekali, dan hanya 11% para pelajar usia 16-19 tahun serta 14,8% pelajar usia 13-15 yang berkategori baik (Menpora, 1977: 45).

Diperkuat oleh hasil penelitian Pusat Kebugaran Jasmani dan Rekreasi (Pussegjasrek) Departemen Pendidikan Nasional (Depdiknas) tahun 1998 dalam Adiasapoetra (2002: 20) menunjukkan sebahagian besar anak sekolah di Indonesia tingkat kebugaran jasmaninya rendah atau berada di bawah rata-rata.

Mutohir (1990: 40) menyimpulkan bahwa rendahnya kemampuan motorik dan kebugaran jasmani siswa akibat kualitas pengajaran Pendidikan Jasmani yang memprihatinkan di SD. Hal ini sejalan dengan pendapat Gusril (1996) yang menyatakan bahwa pemanfaatan waktu pembelajaran Penjas bagi siswa SD Kota Padang dengan aktivitas gerak hanya 20 menit dari waktu yang tersedia 80 menit. Jones (1995) menyatakan bahwa aktivitas penggunaan waktu pembelajaran Penjas harus 50% dari waktu yang tersedia dengan aktivitas gerak oleh siswa.

Masalah lain yang terjadi dalam pembelajaran Penjas di Sumatera Barat, yaitu: pengajaran yang masih tradisional, kemampuan guru yang terbatas dalam pembelajaran, sarana dan prasarana yang minim. Sebagai contoh: ada guru Penjas yang mengajar tidak sesuai dengan pola

pengajaran (tidak sistematis). Dalam artian, guru tidak punya persiapan dalam mengajar, sehingga akhirnya pembelajaran tidak sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Tentu hal ini akan menyulitkan untuk mencapai kompetensi dasar dan standar kompetensi yang dituntut oleh KBK.

Rendahnya mutu hasil pembelajaran Penjas dapat disimpulkan dari keluhan masyarakat olahraga yang mengindikasikan bahwa mutu bibit olahragawan usia dini SD rendah. Keluhan ini terutama dikaitkan dengan dua hal yang mudah dideteksi, yaitu: (a) tingkat kebugaran jasmani atau sering disebut kemampuan fisik seperti: daya tahan umum, kekuatan, kelenturan, dan daya tahan otot; dan (b) kemampuan motorik.

Berdasarkan fenomena yang ada, perlu dilakukan penelitian guna meningkatkan motorik siswa dengan cara menciptakan Model Pengembangan Motorik Siswa SD Sumatera Barat yang relevan dengan karakteristik siswa (suka bermain) dan fleksibel dalam menunjang KBK yang sedang diterapkan ditinjau dari SD yang berada pada dataran tinggi, dataran rendah dan tepi pantai. Dengan adanya model pengembangan motorik ini tentu diharapkan dapat mengatasi rendahnya motorik siswa SD Sumatera Barat. Di samping itu, model ini dapat membantu guru dalam mengatasi keterlantaran pembelajaran Penjas di SD.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah tingkat kemampuan motorik siswa SD Negeri Sumatera Barat ditinjau dari dataran tinggi, rendah, dan tepi pantai?
2. Bagaimanakah status gizi siswa SD Negeri Sumatera Barat ditinjau dari dataran tinggi, rendah, dan tepi pantai?
3. Bagaimanakah aktivitas bermain siswa SD Negeri Sumatera Barat ditinjau dari dataran tinggi, rendah, dan tepi pantai?

4. Bagaimanakah tingkat kebugaran jasmani siswa SD Negeri Sumatera Barat ditinjau dari dataran tinggi, rendah dan tepi pantai?
5. Bagaimanakah persepsi orang tua siswa dan guru SD Negeri Sumatera Barat terhadap pengembangan motorik anaknya?
6. Bagaimanakah keadaan sarana dan prasarana Penjas di SD Negeri Sumatera Barat?
7. Bagaimanakah materi Model Pengembangan Motorik Siswa SD Negeri yang terdiri dari: Modul dan *Compact Disc* (CD)?

II. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN TAHUN PERTAMA

1. Tujuan Tahap Pertama

- 1.1. Untuk mendapatkan informasi tentang kemampuan motorik siswa SD Negeri Sumatera Barat
- 1.2. Untuk mendapatkan informasi tentang status gizi siswa SD Negeri Sumatera Barat?
- 1.3. Untuk mendapatkan informasi tentang aktivitas bermain siswa SD Negeri Sumatera Barat
- 1.4. Untuk mendapatkan informasi tentang kebugaran jasmani siswa SD Negeri Sumatera Barat
- 1.5. Untuk mendapatkan informasi tentang persepsi orang tua dan guru terhadap pengembangan motorik siswa SD Sumatera Barat
- 1.6. Untuk mendapatkan informasi tentang keadaan sarana dan prasarana Penjas yang tersedia di SD Negeri Sumatera Barat.
- 1.7. Untuk mendapatkan Model Pengembangan Motorik Siswa SD Negeri Sumatera Barat yang terdiri dari: Modul dan *Compact Disc* (CD).

2. Manfaat Penelitian Tahap Pertama

Secara praktis maupun teoritis penelitian ini bermanfaat bagi siswa SD dalam rangka mempersiapkan lulusan yang berkualitas sehat jasmani dan rohani serta mendukung pencapaian tujuan kurikulum Nasional Pendidikan Dasar dan Menengah, yaitu: menyiapkan siswa agar dapat melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi dan mempunyai pengetahuan, keterampilan dan sikap. Di samping itu, juga menunjang peningkatan kualitas Penjas khususnya mengenai olahraga pada jenjang SD perlu dilakukan secara terpadu sistematis, bertahap dan berkesinambungan yang akhirnya memberikan kontribusi pada prestasi olahraga Nasional.

Dengan adanya Materi Model Pengembangan Motorik Siswa SD tentu akan bertemu antara model dengan potensi anak. Konsekuensinya, siswa belajar sesuai dengan potensi dan menimbulkan kesenangan serta tujuan Penjas tercapai. Secara rinci manfaat penelitian sebagai berikut:

- a. Penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi
 - 1) Sebagai strategi yang efektif bagi peningkatan motorik siswa SD Negeri Sumatera Barat dalam rangka meningkatkan kualitas generasi mendatang yang sehat jasmani dan rohani, sehingga dapat berperan dalam pembangunan bangsa.
 - 2) Sebagai landasan dalam menyusun konsep dan teori baru dalam bidang Penjas dan Olahraga yang dikembangkan menjadi kegiatan pembinaan olahraga Nasional.
- b. Penelitian ini bermanfaat bagi penerapan Teknologi dan Seni, yaitu:
 - 1) Menciptakan dan menerapkan teknologi dalam bidang olahraga dan bermanfaat bagi penyiapan SDM yang berkualitas di masa datang.
 - 2) Meningkatkan kualitas pembinaan atlet usia dini yang dapat menunjang prestasi olahraga nasional.
- c. Penelitian ini bermanfaat bagi pemecahan masalah pembangunan Menyiapkan kader-kader pembangunan yang sehat jasmani dan rohani dan terampil dalam berbagai bidang IPTEKS dan Olahraga.
- d. Penelitian ini berguna bagi pengembangan kelembagaan khususnya Fakultas Ilmu Keolaharagaan Universitas Negeri Padang dalam mengembangkan kurikulumnya sebagai produsen guru-guru Penjas.
- e. Meningkatkan peranan UNP dalam mewujudkan Tridharma Perguruan Tinggi di bidang penelitian dalam rangka membantu pemerintah mewujudkan tujuan kurikulum.

III. TINJAUAN PUSTAKA

A. Motorik Siswa Sekolah Dasar

Sekolah Dasar adalah suatu lembaga pendidikan yang memberikan bekal kemampuan kepada siswanya untuk dapat melanjutkan ke pendidikan yang lebih tinggi. Pada masa SD, anak-anak berada pada masa kritis, yaitu: membentuk kebiasaan untuk mencapai sukses atau tidak. Semua ini, tergantung kepada lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat tempat anak itu berada.

Dilihat dari segi pertumbuhan fisik dan mental pada usia anak-anak merupakan periode pertumbuhan yang lebih cepat dan lemah terhadap pengaruh lingkungan yang bersifat merugikan, karena dapat mendatangkan malapetaka. Pada masa ini, anak-anak belum dapat memberikan penilaian tentang baik atau buruknya suatu lingkungan. Sekali terbentuk kebiasaan jelek, maka kebiasaan itu cenderung menetap sampai dewasa.

Pada masa anak-anak disebut masa kreatif, yaitu: masa dalam rentang kehidupan yang menentukan apakah anak-anak menjadi konfirmis atau pencipta karya yang baru. Meskipun ungkapan kreatif diletakkan pada awal masa anak-anak. Namun kemampuan untuk menggunakan dasar ini dalam kegiatan-kegiatan orisinil pada umumnya belum berkembang sempurna sebelum anak-anak mencapai tahun akhir masa anak-anak. Para ahli menyatakan bahwa tahap perkembangan kognitif usia 7-12 tahun disebut masa operasi kongkrit (*concrete operations*) (Helms dan Turner, 1981: 423).

Adapun ciri-ciri pada masa ini sebagai berikut: (a) anak-anak sadar tentang cara pemecahan masalah; (b) menguji bagian-bagian pengetahuan keseluruhan (utuh); (c) mengekspresikan diri dalam pelaksanaan atau penggunaan intelektual (Haywood, 1986: 255). Ditambahkan karakteristik umum pada masa anak-anak yaitu: (a) mempelajari keterampilan fisik yang diperlukan untuk permainan yang

umum; (b) membangun sikap yang sehat mengenai diri sendiri sebagai makhluk yang sedang tumbuh; (c) belajar menyesuaikan diri dengan teman-teman sebaya; (d) mulai mengembangkan peran sosial pria dan wanita; (e) mengembangkan keterampilan dasar untuk membaca, menulis dan berhitung; (f) mengembangkan pengertian-pengertian yang diperlukan untuk kehidupan sehari-hari; (g) mengembangkan hati nurani, pengertian, tata dan tingkatan nilai; (h) mengembangkan sikap terhadap kelompok-kelompok sosial dan institusi; (i) mencapai kebebasan pribadi (Hurlock, 1990: 10).

Bila diperhatikan pertumbuhan anak menunjuk kepada perubahan kuantitas dalam ukuran tubuh. Perkembangan menggambarkan perubahan dalam fungsi. Perkembangan motorik mencerminkan perubahan diri anak dalam berinteraksi dengan lingkungannya yang penuh tantangan secara efektif. Semua ini tentu tergantung kepada kemampuan anak dalam mengeksplorasi dan mengeksploitasi segala unsur-unsur yang bermanfaat bagi perkembangan motoriknya.

1. Pengertian Motorik

Latihan dalam olahraga diisi dengan bermacam-macam gerakan yang sesuai menurut cabangnya. Di dalam operasionalnya, motorik (gerak) dikatakan sebagai perubahan tempat, posisi dan kecepatan tubuh atau bagian tubuh manusia yang terjadi dalam suatu dimensi ruang dan waktu serta dapat diamati secara objektif. Misalnya: sewaktu siswa SD melakukan lari, jalan, lompatan dan memanjat dan kejar-kejaran.

Berbicara masalah pengertian gerak beberapa literatur memakai istilah gerak dengan *motor* dan *movement* untuk maksud yang sama. Hal ini dapat ditemui dalam belajar keterampilan motorik, kata motorik dan gerak mempunyai hubungan sebab akibat. Pengertian gerak tidak hanya dilihat dari perubahan tempat, posisi dan kecepatan tubuh melakukan aksi motorik. Tetapi gerak juga dilihat sebagai hasil yang nyata dari proses motorik. Penampilan (*performance*) siswa dalam melakukan pukulan dan berlari pada Permainan Kasti adalah gerak yang dapat diamati,

sedangkan motorik adalah suatu proses yang tidak dapat diamati dan merupakan penyebab terjadinya gerak.

Contoh lain: proses memegang tongkat dan mengayunkan pemukul pada bola kasti serta kegiatan berlari dapat diamati sebagai suatu gerak. Tetapi gerak yang terjadi juga diartikan sebagai hasil yang kongkrit dari proses motorik. Penampilan yang kongkrit maksudnya adalah gerak sebagai sesuatu yang dapat diamati, sedangkan motorik adalah suatu proses yang tidak dapat diamati dan merupakan penyebab terjadinya gerak. (Depdikbud, 1992: 49).

Tetapi menurut N.E. Kephart istilah itu berbeda dan dijelaskan bahwa *movement* adalah setiap pergeseran tempat (*motion*) yang terjadi secara terus menerus dan dapat diamati secara eksternal. Motor adalah impuls yang juga terjadi secara terus menerus dan bersifat internal serta tidak dapat diamati (Kephart, 1960:35: 53). Singer menyatakan motor adalah gerakan yang melibatkan persepsi dengan kognitif. Jadi motor adalah proses yang dimulai dengan datangnya stimulus, diteruskan ke pusat syaraf sampai pada respons yang sukar diamati (Singer, 1980: 12).

Meskipun Kephart dan Singer membedakan kedua istilah tersebut, dalam bahasan selanjutnya digunakan istilah motorik dan gerak secara bergantian dengan maksud yang sama. Kiram menyatakan motorik adalah suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan pengaturan fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan. Ditambahkan peristiwa laten yang tidak dapat diamati antara lain: penerimaan informasi/stimulus, pemberian makna terhadap informasi, pengolahan informasi, proses pengambilan keputusan dan dorongan untuk melakukan berbagai bentuk aksi motorik (Kiram, 1992: 48).

Kata kemampuan motorik merupakan terjemahan dari *motor ability*. Istilah *motor ability* sering terjadi pencampuradukan penggunaan istilahnya dengan *athletic ability*. Sebenarnya kedua istilah tersebut berbeda, yaitu: istilah motor mengacu kepada gerakan fisik, sedangkan

athletic ability mengacu kepada gerakan fisik dalam konteks olahraga. Jadi *motor ability* akan menjadi *athletic ability*, jika kemampuan gerak dimanifestasikan berada dalam cakupan olahraga.

Untuk itu, dalam memberikan identifikasi dan definisi tentang kemampuan motorik dapat dilakukan. Sudah banyak penelitian yang dilakukan oleh pakar olahraga seperti: Sargent (1887), Mc Cloy (1940) sampai pada Fleisman. Hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa kemampuan motorik adalah kapasitas seseorang dalam bergerak dilihat dari fisik dan daya fisik yang mengacu kepada otot (Alderman, 1974: 16). Cozens menyebut kemampuan motorik dengan *general athletic ability*, adalah sebagai suatu kriteria untuk mendapatkan ukuran kemampuan atletik diantara mahasiswa perguruan tinggi.

Dengan melihat kemampuan atletiknya, dosen memilih mahasiswa yang mempunyai kemampuan atletik yang baik akan ditampilkan dalam pertandingan (Clarke, 1979: 280). Dapat ditambahkan bahwa *general athletic ability* adalah sebagai alat ukur kemampuan gerak umum berolahraga. Maksudnya kemampuan untuk menguasai komponen-komponen gerak yang diperlukan dalam berolahraga.

Kemampuan motorik dikatakan kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak. Kemampuan motorik juga merupakan kualitas umum yang dapat ditingkatkan melalui latihan (Lutan, 1988: 213). Disisi lain, kemampuan motorik adalah kemampuan individual yang mendasari penampilan dalam berbagai keterampilan motorik (Burton, 1998:157).

Kirkendal menyatakan kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak (1980: 213). Oleh sebab itu, kemampuan motorik dipandang sebagai landasan keberhasilan masa datang di dalam melakukan tugas keterampilan olahraga. Seseorang yang memiliki kemampuan motorik tinggi, diduga akan lebih berhasil dalam menyelesaikan tugas keterampilan motorik khusus.