PERBANDINGAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DAN YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER NON OLAHRAGA DI SMPN 4 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Jurusan PENJASKESREK

OLEH :

ABDUL WAHID
NPM: 11.1.01.09.0492

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI
2015

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Oleh :

ABDUL WAHID
NIM: 11.1.01.09.0492

Dengan Judul :

PERBANDINGAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DAN YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER NON OLAHRAGA DI SMPN 4 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

Telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan kepada Panitia Ujian
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Pembimbing I :	Pembimbing II :
Drs. Setyo Harmono, M.Pd.	Wasis Himawanto, M.Or.

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

Oleh :

ABDUL WAHID
NIM: 11.1.01.09.0492

Dengan Judul :

PERBANDINGAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DAN YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER NON OLAHRAGA DI SMPN 4 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji

Pada tanggal : _____

Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan

Panitia Penguji		Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs. Setyo Harmono, M.Pd.	.....
2. Penguji I	: Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.	.....
3. Penguji II	: Wasis Himawanto, M.Or.	.....

Mengetahui dan Mengesahkan
Dekan FKIP

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.

PERBANDINGAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWA YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DAN YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER NON OLAHRAGA DI SMPN 4 KEDIRI TAHUN AJARAN 2014-2015

ABDUL WAHID
NPM: 11.1.01.09.0492

FKIP – PENJASKESREK
Dosen Pembimbing I : Drs. Setyo Harmono, M.Pd.
Dosen Pembimbing II : Wasis Himawanto, M.Or.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Gerak dan motorik merupakan dan istilah yang saling terkait dan tidak dapat dipisahkan, karena diantara kedua istilah tersebut terdapat hubungan sebab akibat. Di era *modern* pada saat ini kemajuan teknologi sangat berkembang pesat dan terbatasnya lahan untuk bermain mengakibatkan pola hidup anak-anak menjadi berubah, yang biasa aktif bergerak menjadi pasif/malas untuk bergerak.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan kemampuan motorik siswa di SMPN 4 Kediri yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga, dan untuk mengetahui seberapa besar perbedaan kemampuan motorik siswa di SMPN 4 Kediri yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

Populasi penelitian ini adalah siswa-siswi yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga di SMPN 4 Kediri yang berjumlah 118. Teknik analisis data menggunakan mean, standart deviasi, *T-score*, uji normalitas, dan uji-T.

Hasil dari penelitian ini adalah, di ketahui Nilai t_{hitung} kemampuan motorik 0,695 lebih kecil dari t_{tabel} 1,645 ($t_{hitung} < t_{tabel}$). Sehingga H_0 diterima dan H_1 di tolak Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kemampuan motorik antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

Hasil olah data menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kemampuan motorik yang signifikan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga. Akan tetapi dari komponen koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan diperoleh hasil bahwa siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga lebih mendominasi daripada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler non olahraga.

Kata kunci: kemampuan motorik, ekstrakurikuler olahraga, ekstrakurikuler non olahraga

I. LATAR BELAKANG

Pada dasarnya olahraga merupakan aktifitas suatu gerak tubuh manusia yang dilakukan secara sengaja untuk mencapai tujuan/maksud tertentu. Gerak memegang paranan yang penting dalam kehidupan menusia sejak bayi, kanak- kanak hingga dewasa. Melalui gerak manusia berusaha untuk dapat meraih sesuatu sesuai dengan kebutuhan dan berbagai motif yang melatarbelakangi. Manusia yang sering bergerak atau berolahraga menunjukkan tingkah laku yang berbeda dengan mereka yang tidak berolahraga. Maka dari itu dari sejak lahir hingga dewasa manusia diajarkan untuk selaku aktif melakukan gerakan.

Pada masa anak sekolah dasar merupakan masa dimana mereka senang bermain. Permainan adalah suatu media atau wadah bagi anak-anak untuk mengekspresikan semua potensi yang dimilikinya. Melalui pendidikan jasmani peserta didik dapat menyalurkan hasrat dan keinginan untuk bergerak dan juga dilatih untuk belajar gerak agar bisa melakukan kegiatan sehari-hari, disamping itu dapat juga memberi kesempatan kepada para peserta didik untuk terlibat secara langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani.

Perkembangan gerak sangat mempengaruhi perkembangan secara keseluruhan baik fisik, intelektual, sosial dan emosional. Menurut Keogh (dalam Ma'mun dan Saputra, 2000:5) "perkembangan garak didefinisikan sebagai perubahan kompetensi atau kemampuan gerak dari mulai masa bayi (*infancy)* samapai masa dewasa (*adulthood)* serta melibatkan berbagai aspek perilaku manusia, kemampuan gerak dan aspek perilaku yang ada pada manusia ini mempengaruhi perkembangan gerak dan perkembangan gerak itu sendiri mempengaruhi kemampuan dan perilaku manusia". Artinya sejak lahir, manusia selalu diajarkan untuk selalu bergerak agar dapat melakukan aktifitas sehari-hari.

Gerak dan motorik merupakan dan istilah yang saling terkait dan tidak dapat dipisahkan, karena diantara kedua istilah tersebut terdapat hubungan sebab akibat. Gerak sebagai suatu yang dapat diamati sedangkan motorik adalah suatu proses yang tidak dapat diamati dan merupakan penyebab terjadinya suatu gerak.

Dalam kehidupan sehari-hari melalui gerak manusia berusaha untuk meraih sesuatu sesuai dengan kebutuhan dan motif yang melatarbelakanginya. Manusia yang sering melakukan aktivitas olahraga atau bergerak akan menunjukkan tingkah laku yang berbeda dari mereka yang tidak melakukan aktifitas olahraga. Begitu pula dengan dampak yang akan ditimbulkan dalam olahraga terhadap masing-masing individu. Dapat dikatakan bahwa setiap individu harus malakukan suatu gerakan yang dilakukan untuk aktifitas setiap hari.

Namun seiring perkembangan yang sangat pesat dibidang teknologi membawa dampak perubahan pada aktifitas dan gerakan-gerakan yang dilakukan orang dalam kehidupan sehari-harinya karena dibantu dan digantikan dengan peralatan yang canggih dan praktis. Sehingga secara tidak langsung berpengaruh terhadap pola hidup manusia. Hal tersebut menyebabkan terjadinya gangguan proses metabolisme tubuh sehingga terjadi suatu penurunan kesegaran jasmani, kesehatan ketrampilan, dan bahkan mempengaruhi kapasitas, kreativitas, dan kecerdasan. Dahulu anak yang berada di desa kebanyakan selalu bermain permainan tradisional yang selalu mengutamakan gerak atau anak-anak selalu bergerak aktif dalam permainan tersebut. Akan tetapi di era *modern* pada saat ini kemajuan teknologi sangat berkembang pesat dan terbatasnya lahan untuk bermain mengakibatkan pola hidup anak-anak menjadi berubah, yang biasa aktif bergerak menjadi pasif/malas untuk bergerak. Kebanyakan anak lebih banyak menghabiskan waktu untuk melihat televisi atau bermain elektronik lainnya, seperti *play station* dan *game online*

dari pada bermain diluar menggunakan unsur gerak. Dan seiring berjalannya waktu, dengan bertambahnya teknologi yang semakin canggih anak-anak yang berada di desa jarang sekali melakukan aktivitas diluar rumah dan bahkan yang dulunya selalu melakukan aktivitas disore hari, kini anak-anak didesa lebih suka bermain game dan menonton acara televisi.

Mengingat betapa pentingnya gerak bagi pertumbuhan dan perkembangan seorang anak sesuai dengan latar belakang dimuka, maka dalam penelitian ini akan mengetahui kemampuan motorik siswa di SMPN 4 Kediri. Karena dalam hal ini siswa sekolah sudah dapat dilihat sebarapa jauh kemampuan motorik melalui pembelajaran penjaskes disekolah dari yang mengkikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga. Disisi lain ada siswa siswi yang mengikukuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga (Ekstrakurikuler Pramuka). Penelitian ini dilakukan di SMPN 4 Kediri karena sekolah tersebut merupakan sekolah favorit di Kediri dan sering mendapatkan juara tingkat kecamatan maupun tingkat kabupaten. Dari latar belakang tersebut penulis ingin mengetahui perbedaan kemampuan motorik antara di SMPN 4 Kediri yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yang mana dalam penelitian ini lebih menekankan pada perhitungan-perhitungan terhadap data yang diperoleh. Menurut Maksum (2012:13), penelitian non-eksperimen adalah “suatu penelitian dimana peneliti sama sekali tidak memiliki kesempatan untuk memberikan perlakuan atau melakukan manipulasi terhadap variabel yang mungkin berperan dalam munculnya suatu gejala, karena yang diamati telah terjadi”. Sedangkan teknik penelitian ini termasuk dalam kategori komparatif, yaitu

"suatu penelitian yang membandingkan satu kelompok sampel dengan kelompok sampel lainnya berdasarkan variabel atau ukuran-ukuran tertentu" (Maksum, 2012:74).

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian dan juga hasil penelitian tentang perbedaan tingkat kemampuan motorik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga menggunakan tes kelincahan (*shuttle run*) 4x10 meter, koordinasi mata dan tangan dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke tembok, tes keseimbangan dengan *stork stand positional balance* dan tes kecepatan dengan lari cepat jarak 30 meter diketahui bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih dominan di bandingkan dengan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga pada komponen kordinasi, keseimbangan, kecepatan. Sedangkan tidak ada perbedaan yang signifikan pada unsur kelincahan. Pada perhitungan seluruh komponen tes kemampuan motorik tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

Berdasarkan perhitungan data kemampuan motorik siswa dengan menggunakan program SPSS 20 di dapatkan hasil sebagai berikut.

1. Hasil thitung kelincahan -1,042 < ttabel 1,645. Sehingga H0 diterima dan H1 ditolak dengan taraf signifikan 0,05. Jadi disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan pada unsur kelincahan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.
2. Hasil thitung koordinasi 3,750 > ttabel 1,645. Sehingga H0 ditolak dan H1 diterima dengan taraf signifikan 0,05. Jadi disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada unsur koordinasi pada siswa yang mengikuti

ekstrakurikuler olahraga lebih baik dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

3. Hasil thitung keseimbangan 2,417 > ttabel 1,645. Sehingga H0 ditolak dan H1 diterima dengan taraf signifikan 0,05. Jadi disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pada unsur keseimbangan, dimana siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih baik dari pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.
4. Hasil thitung kecepatan -3,553 > ttabel 1,645. Sehingga H0 ditolak dan H1 diterima dengan taraf signifikan 0,05. Jadi disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pada unsur kecepatan, dimana siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih baik dari pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.
5. Hasil thitung kelincahan 0,695 < ttabel 1,645. Sehingga HO diterima dan HI ditolak dengan taraf signifikan 0,05. Jadi disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga sengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

Dari hasil tes siswa kelas atas yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakukuler non olahraga, kemudian olah data menunjukkan bahwa kemampuan motorik tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga. Akan tetapi dari hasil tes, siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga lebih dominan dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga untuk komponen kordinasi, keseimbangan, dan kecepatan.

Ketidak adanya perbedaan kemampuan motorik antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga seperti sepak bola, bola voli, dan pencak silat dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non

olahraga seperti mengikuti kegiatan pramuka dan kegiatan bimbel lainnya adalah proses pembelajaran penjasorkes yang tidak efektif. Karena pada guru penjasorkes sebelumnya sering meninggalkan kegiatan proses belajar mengajar dan sangat jarang untuk melakukan kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

Hal itu terlihat ketika pembelajaran penjasorkes di SMPN 4 Kediri, siswa hanya terlihat bermain sendiri/bebas berlari dengan temannya yang melakukan aktivitas tersebut yang mengandung gerak tanpa arahan dan bimbingan dari guru, guru sebelumnya masih banyak meninggalkan siswa di lapangan sehingga materi yang seharusnya diterima oleh siswa tidak tersampaikan, serta kurangnya sarana dan prasarana di SMPN tersebut. Sehingga guru pengajar yang baru masih beradaptasi dengan siswa dan lingkungan sekolah.

Kegiatan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga hampir sama. Mereka berangkat sekolah dengan sebagian besar dengan berjalan kaki dan bersepedah. Kegiatan disekolah pada saat jam istirahat pun juga sama dengan melakukan permainan tradisional. Jam pembelajaran diakhiri pukul 13.00, kemudian pukul 15.00 siswa dilanjutkan dengan melakukan kegiatan yang sama yaitu bimbel di guru kelas masing – masing sampai dengan pukul 17.00. Di sisi lain kegiatan ekstrakurikuler olahraga pun yang jarang dilakukan pada guru penjasorkes sebelumya. Akan tetapi kegiatan ekstrakurikuler non olahraga hampir setiap minggu sekali selalu melakukan kegiatan seperti ekstrakurikuler pramuka.

Jadi kegiatan sehari – hari antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga hampir sama, sehingga dalam penelitian ini kemampuan motorik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga tidak terdapat perbedaan.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka hasil akhir pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan motorik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga di SMPN 4 Kediri.
2. Jika dilihat dari sisi komponenkordinasi, keseimbangan, dan kecepatan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga menunjukkan hasil yang lebih menonjol jika dibandingkan mereka yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

IV. DAFTAR RUJUKAN

Arikunto, Suharsimi, dkk. 2010. Prosedur *Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Yogyakarta: Rineka Cipta.

Anggadiredja T. Jana.2011. *Kursus Mahir Lanjutan Untuk Pembina Pramuka*. Kwartir Nasional Gerakan Pramuka

Decaprio, Richard. 2013. *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah.* Yogjakarta: DIVA Press.

Hartono, Suetanto dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar).* Surabaya: Unesa University Press.

Hurlock, B. 1978. *Perkembangan Anak Jilid I.* Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama.

Husdarta dan Saputra. 2000. *Perkembangan Peserta Didik*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pandidikan Dasar Dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara DIII.

Kiram, Yanuar. 1992. *Belajar Motorik*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Maksum, Ali. 2007. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Maksum, Ali. 2009. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Ngalimun. 2014. *Bimbingan Konseling di SD/MI Suatu Pendekatan Proses*. Yogyakarta: Aswaja.

Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Universitas Pendidikan Indonesia.

Syah, Muhibbin. 2014. *Telaah Singkat Perkembangan Peserta Didik.* Jakarta: pt Raja Grafindo Persada.

(https://www.google.co.id/search?hl=en&site=imghp&tbm=isch&source=hp&biw=1024&bih=463&q=sattle+run&oq=sattle+run&gs_l=img.3...2891.7680.0.8474.10.9.0.1.0.0.259.1109.0j2j3.5.0....0...1ac.1.64.img..6.4.951.LoqDlzcn7fI). Gambar diakses pada tanggal 7 Mei 2015.