

**SURVEI PENGUASAAN GERAK DASAR MOTORIK PADA
SISWA KELAS V DI SD NEGERI 3 KETOL**

Skripsi

diajukan sebagai salah satu syarat-syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh

Apriliana Ningsih
1611040007



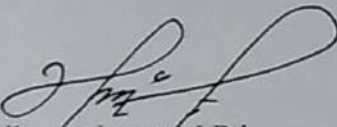
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
BINA BANGSA GETSEMPENA
BANDA ACEH
2020**

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi dengan judul “Evaluasi Latihan Perguruan Tapak Suci pada UKM di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh” telah dipertahankan pada ujian skripsi oleh Ibnu Sureti, NIM 1211040086 Program Studi Pendidikan Jasmani, STKIP Bina Bangsa Getsempena pada 04 September 2019.

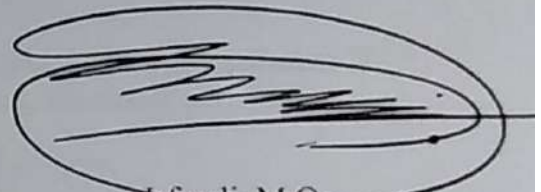
Menyetujui,

Pembimbing I,



Zikrurrahmat M.Pd
NIDN. 0131078402

Pembimbing II,



Irfandi, M.Or
NIDN. 0120128601

Mengetahui,

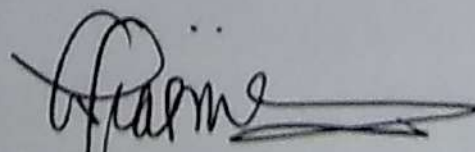
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani
STKIP BBG Banda Aceh,



Zikrurrahmat M.Pd
NIDN. 0131078402

Mengesahkan,

Ketua STKIP Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh,



Lili Kasmini, M.Si
NIDN. 0117126801

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Pembatasan Masalah.....	4
1.4 Rumusan Masalah.....	4
1.5 Tujuan Penelitian.....	4
1.6 Manfaat Penelitian	4
1.7 Pertanyaan Penelitian.....	5
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Pengertian Survei.....	6
2.2 Hakikat Gerak Dasar.....	7
2.2.1 Pengertian Gerak Dasar	7
2.2.2 Konsep Gerak Dasar	8
2.2.3 Fator-Faktor yang Mempengaruhi Penguasaan Gerak Dasar	9
2.2.4 Keuntungan Memiliki Gerak Dasar	11
2.2.5 Kompenen Gerak Dasar	12
2.3 Hakikat Kemampuan Motorik.....	15
2.3.1 Pengertian Kemampuan Motorik	15
2.3.2 Unsur-Unsur Kemampuan Motorik.....	18
2.3.3 Fungsi Kemampuan Motorik	21
2.3.4 Jenis-Jenis Motorik.....	23
2.3.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kamampuan Motorik	23
2.4 Kajian Penelitian yang Relevan	27
2.5 Kerangka Berfikir	30

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian	32
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	32
3.3 Variabel Penelitian	33
3.4 Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	34
3.5 Teknik Analisis Data	36
3.6 Waktu dan Tempat Penelitian	39

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

4.1 Hasil Penelitian	40
4.2 Pembahasan Penelitian	52

BAB V. SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan	55
5.2 Saran	55

DAFTAR PUSTAKA	57
-----------------------------	----

LAMPIRAN-LAMPIRAN	59
--------------------------------	----

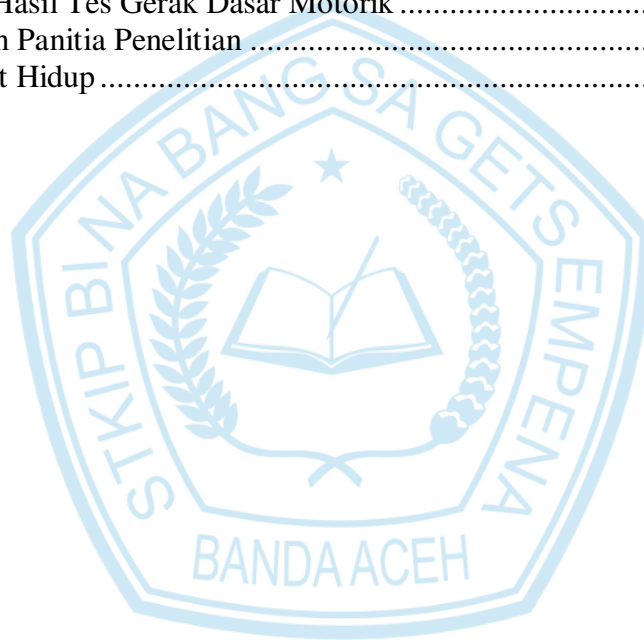


DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Norma Penelitian.....	38
Tabel 4.1 Hasil Tes <i>Shuttle-Run</i> 4 x 10 Meter.....	40
Tabel 4.2 Norma Kategorisasi Kelincahan pada Siswa Kelas V di SD Negeri 3 Ketol	41
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Kelincahan pada Siswa Kelas V di SD Negeri 3 Ketol	42
Tabel 4.4 Hasil Tes Lempar Tangkap Bola Jarak 1 Meter dengan Tembok	43
Tabel 4.5 Norma Kategorisasi Mata dan Tangan pada Siswa Kelas V di SD Negeri 3 Ketol	44
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Tingkat Mata dan Tangan pada Siswa Kelas V di SD Negeri 3 Ketol.....	44
Tabel 4.7 Hasil Tes <i>Stork Stand Positional Balance</i>	45
Tabel 4.8 Norma Kategorisasi Keseimbangan pada Siswa Kelas V di SD Negeri 3 Ketol	46
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Tingkat Keseimbangan pada Siswa Kelas V di SD Negeri 3 Ketol.....	47
Tabel 4.10 Hasil Tes Lari Cepat 30 Meter	48
Tabel 4.11 Norma Kategorisasi Kecepatan pada Siswa Kelas V di SD Negeri 3 Ketol	49
Tabel 4.12 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecepatan pada Siswa Kelas V di SD Negeri 3 Ketol	49
Tabel 4.13 Norma Kategorisasi Kemampuan Gerak Dasar Motorik pada Siswa Kelas V di SD Negeri 3 Ketol.....	50
Tabel 4.14 Distribusi Frekuensi Tingkat Kemampuan Gerak Dasar Motorik pada Siswa Kelas V di SD Negeri 3 Ketol.....	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Keputusan Penunjukan Dosen Pembimbing Skripsi	59
2. Surat Izin Penelitian dari Ketua STKIP BBG Banda Aceh.....	60
3. Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Aceh Tengah	61
4. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari SD Negeri 3 Ketol	62
5. Foto Dokumentasi Penelitian.....	63
6. Formulir Tes	66
7. Rekap Hasil Tes Gerak Dasar Motorik	67
8. Susunan Panitia Penelitian	68
9. Riwayat Hidup	69



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh individu untuk mengembangkan kemampuan atau potensi yang ada dalam dirinya baik diperoleh dari dalam maupun dari luar sekolah yang berlangsung seumur hidup. Melalui pendidikan jasmani, peserta didik dapat menyalurkan hasrat dan keinginan untuk bergerak, disamping itu juga memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat secara langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong penguasaan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, dan membiasakan pola hidup sehat yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan penguasaan yang seimbang. Karena tidak hanya dapat meningkatkan kebugaran jasmani tetapi juga dapat memberi gerak yang bervariasi dan bermakna pada siswa.

Aktivitas jasmani diartikan sebagai kegiatan peserta didik untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar dan nilai-nilai fungsional yang mencakup kognitif, afektif dan psikomotor, sehingga melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan anak didik dapat tumbuh dan berkembang sehat jasmani dan rohani.

Penguasaan gerak itu sendiri mempengaruhi kemampuan dan perilaku manusia. Selain itu, penguasaan motorik juga merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam penguasaan individu secara keseluruhan. Gerak memiliki arti dan peran penting bagi kehidupan manusia. Gerak merupakan kebutuhan

utama bagi manusia, sebagian besar kebutuhan manusia dapat tercapai melalui gerak. Sebagai contoh, seorang siswa harus melakukan gerakan menulis, berlari, melompat, meloncat, berguling, dll, guna memenuhi kebutuhan siswa baik di sekolah maupun dalam kehidupan bermasyarakat. Gerak juga merupakan ciri dari kehidupan, artinya manusia dikatakan hidup bila dia masih dapat bergerak.

Salah satu tujuan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan adalah untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar siswa (Mahardika, 2010: 100). Keterampilan gerak dasar merupakan keterampilan yang melibatkan otak besar, kekuatan otot yang melibatkan lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan, seperti melempar sebuah bola, melompat, atau meloncat melewati gerakan air, atau menjaga keseimbangan (Syahrial Bakhtiar, 2015: 8). Untuk mencapai tujuan tersebut siswa dengan bantuan seorang guru harus bisa menyerap pengetahuan tentang olahraga yang diberikan oleh guru melalui pembelajaran tentang gerak. Selain itu anak harus mampu untuk membiasakan diri berolahraga di luar jam pelajaran berolahraga. Dengan terbiasa berolahraga maka siswa secara alami belajar gerak.

Murid sekolah dasar pada dasarnya memiliki gerak dasar yang dibawanya sejak lahir dan mulai belajar gerak (sambil bermain) pada saat di Taman Kanak-kanak, sehingga dari sumbangan gerak dasar tersebut siswa sekolah dasar sudah memiliki kemampuan gerak dasar minimal yang sangat berguna bagi penyesuaian diri di kehidupan siswa, terutama yang menyangkut gerakan-gerakan dasar yang berguna dalam kehidupan sehari-hari.

Kemampuan gerak dasar penting dipelajari dalam pembelajaran Penjas karena kemampuan gerak merupakan bagian dari ranah psikomotorik, dan perkembangannya dapat berbentuk penguasaan keterampilan gerak sehingga jika mempunyai kemampuan gerak yang baik anak akan mempunyai landasan untuk menguasai tugas keterampilan gerak khusus.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada siswa di SD Negeri 3 Ketol saat pembelajaran penjas menunjukkan bahwa siswa kurang aktif dalam melakukan gerakan hal ini disebabkan sarana/alat yang digunakan untuk pembelajaran juga sangat minim sehingga mempengaruhi aktivitas fisiknya. Metode pengajaran yang diberikan oleh guru saat di lapangan monoton dan kurang kreatif sehingga mempengaruhi tingkat kemampuan gerak siswa dalam melakukan aktivitas geraknya. Peran siswa dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar juga sangat penting, jika siswa mempunyai kemampuan gerak yang baik, dimungkinkan siswa akan cenderung lebih mudah di dalam melakukan keterampilan dalam olahraga.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, serta belum adanya penelitian yang dilakukan di SD Negeri 3 Ketol maka diperlukan penelitian. Sesuai dengan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: ***Survei Penguasaan Gerak Dasar Motorik pada Siswa kelas V di SD Negeri 3 Ketol.***

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Alat/sarana yang digunakan saat pembelajaran penjas minim.

2. Siswa tidak termotivasi melakukan gerak dasar motorik.
3. Siswa kurang menguasai gerak dasar motorik.
4. Belum diketahui penguasaan gerak dasar motorik pada siswa kelas V di SD Negeri 3 Ketol.

1.3 Batasan Masalah

Mengingat luasnya cakupan masalah, keterbatasan dana dalam penelitian ini, maka penulis akan membatasi masalah pada penelitian ini yaitu penguasaan gerak dasar motorik pada siswa kelas V di SD Negeri 3 Ketol.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, maka penulis dapat merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah penguasaan gerak dasar motorik pada siswa kelas V di SD Negeri 3 Ketol?.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penguasaan gerak dasar motorik pada siswa kelas V di SD Negeri 3 Ketol.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak baik secara teoritis maupun praktis, yaitu:

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini dapat dijadikan referensi umumnya pada orang yang menekuni olahraga dan khususnya bagi guru pendidikan jasmani.

2. Penelitian ini dapat dijadikan kajian bagi para guru pendidikan jasmani untuk lebih mengetahui perkembangan gerak dasar anak.
3. Penelitian ini dapat menjadi khasanah pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menambah kelengkapan ilmu dan teori yang telah ada.

1.6.2 Manfaat Praktis

- 1 Bagi pihak sekolah, diharapkan penelitian ini memberikan gambaran dan masukan tentang kemampuan gerak dasar siswa, sehingga dapat menentukan kebijakan berhubungan dengan aktivitas jasmani di sekolah.
- 2 Bagi siswa, penelitian ini memberikan motivasi untuk meningkatkan aktivitas fisik siswa.
- 3 Bagi guru pendidikan jasmani, penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam merancang pembelajaran pendidikan jasmani yang sesuai dengan kemampuan gerak dasar anak.

1.7 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian maka yang menjadi pertanyaan penelitian pada penelitian ini sebagai berikut: “Bagaimana penguasaan gerak dasar motorik pada siswa kelas V di SD Negeri 3 Ketol?”.