

**TINJAUAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWASDN 19 PASAR
CUBADAK KECAMATAN 2 KOTOKABUPATEN PASAMAN**

SKRIPSI

***Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Strata Satu (S I) di Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang***



**Oleh:
SOPIA FRIMA DENY
14086211**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*

**Tinjauan Kemampuan Motorik Siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2
Koto Kabupaten Pasaman**

Nama : Sopia Frima Deny
NIM : 14086211
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2016

Tim Penguji :

Ketua : Drs. Willadi Rasyid, M.Pd

1.

Sekretaris : Drs. Nirwandi, M.Pd

2.

Anggota : Drs. Yulifri, M.Pd

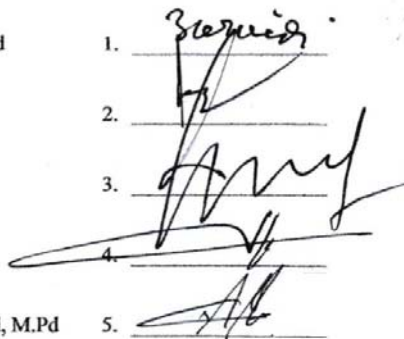
3.

Anggota : Drs. Edwarsyah, M.Kes

4.

Anggota : Sri Gusti Handayani, S.Pd, M.Pd

5.



HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

JUDUL : TINJAUAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWA
SDN 19 PASAR CUBADAK KECAMATAN 2
KOTO KABUPATEN PASAMAN
NAMA : SOPIA FRIMA DENY
NIM : 14086211
PROGRAM STUDI : Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi
JURUSAN : Pendidikan Olah Raga
FAKULTAS : Ilmu KeolahRagaan

Padang, Februari 2016

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Drs. WILLADI RASYID, M.Pd
NIP.195911211986021006

Pembimbing II



Drs. NIRWANDI, M.Pd
NIP. 195809141981021001

Mengetahui Ketua Jurusan:
Penjaskesrek



Drs. Zarwan, M.Kes
NIP.19611230 198803 1 003

ABSTRAK

Sopia Frima Deny : Tinjauan Kemampuan Motorik Siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman.

Penelitian ini berawal dari masih rendahnya kemampuan motorik siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Kemampuan motorik siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman.

Jenis Penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putri kelas III, IV dan V yang berjumlah 28 orang. Penarikan Sampel menggunakan teknik total smpling, dimana seluruh populasi dijadikan sampel. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampaun motorik siswa yaitu dengan tes lempar bola basket, lari cepat 30 meter, passing bola kedinding dan lompat jauh tanpa awalan. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan bentuk persentase.

Dari analisis data peroleh hasil penelitian sebagai berikut : dari 28 orang siswa menunjukkan bahwa kemampuan motorik pada kategori “baik sekali” tidak ada (0.00%), kategori “baik” sebanyak 4 orang atau 14,28%, kategori “sedang” sebanyak 13 orang atau 46,43% sedangkan kategori “kurang” sebanyak 11 atau 39,29% orang, dan kurang sekali tidak ada (0.00%) dengan rata-rata (mean) 10.07. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan kemampuan motorik siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman masih berada dalam kategori sedang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul ***“Tinjauan Kemampuan Motorik Siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman”***.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga pada Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyaknya kekurangan, untuk penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan nikmat kesehatan dan kesempatan kepada Penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Suami tercinta, Bripka Afriadi yang telah memberikan motivasi, bantuan moril dan materil kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Drs. H. Arsil, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan
4. Drs. Yulifri, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi.
5. Drs. Willadi Rasyid, M.Pd selaku pembimbing I dan Drs. Nirwandi, M.Pd selaku pembimbing II yang telah membantu dan membimbing dalam penyelesaian skripsi ini.

6. Drs. Yulifri,M.Pd, Drs. Edwarsyah, M.Kes dan Sri Gusti Handayani, S.Pd, M.Pd selaku Tim Penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
7. Dosen-dosen jurusan pendidikan olahraga yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
8. Kepala Sekolah SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman , yang telah memberikan izin penelitian disekolah tersebut.
9. Siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman.

Semoga Allah SWT membalas bantuan, bimbingan, motivasi dan waktu yang telah diberikan dengan limpahan pahala yang berlipat ganda.

Terakhir, peribahasa menyatakan : “Tak ada gading yang tak retak”. Menyadari makna peribahasa ini, maka penulis sebagai manusia biasa tentu tidak luput dari berbagai salah dan khilaf, baik dari segi isi, metode, maupun penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, saran dari Bapak/Ibu Tim Penguji dan berbagai pihak lainnya akan penulis jadikan sebagai masukan untuk penyempurnaan skripsi ini.

Padang, November 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN	
HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Kegunaan Penelitian	6
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori.....	7
1. Pengertian Kemampuan Motorik	7
2. Tahap-tahap Kemampuan Motorik	8
3. Unsur-unsur Kemampuan Motorik	11
4. Cara Mempelajari Motorik.....	12

5. Fungsi Kemampuan Motorik	13
B. Kerangka Konseptual	14
C. Pertanyaan Penelitian	15
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	16
B. Tempat dan Waktu Penelitian	16
C. Populasi dan Sampel.....	16
D. Definisi Operasional	18
E. Jenis dan Sumber Data	19
F. Instrumen Penelitian	19
G. Teknik Analisa Data	20
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	28
B. Pembahasan	29
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	33
B. Saran-saran	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	37

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi penelitian.....	19
2. Sampel Penelitian	20
3. Tes Kemampuan Motorik untuk anak umur 10-12 tahun Putri.....	28
4. Norma Tes Kemampuan Motorik Putri.....	28
5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Motorik	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	17
2. Grafik Frekuensi Kemampuan Motorik	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Tes Lempar Bola Basket.....	40
2. Tes Lari Cepat 30 Detik.....	41
3. Tes Passing Bola kedinding.....	42
4. Tes Lompat Jauh Tanpa Awalan	43
5. Rekap Data Penelitian.....	44
6. Pengolahan Data Penelitian	45
7. Dokumentasi Penelitian	50

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah dasar (SD) merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memberikan bekal kepada siswa untuk melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi. Mata Pelajaran yang tercantum dalam kurikulum SD dapat dikelompokkan : Program pendidikan umum, program pendidikan akademis dan program pendidikan keterampilan. Diantara mata pelajaran program pendidikan umum adalah mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes).

Luthan (2002:5) mengatakan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan dan atau olahraga. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan serangkaian aktivitas jasmani atau olahraga, bisa dalam bentuk permainan atau mungkin juga salah satu dari cabang olahraga yang bukan bersifat permainan melalui aktivitas atau olahraga maka seorang siswa dapat dibentuk sekaligus dibentuk.

Dikatakan pembentukan, karena memang akan terjadi proses pembiasaan melalui seperangkat rangsangan terhadap kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa. Pendidikan Jasmani di sekolah Dasar harus bertujuan untuk mengembangkan keterampilan fisik siswa, juga

mengembangkan keterampilan fisik siswa, juga mengembangkan karakter siswa secara bersamaan, dengan demikian pendidikan jasmani menekankan tercapainya suatu tujuan pendidikan.

Tujuan pendidikan jasmani di Sekolah Dasar menurut Depdiknas (2003:3) adalah “ Untuk membantu siswa dalam mengembangkan dan meningkatkan kebugaran jasmani (*physical fitness*) yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan pola hidup sehat”.

Bila tujuan dan fungsi penjas sudah tercapai, tentu pengetahuan, keterampilan, sikap dan kebugaran jasmani serta kemampuan motorik (*motor ability*) siswa menjadi lebih baik, karena siswa kaya dengan pengetahuan gerak yang banyak. Menurut Luthan (1998:96) kemampuan motorik adalah kesanggupan seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dari peragaan suatu keterampilan yang *relative* merekat setelah masa kanak-kanak. Lebih lanjut dikatakan bahwa kemampuan motorik itulah yang kemudian berperan sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan. Artinya pada anak sekolah dasar kemampuan motorik adalah salah satu aspek penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Karena kemampuan motorik adalah salah satu tujuan dan fungsionalisasi potensi yang dimiliki siswa yang diperoleh dari pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. salah satu indikator tercapai tidaknya tujuan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar tersebut dapat dilihat tingkat kemampuan motorik siswanya.

Banyak faktor yang mempengaruhi tingkat kemampuan motorik salah satunya adalah status gizi. Status gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik karena semakin banyak asupan gizi pada anak maka semakin tinggi tingkat kemampuan motoriknya. Apabila gizi anak baik maka semakin semangatlah anak untuk melakukan aktivitas.

Semakin banyak gerak anak dalam aktivitas bermain maka semakin baik kemampuan motoriknya. Apabila anak sehat anak lebih cenderung terus bermain sehingga anak terlihat segar dan bebas dalam melakukan aktivitas. Aktivitas gerak yang dilakukan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam situasi ini diajarkan pada perbaikan dan peningkatan kemampuan motorik seperti : Kekuatan, kelentukan, kecepatan dan kelincahan, materi kognitif ditujukan kepada pengetahuan dan pandangan luas yang saling ketergantungan antara proses adaptasi tubuh dan psikis serta materi sosial ditujukan pada sikap kesetiaan dan kemauan dalam menolong dan memiliki dasar kebersamaan dengan penuh gairah dalam peningkatan kesegaran jasmani.

Dalam peningkatan kesegaran jasmani, guru harus memiliki pengetahuan tentang memilih pelajaran yang akan diberikan sesuai dengan tingkat belajar motorik serta harus sesuai dengan perkembangan tubuh anak. Hal tersebut dapat dipahami bahwa pelaksanaan praktek Penjasorkes yang diarahkan kepada kesegaran jasmani dan gerak. Agar anak lebih bebas bergerak maka disediakanlah lingkungan sebagai wahana untuk melakukan

kegiatan. Di lingkungan inilah anak bebas untuk melakukan kegiatan yang mereka inginkan. Tetapi tidak semua anak bisa beraktivitas sebagaimana mestinya. Hal ini disebabkan karena latar belakang ekonomi siswa yang berbeda-beda. Misalnya tidak mampu membeli baju olahraga dan peralatan olahraga lainnya. Persepsi orang tua juga mempengaruhi kemampuan motorik pada anak, karena apabila orang tua selalu mendukung apa yang dilakukan anaknya maka semakin semangatlah anak untuk datang ke sekolah, dan melakukan aktivitas bermain, maka semakin banyak gerakan yang dilakukan pada anak maka kemampuan motoriknya juga baik.

Berdasarkan pengamatan dan observasi yang penulis lakukan di SD N 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman Peneliti menduga bahwa kemampuan motorik siswa masih rendah. Hal ini diketahui dari rendahnya kemampuan siswa dalam mengikuti gerakan- gerakan yang dilaksanakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan guru sewaktu praktek, serta masih rendahnya kemampuan siswa dalam mengembangkan keterampilan yang telah didapatkan dalam pembelajaran pada pertemuan sebelumnya.

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan diatas bahwa pentingnya kemampuan motorik siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga. Oleh sebab itu perlu upaya untuk mengembangkan kemampuan motorik siswa agar menjadi lebih baik. Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik seseorang diantaranya : seperti yang dikemukakan

Gusril (2003:9) yaitu “kesegaran jasmani, aktivitas bermain dan status gizi”. Disamping itu kemampuan motorik juga dapat dipengaruhi oleh pengembangan model pembelajaran, kemampuan guru, persepsi orang tua siswa, faktor lingkungan dan sebagainya juga dapat mempengaruhi kemampuan motorik siswa.

Dari permasalahan dan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian tentang tingkat kemampuan motorik siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan permasalahan yang dikemukakan dalam latar belakang masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi beberapa variabel yang mempengaruhi kemampuan Motorik diantaranya :

1. Status gizi
2. Aktivitas bermain
3. Kebugaran jasmani
4. Lingkungan
5. Kemampuan guru
6. Latar belakang ekonomi siswa
7. Persepsi orang tua siswa

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan diatas dan karena keterbatasan waktu, tenaga dan biaya, maka penelitian ini hanya meneliti tinjauan kemampuan motorik siswa putri SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut dapat dirumuskan permasalahannya sebagai berikut : Bagaimanakah Kemampuan Motorik Siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk “ Mengetahu Kemampuan Motorik Siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini dapat berguna bagi:

1. Penulis untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan ilmu keolah ragaan Universitas Negeri Padang.
2. Siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman dalam meningkatkan kemampuan motoriknya.

3. Guru SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman dalam upaya meningkatkan dan membina kemampuan motorik siswa, melalui pembelajaran pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan
4. Kepala SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman dalam membina guru melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
5. Orang tua/ wali murid memahami pentingnya dalam meningkatkan kemampuan motorik anak.
6. Penelitian ini selanjutnya untuk dijadikan referensi dan informasi

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Pengertian Kemampuan Motorik

Kiram (2000 : 5) mengartikan motorik adalah ‘’ suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan pengaturan fungsi – fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun secara psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan. Menurut Magil (1980:53) *Movement* adalah setiap pergeseran tempat (*motion*) yang terjadi secara terus menerus dan dapat diamati secara eksternal, sedangkan motor adalah impuls yang juga terjadi secara terus menerus yang bersifat internal serta tidak dapat diamati, dan gerakan yang melibatkan perespsi dengan kognitif. Jadi motor adalah proses yang dimulai dengan datangnya stimulus, diteruskan kepusat saraf sampai pada respon yang sukar diamati.

Berbicara masalah pengertian gerak beberapa lieteratur 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 Pengertian gerak tidak hanya dilihat dari perubahan tempat, posisi dan kecepatan tubuh melakukan aksi motorik. Penampilan (*Perfomace*) atlit dalam melakukan akasi motorik. Penampilan (*Performance*) atlet 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. Menurut Gusril (2008:10) didalam 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 atlet Sekolah Dasar melakukan lari, jalan, lompatan dan memanjat serta kejar-kejaran. selanjtnya Luthan (1988:213) menyatakan ‘‘Kemampuan motorik juga dikatakan sebagai kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak’’ selain itu juga kemampuan motorik merupakan kualitas umum yang dapat ditingkatkan melalui latihan.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang (individu) dalam melakukan gerakan yang dipandang sebagai landasan keberhasilan untuk menyelesaikan keterampilan gerak. Dengan demikian dapat dikatakan seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang tinggi, diduga akan lebih berhasil dalam menyelesaikan tugas keterampilan motorik khusus. Hal ini tentunya dapat ditingkatkan melalui latihan-latihan dalam bermain.

2. Tahap Kemampuan Motorik

Tahap atau fase belajar motorik adalah suatu fase yang menggambarkan keadaan penguasaan keterampilan motorik seseorang

dalam melaksanakan gerakan-gerakan olahraga, kemampuan seseorang untuk dapat menguasai keterampilan-keterampilan motorik olahraga berbeda-beda.

Pada anak-anak usia sekolah dasar pada umumnya memiliki pengalaman-pengalaman gerakan. Pengalaman gerakan yang mereka miliki pada umumnya pengalaman gerakan yang mereka peroleh dari berbagai aksi motorik yang mereka lakukan dari kehidupan sehari-hari, sehingga variasi pengalaman gerakan yang mereka miliki terbatas pada variasi-variasi yang mereka lakukan sehari-hari. Misalnya berjalan, berlari, melompat, melempar, memanjat, berguling dan sebagainya. Tetapi belum lagi terarah pada suatu cabang olahraga tertentu, walaupun pengalaman gerakan yang mereka miliki tersebut akan membantu mempermudah penguasaan keterampilan motorik olahraga.

Didalam pembentukan, pembinaan dan pengembangan keterampilan motorik olahraga pada anak-anak usia sekolah dasar harus dikelola dengan baik karena pada usia tersebut merupakan fase yang menentukan bagi perkembangan keterampilan motorik mereka dalam suatu cabang olahraga tertentu. Dalam hal ini guru pendidikan jasmani sekolah dasar perlu memahami ciri-ciri koordinasi gerakan yang merupakan faktor yang sangat menentukan keberhasilan seseorang dalam penguasaan keterampilan motorik dalam olahraga.

Kiram (2000:23) mengemukakan 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”.

Berkembangnya keterampilan motorik sangat ditentukan oleh dua faktor pertumbuhan dan perkembangan, kedua faktor ini masih harus didukung oleh latihan sesuai dengan kematangan anak dan gizi yang baik. Pertumbuhan yang dimaksud disini adalah perubahan kuantitatif dari organ-organ tubuh yang dapat diukur dalam panjang (cm = sentimeter), dalam berat (kg = kilogram) atau dalam ukuran isi sedangkan perkembangan merupakan proses menuju kearah yang lebih baik, dalam arti lain merupakan perubahan kualitatif misalnya berkaitan dengan kepribadian, psikis dan perubahan fungsi otot menjadi lebih baik.

Disamping itu dapat melatih anak untuk belajar sopan santun, bersosialisasi dengan teman sebaya dan bisa memperbaiki kebugaran fisik serta kemampuan jasmani akan menjadi lebih baik. Namun ada kemungkinan bahwa salah satu perkembangan motoriknya adalah prinsip kontinuitas.

Sikintaka (2004:80-90) mengelompokkan tahap-tahap kemampuan motorik siswa kelas V dan VI (umur 10-12 tahun) sekolah dasar berikut : 1) Aktivitas rekreasi, 2) Aquatik, 3) Permainan olahraga, 4) Aktivitas ritmik, 5) Aktivitas pengembangan, 6) tes terhadap diri sendiri.

3. Unsur- unsur Kemampuan Motorik

Unsur- unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik yaitu kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelincahan, daya tahan dan koordinasi gerakan. Daya tahan adalah “ keadaan atau kondisi tubuh yang mampu untuk bekerja untuk waktu yang lama tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan setelah menyelesaikan pekerjaan tersebut”. (Harsono,1988:155)

Kecepatan yaitu kemampuan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu, semakin jauh jarak yang ditempuh maka semakin tinggi kecepatannya. Sedangkan keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi keseimbangan tersebut dibagi dalam dua bentuk yaitu keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis.

Kemampuan motorik seseorang dipengaruhi oleh faktor fisik dan mekanik. Menurut Gusril (2003:32):

“Faktor fisik terdapat unsur-unsur sebagai berikut” a) Faktor kesegaran jasmani yang terdiri dari kekuatan, daya tahan aerobik, kelentukan dan posisi tubuh, b) faktor kesegaran gerak (motor Fitness) terdiri dari kecepatan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan dan daya ledak”.

Sedangkan faktor mekanik menurut Gusril (2003:33) terdapat unsur unsur 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/rekreasi, c) Faktor penerima gaya yang terdiri dari : “fase belum sempurna, fase dasar, e) kemampuan manipulatif, f) kemampuan yang stabil”.

4. Cara Mempelajari Motorik

Kemampuan motorik tidak akan berkembang melalui kematangan saja, melainkan keterampilan motorik tersebut harus dipelajari. Sehingga keterampilan motorik anak yang dipelajari dapat meningkatkan kualitas kemampuan motorik. Masa kecil sering dikatakan saat ideal untuk mempelajari keterampilan motorik, karena berkembangnya kemampuan sangat ditentukan oleh faktor yaitu : pertumbuhan dan perkembangan. Dari kedua faktor ini masih didukung dengan latihan sesuai dengan kematangan anak dan gizi yang baik.

Menurut Sukintaka (2004:24) ada beberapa alasan kenapa masa kecil dikatakan ideal untuk mempelajari keterampilan motorik yakni :

“a) Karena tubuh anak lebih lentur ketimbang tubuh remaja atau orang dewasa, sehingga anak-anak lebih mudah menerima pelajaran, b) Anak belum banyak memiliki keterampilan yang akan berbenturan dengan keterampilan yang baru dipelajarinya maka bagi anak mempelajari keterampilan baru lebih mudah, c) Secara keseluruhan anak lebih berani pada waktu kecil ketimbang telah besar”.

Berdasarkan kutipan diatas, jelaslah bahwa cara yang tepat untuk belajar keterampilan motorik adalah pada masa anak-anak, karena pada masa ini mereka akan lebih mudah mempelajari keterampilan motorik dan tubuhnya masih lentur. Disamping itu mereka belum begitu banyak memiliki keterampilan, jika dibandingkan dengan remaja atau orang dewasa.

Dengan demikian tentunya kita sebagai guru pendidikan jasmani ataupun orang tua dirumah, untuk dapat memberi kesempatan belajar keterampilan pada anak. Banyak anak yang tidak mempunyai kesempatan belajar keterampilan motorik disebabkan faktor orang tua, lingkungan yang memiliki tempat bermain, banyaknya tugas-tugas yang diberikan guru disekolah dan sebagainya.

5. Fungsi Kemampuan Motorik

Taqiyuddin (2008:23) menyatakan fungsi utama kemampuan motorik adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja. Dengan mempunyai kemampuan motorik yang baik, tentu individu mempunyai landasan untuk menguasai tugas kemampuan motorik yang khusus. Semua unsur-unsur kemampuan motorik pada siswa SD dapat berkembang melalui kegiatan pendidikan jasmani dan aktivitas bermain yang melibatkan otot.

Semakin banyak siswa mengalami aktivitas gerak tentu unsur-unsur kemampuan motorik semakin terlatih. Pengalaman ini disimpan dalam ingatan untuk dipergunakan pada kesempatan lain, jika melakukan gerakan yang sama. Dengan banyaknya pengalaman motorik yang dilakukan siswa SD tentu akan menambah kematangan dalam melakukan aktivitas motorik. Kiram dalam Gusri (2010:179) menyatakan ada tiga dorongan yang timbul bagi anak berusia 6-12 tahun dalam pengembangan tugas-tuganya; a) dorongan dari lingkungan rumah ke kelompok sejawat (*peer group*). b) dorongan pada realisasi kerja dan suasana bermain yang masing-masing memerlukan neuromuskuler, c) dorongan kedalam konsep dunia dewasa yang memerlukan peningkatan keterampilan, seni berlogika dan berkomunikasi.

B. Kerangka Konseptual

Bila diperhatikan pertumbuhan anak menunjukkan 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. Dengan demikian semua tentunya sangat tergantung pada kemampuan anak dalam mengeksplorasi dan mengeksplotasi segala unsur-unsur yang bermamfaat bagi motoriknya. Kiram (2000:5) mengartikan motorik adalah “ suatu peristiwa laten meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan

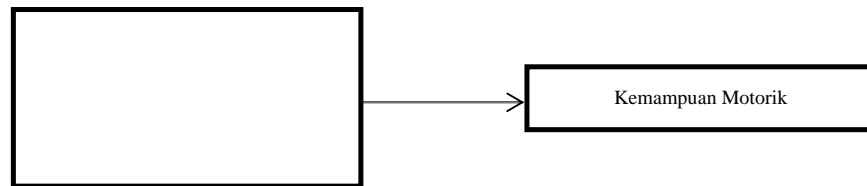
pengaturan fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan”.

Kemampuan motorik berdampak terhadap kinerja sehari-hari, bagi seorang siswa yang tingkat kemampuannya motoriknya rendah cenderung merasa malas dalam belajar dan tidak bersemangat dalam menjalani proses belajar mengajar. Keadaan lingkungan di rumah dan di sekolah yang berbeda dapat mempengaruhi motivasi anak dalam meningkatkan kesegaran jasmaninya. Demikian juga dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan, keseimbangan, daya ledak, kelincahan, kemampuan gerak dasar dan aktivitas yang dilakukan oleh anak.

Dari uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa kemampuan Motorik sangat penting bagi setiap anak, setiap proses pendidikan dan kesehatan selalu diharapkan adanya keberhasilan dalam pembelajaran dalam meningkatkan hasil belajar dipilih Kemampuan motorik dan motivasi sebagai alternatif. Setiap masa pertumbuhan dan perkembangan anak memiliki ciri khas sehingga merupakan bagian integral dari kehidupan anak, Kemampuan motorik yang baik akan dapat membantu untuk meningkatkan motivasi belajar dan sangat berpengaruh terhadap hasil belajar anak. Perkembangan fisik dan gerak anak sangat berperan penting dalam mempengaruhi siswa mencapai tahap perkembangan gerak selanjutnya.

Sesuai dengan paparan kajian teori diatas, maka dalam penelitian ini penulis ingin melihat kemampuan Motorik Siswa SDN 19 Pasar Cubadak

Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman. Berdasarkan batasan masalah dan tinjauan kepustakaan dapat dijelaskan secara konseptual mengenai variabel dalam penelitian. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat Gambaran dibawah ini:



Gambar 1. Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka konseptual diatas, maka dapat diajukan pertanyaan penelitian sebagai berikut : Bagaimanakah kemampuan motorik siswa Putri Sekolah Dasar Negeri 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman ?

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pada dasarnya kemampuan motorik seseorang dipengaruhi oleh aktivitas fisik dan olahraga yang dilakukan sehari-hari. Semakin baik aktivitas fisik yang dilakukan seseorang maka semakin baik pula tingkat kemampuan motoriknya. Berdasarkan hasil penelitian kemampuan motorik siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman dapat dari 28 orang responden menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa termasuk dalam kategori sedang, dimana sebanyak 4 orang (14,28%) siswa termasuk dalam kategori sedang, Sedangkan 13 orang (46,43%) siswa termasuk dalam kategori sedang, sebanyak 11 orang (39,29%) siswa termasuk dalam kategori kurang, sedangkan yang berada dalam kategori baik sekali dan kurang sekali tidak ada.

Merujuk pada hasil penelitian yang menyatakan bahwa kemampuan motorik siswa termasuk klasifikasi sedang, maka dapat disimpulkan bahwa komponen-komponen kesegaran jasmani sangat berperan dalam aktivitas fisik siswa SDN 19 Pasar Cubadak Kecamatan 2 Koto Kabupaten Pasaman dalam peningkatan kemampuan motorik guna mengontrol dalam bertindak dan pengembangan pengetahuan. Untuk itu guru penjasorkes harus lebih banyak memberikan aktivitas gerak dalam pembelajaran penjasorkes, anak-anak yang

terbiasa melakukan aktivitas bermain, mereka kaya dengan berbagai gerakan, sehingga mereka memiliki kekuatan, koordinasi gerakan, kelincahan, kecepatan dan unsur-unsur motorik lainnya.

B. Saran

Bertitik tolak pada uraian terdahulu serta kesimpulan diatas maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Guru Penjasorkes disekolah dasar dalam pembelajaran Penjasorkes agar lebih banyak memberikan kegiatan belajar dalam bentuk bermain, karena aktivitas bermain dapat meningkatkan kemampuan motorik siswa.
2. Siswa agar dapat lebih kreatif dalam belajar pendidikan jasmani dan olahraga, karena aktivitas fisik dapat meningkatkan kemampuan motorik.
3. Pihak sekolah agar dapat melengkapi sarana dan prasarana, sehingga siswa aktif dan kreatif bermain pembelajaran penjasorkes dan kemampuan motorik mereka dapat ditingkatkan.
4. Orang tua siswa agar lebih memperhatikan makanan dan kebutuhan gizi anaknya, sehingga dapat meningkatkan kemampuan motorik mereka.
5. Kepada para peneliti lainnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan jumlah sampel yang lebih banyak atau variabel lain yang belum diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto,2002.*Manajemen Penelitian*.Jakarta P2LPTK
- Arsil,2010.*Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*.Wineka Media.Malang
- Depdiknas,2003.*Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Anak Umur 10-12 tahun*.Jakarta : Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Depdiknas,2003.*Dasar-dasar Kepelatihan Olahraga*. Jakarta. Proyek Pendidikan Jasmani Luar Biasa.
- Depdiknas,2009.*Panduan Penulisan Tugas Akhir/Skripsi*.UNP Padang.
- Gusril, 2003.*Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Negeri Kodya Padang*.Disertasi.Jakarta : Pascasarjana.UNP
- Gusril,2008.*Model Pengembangan Motorik Pada Siswa Sekolah Dasar*.Padang:UNP Press
- Gusri,2010.*Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar*.Padang : FIK Universitas Negeri Padang
- Hadi, Soetrisno, 1993.*Metodologi Research*.Jogyakarta : Andi Offset
- Harsono, 1988.*Coaching Dan Aspek – Aspek Psikologis*, Dalam Coaching. Jakarta: P2LPTK
- Helms,dkk,1981.*Child Behaviour New York* : Holt Rinehart And Winston
- Hagg,Herbe,Hand & Dassel.(1981).*Fitness Test*. Stuttgart : Kart Haffman Verlag.Schondorf
- Johnson, Bary L And Nelson, Jack K.(1986).*Practical Measurenment For Evaluation In Physical Education*.Mineapolis,Minnesota : Burges Publishing Company.
- Kiram, Yanuar,1992.*Belajar Motorik*. Jakarta : Depdikbud
- Kiram, Yanuar,2000.*Belajar Motorik*. Padang : FIK Universitas Negeri Padang