



**Tingkat Perkembangan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Menengah
Pertama di Kecamatan Todanan Kabupaten Blora**

Sudadik^{1✉}, Hermawan Pamot Raharjo²

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas
Negeri Semarang, Indonesia¹²

History Article

Received : 19 September 2020
Accepted : March 2021
Published : July 2021

Keywords

Student's Motor Skill;
Motori Development; Blora
Regency,

Abstract

Tujuan penelitian untuk mengetahui tingkat perkembangan kemampuan motorik siswa SMP di Kecamatan Todanan Kabupaten Blora. Desain penelitian yaitu penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei tes dan pengukuran. Teknik penarikan sampel menggunakan metode simpel random sampling dengan cara undian. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tingkat perkembangan motorik dari 209 siswa. Siswa 91 siswa terdiri dari 4,9% masuk dalam kategori baik sekali, 27,8% masuk dalam kategori baik, 36,7% masuk dalam kategori sedang, 23,62% masuk dalam kategori kurang, 6,95% masuk dalam kategori kurang sekali. Siswi 118 siswa terdiri dari 15,1% masuk dalam kategori baik sekali, 20,05% masuk dalam kategori baik, 30,36% masuk dalam kategori sedang, 23,02% masuk dalam kategori kurang 11,44% masuk dalam kategori kurang sekali. Kesimpulan penelitian yang diperoleh tingkat perkembangan motorik siswa SMP di Kecamatan Todanan Kabupaten Blora yaitu siswa memiliki kemampuan motorik dalam kategori sedang dan siswi memiliki kemampuan motorik kategori sedang.

Abstract

The research objective was to determine the development of junior high school students' motor skills in Todanan District, Blora Regency. The research design was a quantitative descriptive study using surveys, tests, and measurement methods. The sampling technique used a simple random sampling method by way of a lottery. Based on the results of the study showed the level of motor development of 209 students. The 91 students consisting of 4.9% were in the excellent category, 27.8% were in the very good category, 36.7% were in the good category, 23.62% were in the fair category, 6.95% were in the poor category once. 118 students consisting of 15.1%, are in the excellent category, 20.05% are in the very good category, 30.36% are in the good category, 23.02% are in the fair category 11.44% the poor category. This research concludes that the level of motor development of Junior High School students in the Todanan District, Blora Regency, is that male students have motor skills in the fair category and female students have fair motor skills in the fair category.

How To Cite:

Sudadik, & Raharjo, H. P., (2021). Tingkat Perkembangan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan Kabupaten Blora. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 17 – 25.

✉ Corresponding author :

E-mail: sudadiksudadik@gmail.com

© 2021 Universitas Negeri Semarang
p-ISSN 2723-6803
e-ISSN-

PENDAHULUAN

Gerak menjadi unsur penting dalam kehidupan mulai dari lahir hingga akhir hayat, dibutuhkan untuk berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain, untuk beraktifitas, bekerja, serta gerak digunakan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan. Masa perkembangan dan pertumbuhan anak membutuhkan perhatian khusus karena anak yang melakukan gerakan dengan baik akan berdampak baik pada keterampilan gerak anak (Ismaya et al., 2019). Semakin berkembangnya zaman penggunaan teknologi yang semakin modern anak mulai dari usia dini sudah diberikan keleluasaan penggunaan *gadget* yang berdampak pada kurangnya aktifitas bermain, aktifitas gerak, dan juga mengurangi aktifitas anak untuk berlari, melompat, melempar, serta menggerakkan tubuh mereka (Aghnita, 2017).

Kemampuan gerak motorik memegang peranan penting sangat diperlukan untuk dalam perkembangan dan pertumbuhan dalam setiap perkembangan keterampilan gerak setiap individu. Perkembangan dan pertumbuhan yang dialami anak usia 12 sampai 19 tahun merupakan masa pertumbuhan masa remaja yang optimal (Sukanti, 2007). Sehingga dengan baiknya keterampilan gerak akan menjadi dasar untuk perkembangan motorik yang baik. Perkembangan motorik yang baik terlihat dari keterampilan gerak yang dikuasai. Keterampilan gerak didapatkan dengan aktifitas gerak yang teratur dan konsisten. Dalam perkembangan dan pertumbuhan fisik diperlukan aktifitas fisik yang teratur dan rutin dilakukan. Usia remaja merupakan masa perkembangan yang pesat baik perkembangan jasmani, perkembangan kognitif, dan perkembangan emosional. Pencapaian perkembangan jasmani pada masa remaja sudah menginjak pada fase kematangan.

Perkembangan dan pertumbuhan pada fase remaja memerlukan perhatian karena fase remaja berlangsung dengan cepat dan singkat serta menjadi penentu pada fase selanjutnya. Perkembangan motorik merupakan peningkatan kualitas motorik yang berpengaruh dengan gerakan dan aktifitas. Belajar gerak yang dilakukan secara terus-menerus dan berulang akan menghasilkan keterampilan gerak. Kemampuan motorik merupakan kemampuan yang berperan sebagai dasar dan mencakup faktor yang ada didalam aktifitas fisik. Motorik merupakan bagian dari unsur kematangan dan pengendalian gerak. Kemampuan motorik memiliki korelasi dengan kemampuan fisik dan kebugaran fisik. Secara umum keterampilan gerak dan kemampuan fisik yang baik

dibersamai dengan tingkat kemampuan motorik yang tinggi (H. Harrison Clarke & J. Stuart Wickens, 1962). Keterampilan gerak yang dihasilkan memerlukan kematangan gerak. Setiap hasil gerakan yang dilakukan oleh siswa bergantung kepada perkembangan motorik masing-masing siswa. Perkembangan motorik setiap siswa dapat dijadikan ukuran kapasitas siswa dalam melakukan gerak teknik dasar cabang olahraga tertentu (Nugroho et al., 2019).

Semakin baik kemampuan motorik maka semakin baik dalam melakukan gerakan dan aktivitas fisik (Asnaldi et al., 2018). Keterampilan motorik dasar menjadi bekal penting dalam melakukan aktifitas fisik seperti melompat, melempar, menangkap dan koordinasi. Kemampuan motorik dipandang sebagai keterampilan yang dapat mendasari keberhasilan pada masa mendatang dalam melakukan tugas keterampilan gerakan dibidang olahraga (Birriy et al., 2016). Dengan pentingnya peran motorik terhadap perkembangan siswa maka siswa harus mengetahui sampai mana perkembangan motoriknya untuk menjadi ukuran dan evaluasi dalam melakukan gerakan. Kemampuan motorik yang baik dipengaruhi oleh banyaknya pengalaman gerak yang dimiliki siswa tersebut. Setiap individu memiliki kemampuan motorik yang tingkat kemampuannya berbeda, individu yang mempunyai kemampuan motorik baik akan mudah mencapai banyak keterampilan baru dan individu yang memiliki kemampuan motorik rendah maka butuh waktu lama untuk mencapai keterampilan yang dipelajari (Singh, N., D., & Kaur, H. 2016). Unsur-unsur tersebut memiliki peran yang sama dalam perkembangan motorik dengan seiringnya waktu. Kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, dan kelincahan yang merupakan unsur-unsur motorik merupakan komponen dan unsur yang ada dalam praktik pendidikan jasmani.

Individu yang dapat menyelesaikan tugas keterampilan dengan tergambaranya kemampuan motorik pada tingkat keberhasilan tertentu (Samsudin, K. 2008). Meningkatnya perkembangan motorik anak akan mengakibatkan kemampuan mengontrol gerak motorik anak semakin meningkat. Hubungan antara kinerja motorik dengan memori pengalaman gerak, fleksibilitas kognitif terdapat hubungan yang saling berkaitan (Huizinga, M., Dolan, C. V., & van der Molen, M. W. 2006). Motorik menjadi hal yang vital dalam kehidupan untuk anak-anak, remaja, dan dewasa, motorik mempengaruhi perkembangan secara keseluruhan baik fisik, afektif, kognitif,

psikomotor, emosional, dan sosial (Devina et al., 2013). Melalui pendidikan jasmani yang terdapat di sekolah menjadi sarana perkembangan dan pertumbuhan gerak yang secara tidak langsung memberikan peningkatan pada motorik siswa. Perkembangan kemampuan motorik memiliki pengaruh pada seluruh perkembangan individu secara keseluruhan.

Perkembangan zaman dan kemajuan teknologi banyak anak yang semakin disibukan dengan *smart phone*, baik untuk kegiatan belajar, menonton video, dan memainkan *game online* dan *offline* (Subarkah, 2016). Oleh sebab itu perlu diketahui perkembangan kemampuan motorik anak yang aktifitasnya lebih sering memainkan *smart phone*. Waktunya dihabiskan untuk main *gadget* dari pada bermainan yang melibatkan dan menggerakkan anggota tubuh secara. Penggunaan *gadget* yang berlebihan akan menghambat perkembangan motorik anak (Sejati et al., n.d.). Perkembangan motorik berpengaruh dalam kegiatan fisik. Berkurangnya aktifitas fisik dan gerak yang dilakukan akan berdampak negatif seperti, kebugaran jasmani, keterampilan, koordinasi, dan berat badan yang berlebih (Mursid, 2015). Berdasarkan hasil survai awal yang dilakukan banyak siswa SMP melakukan aktifitas gerak seperti bermain *game online*, nonton *youtube*, dll. Peningkatan gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif bisa tercapai dengan meningkatkan kapasitas dan intensitas gerak tersebut (Paud & Unesa, 2009). Berlatih motorik terdapat tahapan yang saling berhubungan dengan latihan yang teratur dan kontinu yang menghasilkan perubahan permanen (Sukoco, 2011). Oleh beberapa alasan dan hasil survai diatas maka peneliti dengan yakin akan melakukan penelitian dengan judul "Tingkat Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan, Kabupaten Blora.

METODE

Dalam penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Peneliti ingin mengetahui seberapa tingkat perkembangan motorik siswa sekolah menengah pertama di kecamatan todanan kabupaten blora. Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, jenis penelitian ini menggunakan desanin penelitian survay. Tempat penelitian di kecamatan todanan kabupaten blora pada 4 SMP, terdiri dari SMP Negeri 1 Todanan, SMP Negeri 2 Todanan, SMP Negeri 3 Todanan Satu Atap, SMP PGRI Todanan. Jumlah populasi dari 4 sekolah tersebut sebanyak 913 siswa.

Jumlah sampel yang ambil dalam penelitian ini sebanyak 209 siswa dengan menggunakan teori Isaac dan Michael dalam kesalahan 10% (soegiyono 2013). Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu simpel *random sampling*. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, variabel yang digunakan variabel mandiri (independen variabel).

Instumen yang digunakan *barrow motor ability test* yaitu pertama, *Pertama, Standing broad jump* untuk mengukur *power* tungkai, kedua *Softball Throw Test* untuk mengukur *power* lengan, ketiga *Zig Zag Run* untuk mengukur kelincihan bergerak, ketiga *Wall Pass* Mengukur koordinasi mata dan tangan, keempat *Medicine Ball Put* untuk mengukur *power* otot lengan.

Keenam Lari 60 yard untuk mengukur *kecepatan*. *Validitas* yaitu 1). *Soft ball throw* 0,761, 2) *standing bord jump* 0.759, 3). *Wall pass* 0.761, 4). *Zig-zag run* 0.736,5). *Medicine ball-put*0.736, 6). *Lari 60 yard* 0.723. sedangkan untuk rehabilitas instrumen *barrow motor ability test* yaitu: 1). *Soft ball throw* 0.928, 2). *Standing bord jump* 0.895, 3). *Wall pass* 0.791, 4). *Zig-zag run* 0.795, 5). *Medicine ball-put* 0.893, 6). *Lari 60 yard* 0.828 ((Purwanti, T, 2015)

Analisi data dalam penelitian ini menggunakan *t-score* untuk memudahkan dan menyamakan stuan dari masing masing item test. Rumus yang digunakan yaitu *t-score*. Rumus *T-Score* yang pertama menggunakan satuan waktu, jadi semakin sedikit waktu yang diperlukan dalam mempraktikan semakin bagus. Adapun rumus *T-Score* sebagai berikut :

$$t\text{-score} = 50 + \left(\frac{M - X}{S} \right) \times 10$$

Rumus *t-score* untuk satuan semakin banyak atau satuan yang diperoleh semakin banyak semakin bagus hasil yang di peroleh :

$$t\text{-score} = 50 + \left(\frac{X - M}{S} \right) \times 10$$

Keterangan:
 M = Mean (nilai rata-rata)
 X = Skor yang diperoleh
 SD = Standar Deviasi (Mahayaty, L. 2014).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini siswa putra dan siswa putri dipisah karena norma yang dipakai untuk mengkategorikan berbeda. Berikut ini adalah

ulasan dari **Tabel 1** hasil penelitian kemampuan motorik siswa putra sebagai berikut:

Power otot lengan softball throw

Berdasarkan **Tabel 1** diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen otot *power* lengan dengan item tes *softball throw* siswa Sekolah Menengah Pertama diKecamatan Todanan terdapat 7 siswa (7,69%) dalam kategori baik sekali, 20 siswa (21,97%) dalam kategori baik, 34 siswa (37,36%) dalam kategori sedang, 26 siswa (28,57%) dalam kategori kurang, 4 siswa (4,39%) dalam kategori kurang sekali.

Power otot tungkai

Berdasarkan **Tabel 1** diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen otot *power* lengan dengan item tes *standing board jump* siswa putra Sekolah Menengah Pertama diKecamatan Todanan terdapat 1 siswa (1,09%) dalam kategori baik sekali, 32 siswa (35,16%) dalam kategori baik, 31 siswa (34,06%) dalam kategori sedang, 21 siswa (23,07%) dalam kategori kurang, 6 siswa (6,59%) dalam kategori kurang sekali

Kelincahan

Berdasarkan **Tabel 1** diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen otot kelincahan dengan item tes *zig-zag run* siswa Sekolah Menengah Pertama diKecamatan Todanan terdapat 3 siswa (3,29%) dalam kategori baik sekali, 30 siswa (32,96%) dalam kategori baik, 32 siswa (35,16%) dalam kategori sedang, 16 siswa (17,58%) dalam kategori kurang, 10 siswa (10,98%) dalam kategori kurang sekali.

Koordinasi mata dan tangan

Berdasarkan **Tabel 1** diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen koordinasi mata dan tangan dengan item tes *wall pass* siswa Sekolah Menengah Pertama diKecamatan Todanan terdapat 5 siswa (5,49%) dalam kategori baik sekali, 28 siswa (30,76%) dalam kategori baik, 31 siswa (34,06%) dalam kategori sedang, 19 siswa (20,87%) dalam kategori kurang, 8 siswa (8,79%) dalam kategori kurang sekali.

Power otot lengan

Berdasarkan **Tabel 1** diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen otot *power* lengan dengan item tes *medicine ball put* siswa Sekolah Menengah Pertama diKecamatan Todanan terdapat 6 siswa (6,59%) dalam kategori baik sekali, 17 siswa (18,68%) dalam kategori baik, 40 siswa (43,95%) dalam kategori sedang, 23 siswa (25,27%) dalam kategori kurang, 5 siswa (5,49%) dalam kategori kurang sekali.

Kecepatan

Berdasarkan **Tabel 1** diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen kecepatan dengan item tes lari *60 yard* siswa Sekolah Menengah Pertama diKecamatan Todanan terdapat 5 siswa (5,49%) dalam kategori baik sekali, 25 siswa (27,47%) dalam kategori baik, 32 siswa (35,16%) dalam kategori sedang, 24 siswa (26,37%) dalam kategori kurang, 5 siswa (5,49%) dalam kategori kurang sekali.

Hasil Penelitian Kemampuan Mototik Siswa Sekolah Menengah Pertama Dikecamatan Todanan.

Tabel 1. Hasil Penelitian Kemampuan Mototik Siswa Sekolah Menengah Pertama Dikecamatan Todanan

Norma	Power otot lengan		Power otot tungkai		Kelincahan		Koordinasi mata dan tangan		Power otot lengan		Kecepatan	
	Kategori	Frekuensi	Kategori	Frekuensi	Kategori	Frekuensi	Kategori	Frekuensi	Kategori	Frekuensi	Kategori	Frekuensi
Baik sekali	≥ 65.69	7	≥ 66	1	≥ 66	3	≥ 66	5	≥ 66	6	≥ 60.30	5
Baik	55.48 - 65.68	20	56 - 65	32	56 - 65	30	56 - 65	28	56 - 65	317	54.16 - 60.29	25
Sedang	45.27 - 55.47	35	46 - 55	31	46 - 55	32	46 - 55	31	46 - 55	40	48.02 - 54.15	32
Kurang	35.06 - 45.26	26	36 - 45	21	36 - 45	16	36 - 45	19	36 - 45	23	41.88 - 48.01	24
Kurang sekali	≤ 35.05	4	≤ 35	6	≤ 35	10	≤ 35	8	≤ 35	5	≤ 41.87	5

Hasil penelitian kemampuan motorik per-komponen Siswi Sekolah Menengah Pertama Dikecamatan Todanan

Tabel 2. Hasil penelitian kemampuan motorik per-komponen Siswi Sekolah Menengah Pertama Dikecamatan Todanan

Norma	Power otot lengan		Power otot tungkai		Kelincihan		Koordinasi mata dan tangan		Power otot lengan		Kecepatan	
	Kategori	Frekuensi	Kategori	Frekuensi	Kategori	Frekuensi	Kategori	Frekuensi	Kategori	Frekuensi	Kategori	Frekuensi
Baik sekali	≥ 49.84	39	≥ 66	9	≥ 66	14	≥ 65.01	10	≥ 66	6	≥ 66	29
Baik	48.67 - 49.83	7	56 - 65	28	56 - 65	21	55.00 - 65	28	56 - 65	20	56 - 65	38
Sedang	47.50 - 48.66	14	46 - 55	41	46 - 55	38	44.99 - 54.99	39	46 - 55	55	46 - 55	28
Kurang	46.33 - 47.49	7	36 - 45	31	36 - 45	34	34.99 - 44.98	35	36 - 45	33	36 - 45	23
Kurang sekali	≤ 46.32	51	≤ 35	9	≤ 35	11	≤ 34.98	6	≤ 35	4	≤ 35	0

Power otot lengan softball throw

Berdasarkan Tabel 2 diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen otot *power* lengan dengan item tes *softball throw* siswi Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan terdapat 39 siswi (33,05%) dalam kategori baik sekali, 7 siswi (5,93%) dalam kategori baik, 14 siswi (11,86%) dalam kategori sedang, 7 siswi (5,93%) dalam kategori kurang, 51 siswi (43,22%) dalam kategori kurang sekali.

Power otot Tungkai

Berdasarkan Tabel 2 diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen otot *power* lengan dengan item tes *standing board jump* siswi Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan terdapat 9 siswi (7,62%) dalam kategori baik sekali, 28 siswi (23,72%) dalam kategori baik, 41 siswi (34,74%) dalam kategori sedang, 31 siswi (26,27%) dalam kategori kurang, 9 siswi (7,62%) dalam kategori kurang sekali.

Kelincihan

Berdasarkan Tabel 2 diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen otot kelincihan dengan item tes *zig-zag run* siswi Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan terdapat 14 siswi (11,86%) dalam kategori baik sekali, 21 siswi (17,79%) dalam kategori baik, 38 siswi (32,20%) dalam kategori sedang, 34 siswi (28,81%) dalam kategori kurang, 11 siswi (9,32%) dalam kategori kurang sekali.

Koordinasi mata dan tangan

Berdasarkan Tabel 2 diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen koordinasi mata dan tangan dengan item tes *wall pass* siswi Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan

Todanan terdapat 10 siswa (8,47%) dalam kategori baik sekali 28 siswi (22,88%) dalam kategori baik, 39 siswi (33,89%) dalam kategori sedang, 35 siswi (26,66%) dalam kategori kurang, 6 siswi (5,08%) dalam kategori kurang sekali.

Power otot lengan

Berdasarkan Tabel 2 diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen otot *power* lengan dengan item tes *medicine ball put* siswi Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan terdapat 6 siswi (5,08%) dalam kategori baik sekali, 20 siswi (16,94%) dalam kategori baik, 55 siswi (46,61%) dalam kategori sedang, 33 siswi (27,96%) dalam kategori kurang, 4 siswi (3,38%) dalam kategori kurang sekali.

Kecepatan

Berdasarkan Tabel 2 diatas dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan kemampuan motorik komponen kecepatan dengan item tes lari 60 *yard* siswi Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan terdapat 29 siswi (24,57%) dalam kategori baik sekali, 38 siswi (32,20%) dalam kategori baik, 28 siswi (23,49%) dalam kategori sedang, 23 siswi (19,49%) dalam kategori kurang, 0 siswi (0%) dalam kategori kurang sekali.

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat perkembangan kemampuan motorik siswa SMP di Kecamatan Todanan Kabupaten Bora. Jumlah sekolah SMP yang diambil data sebanyak 4 sekolah terdiri dari SMP Negeri 1 Todanan, SMP Negeri 2 Todanan, SMP Negeri 3 Todanan Satu Atap, SMP PGRI Todanan jumlah sampel siswa sebanyak 209 siswa. Jumlah sampel sebanyak 209 siswa SMP kemudian putra dan putri di bedakan karena indikator dari masing- masing

berbeda setiap komponen tes. Untuk siswa Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat perkembangan motorik dari 209 siswa. Siswa 91 siswa terdiri dari 4,9% masuk dalam kategori baik sekali, 27,8% masuk dalam kategori baik, 36,7% masuk dalam kategori sedang, 23,62% masuk dalam kategori kurang, 6,95% masuk dalam kategori kurang sekali. Siswi 118 siswa terdiri dari 15,1% masuk dalam kategori baik sekali, 20,05% masuk dalam kategori baik, 30,36% masuk dalam kategori sedang, 23,02% masuk dalam kategori kurang 11,44% masuk dalam kategori kurang sekali.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa kemampuan motorik siswa Sekolah Menengah Pertama diKecamatan Todanan siswa rata-rata sedang dan untuk siswi rata-rata sedang. Dari enam komponen tes motorik yang diukur, komponen kekuatan lengan diukur dengan siswa melakukan lemparan bola *soft ball* menunjukkan nilai yang paling tinggi 81,09 dan nilai yang paling rendah 30,82. Komponen kelincihan diukur melalui tes lari *zig-zag run* siswa sekolah menengah pertama diKecamatan Todanan kelas VII dan VIII menunjukkan hasil yang paling tinggi sebesar 80,13 dan hasil yang paling rendah sebesar 60,17. Komponen koordinasi mata dan tangan diukur melalui tes passing bola basket ketembok kemudian menangkap kembali dalam waktu 1 menit siswa sekolah menengah pertama diKecamatan Todanan kelas VII dan VIII menunjukkan hasil yang paling tinggi sebesar 71,64 dan hasil yang paling rendah sebesar 27,66. Komponen kekuatan lengan diukur melalui tes lempar bola *medicine* siswa melakukan tesnya dengan lemparan yang maksimal dan menunjukkan nilai yang paling tinggi sebesar 84,09 dan nilai yang paling rendah sebesar 40,47. Komponen kecepatan diukur melalui tes lari 60 meter siswa melakukan lari dengan waktu yang sesingkat untuk menempuh jarak tersebut siswa sekolah menengah pertama diKecamatan Todanan kelas VII dan VIII menunjukkan hasil yang paling tinggi sebesar 75,22 dan hasil yang paling rendah sebesar 35,90. Komponen kekuatan tungkai diukur melalui tes melompat tanpa ada langkah awalan kemudian siswa melakukan lompatan kedepan dengan jarak yang maksimal dari masing-masing siswa sekolah menengah pertama diKecamatan Todanan kelas VII dan VIII menunjukkan hasil yang paling tinggi sebesar 81,09 dan hasil yang paling rendah sebesar 6,60.

Berdasarkan hasil pengukuran power otot lengan menunjukkan hasil yang berbeda antara siswa dan siswi, siswa pada kategori sedang dan

siswi pada kategori kurang sekali. Dalam perkembangan motorik belum maksimal dikarenakan anak tidak terampil dan lincah dalam mengkoordinasikan gerak tumbuh dalam aktifitas motorik. Kemampuan motorik dapat ditingkatkan dengan gerak dan permainan yang dilakukan oleh anak (Apriani, D. 2013). Dari penelitian yang dilakukan branta dan kawan-kawan menunjukkan hasil yang berbeda antara laki-laki dan perempuan, siswa mengalami peningkatan hasil yang baik, sedangkan perempuan mengalami penurunan diusia 15 tahun, namun hasil yang dicapai perempuan tersebut bisa dipertahankan dengan melakukan latihan yang konsisten dan teratur.

Power otot tungkai laki-laki dan perempuan dari hasil diatas menunjukkan siswa lebih dominan kategori baik sedangkan anak perempuan kategori sedang siswa menunjukkan kekuatan otot tungkainya mengalami peningkatan diusia tersebut. Sedangkan perempuan peningkatan tidak sebaik laki-laki dan cenderung menurun. Anak yang dilatih dengan lemparan dan tendangan dapat meningkatkan kemampuan motorik (Rahayu, T. 2015). Latihan otot tungkai dengan tendangan dapat berdampak baik pada peningkatan kemampuan motorik. Kondisi demografis wilayah Kecamatan Todanan yang masih berbukit dan aktifitas yang dilakukan juga mempengaruhi pada *power* otot tungkai.

Kelincihan merupakan kecepatan merubah arah dari badan atau anggota badan. Kelincihan menjadi bagian yang penting dalam aktifitas gerak sehari-hari, kelincihan yang optimal dipengaruhi oleh intensitas latihan yang teratur dan rutin (Maksum 2007). Kelincihan yang baik salah satunya memberikan dampak pada aktifitas fisik seperti, pada saat lari kemudian putar badan, lari zig-zag. Siswi yang memiliki badan lebih dari ideal akan sulit dalam mengubah arah badan atau anggota badan, mengontrol keseimbangan, kelentukan sehingga mengalami penurunan kelincihan. Cara untuk menjaga agar kelincihan pada siswi mengalami peningkatan dengan menjaga berat badan, aktifitas latihan, dan pola makan.

Berdasarkan teori yang disampaikan oleh Sugiyanto peningkatan koordinasi pada anak laki-laki terus berlangsung sejalan dengan bertambahnya umur, sedangkan anak perempuan perkembangannya melambat mulia usia 14 tahun. Pada umumnya anak laki-laki lebih baik melakukan aktivitas yang memerlukan kekuatan dan gerakan-gerakan yang melibatkan otot-otot besar atau gerakan kasar. Koordinasi mata dan tangan terjadi karena adanya

keserasian antara kesan yang diperoleh dari penglihatannya dengan otot dan syaraf yang menggerakkan tangannya (Febrialismanto, 2017). Pada masa anak besar kemampuan perempuan masih mengalami peningkatan yang signifikan dan terjadi peningkatan sampai usia 14 tahun yaitu adolesensi.

Kecepatan otot kaki siswa dilatih secara teratur sehingga kekuatan otot kaki meningkat baik. Hasil diatas dipengaruhi oleh kesempatan berlatih, mengikut pertunjukan, dan berusaha secara sungguh-sungguh dalam mengikuti latihan, kemudian siswi mengalami peningkatan kecepatan pada pertengahan masa adolesensi. Kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang (individu) dalam melakukan gerakan yang dipandang sebagai landasan keberhasilan untuk menyelesaikan keterampilan gerak (Asnaldi dkk, 2018). Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan dengan berbagai komponen tes motorik. Dalam pembahasan ini menjelaskan dan mendeskripsikan terkait hasil penelitian kemampuan motorik siswa Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan Kabupaten Blora.

Kemampuan motorik memegang peranan penting dalam setiap individu untuk melakukan gerakan sehari-hari. Kemampuan Intelligence Quotient memberikan keterampilan motorik sumbangan efektif sebesar 53,7% dan diimbangi dengan aktifitas fisik yang teratur (Agus Setiawan, A. S. (2015). Kemampuan motorik yang dimiliki siswa terlihat dalam pelaksanaan komponen tes untuk mengetahui seberapa tingkat kemampuan motorik siswa, dengan keputusan-keputusan yang diambil dalam melaksanakan gerakan mengontrol, mengatur, dan merespon dalam koordinasi yang baik. Siswa yang tepat, teratur, dan terkoordinir dalam melaksanakan komponen tes menunjukkan keluwesan dalam gerakan yang didalamnya terdapat kemampuan motorik. Usia siswa sekolah menengah pertama dapat diketahui masuk pada masa remaja, dalam masa remaja membutuhkan unsur yang tepat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan. Dalam perkembangan dan pertumbuhan manusia kemampuan motorik memiliki peran penting, kemampuan motorik berpengaruh pada aktifitas sehari-hari dan kemampuan gerak jadi terkontrol, terkoordinasikan, dan teratur (Setiawan, D. K., & Muhammad, H. N. 2017). Gerakan menjadi salah satu sarana pendukung, dengan keteraturan gerakan dan kedisiplinan siswa untuk terus mengembangkan gerak yang dilakukan setiap harinya maka hal itu

akan meningkatkan dan mempengaruhi perkembangan fisik serta kecerdasan otak yang berdampak pada motorik. Komponen tes yang ada diatas terdapat kelincahan, kecepatan, koordinasi, kekuatan merupakan komponen yang sering dilakukan setiap harinya.

Kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang (individu) dalam melakukan gerakan yang dipandang sebagai landasan keberhasilan untuk menyelesaikan keterampilan gerak (Asnaldi dkk, 2018). Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan dengan berbagai komponen tes motorik. Dalam pembahasan ini menjelaskan dan mendeskripsikan terkait hasil penelitian kemampuan motorik siswa Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan Kabupaten Blora. Kemampuan motorik memegang peranan penting dalam setiap individu untuk melakukan gerakan sehari-hari. Kemampuan motorik yang dimiliki siswa terlihat dalam pelaksanaan komponen tes untuk mengetahui seberapa tingkat kemampuan motorik siswa, dengan keputusan-keputusan yang diambil dalam melaksanakan gerakan mengontrol, mengatur, dan merespon dalam koordinasi yang baik. Siswa yang tepat, teratur, dan terkoordinir dalam melaksanakan komponen tes menunjukkan keluwesan dalam gerakan yang didalamnya terdapat kemampuan motorik. Usia siswa sekolah menengah pertama dapat diketahui masuk pada masa remaja, dalam masa remaja membutuhkan unsur yang tepat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan.

Gerakan menjadi salah satu sarana pendukung, dengan keteraturan gerakan dan kedisiplinan siswa untuk terus mengembangkan gerak yang dilakukan setiap harinya maka hal itu akan meningkatkan dan mempengaruhi perkembangan fisik serta kecerdasan otak yang berdampak pada motorik. Komponen tes yang ada diatas terdapat kelincahan, kecepatan, koordinasi, kekuatan merupakan komponen yang sering dilakukan setiap harinya.

Hasil tersebut dapat diartikan seorang siswa mempunyai kemampuan motorik yang berbeda-beda. Dalam mengetahui kemampuan motorik siswa terdapat banyak komponen tes yang harus dilalui, sehingga ada siswa yang memiliki kemampuan menyelesaikan komponen tes dengan hasil yang maksimal dan ada siswa yang beberapa komponen tes saja yang dapat maksimal. Dalam perkembangan kemampuan gerak siswa dapat dipengaruhi oleh aktivitas bermain baik bermain dalam cabang olahraga dan beraktivitas yang mengasah komponen dan unsur – unsur motorik. Perkembangan

kemampuan motorik anak dapat berkembang dengan optimal jika adanya kematangan kontrol motorik anak, untuk mencapai kontrol motorik yang matang harus diimbangi dengan gerak anggota tubuh yang optimal dan latihan aktifitas fisik (Hasanah, U. 2016). Aktivitas bermain sangat penting terutama untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak serta kemampuan motorik anak. Dalam beraktivitas siswa tersebut lebih dominan menggunakan bagian tubuh tertentu akan berpengaruh juga, misalnya sering melakukan aktivitas kaku dan otot lengan itu akan berpengaruh dan lebih dominan, sehingga semakin banyak dan sering menggunakan bagian tubuh secara keseluruhan maka akan maksimal (Birriy, 2016). selain itu faktor gizi juga mempengaruhi kemampuan motorik anak tersebut. Perkembangan motorik dipengaruhi oleh gizi, jika gizinya baik maka akan membantu untuk mencukupi kebutuhan energi yang diperlukan saat beraktivitas. Selain itu juga ukuran postur tubuh mempengaruhi dalam beraktivitas dan berdampak pada kemampuan motorik. Pada perkembangan motorik dari hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil yang diperoleh yaitu sedang. Hal ini berhubungan dengan aktivitas fisik yang dilakukan oleh setiap siswa baik disaat jam pembelajaran penjas maupun diluar jam sekolah.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi aktivitas fisik yaitu faktor lingkungan, terutama pada lingkungan sekolah juga mempengaruhi aktivitas siswa ketika siswa melakukan aktivitas di sekolah. Dalam perkembangan dan pertumbuhan personal, sosial, motorik peran keluarga sangat berpengaruh. Keluarga dan teman yang aktif berperan dan memberikan dukungan sosial akan berdampak positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak salah satunya motorik (Suryanto, S., Purwandari, H., & Mulyono, W. A. 2014). Dalam penelitian sebelumnya juga bahwa intervensi psikososial yang terintegrasi anatar anak dan ibu memberikan dampak yang signifikan pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Kurangnya sarana dan prasarana yang memadai juga merupakan hambatan bagi siswa untuk dapat melakukan aktivitas secara maksimal. Misalnya kondisi luas lapangan atau pun peralatan bermain akan mempengaruhi aktivitas anak, sehingga ruang gerak anak disekolah terbatas dan tidak maksimal. Lingkungan luar sekolah (tempat tinggal) juga berpengaruh terhadap tingkat perkembangan motorik anak.

Mayoritas siswa pada waktu luang atau jam pulang sekolah banyak digunakan untuk bersantai dan hanya beberapa siswa saja yang sering melakukan aktivitas fisik (berolahraga). Selain itu dengan berkembangnya teknologi menyebabkan siswa menggunakannya semakin berlebihan hal ini menjadi salah satu faktor penyebab rendahnya siswa melakukan aktivitas yang berhubungan dengan fisik. kebiasaan anak bermain *games*, menonton TV.

Penelitian ini hanya menegaskan bahwa pertumbuhan fisik dan perkembangan motorik sangat berpengaruh terhadap keberlangsungan siswa dalam belajar penjas dan berpengaruh dalam pencapaian prestasi siswa, untuk itu perlu diperhatikan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat kemampuan motorik peserta siswa kelas VII dan VIII di Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan Kabupaten Blora sebagian besar berada pada kategori sedang. Sedangkan kemampuan motorik siswa kelas VII dan VIII di Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Todanan Kabupaten Blora sebagian besar berada pada kategori sedang

REFERENSI

- Aghnita, A. (2017). Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud no. 137 Tahun 2014 (Kajian Konsep Perkembangan Anak). *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 219. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2017.32-09>.
- Agus Setiawan, A. S. (2015). Sumbangan Kecerdasan Intelligence Quotient Terhadap Keterampilan Motorik Pada Siswa Kelas Sd. *JSSF (Journal of Sport Science and Fitness)*, 18-22.
- Apriani, D. (2013). Penerapan Permainan Tradisional Engklek untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B RA Al Hidayah 2 Tarik Sidoarjo. *PAUD Teratai*, 2(1).
- Asnaldi, A., Zulman, Z., & Mardiah, M. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga dan Kemampuan Motorik dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Messana*, 3(2), 16-27.
- Azwar, S., & Ridho, A. (2013). Abilitas komposit dalam tes potensi. *Jurnal Psikologi*, 40(2), 127-142.
- Asnaldi, A., Zulman, Z., & Mardiah, M. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga dan Kemampuan Motorik dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa

- Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Messana*, 3(2), 16-27.
- Birriy, A. F., Jasmani, S.-P., & Keolahragaaan, F. I. (2016). (*Studi pada mahasiswa Angkatan 2014 Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya*). 04, 376-383.
- Devina, D., Keolahragaan, F. I., & Surabaya, U.N. (2013). *Tingkat Capability Motoric Siswa Kelas Vii Mts. Nurul Islam Jabon-Mojokerto*. 2, 1-5.
- Febrialismanto. (2017). Analisis Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Taman Kanak-Kanak Kecamatan Bangkinang Kabupaten Kampar
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 717–733. <https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368>.
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan kemampuan fisik motorik melalui permainan tradisional bagi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1).
- Huizinga, M., Dolan, C. V., & van der Molen, M. W. (2006). Age-related change in executive function: Developmental trends and a latent variable analysis. *NEUROPSYCHOLOGIA*, 44, 2017–2036. <http://dx.doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2006.01.010>.
- H. Harrison Clarke & J. Stuart Wickens (1962) Maturity, Structural, Strength, and Motor Ability Growth Curves of Boys 9 to 15 Years of Age, *Research Quarterly*. American Association for Health, Physical Education and Recreation, 33:1, 26-39, DOI: 10.1080/10671188.1962.10762083.
- Ismaya, M., Pendidikan, J., Biasa, L., Ismaya, M., Andajani, J., Biasa, P. L., Pendidikan, F. I., & Surabaya, U. N. (2019). *Keterampilan Gerak Tari Pada Siswa Tunanetra Di Slb-A Ypab Tegalsari Surabaya Diajukan kepada Universitas Negeri Surabaya untuk Memenuhi Persyaratan Penyelesaian Keterampilan Gerak Tari Pada Siswa Tunanetra Di Slb-A Ypab Tegalsari Surabaya*. 1–18.
- Mahayaty, L. (2014). Studi Tentang Faktor– Faktor Yang Mempengaruhi Pertumbuhan Dan Perkembangan Pada Balita Di Desa Pengalangan RW 03 Menganti Gresik. *Jurnal Keperawatan*, 3(1).
- Maksum, Ali. 2007. Tes dan Pengukuran. Surabaya: Unesa University Pres
- Mursid, Belajar PAUD, dan Pembelajaran (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2015).
- Nugroho, S. A., Soegiyanto, & Sugiharto. (2019). *The Effect of Teaching Models and Motor Skill Levels on The Result of Basketball Learning Technique*. *Journal of Physical Education and Sports*, 8(1), 1–6.
- Paud, P. G., & Unesa, F. I. P. (2009). Penerapan Permainan Tradisional Engklek Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B Ra Al Hidayah 2 Tarik Sidoarjo Latar Belakang. 1–13.
- Rahayu, T. (2015). Pengaruh Latihan Koordinasi Mata-Kaki-Tangan Dan Tingkat Keseimbanganterhadap Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Journal of Physical Education and Sports*, 4(2).
- Sejati, Y. G., Nurlaili, U., Islam, P., Usia, A., Gresik, U. M., & Dini, A. U. (n.d.). Meminimalisir Penggunaan Gadget Yang. 1–7.
- Singh, N., D., & Kaur, H. 2016) Dr. Thingnam Nandalal Singh and Harmandeep Kaur contact games”, *Intemational Journal of Current Research*, 8, (12), 44410-44412.
- Setiawan, D. K., & Muhammad, H. N. (2017). Survei Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Negeri Tahun Ajaran 2014-2015 (Studi Pada Siswa Kelas IV, V, VI SDN Kutorejo II Kertosono). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 5(1).
- Subarkah, M. A. (2016). Pengaruh Media Gadget terhadap perkembangan anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 15(1), 125–144.
- Sugiyono. 2010. *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sukanti, E. R. (2007). *Diktat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukoco, P. (2011). Pengaruh pemecahan masalah terhadap peningkatan hasil belajar senam artistik. *Jurnal Cakrawala Pendidikan Th. XXX No. 3*.
- Samsudin, K. (2008). *Pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Suryanto, S., Purwandari, H., & Mulyono, W. A. (2014). Dukungan Keluarga Dan Sosial Dalam Pertumbuhan Dan Perkembangan Personal Sosial, Bahasa Dan Motorik Pada Balita Di Kabupaten Banyumas. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 103-109.