

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA SDN SLEROK

1,2,3, dan 4 KOTA TEGAL TAHUN 2025-2026

Liska Sukiyandari¹, Miftachul A'La²

^{1,2}Universitas Wahid Hasyim

liskas@unwahas.ac.id, miftachul@unwahas.ac.id

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan motorik siswa putri kelas IV SDN Slerok 1-4 Kota Tegal . Metode yang digunakan penelitian kuantitatif jenis survei. Sample dalam penelitian ini adalah siswa putri kelas IV sebanyak 40 siswa dengan metode teknik purposive sampling. Instrumen tes yang digunakan berupa tes *motor ability* untuk yang meliputi tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok (koordinasi) dan tes lari cepat 30 meter (kecepatan). Teknik analisis data menggunakan rumus persentase dalam menentukan kategori hasil tes yang telah dilakukan. Berdasarkan hasil penelitian tingkat gerak dasar motorik pada siswa putri kelas IV SDN Slerok 1-4 Kota Tegal memiliki gerak dasar motorik pada tes lempar tangkap bola (koordinasi) rata-rata masuk dalam kategori “kurang ” berjumlah 20 siswa (50%), dan tes lari cepat 30 meter rata-rata masuk dalam kategori “kurang” sebesar 22 siswa (55%).

Kata Kunci : Survei, Motorik, Siswa

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the motor skills of female students in grade IV at SDN Slerok 1-4 Elementary School in Tegal City. A quantitative survey method was used. The sample in this study consisted of 40 female students in grade IV, selected using purposive sampling. The test instruments used were motor ability tests, which included a 1-meter ball throwing and catching test against a wall (coordination) and a 30-meter sprint test (speed). Data analysis techniques used percentage formulas to determine the categories of test results. Based on the results of the study, the basic motor skills of fourth-grade female students at SDN Slerok 1-4 Tegal City in the ball throwing and catching test (coordination) were on average in the “poor” category, with 20 students (50%), and the 30-meter sprint test results were in the “poor” category for an average of 22 students (55%).

Keywords: Survey, Motor, Students

A. PENDAHULUAN

Kemampuan motorik merujuk pada serangkaian gerakan tubuh yang dilakukan dengan sengaja, secara otomatis, cepat, dan tepat. Kemampuan ini dapat dibagi menjadi dua kategori berdasarkan ukuran otot yang terlibat dan bagian tubuh yang digunakan, yaitu motorik kasar dan motorik halus (Alim,2017). Menurut Ria (2015), gerakan dasar dari motorik kasar pada anak akan mendorong kemampuan anak saat beraktivitas dengan memanfaatkan otot besar mereka. Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik merupakan kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerakan dasar yang berfungsi sebagai dasar untuk meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan keterampilan motorik.

Motorik adalah aspek yang perlu dipelajari di tingkat sekolah dasar. Mengingat hal ini, dampaknya dapat sangat signifikan baik secara langsung maupun tidak pada perilaku sehari-hari, serta mendukung perkembangan gerakan dan postur tubuh saat masa remaja dan dewasa. Anak-anak sebaiknya mengembangkan kemampuan motorik mereka sedini mungkin agar pertumbuhan dan perkembangan mereka dapat terpantau dengan tepat. Kapasitas motorik siswa sekolah dasar sebenarnya sudah dapat dinilai, karena sebagian besar dari mereka telah mulai belajar bergerak (sambil bermain) sejak mereka berada di taman kanak-kanak. Dengan asumsi ini, diharapkan bahwa murid sekolah dasar telah memiliki kemampuan yang sangat bermanfaat untuk beradaptasi dengan kehidupannya, terutama berkaitan dengan gerakan yang diperlukan dalam aktivitas sehari-hari.

Pendidikan jasmani merupakan komponen esensial dalam kurikulum pendidikan dasar di Indonesia, sebagaimana diamanatkan dalam Permendikbud No. 37 Tahun 2018 tentang Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Kemampuan motorik siswa sekolah dasar (SD), yang mencakup motorik kasar (seperti lari, lompat, dan lempar) serta motorik halus (seperti koordinasi tangan-mata), menjadi fondasi utama perkembangan fisik, kognitif, dan sosial anak usia 7-12 tahun. Namun, survei Kementerian Kesehatan RI tahun 2023 menunjukkan bahwa 25%

anak SD mengalami keterlambatan perkembangan motorik akibat minimnya aktivitas fisik, pola makan tidak seimbang, dan kurangnya fasilitas olahraga di sekolah pedesaan atau pinggiran kota.

Di Kota Tegal, Jawa Tengah, SDN Slerok 1, 2, 3, dan 4 merupakan sekolah dasar negeri yang melayani siswa dari wilayah semi-urban dengan tantangan serupa, seperti keterbatasan lahan bermain dan pengaruh gadget yang mengurangi waktu bermain aktif. Data Dinas Pendidikan Kota Tegal tahun 2024 mengindikasikan penurunan rata-rata nilai penilaian motorik siswa SD sebesar 15% dibanding tahun sebelumnya, yang berpotensi berdampak pada prestasi akademik dan kesehatan jangka panjang.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode yang digunakan adalah metode survei. Metode survei di gunakan untuk mendapatkan data dari tempat tertentu yang alamiah, tetapi peneliti melakukan pengumpulan data, misalnya dengan mengedarkan angket, test, wawancara terstruktur dan sebagainya (Sugiyono 2009). Dalam pengolahan data peneliti menggunakan teknik analisis data statistik dengan presentase. Teknik ini di gunakan peneliti karena pengumpulan data dilakukan dengan cara melakukan tes motorik untuk mengetahui kemampuan koordinasi dengan tes lempar tangkap bola dan tes kecepatan dengan lari 30 meter.

Menurut Sugiyono (2017) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Dengan demikian populasi merupakan suatu keseluruhan objek penelitian baik berupa benda hidup, seperti manusia, benda mati, atau berupa gejala atau peristiwa- peristiwa yang dijadikan sumber data dengan memiliki karakteristik tertentu. Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu siswa putri kelas IV yang berjumlah 40 siswa.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan

metode purposive sampling. Purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana sampel berdasarkan kriteria yang ditentukan oleh peneliti. Metode *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel non-probabilitas di mana peneliti memilih partisipan secara sengaja berdasarkan kriteria spesifik yang relevan dengan tujuan penelitian. Metode ini menekankan pada kualitas data dan kesesuaian sampel dengan tujuan studi,

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya akan lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Arikunto, 2016). Instrumen dalam penelitian ini mengacu pada pada modul tes dan pengukuran keolahragaan (Nurhasan, 2009) berupa tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok (koordinasi), dan tes lari cepat 30 meter (kecepatan):

- a. Tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok
 - 1) Tujuan: Mengukur kemampuan koordinasi mata dan tangan.
 - 2) Alat/fasilitas: bola tenis, stop watch dan tembok yang rata
 - 3) Pelaksanaan: Subjek berdiri di belakang garis batas sambil memegang bola tenis dengan kedua tangan didepan dada. Aba-aba “ya” subyek dengan segera melakukan lempar tangkap ke dinding selama 30 detik.
 - 4) Skor : Dihitung jumlah tangkapan bola yang dapat dilakukan 30 detik

Tabel 2. Norma Lempar Tangkap

Kategori	Interval
Sangat Baik	>36
Baik	30 - 35
Sedang	20 - 29
Kurang	15 - 19
Sangat Kurang	< 14

- b. Tes Lari Cepat 30 meter.

- 1) Tujuan: Mengukur kecepatan lari
- 2) Alat/fasilitas: Stop watch, lintasan lurus dan rata sejauh 30 meter,

bendera

- 3) Pelaksanaan: Start dilakukan berdiri. Pada aba-aba “bersedia” subjek berdiri dengan salah satu ujung jari kakinya sedekat mungkin dengan garis start. Abaaba “siap” subjek siap untuk berlari menuju garis finish dengan jarak 30 meter, sampai melewati garis finish.
- 4) Skor: Dihitung waktu yang ditempuh dalam melakukan lari sejauh 30 meter.

Tabel 4. Norma Lari Cepat

Kategori	Interval
Sangat Baik	0 – 5,8
Baik	5,9 – 6,6
Sedang	6,7 – 7,8
Kurang	7,9 - 9,2
Sangat Kurang	9,3 ke atas

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data kemudian dilakukan penyortiran dari data yang diperoleh untuk mengetahui persamaan dan perbedaan ukuran. Setelah itu data dimasukkan ke dalam program SPSS untuk dilakukan proses analisis. Kemudian hasil yang terdapat dalam kategori norma tes dilakukan analisis deskriptif melalui persentase yang digunakan adalah sebagai berikut:

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

Keterangan :

P = Presentase F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui kemampuan motorik siswa putri khususnya pada kemampuan koordinasi dan

kecepatan, maka hasil dari penelitian dari dua item tes yang berupa tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok (koordinasi) dan tes lari cepat 30 meter (kecepatan) didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Lempar Tangkap Bola

Tabel 1. Statistik Deskriptif Lempar Tangkap Bola

Statistik	Lempar Tangkap Bola
N	40
Mean	16
Std. Deviasi	7,06
Min	7
Max	33

Hasil pengujian statistik deskriptif pada tabel 1 menunjukkan bahwa nilai rata rata lempar tangkap bola siswa kelas IV adalah 10,18 dengan nilai standar deviasi sebesar 7,06. Nilai minimum lempar tangkap bola sebesar 7 dan nilai maksimum sebesar 33.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Lempar Tangkap Bola

No	Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
1	Baik Sekali	> 36	0	0%
2	Baik	30 - 35	5	12,5%
3	Sedang	20- 29	15	37,5%
4	Kurang	15 - 19	20	50%
5	Kurang Sekali	< 14	0	0%
Jumlah			40	100%

Tabel diatas menunjukan hasil lempar tangkap bola siswa putri kelas IV. Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa 5 siswa (12,5%) dikategori baik, 15 siswa (37,5%) dalam kategori sedang, 20 siswa (50%) dalam kategori kurang. Berdasarkan keterangan tersebut diketahui sebagian besar kemampuan lempar tangkap bola siswa putri kelas IV SDN Slerok 1-4 Kota Tegal dalam kategori kurang.

2. Lari Cepat 30 meter

Tabel 3. Statistik Deskriptif Lari Cepat 30 meter

Statistik	Lari Cepat
N	53
Mean	8,4
Std. Deviasi	1,1
Min	6
Max	10

Hasil pengujian statistik deskriptif pada tabel 3 menunjukkan bahwa nilai rata-rata lari cepat 30 meter siswa kelas IV sebesar 8,4 dengan nilai standar deviasi sebesar 1,1 nilai minimum 6 dan nilai maksimum 10.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Lari Cepat 30 Meter

No	Kategori	Interval	Frekuensi
Presentase			
1	Baik Sekali	0 – 5,8	0
2	Baik	5,9 – 6,6	0
3	Sedang	6,7 – 7,8	17
4	Kurang	7,9 - 9,2	22
5	Kurang Sekali	9,3 ke atas	1
Jumlah		40	100%

Tabel diatas menunjukkan kemampuan lari cepat 30 meter siswa putri kelas IV berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa 17 siswa (30%) dikategorikan sedang, 23 siswa (45%) dikategorikan kurang, dan 13 siswa (25%) dikategorikan kurang sekali. Berdasarkan keterangan tersebut diketahui bahwa sebagian besar kemampuan lari cepat 30 meter siswa putri kelas IV SDN Slerok 1-4 Kota Tegal dikategorikan kurang.

Tes lempar tangkap bola mengukur koordinasi dan motorik manipulatif (gerakan tangan-tubuh), sementara lari cepat mengukur kecepatan dan motorik lokomotor (gerakan kaki-tubuh), keduanya komponen utama kemampuan motorik kasar siswa SD.

Tingkat gerak dasar motorik pada siswa putri kelas IV SDN Slerok 1-4 Kota Tegal tentunya dipengaruhi beberapa faktor seperti aktifitas fisik, ekonomi, pola makan, istirahat dan lingkungan. Dengan adanya penelitian ini, peneliti berharap pengajar dan siswa dapat mengetahui tingkat gerak

dasar motorik pada siswa agar dapat bersama sama menentukan langkah berikutnya untuk mencapai kemampuan motorik yang lebih baik.

Faktor utama yang mempengaruhi hubungan kemampuan motorik dengan kecepatan lari siswa SD meliputi aspek biologis, lingkungan, dan pengalaman, di mana motorik kasar (koordinasi, kekuatan otot) menjadi jembatan yang memperkuat performa lari melalui latihan terintegrasi. Nutrisi dan kesehatan fisik juga berperan signifikan, karena kekurangan energi/protein menurunkan kecepatan lari sambil melemahkan motorik secara keseluruhan

D. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data serta pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa kemampuan motorik yang meliputi kemampuan koordinasi dan kecepatan pada siswa putri kelas IV di SDN Slerok 1-4 Kota Tegal memiliki gerak dasar motorik dalam hal koordinasi melalui tes lempar tangkap bola rata-rata siswa masuk dalam kategori baik 12,5%, sedang 37,5% dan kurang berjumlah 20 siswa atau 50% dari jumlah keseluruhan 40 siswa, sedangkan kemampuan motorik kecepatan melalui tes lari 30 meter rata-rata masuk pada kategori sedang 42,5% sejumlah 17 siswa, kategori kurang sejumlah 22 siswa atau 55 %, dan kategori kurang sekali 2,5% sejumlah 1 siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S.(2018). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Kamarudin, K., & Zulraflia, Z. (2020). Pengaruh Power Otot Tungkai Dan Kelentukan Terhadap Kemampuan Tendangan Sabit Atlet Pencak Silat Pplp Daerah Kabupaten Meranti. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 1(2), 85-93.
- Kiranida, O. (2019). Memaksimalkan Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar Melalui Pelajaran Penjaskes. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(2), 318-328.

- Leppo, Davis, & Crim.(2013). The basics of exercising the mid and body. *Childhood Education*, 76(3), 142.
- Lumintuarso, R..(2013). *Pembinaan multilateral bagi atlet pemula pedoman latihan dasar bagi atlet muda berbakat*. Yogyakarta: UNY Press.
- Murti, T. (2018). Perkembangan fisik motorik dan perseptual serta implikasinya pada pembelajaran di sekolah dasar. *Wahana Sekolah Dasar (Kajian Teori dan Praktik Pendidikan)*, 26(1), 21-28.
- Nurhasan. (2009). *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: UT.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Statistika untuk Penelitian* .Bandung : Alfabeta.