

**PERBEDAAN KEMAMPUAN MOTORIK MURID SEKOLAH
DASAR NEGERI 21 BATANG ANAI DENGAN MURID
SEKOLAH DASAR NEGERI 07 ULAKAN TAPAKIS
DI KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan di Universitas Negeri Padang*



Oleh :

**SEPTA ANNISA
NIM. 94820**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2011

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**PERBEDAAN KEMAMPUAN MOTORIK MURID SEKOLAH DASAR
NEGERI 21 BATANG ANAI DENGAN MURID SEKOLAH
DASAR NEGERI 07 ULAKAN TAPAKIS DI
KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

Nama : Septa Annisa
BP/ NIM : 2009/ 94820
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2011

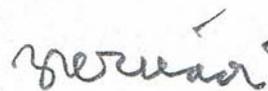
Disetujui oleh :

Pembimbing I



Drs. Zarwan, M. Kes
NIP. 19611230 19880 3 1003

Pembimbing II



Drs. Willadi Rasyid, M. Pd
NIP. 19591121 19860 2 1006

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Hendri Neldi, M. Kes. AIFO
NIP. 19620520 19870 3 1002

ABSTRAK

Perbedaan Kemampuan Motorik Murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai dengan Murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis di Kabupaten Padang Pariaman

OLEH : Septa Annisa, (94820/ 2011

Penelitian ini bertujuan untuk: 1) mengetahui bagaimana kemampuan motorik (kecepatan, kelincahan dan kekuatan) murid SD Negeri 21 Batang Anai, 2) mengetahui bagaimana kemampuan motorik murid (kecepatan, kelincahan dan kekuatan) murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis, dan 3) mengetahui bagaimana perbedaan kemampuan motorik (kecepatan, kelincahan dan kekuatan) murid SD Negeri 21 Batang Anai dengan murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis.

Jenis penelitian ini adalah *expost facto* yang bertujuan untuk membandingkan dari kemungkinan sebab akibat dengan cara mencari kembali faktor penyebab kemudian data dikumpulkan setelah kejadian berlangsung. Waktu penelitian dimulai pada bulan April- Mei 2011. Populasi penelitian adalah 191 orang di SD Negeri 21 Batang Anai dan 221 di SD Negeri 07 Ulakan Tapakis. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Porpositive Random Sampling*, jadi sampel berjumlah 18 orang di SD Negeri 21 Batang Anai dan 20 orang di SD Negeri 07 Ulakan Tapakis.

Dari analisa data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut bahwa: kemampuan motorik murid SD Negeri 21 Batang Anai: 1) kecepatan, 33,3% klasifikasi sedang, 55% klasifikasi kurang dan 11,1% berada pada klasifikasi kurang sekali, 2) kelincahan 33,33% berada klasifikasi sedang, 66,67% pada klasifikasi kurang sekali. 3) kekuatan, 16,67% berada pada klasifikasi baik sekali, sedang, kurang dan 50% berada pada klasifikasi baik. Dan murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis: 1) kecepatan 5% klasifikasi sedang, 90% klasifikasi kurang dan 5% berada pada klasifikasi kurang sekali, 2) kelincahan 90% klasifikasi kurang dan 10% klasifikasi kurang sekali. 3) kekuatan 15% klasifikasi sedang, 45% klasifikasi kurang dan 40% klasifikasi kurang sekali. Dari temuan tersebut dapat diambil kesimpulan dari ke tiga komponen kemampuan motorik bahwa: tidak terdapat perbedaan kecepatan murid SD Negeri 21 Batang Anai dengan murid SD Negeri 07 Ulakan, terdapat perbedaan kelincahan murid SD Negeri 21 Batang Anai dengan murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis, dan terdapat perbedaan kekuatan murid SD Negeri 21 Batang Anai dengan murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya berupa kesehatan, kekuatan, kesempatan serta kesabaran kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan pembuatan skripsi ini dengan judul : **“Pebedaan Kemampuan Motorik Murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai dengan Murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis di Kabupaten Padang Pariaman”**. Tak lupa, shalawat beserta salam semoga senantiasa terlimpah buat Rasulullah, Nabi Muhammad SAW yang tak kenal lelah dan pantang menyerah demi menegakkan Dinul Islam, satu-satunya agama yang diridhoi oleh Allah SWT. Semoga kita mendapatkan syafa'at dari beliau di akhirat kelak.

Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan, baik moril dan materil dari segala pihak. Untuk itu, dengan hati yang tulus penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada :

- 1) Prof. DR. H. Z. Mawardi Effendi, M. Pd selaku Rektor Universitas Negeri Padang.

- 2) Drs. H. Syahril Bachtiar, M. Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam menempuh pendidikan di FIK UNP.
- 3) Drs. Hendri Neldi, M. Kes, AIFO selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan dorongan, masukan dalam penyelesaian studi pada jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang.
- 4) Drs. Zarwan, M. Kes selaku Sekretaris Jurusan sekaligus menjadi pembimbing I, yang telah banyak memberikan pemikiran, dorongan, semangat, arahan, dan bimbingan dengan penuh perhatian dan kesabaran sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.
- 5) Drs. Willadi Rasyid, M. Pd selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, dorongan, semangat, pemikiran dan pengorbanan waktu sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.
- 6) Drs. H. Syahril Bachtiar, M. Pd, Drs. H. Ediswal, M. Pd, dan Drs. Qalbi Amra, M. Pd selaku dosen penguji yang telah banyak memberikan masukan, saran dan kritikan sehingga skripsi ini dapat menjadi lebih baik.
- 7) Bapak/ Ibu Dosen Staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

- 8) Guru Penjas SD Negeri 21 Batang Anai dan SD Negeri 07 Ulakan Tapakis yang telah membantu dalam pengambilan nilai sewaktu melakukan penelitian.
- 9) Teristimewa kepada kedua orang tua beserta keluarga lainnya yang telah memberikan dukungan berupa moril dan materil serta do'a yang selalu mengiringi.
- 10) Teman-teman senasib dan seperjuangan, Hilda (Ria Cink2), Ria Uncu, Leni, Nova, Buya, Ni Pik, Ni Win, para penghuni lokal C transfer, dan teman-teman lainnya, beserta orang yang selalu dicintai dan disayangi, ci abg dan adik2ku yang juga berperan membantu penulis.

Semoga bantuan, bimbingan dan petunjuk yang Bapak/ Ibu dan rekan-rekan berikan menjadi amal saleh dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

Akhirnya penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati penulis mengharapkan saran yang konstruktif dari semua pihak. Mudah-mudahan skripsi ini bermanfaat bagi pengelola pendidikan dimasa yang akan datang. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan taufik dan hidayah-Nya kepada kita semua. **Amin**.....

Padang, Juli 2011

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	
HALAMAN PERSEMBAHAN	
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR GRAFIK	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Masalah	7
F. Kegunaan Hasil Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
1. Pengertian Kemampuan Motorik	9

2. Tahap Kemampuan Motorik Murid Sekolah Dasar	14
3. Unsur – Unsur Kemampuan Motorik	15
4. Komponen Kemampuan Motorik	16
B. Kerangka Konseptual	21
C. Hipotesis Penelitian	22

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian	23
C. Populasi dan Sampel	23
D. Jenis dan Sumber Data	25
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	26
F. Teknik Analisis Data	31

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Verifikasi Data	33
B. Deskripsi Data	33
C. Pembahasan Hasil Penelitian	49

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	54
B. Saran	55

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian Murid SD N 21 Batang Anai dan SD N 07 Ulakan Tapakis	24
2. Sampel Penelitian Murid SD N 21 Batang Anai dan SD N 07 Ulakan Tapakis	25
3. Norma Standarisasi Kelincahan <i>Zig – Zag Run Test</i> (dtk)	29
4. Distribusi Frekuensi tes Lari <i>Sprint</i> 40 m Murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai	34
5. Distribusi Frekuensi <i>Zig – Zag Run Test</i> Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai	36
6. Distribusi Frekuensi Loncat Tegak Murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai	38
7. Distribusi Frekuensi tes Lari <i>Sprint</i> 40 m Murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis	40
8. Distribusi Frekuensi <i>Zig – Zag Run Test</i> Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis	42
9. Distribusi Frekuensi Loncat Tegak Murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis	44
10. Uji Beda Mean (uji t)	45

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu tujuan pembangunan nasional adalah membangun manusia Indonesia seutuhnya, sehat jasmani dan rohani. Pembangunan itu sendiri merupakan suatu rangkaian kegiatan yang akan membangun setiap aspek kehidupan manusia, demi untuk menciptakan masyarakat Indonesia adil, makmur dan sejahtera serta berbudi pekerti yang luhur. Pendidikan nasional yang berdasarkan Pancasila bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehat jasmani dan rohani. Sebagaimana dinyatakan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003 pasal 3 tentang sistem Pendidikan Nasional bahwa :

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.”

Selanjutnya dalam Garis-Garis Besar Haluan Negara yang tertuang dalam ketetapan Majelis Permusyawaratan Rakyat No. II/MPR/2002 juga dinyatakan bahwa :

“Pendidikan merupakan usaha untuk mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran, serta meningkatkan kualitas manusia Indonesia yaitu manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berbudi pekerti luhur, berkepribadian mandiri,

tangguh cerdas, kreatif, terampil, berdisiplin, beretos kerja, profesional, bertanggungjawab, produktif, sehat jasmani dan rohani. Selanjutnya perlu ditingkatkan pembinaan olahraga, prestasi pembinaan tenaga keolahragaan dan peningkatan peran serta masyarakat, serta pembinaan kelembagaan dan organisasi induk olahraga.”

Pemerintah menyadari betapa pentingnya kemampuan motorik bagi anak didik sehingga pada saat ini di setiap jenjang pendidikan diwajibkan untuk melaksanakan kegiatan pendidikan jasmani dan kesehatan yang bertujuan untuk membina jasmani dan rohani anak didik sehingga dapat menunjang prestasi belajar sehingga menjadi lebih baik.

Kemampuan motorik yang baik sangat diharapkan dan dibutuhkan pada setiap anak didik untuk memperoleh ketangkasan, kesanggupan serta kemampuan belajar yang tinggi. Tingkat kemampuan motorik akan membantu seseorang dalam melaksanakan pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Salah satu jalan untuk memelihara atau meningkatkan kemampuan motorik adalah dengan melakukan olahraga yang benar dan aktifitas fisik sehari-hari yang bermanfaat untuk kesehatan. Karena kesehatan sangat menentukan aktivitas seseorang.

Dari uraian di atas, jelaslah bahwa melalui pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat mempersiapkan dan mengembangkan keterampilan motorik siswa. Menurut Sukintaka (2004:78) : “Perkembangan motorik adalah perkembangan kontrol terhadap gerak jasmani (*bodily-movement*) lewat aktivitas yang dikoordinasi oleh pusat syaraf, syaraf dan otot”. Sebagai contoh sebagaimana seorang anak yang mengembangkan

kemampuan untuk melompat, karakteristik apa yang terlihat untuk mengidentifikasi kekhususan tiap individu pada umur tertentu. Luthan (1988) mengatakan bahwa : “Kemampuan motorik sebagai kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak, kemampuan motorik juga merupakan kualitas umum yang dapat dilakukan melalui latihan”.

Berdasarkan observasi penulis di lapangan, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai kemampuan motorik pada murid-murid Sekolah Dasar. Dalam pelaksanaan penelitian ini, penulis mengambil dua buah Sekolah Dasar sebagai tempat penelitian yaitu Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai dan Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis di Kabupaten Padang Pariaman. Walaupun Sekolah Dasar tersebut berada dalam satu wilayah Kabupaten, namun kedua sekolah tersebut terletak pada tempat yang terpisah jauh dengan keadaan lingkungan yang berbeda. Seperti Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai, keadaan tempat tinggal mereka yang dekat dengan sekolah yang rata-rata berjarak 100-250m menjadikan perjalanan ke sekolah hanya dalam waktu yang singkat sehingga kurangnya aktivitas fisik yang mereka lakukan. Sementara itu bagi mereka yang berada di tempat yang cukup jauh maka untuk sampai ke sekolah mereka lebih cenderung menggunakan transportasi karena sarana transportasi sangat memadai.

Apalagi keadaan sosial ekonomi orang tua mereka yang rata-rata lebih baik, sehingga mereka jarang untuk membantu orang tua sepulang

sekolah yang berakibat minimnya kegiatan fisik yang mereka lakukan. Lingkungan yang berada pada lalu lintas tengah Sumatera yang sering dilewati kendaraan, menjadikan udara tercemari oleh debu dan asap. Daerah ini juga mempunyai suhu yang rendah dan panas, hal ini sangat mempengaruhi kerja jantung dibandingkan dengan daerah pedesaan yang sejuk. Di sekolah inipun hanya terdapat lapangan yang tidak terlalu besar untuk berolahraga, yang juga mengakibatkan minimnya aktivitas fisik dan motorik yang mereka lakukan disaat berolahraga.

Hal ini berbanding terbalik dengan lingkungan pada Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis terletak pada daerah yang tidak terlalu ramai yang juga didukung dengan keadaan lingkungan yang masih hijau sehingga kondisi udaranya masih bersih dari pencemaran asap kendaraan. Kondisi tempat tinggal yang berada pada daerah pedesaan, mengakibatkan sulitnya sarana transportasi untuk sampai ke sekolah. Hal ini menyebabkan mereka harus berjalan kaki agar sampai di sekolah dan sepulang sekolah mereka dituntut lagi untuk membantu orang tua mereka yang mayoritas bersawah dan berladang. Hal ini secara tidak langsung telah membantu terjadinya proses aktivitas fisik yang sangat berpengaruh pada tingkat kemampuan motorik mereka.

Di sekolah ini juga terdapat sebuah lapangan yang cukup besar sehingga memungkinkan mereka untuk melakukan kegiatan olahraga yang tentunya semakin menunjang terciptanya kemampuan motorik yang baik.

Perilaku yang demikian telah menjadi kebiasaan bagi anak-anak di daerah tersebut, karena dengan seringnya aktivitas fisik yang mereka lakukan maka semakin baik pula tingkat kebugaran fisik dan kemampuan motorik yang mereka miliki. Dengan latar belakang kebiasaan serta kegiatan murid-muridnya di luar sekolah maka murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis memiliki aktivitas fisik yang banyak.

Dengan berbagai latar keadaan yang berbeda baik dari segi letak geografis, sosial ekonomi, keadaan lingkungan, keadaan suhu dan kelembapan udara, serta sarana transportasi dan tingginya tingkat aktivitas fisik yang mereka lakukan menjadikan kemampuan motorik murid-murid antara kedua sekolah di Kabupaten Padang Pariaman tersebut memiliki perbedaan yang signifikan.

Berdasarkan anggapan dan informasi yang dikemukakan pada uraian terdahulu, maka belum dapat ditentukan murid Sekolah Dasar mana yang memiliki kemampuan motorik yang baik karena keadaan masing-masing sekolah yang sangat berbeda sekali. Untuk itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang perbedaan kemampuan motorik murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai dengan Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis di Kabupaten Padang Pariaman.

B. Identifikasi Masalah

Penelitian ini didasarkan pada perbedaan kemampuan motorik antara murid-murid Sekolah Dasar yang berada di daerah pedesaan dengan murid-

murid Sekolah Dasar yang berada di daerah perkotaan. Di dalam penelitian ini timbul beragam masalah tentang peningkatan kemampuan motorik. Di dalam peningkatan kemampuan motorik erat kaitannya dengan komponen-komponen kemampuan motorik, antara lain :

1. Kecepatan
2. Kelincahan
3. Daya tahan
4. Ketahanan
5. Kekuatan
6. Keseimbangan
7. Fleksibilitas
8. Koordinasi

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang muncul, maka untuk melihat tingkat kemampuan motorik dalam menghendaki penelitian tersendiri. Untuk itu dalam penelitian ini tidak bermaksud untuk meneliti semua komponen yang diungkapkan di atas, tetapi dibatasi pada variabel kemampuan motorik yakni kecepatan, kelincahan, dan kekuatan dengan melihat perbedaan kemampuan motorik antara murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai dengan murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis di Kabupaten Padang Pariaman.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah yang telah dijelaskan di atas, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana kemampuan motorik murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman?
2. Bagaimana kemampuan motorik murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis Kabupaten Padang Pariaman?
3. Bagaimana perbedaan kemampuan motorik antara murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai dengan murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis di Kabupaten Padang Pariaman?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui kemampuan motorik murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman
2. Mengetahui kemampuan motorik murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis Kabupaten Padang Pariaman
3. Mengetahui perbedaan kemampuan motorik antara murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai dengan murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis di Kabupaten Padang Pariaman

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini nantinya diharapkan berguna untuk kepentingan sebagai berikut :

1. Bagi penulis, merupakan salah satu syarat dalam menyelesaikan program sarjana (SI) pada jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai dan Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis sebagai bahan pertimbangan dalam meningkatkan kemampuan motorik muridnya. Bila kemampuan motorik murid meningkat tentu prestasi belajarnya akan meningkat pula.
3. Bagi peneliti selanjutnya sebagai pedoman dan dasar untuk mengkaji masalah yang sama dengan penelitian ini.
4. Memberikan pengetahuan bagi para pembaca.
5. Sebagai sumbangsih dalam ilmu pengetahuan khususnya bidang pendidikan jasmani dan kesehatan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pengertian Kemampuan Motorik

Motorik berasal dari bahasa Inggris yaitu *motor ability*. Gerak (motor) sebagai istilah umum untuk berbagai bentuk gerak manusia. Sedangkan psikomotorik khususnya digunakan pada domain mengenai perkembangan manusia yang mencakup gerak manusia. Menurut Nugroho (2005:9) bahwa kemampuan motorik adalah terminologi yang digunakan dalam berbagai keterampilan dasar aktivitas kesegaran jasmani.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh pakar olahraga seperti: Sargent (1887), Mc Cloy (1940) sampai pada Fleisman mengungkapkan bahwa kemampuan motorik adalah “kapasitas seseorang dalam bergerak dilihat dari fisik dan daya fisik yang mengacu kepada otot”.

Sementara Elizabeth B Hurlock (1978:150), mengatakan bahwa motorik yaitu “perkembangan pengendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang terkoordinasi”. Selanjutnya Cholik Mutohir (2004:4) menjelaskan kemampuan motorik adalah ”kemampuan individual yang mendasari penampilan berbagai keterampilan motorik”. Kemampuan motorik adalah kualitas gerak individu dalam melakukan gerak penunjang kegiatan berolahraga. Sedangkan Rusli Lutan (1988) mengatakan kemampuan motorik sebagai

kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak, kemampuan motorik juga merupakan kualitas umum yang dapat ditingkatkan melalui latihan.

Kirkendal menyatakan kemampuan motorik merupakan “kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak”. Oleh sebab itu, kemampuan motorik dipandang sebagai landasan keberhasilan masa yang akan datang di dalam melakukan tugas keterampilan olahraga. Seseorang yang memiliki kemampuan motorik tinggi diduga akan lebih berhasil dalam menyelesaikan tugas keterampilan motorik khusus. Setiap orang akan berbeda-beda kemampuan motoriknya, karena tergantung atas beberapa faktor seperti pada banyaknya pengalaman gerakan yang dikuasai, kebiasaan berolahraga, latihan yang diikuti, usia, jenis kelamin, kecukupan gizi yang dikonsumsi, tingkat kebugaran jasmani dan sebagainya.

Disisi lain Gusril (2005:10) mengatakan di dalam operasionalnya, “motorik (gerak) dikatakan sebagai perubahan tempat, posisi dan kecepatan 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 serta kejar-kejaran. Selanjutnya Kiram (2005:5) juga mengartikan bahwa “motorik adalah suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan proses pengendalian dan pengaturan fungsi-fungsi organ tubuh baik secara

fisiologis maupun secara psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan”. Di sisi lain Burton (1998:213) yaitu : “kemampuan motorik sebagai kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak”. Selain itu juga kemampuan motorik merupakan kualitas umum yang dapat ditingkatkan melalui latihan.

Dari beberapa batasan yang telah dikemukakan di atas, tentang pengertian motorik dan kemampuan motorik, maka jelaslah bahwa kemampuan motorik adalah kualitas kemampuan atau hasil gerak yang berasal dari dalam maupun luar diri anak untuk mengacu pada keterampilan gerak rendah yang dapat ditingkatkan melalui latihan. Dan merupakan perubahan gerak dasar dari semenjak bayi hingga dewasa yang melibatkan beberapa komponen gerak dalam melakukan suatu aktivitas gerak dalam kehidupan sehari-harinya, baik aktivitas bermain maupun aktivitas berolahraga dan aktivitas lainnya.

Kemampuan dan keterampilan motorik seorang anak tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan kontrol motorik. Kontrol motorik tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh. Kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa latihan fisik. Misalnya: siswa dalam melakukan pukulan dalam permainan kasti di sekolah. Perhatian utama yang dilakukan oleh siswa antara lain: a) posisi berdiri, b) cara memegang alat pemukul, c) ayunan, d) arah bola sewaktu dilempar oleh pelempar, e) arah bola akan dipukul agar jangan didapat oleh lawan main, f) perkenaan bola saat

melakukan pukulan, g) tingginya bola akan dipantulkan, h) posisi lawan bermain, i) cara meletakkan alat pemukul setelah melakukan pukulan, j) seberapa cepat lari untuk menuju *home base*, k) gerakan lanjutan.

Semuanya merupakan stimulus lingkungan yang harus diperhatikan siswa dalam melakukan pukulan pada permainan kasti seperti: apa yang dilihat, diperhatikan, didengarkan dan dirasakan. Untuk itu, dalam mekanisme persepsi diperlukan indera perasaan dan penalaran. Di samping itu, terjadilah proses informasi dalam melakukan suatu aktivitas. Proses informasi ini akan digunakan oleh siswa dalam setiap kegiatan motorik baik di sekolah maupun di rumah. Dengan banyaknya pengalaman motorik yang dilakukan oleh siswa tentu akan menambah kematangan dalam melakukan aktivitas motorik.

Bila dirinci, ada sebelas kemampuan yang terdapat dalam individu untuk mengidentifikasi dan merespon suatu stimulus, yaitu:

“a) kecermatan kontrol (*control precision*), b) koordinasi anggota badan (*multilimb coordination*), c) orientasi respon (*response orientation*), d) waktu reaksi (*reaction time*), e) kecepatan gerakan lengan (*speed of arm movement*), f) kontrol kecepatan (*rate control*), g) kecekatan tangan (*manual dexterity*), h) kecekatan jari (*finger dexterity*), i) keajegan tangan-lengan (*arm-hand steadiness*), j) kecepatan jari pergelangan (*wrist-finger speed*), k) membidik (*aiming*)”.

Kecermatan kontrol (*control precision*) adalah kemampuan untuk melakukan tugas yang memerlukan kehalusan dan kontrol yang tinggi, penyesuaian otot terutama keterlibatan otot besar. Koordinasi anggota badan (*multilimb coordination*) adalah kemampuan

mengkoordinasikan sejumlah anggota badan secara simultan. Orientasi respon (*response orientation*) adalah kemampuan membedakan secara visual dan berorientasi pada pola gerakan secara tepat.

Waktu reaksi (*reaction time*) adalah kemampuan yang mencerminkan kecepatan individu yang merespon pada saat munculnya suatu stimulus. Kecepatan gerakan lengan (*speed of arm*) adalah kemampuan gerakan lengan, terpotong-potong secara cepat dan diperlukan ketepatan. Kontrol kecepatan (*rate control*) adalah kemampuan mengubah arah gerakan secara cepat dalam gerakan berkelanjutan.

Kecekatan tangan (*manual dexterity*) adalah kemampuan gerak lengan tangan dalam terampil dan terarah dalam memanipulasi objek dalam kondisi cepat. Kecekatan jari (*finger dexterity*) adalah kemampuan memanipulasi objek kecil secara terkendali dengan melibatkan jari-jari tangan. Kecepatan jari pergelangan (*wrist-finger speed*) adalah kemampuan menggerakkan jari dan pergelangan secara cepat. Membidik (*aiming*) adalah kemampuan membidik sasaran kecil dengan ketepatan dan kecepatan reaksi yang tinggi.

Aspek-aspek yang perlu dikembangkan untuk anak Sekolah Dasar adalah motorik, kognitif, emosional, sosial, moralitas dan kepribadian. Hal ini bisa diperoleh siswa pada saat mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dan melalui latihan-latihan olahraga pada kegiatan pengembangan diri ataupun

dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang secara nyata berhubungan dengan aktivitas fisik dan gerak.

2. Tahap Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar

Bagi seorang anak, tahap atau fase belajar motorik adalah suatu fase yang menggambarkan keadaan penguasaan keterampilan motorik mereka dalam melaksanakan gerakan-gerakan olahraga. Kemampuan seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda. Tahap-tahap kemampuan motorik siswa kelas V dan VI Sekolah Dasar (umur 10-12 tahun) menurut Sukintaka (2004:80-90) yakni sebagai berikut : “1) aktivitas rekreasi, 2) aquatik, 3) permainan dan olahraga, 4) aktivitas ritmik, 5) aktivitas pengembangan, 6) tes terhadap diri sendiri”.

Pada umumnya pada anak usia Sekolah Dasar memiliki pengalaman-pengalaman gerakan, pengalaman gerakan yang mereka miliki secara umum mereka peroleh dari berbagai aksi motorik yang mereka lakukan dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga berbagai dan variasi pengalaman gerak cara berjalan, berlari, melempar, menangkap, melompat, memanjat, berguling, dan lain-lainnya. Namun semua itu belum lagi terarah pada suatu cabang olahraga tertentu, walaupun pengalaman gerakan yang mereka miliki tersebut akan mempermudah dan membantu mereka terhadap penguasaan keterampilan motorik olahraga yang dia inginkan. Menurut Kiram (2000:23) :

“Kemampuan seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda, perbedaan tersebut

ditentukan oleh kemampuan kondisi dan koordinasi yang dimiliki, perbedaan usia, pengalaman gerakan, jenis kelamin, frekuensi latihan, perbedaan tujuan dan motivasi dalam mempelajari suatu keterampilan motorik serta perbedaan suatu kemampuan kognitif”.

Dalam hal ini guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar perlu memahami setiap ciri-ciri koordinasi gerakan yang merupakan faktor yang sangat menentukan keberhasilan seseorang dalam penguasaan keterampilan motorik dalam olahraga. Baik dalam pembelajaran penjasorkes, maupun dalam cabang-cabang prestasi.

3. Unsur-Unsur Kemampuan Motorik

Pengaruh faktor biologis dianggap sebagai kekuatan utama yang berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang. Kemampuan motorik dasar itulah yang kemudian berperan sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan. Waharsono dan Sajoto menyatakan pada masa anak besar perkembangan jaringan ototnya besar. Pada anak perempuan peningkatan kekuatan tercepatnya dicapai pada usia 9 tahun sampai 10 tahun, sedangkan pada anak laki-laki peningkatan tercepatnya dicapai pada usia antara 11 tahun sampai 12 tahun. Ditambahkan bahwa anak laki-laki kekuatannya meningkat dua kali lipat selama usia dari 6 tahun sampai 11 tahun dan meningkat 3,6 kali lipat selama usia 6 tahun sampai 18 tahun.

Kemampuan motorik dipengaruhi oleh antara lain: a) faktor keseimbangan yang terdiri dari: pusat gaya, garis gaya dan dasar penyokong badan, b) faktor pemberi daya yang terdiri dari: gerak yang

lamban, percepatan, aktivitas/reaksi, c) faktor penerima daya yang terdiri dari: daerah permukaan dan jarak, d) kemampuan lokomotor terdiri dari: fase reflex, fase belum sempurna, fase dasar, fase spesialisasi. e) kemampuan manipulative, f) kemampuan yang stabil, g) kesegaran jasmani.

4. Komponen Kemampuan Motorik

Sukintaka (2001:47) menyatakan bahwa perkembangan kemampuan motorik sangat ditentukan oleh pertumbuhan dan perkembangan. Kedua faktor ini masih harus didukung oleh latihan yang sesuai dengan tingkat kematangan anak dan gizi yang baik. Ada kemungkinan bahwa baiknya pertumbuhan dan perkembangan dan perkembangan akan berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang. Sedangkan faktor mekanik menurut Gusril (2003:33) terdapat unsur-unsur kemampuan motorik, yaitu sebagai berikut :

“a) faktor keseimbangan yang terdiri dari pusat gaya, garis gaya dan dasar penyokong, b) faktor pemberi gaya yang terdiri dari gerak yang lambat, percepatan aktivitas/reaksi, c) faktor penerima gaya yang terdiri dari daerah permukaan dan jarak, d) kemampuan lokomotor yang terdiri dari fase refleks, fase belum sempurna, fase dasar, e) kemampuan manipulatif, f) kemampuan yang stabil”.

Secara umum Robert V Hockey (1977:156-159) menjelaskan kemampuan motorik terdiri dari beberapa komponen yaitu: “1) kelincahan (*agility*), 2) daya ledak (*power*), 3) koordinasi (*coordination*), 4) kecepatan (*speed*), 5) waktu reaksi (*reaction time*), 6) keseimbangan (*balance*)”.

Menurut Barrow (1976:120) komponen-komponen kemampuan motorik terdiri dari: “1) kekuatan, 2) kecepatan, 3) power, 4) ketahanan, 5) kelincahan, 6) keseimbangan, 7) fleksibilitas, dan 8) koordinasi”. Sementara Setyo Nugroho (2005:12) mengatakan bahwa dalam kinerja keterampilan motorik kasar (gross motor skill) memiliki komponen-komponen mencakup hal-hal sebagai berikut: “1) kekuatan otot, 2) daya tahan otot, 3) daya tahan kardiovaskular, 4) kecepatan, 5) kelincahan, 6) keseimbangan, 7) power, 8) koordinasi mata-tangan, 9) koordinasi mata-kaki”.

Komponen tersebut menjadi tolak ukur terciptanya tingkat kemampuan motorik yang bagus, karena keadaan jasmani yang dikatakan baik apabila beberapa komponen tersebut dimiliki oleh seseorang yang digunakan dalam setiap aktivitasnya.

Disamping itu untuk meningkatkan kemampuan motorik juga ditentukan oleh faktor makanan, pakaian, istirahat, rekreasi, aktivitas fisik dan kebersihan. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Rusli Lutan (2001:78) “seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang baik dan memiliki kekebalan terhadap penyakit dikarenakan aktivitas yang sering dilakukan”.

Menurut Bompa dalam Syafrudin (1996:46) menyatakan bahwa “kekuatan adalah kondisi fisik seseorang tentang kemampuannya dalam mempergunakan otot untuk menerima beban sewaktu bekerja. Sedangkan menurut Pute dalam Arsil (1999:44) mengemukakan bahwa

“kekuatan adalah kemampuan maksimal yang dapat digunakan dalam sekali kontraksi maksimal. Selanjutnya menurut Verducci dalam Suharno (1986:144) bahwa “kekuatan adalah kekuatan berkontraksi dari otot dalam melakukan aktivitas.

Menurut Syafrudin (1996:53) “kelincahan merupakan kemampuan seseorang untuk merubah arah atau posisi di area tertentu. Pendapat inipun juga dikuatkan oleh Bompa dalam Syafrudin (1996:44) yang menyatakan bahwa “kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah arah atau posisi di area tertentu.

Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan keseimbangan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya seperti lari cepat, balap sepeda dan sebagainya. Menurut Corbin dan Arsil (199:82) menyatakan bahwa “kecepatan adalah kemampuan untuk melangkah dari satu tempat ke tempat lainnya dalam waktu yang singkat”. Sedangkan Suharno (1986:134) menjelaskan bahwa “kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan berkesinambungan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya”. Dan menurut Gusril (1994:80) bahwa “kecepatan merupakan kemampuan untuk memindahkan sebagian tubuh atau seluruh tubuh pada jarak tertentu dalam waktu yang sesingkat-singkatnya”.

Menurut Gusril (1994:80) menyatakan bahwa “kekuatan otot adalah kualitas yang memungkinkan terjadinya kontraksi sekelompok

otot secara maksimal”. Sedangkan Ring dalam Suharno (1986:132) menyatakan bahwa daya tahan otot adalah kualitas yang membuat seseorang mampu menggerakkan sekelompok otot secara berulang kali (dinamis) dibawah maksimal”. Sedangkan Bombo dalam Suharno (1986:133) menyatakan bahwa “daya tahan otot adalah kemampuan seseorang mempergunakan ototnya untuk berkontraksi secara terus menerus dalam waktu yang relatif lama”. Daya tahan otot menurut Suharno (1986:135) “kemampuan otot mengeluarkan daya maksimal dalam waktu yang tepat”. Daya tahan otot yang besar dimiliki oleh orang-orang yang mempunyai kekuatan besar, kecepatan tinggi, dan kecepatan dalam mengintegrasikan kekuatan dan kecepatan”. Hal ini juga diungkapkan oleh Bempa dalam Syafrudin (1996:49) bahwa daya tahan otot adalah kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimal yang dikerahkan dalam waktu yang sependek-pendeknya, dan kelenturan adalah aktivitas seseorang dalam penyesuaian diri untuk segala aktivitas dengan penguluran tubuh yang luas.

Menurut Gusril (1994:82) menyatakan bahwa ketahanan kardiovaskuler respiratori dapat ditafsirkan sebagai kualitas fisik (sistem jantung, peredaran darah, dan pernafasan) yang membuat seseorang mampu melaksanakan secara terus menerus suatu kerja fisik yang cukup berat tanpa merasa lebih sebelumnya”. Pernyataan ini juga dikuatkan

oleh Arsil (1999:20) “daya tahan kardiorespiratori yaitu bentuk-bentuk latihan yang menaikkan denyut jantung per menit 60% dari maksimal.

Selanjutnya Suharno (1986:132) menyatakan bahwa “fleksibilitas adalah kualitas yang memungkinkan terjadinya peregangan otot secara maksimal tanpa mengalami cedera pada persendian”. Selanjutnya koordinasi adalah kemampuan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam suatu tugas kerja yang kompleks.

Menurut Suharno (1986:130) bahwa “keseimbangan adalah kemampuan seseorang mengontrol alat-alat organis yang bersifat neuromuscular seperti pelaksanaan berdiri dengan tangan (hand stand)”. Sedangkan keseimbangan merupakan kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ saraf otot.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik hakikatnya adalah kemampuan seseorang untuk melakukan tugas fisik yang memerlukan kekuatan, kelincahan, kecepatan, daya tahan, kelenturan atau fleksibilitas dan lain sebagainya. Kemampuan itu bisa dicapai melalui sebuah kombinasi dari latihan yang teratur dan kemampuan yang melekat pada seseorang. Untuk itu pembinaan kesegaran jasmani di Sekolah Dasar sangatlah penting karena mendatangkan beberapa keuntungan. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Rusli Lutan (2001:9) bahwa “pendidikan jasmani itu akan memberikan manfaat yang besar diantaranya 1) meningkatkan kapasitas belajar

siswa, 2) meningkatkan ketahanan terhadap penyakit, dan 3) menurunkan angka tidak masuk sekolah”.

Di dalam penelitian ini yakni mengkaji perbedaan tingkat kemampuan motorik murid antara SD Negeri 21 Batang Anai dengan SD Negeri 07 Ulakan Tapakis di Kabupaten Padang Pariaman tidak menyajikan seluruh komponen yang telah dikemukakan oleh para ahli, akan tetapi lebih menfokuskan pembahasannya pada tiga komponen yang telah dipilih dan dinyatakan dalam Barrow *Motor Ability* adalah motor ability components tested meliputi: “kekuatan (*power*), kelincahan (*agility*), dan kecepatan (*speed*)” (Bosco & Gustafson, 1983: 148). Setyo Nugroho (2005:14) mengemukakan bahwa:

“Power adalah kemampuan yang berisi kombinasi komponen kekuatan dan kecepatan. *Agility* adalah kemampuan untuk mengubah arah gerakan tubuh dan bagian-bagiannya secara cepat. Sedangkan *speed* adalah kemampuan untuk bergerak dengan kecepatan maksimal dan dengan kecepatan yang tinggi”.

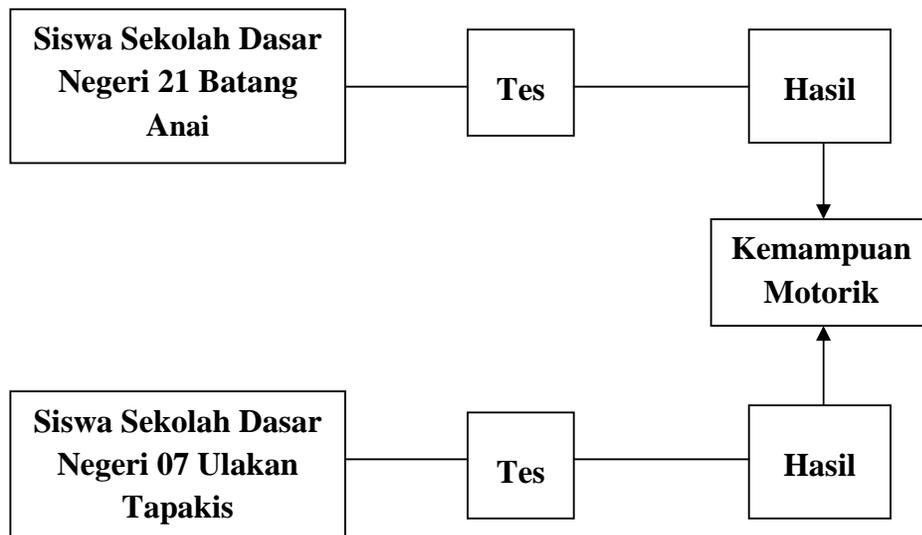
B. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual ini dimaksud untuk membantu merumuskan hipotesis dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat terlaksana secara terarah serta hasilnya dapat memberikan jawaban pemecahan pada pokok masalah penelitian yang telah diterapkan.

Peningkatan kemampuan motorik pada hakekatnya adalah untuk meningkatkan daya tahan tubuh dalam melaksanakan aktivitas fisik sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Kemampuan motorik dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain kesehatan lingkungan, keadaan

letak geografis suatu daerah, keadaan suhu dan kelembaban udara serta keadaan gizi manusia itu sendiri. Dengan demikian kesehatan lingkungan mempunyai hubungan yang erat dengan kemampuan motorik seseorang khususnya bagi anak Sekolah Dasar.

Selanjutnya untuk memberikan gambaran secara konseptual yang lebih jelas tentang kerangka berfikir di atas dapat diperhatikan alur gambar di bawah ini :



Gambar 1. Skema Penelitian

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah dan perumusan masalah yang telah diajukan, maka sebagai hipotesis dalam penelitian ini adalah : terdapat perbedaan kemampuan motorik antara murid Sekolah Dasar Negeri 21 Batang Anai dengan murid Sekolah Dasar Negeri 07 Ulakan Tapakis di Kabupaten Padang Pariaman.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dalam bab ini akan dikemukakan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang telah ditemui, adapun kesimpulan dan saran dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

A. Kesimpulan

1. Kecepatan lari sprint murid SD Negeri 21 Batang Anai berada dalam kategori kurang, dan kecepatan murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis berada kategori kurang. Tidak terdapat perbedaan yang berarti antara kecepatan lari 40 meter murid SD Negeri 21 Batang Anai dengan murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis.
2. Kelincahan murid SD Negeri 21 Batang Anai berada dalam kategori kurang, dan kelincahan murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis berada dalam kategori kurang. Terdapat perbedaan yang berarti antara kelincahan (zig zag run tes) murid SD Negeri 21 Batang Anai dengan murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis.
3. Kekuatan otot tungkai murid SD Negeri 21 Batang Anai berada dalam kategori baik dan kekuatan otot tungkai murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis berada pada klasifikasi kurang. Terdapat perbedaan yang berarti antara kekuatan otot tungkai murid SD Negeri 21 Batang Anai dengan murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, maka peneliti mengemukakan beberapa saran yaitu kepada:

1. Kepala sekolah di SD Negeri 21 Batang Anai berada dalam kategori baik dan kekuatan otot tungkai murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis dalam meningkatkan kemampuan motorik diharapkan agar memberikan dukungan, baik itu dalam penyediaan sarana dan prasarana olahraga, maupun dukungan moril, dan diharapkan juga kepala sekolah bisa bekerjasama dengan berbagai pihak dalam hal penyediaan sarana dan prasarana olahraga.
2. Guru penjasorkes agar terus memotivasi siswa agar mau melakukan aktivitas gerak, dan juga menciptakan pola latihan olahraga yang bervariasi.
3. Siswa SD Negeri 21 Batang Anai berada dalam kategori baik dan kekuatan otot tungkai murid SD Negeri 07 Ulakan Tapakis agar terus meningkatkan meningkatkan kemampuan motoriknya salah satunya dengan meluangkan waktu untuk berolahraga.
4. Orang tua siswa agar lebih meningkatkan perhatian terhadap anaknya, baik dengan memotivasi, dan juga memberikan contoh tentang pola hidup sehat, serta dalam hal penguatan mental dan pengawasan gizi anak.
5. Kepala Dinas Pendidikan agar memberikan dukungan baik secara moril dan materil, yaitu dalam penyediaan sarana dan prasarana, demi

kelancaran proses belajar mengajar pada umumnya, dan kegiatan belajar mengajar penjasorkes khususnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas. 2002. *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Proyek Pendidikan Jasmani Luar Biasa.
- Depdiknas. 2004. *Kurikulum Berbasis Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar*. Jakarta.
- Depdiknas. 2006. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta.
- Gusril. 2003. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Negeri Kotamadya Padang*. Jakarta: UNJ.
- Gusril. 2005. *Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar*. Padang: FIK-Universitas Negeri Padang.
- Hurlock, Elizabeth B. 1978. *Perkembangan Motorik Anak Jilid 1 (terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.
- Katin, Kahar. 1988. *Kumpulan Kuliah Manajemen*. Padang: UNAND.
- Kiram, Yanuar. 2000. *Belajar Motorik*. Padang: FIK-Universitas Negeri Padang.
- Kikendal, Don R. 1980. *Measurements and Evaluation for Physical Education*. Dubuque: WM,C,Brown Company Publisher.
- Mutohir, T. Cholik & Gusril. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak*. Jakarta: PPKKO, Dirjen Olahraga, Depdiknas.
- Rutan, Rusli, dkk. (2001). *Pendidikan Kesegaran Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.