TINJAUAN KEMAMPUAN GERAK DASAR SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 4 KOTA PARIAMAN

SKRIPSI

Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepelatihan Olahraga sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

DERI ADRIANTO 1102991

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA JURUSAN KEPELATIHAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI PADANG 2019

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Tinjauan Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah

Menengah Pertama Negeri 4 Kota Pariaman

Nama : Deri Adrianto

NIM/BP : 1102991/2011

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan : Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Univeritas Negeri Padang

Padang, Januari 2020

Disetujui oleh,

Pembimbing

Drs. Mermanzoni, M.Pd

NIP:196104141986031 007

Ketua Jurusan Kepelatihan

Dr. Donie, S. Pd. M.Pd NIP 197207171998031004

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi

Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

TINJAUAN KEMAMPUAN GERAK DASAR SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 4 KOTA PARIAMAN

Nama

: Deri Adrianto

NIM/BP

: 1102991/2011

Prodi

: Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Jurusan

: Kepelatihan

Fakultas

: Ilmu Keolahragaan Univeritas Negeri Padang

Padang, Januari 2020

Tim Penguji:

I.Ketua

: Drs. Hermanzoni, M.Pd

2.Anggota

: Dr. Roma Irawan, S.P.d, M.Pd

3. Anggota : Vega Soniawan, S.Pd, M.Pd

2 () Appr

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

- Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "Tinjauan Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Kota Pariaman "adalah asli karya sendiri.
- 2. Karya tulis ini murni gagasan , rumusan, dan penelitian saya sendiri,tanpa bantuan pihak lain,kecuali dari pembimbing.
- 3. Di dalam karya tulis ini,tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain,kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan dalam perpustakaan
- 4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini,saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini,serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hokum yang telah berlaku

Padang, januari 2020

Yang membuat pernyataan

DERI ADRIANTO

Nim. 1102991/2011

ABSTRAK

Deri Ardianto (2019) :Tinjauan Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Kota Pariaman

Masalah dalam penelitian ini adalah banyak siswa yang tidak sesuai teknik gerak dasar di SMPN 4 kota Pariaman tersebut terutama pada kemampuan motorik kasarnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan motorik kasar peserta didik di SMPN 4 kota Pariaman.

Jenis Penelitian ini adalah Deskriptif. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Juli-Agustus 2019. Tempat Penelitian dilakukan di lapangan sekolah SMPN 4 kota Pariaman. Populasi penelitian berjumlah 196 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Random*, diperoleh sampel berjumlah 40 orang. Instrumen yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah melakukan tes Adapun jenis tesnya adalah sebagai berikut: 1. *Standing board jump 2. zig-zag run 3. Medicine ball put.* Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk presentase dengan rumus P= F/N x 100%.

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: Sebagain besar peserta didik di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 kota Pariaman memiliki tingkat kemampuan motorik pada kategori "Sedang", yaitu sebanyak 36 peserta didik (90%). Secara rinci hasil dari penelitian adalah, kategori sangat baik ada 0 peserta didik (0%), kategori baik ada 2 orang (5%), kategori kurang ada 2 orang (5%), dan kategori amat kurang ada 0 (0%) peserta didik

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis sampaikan kehadirat allah SWT, karena berkat limpahan rahmat dan karunia-NYA lah penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul "Tinjauan Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Kota Pariaman".

Adapun tujuan penulisan skripsi ini adalah dalam rangka menyelesaikan program studi untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Kepelatihan dengan Jenjang Program Strata (S1) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam penulisan skripsi ini penulis telah berusaha semaksimal mungkin dengan kemampuan yang ada untuk mendapatkan hasil yang terbaik, namun sebagai manusia penulis menyadari tidak terlepas dari keterbatasan dan kekurangan sesuai dengan ilmu pengetahuan yang dimiliki. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun, demi kesempurnaan isi dari penelitian ini.

Dalam penulisan skripsi ini penulis banyak menemukan permasalahan mulai dari persiapan, pengambilan data, pengolahan data sampai penyusunan laporan, akan tetapi berkat rahmat dan hidayahnya Allah SWT, serta bantuan dari berbagai pihak, alhamdulillah skripsi ini dapat diselesaikan. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

 Bapak Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

- Bapak Dr. Donie, S. Pd, M. Pd selaku ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
- Sekretaris Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- 4. Bapak Drs. Hermanzoni, M. Pdsebagai pembimbing.
- 5. Bapak dosen selaku Tim Penguji Skripsi
- Selurus Staf pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- 7. Bapak / Ibuk Guru Penjasorkes di Sekolah Menengah Negeri 4 Kota Pariaman.
- 8. Yang tercinta kedua orang tua yang telah banyak memberikan dukungan moral dan materil serta do'a yang selalu menyertai penulis.
- 9. Sahabat seperjuangan teman-teman BP 2011Kepelatihan Olahraga FIK UNP.

Semoga bimbingan, saran petunjuk serta bantuan yang telah diberikan kepada penulis, akan menjadi amal ibadah dan diridhoi oleh Allah SWT, Amin ya Robbal A'lamin.

Padang, Januari 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HA	LAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI
HA	LAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI
PE	RNYATAAN
AB	STRAK
KA	TA PENGANTAR
DA	FTAR ISI i
DA	FTAR TABEL
DA	FTAR GAMBAR v
DA	FTAR LAMPIRAN vi
BA	B I PENDAHULUAN
A.	Latar Belakang Masalah.
B.	Identifikasi Masalah
C.	Pembatasan Masalah
D.	Rumusan Masalah
E.	Tujuan Penelitian
F.	Manfaat Penelitian
BA	B II KAJIAN PUSTAKA
A.	KajianTeori
	1. Pengertian Kemampuan Motorik
	2. Unsur unsur Kemampuan Motorik
	3. Fungsi Kemampuan Motorik
B.	Penelitian yang Relevan
C.	Kerangka Konseptual 1
D.	Pertanyaan Penelitian
BA	B III METODOLOGI PENELITIAN
	Desain Penelitian
	Definisi operasional variabel penelitian
	Populasi dan Sampel Penelitian
D	Instrument Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

		1. Instrument Penelitian	23
		2. Teknik Pengumpulan Data	24
E.	Te	eknik Analisa Data	27
BA	B IV	HASIL PENELITIAN	
A.	Has	sil Penelitian	32
	1.	Distribusi Frekuensi Hasil Tes Standing Board Jump	32
	2.	Distribusi Frekuensi Hasil Tes Zigzag Run	33
	3.	Distribusi Frekuensi Hasil Tes Medicine Ball Put	35
	4.	Distribusi Tingkat Kemampuan Motorik	36
B.	Per	nbahasan	37
BA	ВV	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A.	Kesimpulan	40
	B.	Saran	40
DA	FTA	AR PUSTAKA	41

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Populasi	21
Tabel 2 Sampel	22
Tabel 3Standing Board Jump	28
Tabel 4 Zig Zag Run	29
Tabel 5 Medicine Ball Put	30
Tabel 6 Klasifikasi Kemampuan Motorik	31
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Standing Board Jump	32
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Zigzag Run	34
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Medicine Ball Put	35
Tabel 10 Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik Keseluruhan	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Standing Board Jump	24
Gambar 2 Zigzag Run	25
Gambar 3 Medicine Ball Put	25
Gambar 4 Diagram Standing Board Jump	33
Gambar 5 Diagram Zigzag Run	34
Gambar 6 Diagram <i>Medicine Ball Put</i>	35
Gambar 7 Diagram Kemampuan Motorik Keseluruhan	37

DAFTAR LAMPIRAN

Laı	Lampiran Ha	
1.	Rekapitulasi kemampuan motorik	43
2.	Dokumentasi/ Foto Waktu Penelitian	54
3.	Surat Izin Melaksanakan Penelitian dari Fakultas	58
4.	Surat Rekomendasi Penelitian Dari KESBANGPOL Kota Pariaman.	59
5.	Surat Izin Penelitian dari SMP N 4 Pariaman	60
6.	Surat Keterangan Uji Alat Penelitian Dari Dinas Perindustrian Dan	
	Perdagangan, UPTD Balai Pengujian Dan Sertifikasi Mutu Barang	61

BABI

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tujuan pendidikan menurut UNESCO dalam upaya meningkatkan kualitas suatu bangsa, tidak ada cara lain kecuali melalui peningkatan mutu pendidikan. Berangkat dari pemikiran itu, PBB melalui lembaga UNESCO mencanangkan empat pilar pendidikan baik untuk masa sekaran maupun masa depan, yakni: (1) *learning to know* (2) *learning to do* (3) *learning to be* (4) *learning to live together*.

Pendidikan nasional bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Sebagaimana dinyatakan dalam jabaran UUD 1945 tentang pendidikan dituangkan dalam UUD No. 20 tahun 2003 pasal 3 menyebutkan bahwa:

"Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermatabat dalam rangka mecerdaskan 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 negera yang demokratis serta bertanggung jawab"

Dari kutipan diatas dijelaskan bahwa pendidikan merupakan usaha untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas yang beriman dan

bertakwa pada Tuhan Yang Maha Esa serta memiliki jiwa dan raga yang sahat.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pendidikan sangat mempengaruhi tumbuh dan kembang jasmani dan rohani seseorang, jika dilihat dari sudut pandang jasmani maka menurut Dediknas (2003:3) menjelaskan tujuan pendidikan jasmani adalah: "Untuk membantu peserta didik dalam pengembangan 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"

Dari uraian diatas dijelaskan bahwa tujuan pendidikan jasmani merupakan usaha untuk membantu peserta didik mengembangkan dan meningkatkan ilmu pengetahuan, keterampilan, sikap dan kebugaran jasmani peserta didik. Usaha dalam meningkatkan keterampilan peserta didik dalam melaksanakan aktivitas pendidikan dimulai dari jenjang pendidikan sekolah dasar sampai ketingkat perguruan tinggi. Untuk menjalankan program tersebut pemerintah telah melakukan berbagai usaha nyata kearah tersebut. Seperti menjadikan pendidikan jasmani dan kesehatan sebagai suatu mata pelajaran yang diberikan di lembaga-lembaga pendidikan.

Salah satu tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan adalah untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan keterampilan (psychomotor)melalui pengenalan penanaman sikap positif dan kesehatan serta kemampuan gerak dasar dari berbagai aktifitas jasmani. Dengan tujuan

ini semakin terlihatbahwa kemampuan motorik adalah aspek penting dalam menghadapi suatu aktifitas.

Adanya bidang studi pendidikan jasmani dan kesehatan disemua jenjang pendidikan diharapkan agar semua peserta didik mempunyai ilmu pengetahuan, sikap dan kebugaran jasmani serta kemampuan motorik (*motor ability*) yang lebih baik karena dengan pengalaman gerak yang banyak. Kemampuan motorik adalah kesanggupan seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dari peragaan suatu keterampilan yang relative melekat setelah masa kanak-kanak Lutan (1988: 96). Materi penjasorkes dapat meningkatkan kemampuan motorik anak maka sangat penting sekali bagi peserta didik untuk mengikuti pembelajaran penjasorkes di sekolah.

Peserta didik sebagai objek pendidikan di atas dimana peserta didik diharapkan mempunyai tubuh yang sehat untuk bisa menjadi manusia yang berpotensi dalam pembangunan dimasa yang akan datang. Peserta didik mempunyai prestasi yang tinggi/bagus hendaknya juga memiliki kemampuan motorik yang baik pula sehingga hasil yang dicapai dapat lebih memuaskan.

Kemampuan motorik yang baik sangat dibutuhkan oleh peserta didik untuk memperoleh keterampilan gerak yang baik pula karenaketerampilan motorik akan membantu peserta didik dalam melaksanakan aktifitas gerak yang lebih leluasa, baik dalam proses pendidikan jasmani maupun dalam pekerjaan sehari-hari. Salah satu jalan untuk memelihara atau meningkatkan kemampuan motorik adalah dengan melakukan pembelajaran motorik dan olahraga yang benar.Menurut Rahyubi (2012:209) "Pembelajaran motorik juga tidak terlepas dari berbagai faktor yang mempengaruhinya. Ada

beberapa hal yang mempengaruhi proses pembelajaran motorik, antara lain faktor individu, lingkungan, peralatan atau fasilitas, dan pengajar atau fasilitator".

Banyak menjadi faktor untuk aspek yang penunjang meningkatkankemampuan motorik peserta didik mulai dari potensi, bakat, saran prasarana, guru penjas, lingkungan dan pengalaman gerak yang dilakukan setiap peserta didik diberbagai tingkat jenjang pendidikan, sehingga gerakan yang sukar untuk dilakukan menjadi mudah tanpa mengalami kesulitan yang berarti. Apalagi peran serta pemerintah melalui penetapan pendidikan jasmani sebagai salah satu bidang studi wajib disetiap jenjang pendidikan menjadi faktor pendukung meningkatnya kemampuan motorik peserta didik sehingga dapat mempertinggi gairah kerja yang menciptakan peserta didik yang terampil.

Observasi yang peneliti lalukan dilapangan, ditemukan banyak ketidaksuaian teknik gerakdasar di sekolah tersebut terutama pada kemampuan motorik kasarnya. Dari pantauan yang dilakukan di lapangan ada yang memiliki kemampuan gerak yang baik dan ada juga yang memiliki kemampuan gerak kurang baik, hal tersebut terjadi pada saat proses pembelajaran penjasorkes berlangsung, seperti gerakan berlari, meloncat, dan aktivitas lainnya pada materi kebugaran jasmani pada saat berlangsungnya proses pembelajaran tersebut.

Jika diperhatikan dari zona lokasi di SMPN 4 Kota Pariaman yang terletak di pusatkota Pariaman yang mayoritas peserta didiknya banyak yang diantarkan dengan kendaraan oleh keluarganya bahkan ada yang membawa

kendaraan sendiri ke sekolah sedangkan yang berjalan kaki kesekolah hanya beberapa orang saja.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan maka peneliti sangat tertarik ingin melihat kemampuan motorik kasar di SMPN 4 Kota Pariaman.Melalui suatu penelitian dengan judul "Tinjauan Kemampuan MotorikPeserta Didik Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Kota Pariaman".

B. Identifikasi Masalah

Banyaknya masalah yang ditemukan pada latar belakang masalah, maka pada penelitian ini masalah tersebut diidentifikasikan sebagai berikut :

- 1. Kemampuan motorik kasar peserta didik
- 2. Kemampuan guru yang mengajar
- 3. Sarana dan prasarana di sekolah
- 4. Motivasi peserta didik
- 5. Perhatian orangtua
- 6. Latar belakang ekonomi
- 7. Lingkungan

C. Pembatasan Masalah

Setelah masalah tersebut diidentitaskan, maka peneliti akan melakukan pebatasan masalah agar penelitian ini lebih merinci maka peneliti akan meninjau "Kemampuan gerak dasarpeserta didik di Sekolah Menengah PertamaNegeri 4 Kota Pariaman".

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi dan pembatasan masalah yang sudah dipaparkan tersebut maka dapat dirumuskan sebagai berikut :

- Bagaimanakah kemampuan gerak dasar standing board jump siswa SMPN 4 kota Pariaman ?
- 2. Bagaimanakah kemampuan gerak dasar *zigzag run* siswa SMPN 4 kota Pariaman ?
- 3. Bagaimanakah kemampuan gerak dasar *medicine ball put* siswa SMPN 4 kota Pariaman ?

E. Tujuan Penelitian

Setelah masalah tersebut dirumuskan, maka dapat dilihat tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan motorikkasar peserta didik Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Kota Pariaman.

F. Manfaat Peneitian

Manfaat penulisan penelitian ini adalah:

- Bagi penulis, merupakan salah satu syarat dalam menyelesaikan program sarjana (SI) pada jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Bagi SekolahMenengah Pertama Negeri 4 Kota Pariaman sebagai bahan pertimbangan dalam meningkatkan kemampuan motorikkasar peserta didik.
- Bagi penelitian selanjutnya sebagai pedoman dan dasar untuk mengkaji masalah yang sama dengan penelitian ini.
- 4. Sebagai sumbangsih dalam ilmu pengetahuan khususnya bidang pendidikan jasmani dan kesehatan.
- 5. Pelengkap bahan pustaka jurusan KepelatihanUNP.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut: sebagain besar peserta didik di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 kota Pariaman memiliki tingkat kemampuan motorik pada kategori "Sedang", yaitu sebanyak 36 peserta didik (90%). Secara rinci hasil dari penelitian adalah, kategori sangat baik ada 0 peserta didik (0%), kategori baik ada 2 orang (5%), kategori kurang ada 2 orang (5%), dan kategori amat kurang ada 0 (0%) peserta didik.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

- Guru PJOK hendaknya mengajar fokus dahulu kepada perkembangan kemampuan mtorik peserta didik jangan kepada sebuah prestasi karena tujuan PJOK adalah kebugaran jasmani dengan kemampuan motorik yang baik.
- 2. Peserta didik adalah betapa pentingnya belajar gerak sejak dini dalam kehidupan sehari-hari maka harus diketahui dan diterapkan agar tercapai kemampuan motorik yang amat baik sehingga cita-cita peserta didik dibidang keterampilan tidak akan mengalami kesulitan gerak yang berarti.
- 3. Peneliti selanjutnya, agar dapat melakukan penelitian tingkat kemampuan motorik dengan menambahkan atau mengganti variabel yanga da, minimalkan keterbatasan dalam penelitian dan perluas lingkup penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudjono.2010."Pengantar Statistik Pendidikan".Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Arsil. (2008). Pembinaan Kondisi fisik. Padang: FIK UNP
- Arsil. (2014). Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Padang: FIK UNP
- Bafirman. (2008). Pembinaan Kondisi fisik. Padang: FIK UNP
- Barrow, dkk. (1976). *A practical Approach To Measurement In Physical Education*. Philadephia:Lea and Febiger.
- Bompa O. Tudor. 2009. "Terjemahan Theory and Methodology of Training".
- Depdiknas. (2003). Tujuan Pendidikan Jasmani. Jakarta:DepDikBud.
- Djoko Pekik Irianto.2004."Bugar & Sehat dengan Berolahraga". Yogyakarta: Penerbit Andi
- GBHN. (1993). Sistim Pendidikan Nasional. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Gusril. (2008). Model Pengembangan Motorik Peserta didik Sekolah Dasar. Padang: UNP Press
- Gusril. 2016. "Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak". Padang:UNP Press.
- Ismaryati. (2008). Tes dan Pengukuran Olahraga. Surakarta: UNS Press
- KEMENDIKNAS. (2012). Buku Panduan Penulisan Tugas Akhir/Skripsi. Padang: UNP
- Kiram, Yanuar. (1999). Belajar Motorik. Padang:DIP UNP
- Lutan, Rusli. (1988). Belajar Kemampuan Motorik: Pengantar Teori dan Metode. Jakarta: DIKTI.