



**GROSS MOTOR SKILLS SISWA KELAS BESAR DI SD  
NEGERI SE KECAMATAN PATEAN KABUPATEN KENDAL  
TAHUN AJARAN 2019/2020**

Skripsi

diajukan dalam rangka penyelesaian studi strata 1  
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

oleh

EFFA MAJIDA

6101416194

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2020**

## ABSTRAK

Effa Majida. 2020. **Gross Motor Skills Siswa Kelas Besar di SD Negeri Se Kecamatan Patean Kabupaten Kendal Tahun Ajaran 2019/2020**. Skripsi, Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: Donny Wira Yudha Kusuma, M.Pd., Ph. D.

**Kata Kunci: Gross Motor Skills, Siswa SD.**

Aktifitas fisik setiap anak berbeda-beda, sehingga siswa kelas besar yang terdiri dari berbagai kalangan masyarakat yang tinggal di pedesaan maupun pegunungan, orang tua disini tidak membiarkan anaknya berangkat ke sekolah dengan jalan kaki, melainkan diantar ke sekolah naik sepeda motor. Hal ini sangat berpengaruh pada Gross Motor Skills siswa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kontrol dan keseimbangan maupun koordinasi gerak pada siswa kelas besar.

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif, subyek pada penelitian ini yaitu siswa kelas besar di Sekolah Dasar Negeri Se Kecamatan Patean Kabupaten Kendal. Pengambilan data secara *cluster random sampling* dengan menggunakan metode pengumpulan data survey terhadap Gross Motor Skills. Kemudian teknik analisis data dengan menggunakan deskriptif explorasi dan software *SPSS versi 26*.

Penelitian ini memperoleh hasil dari kontrol dan keseimbangan serta koordinasi juga mencapai rata-rata 9,7436 dan 8,57. Hasil bahwa Gross Motor Skills mencapai kategori baik 45,6%. Hasil dari kontrol dan keseimbangan laki-laki mencapai kategori baik 53,3% dan untuk perempuan mencapai kategori baik 37,8%. Hasil dari koordinasi laki-laki mencapai kategori baik 53,3% dan perempuan mencapai kategori cukup 53,3%.

Simpulan dari penelitian ini bahwa Gross Motor Skills mencapai kategori baik 45,6%. Hasil dari kontrol dan keseimbangan laki-laki mencapai kategori baik 53,3% dan untuk perempuan mencapai kategori baik 37,8%. Hasil dari koordinasi laki-laki mencapai kategori baik 53,3% dan perempuan mencapai kategori cukup 53,3%. Saran yang diberikan peneliti yaitu: 1) Bagi penjas sebelum memasuki pembelajaran terutama praktik olahraga hendaknya memimpin jalannya pemanasan, sehingga kondisi fisik sebelum memasuki pembelajaran ini terkontrol. 2) Bagi siswa hendaknya lebih serius dan giat belajar dengan mengikuti program latihan yang diberikan oleh guru.

## ABSTRACT

Effa Majida. 2020. **Gross Motor Skills of The 4<sup>th</sup> and 5<sup>th</sup> Grade Students in Public Elementary Schools of Patean Sub-District Kendal Regency Academic Year 2019/2020**. Final project, physical of education, health and recreation study program, faculty of sport sciences, Universitas Negeri Semarang. Supervisor. Donny Wira Yudha Kusuma, M.Pd., Ph.D.  
**Keywords: Gross Motor Skills, Students of Elementary School**

Physical activity of each child is different. Consequently, students in higher grades in elementary schools, who come from various groups of society living either in a rural area or by motor cycle. This condition affects students' gross motor skills. This research aimed at finding out control and balance and also motor coordination of students in higher grades in elementary schools.

This present research used qualitative research approach. The participants of the research were students in higher grades in elementary schools (students in grade 4, 5, and 6) in Patean district, Kendal regency. The data in this research were taken by using cluster random sampling through survey towards gross motor skills as a data collection method. The data analysis technique used was descriptive exploratory data analysis and software application of SPSS version 26.

The finding showed that control and balance, and coordination reached the average score 9,7436 and 8,57. The result showed that gross motor skills achieved good category with the percentage of 45,6%. The result of control and balance was in good category with the percentage 53,3% for male students and 37,8% for female students. The result of coordination aspect for male students was in good category with the percentage 53,3% and for female student was in fair category with the percentage 53,3%.

The conclusion of this research is that gross motor skills was in good category with the percentage 45,6%. The result of control and balance for both male and female students was in good category with the percentage 53,3% for male and 37,8% for female. The coordination aspect resulted good for male students with the percentage 53,3% and fair for female students with the percentage 53,3%. From this research, the researcher gives several recommendations: 1) Physical education teachers are recommended to lead a warming up activity before doing teaching-learning activity especially when do a physical exercise. Thus, students' physical condition are well-maintained when they come in the main activity. 2) Students should be more serious and more active in following the exercise program given by teachers.

## PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini, Saya :

Nama : Effa Majida

NIM : 6101416194

Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Gross Motor Skills Siswa Kelas Besar Di SD Negeri Se Kecamatan Patean Kabupaten Kendal Tahun Ajaran 2019/2020

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum yang sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, 11 April 2020

Yang menyatakan,



(Effa Majida)

NIM. 6101416194

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan sidang.

Nama : Effa Majida

NIM : 6101416194

Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul : Gross Motor Skills Siswa Kelas Besar Di SD Negeri Se  
Kecamatan Patean Kabupaten Kendal Tahun Ajaran 2019/2020

Pada Hari :

Tanggal :

Menyetujui,

Ketua Jurusan PJKR



Dr. Rumi, S.Pd., M.Pd.

NIP. 1970 0223 1995 12 2001

22/4.20

Pembimbing,

Donny Wira Yudha Kusuma, M.Pd., Ph. D.

NIP. 1984 0229 2009 12 1004

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Effa Majida NIM 8101416194 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Judul "Gross Motor Skills Siswa Kelas Besar Di SD Negeri Se Kecamatan Palean Kabupaten Kendal Tahun Ajaran 2019/2020" telah di pertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Selasa tanggal 13 Mei 2020

### Panitia Ujian

Ketua



Prof Tandiy Rahayu, M.Pd.  
NIP. 1981 0320 1984 03 2001

Sekretaris



Agus Widodo Surtpto, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 1980 0907 2008 12 1002

### Dewan Penguji

1. Dr. Henry Schyawati, M.Si.  
NIP. 1967 0610 1992 03 2001
2. Agus Pujianto, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 1973 0202 2006 04 1001
3. Donny Wira Yudha Kusuma, M.Pd., Ph. D.  
NIP. 1984 0229 2009 12 1004

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### **Motto:**

Menghargai itu penting dan berbuat baik ke semua makhluk itu tidak masalah, tetapi jangan pernah berharap kebaikan itu kembali (Effa Majida).

### **Persembahan:**

Skripsi ini kupersembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya, ibu Djumiati (Alm) dan bapak Sudirman yang selalu mendoakanku. Serta buat ayah Thomas Rudiyanto yang selalu memotivasiku, membantuku, membiasakanku dan menasehati untuk meraih kesuksesan hidupku.
2. Kakakku Tyasanti Widyaningsih yang sudah saya anggap sebagai ibu kandungku, kakakku tercinta Heri Setiawan dan kakak iparku Eni Purwanti serta semua ponakanku yang saya sayangi dan selalu memberi semangat dan do'a.
3. Untuk Syahrul Subakti orang yang sudah banyak membantu, selalu memberi motivasi, doa dan semangat.
4. Serta untuk semua teman-temanku terimakasih doanya.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi dengan tidak ada halangan apapun. Penulisan skripsi ini merupakan persyaratan yang harus dipenuhi oleh mahasiswa untuk memperoleh gelar Sarjana di Universitas Negeri Semarang.

Penulis menyadari dengan keterbatasan pengetahuan yang peneliti miliki tentunya skripsi ini tidak akan terwujud tanpa ada bantuan dan bimbingan dasar berbagai pihak, oleh sebab itu peneliti dengan sangat berterimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan studi strata 1 Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi FIK UNNES.
2. Dekan FIK Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan izin untuk melakukan penyusunan skripsi.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin untuk menyelesaikan tugas akhir.
4. Lembaga dan siswa yang telah membantu dalam kelacaran penelitian ini.
5. Donny Wira Yudha Kusuma, M.Pd., Ph. D selaku Dosen Pembimbing satu yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan pengarahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Teman-temanku mahasiswa PJKR D 2016 yang memberikan semangat, membantu dan do'a untuk menyelesaikan skripsi ini.



7. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini, tapi tidak bisa menyebutkan satu persatu. Terimakasih atas do'a, dukungan, semangat serta bantuan yang telah diberikan.

Saran dan kritik yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Akhir harapan peneliti adalah semoga penulisan dan penyusunan skripsi ini bermanfaat, bagi peneliti serta para pembaca penulisan skripsi ini.

Semarang, 11 April 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>JUDUL</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>ABSTRACT</b> .....	iii
<b>PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>PERSETUJUAN</b> .....	vi
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR / DIAGRAM</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I</b> .....	1
<b>PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>1.1 Latar Belakang</b> .....	1
<b>1.2 Identifikasi Masalah</b> .....	5
<b>1.3 Pembatas Masalah</b> .....	6
<b>1.4 Rumusan Masalah</b> .....	6
<b>1.5 Tujuan Penelitian</b> .....	6
<b>1.6 Manfaat Penelitian</b> .....	7
<b>BAB II</b> .....	8
<b>LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR</b> .....	8
<b>2.1 Landasan Teori</b> .....	8
<b>2.1.1. Pendidikan Jasmani</b> .....	8
<b>2.1.2. Aktifitas Fisik</b> .....	9
<b>2.1.3. Gerak Dasar</b> .....	10
<b>2.1.4. Gross Motor Skills</b> .....	11
<b>2.1.5. Gross Motor Skills dari Faktor Eksternal</b> .....	13
<b>2.1.6. Perbedaan Laki-laki dan Perempuan untuk Gross Motor Skill</b> ....	15
<b>2.1.7. Karakteristik Anak SD Kelas Besar</b> .....	18
<b>2.1.8. Penjas Terhadap Gross Motor Skills dan Fine Motor Skills</b> .....	19

2.1.9.	Menciptakan Iklim Motivasi Terhadap Aktifitas Fisik .....	20
2.1.10.	Penelitian Tentang Gross Motor Skills .....	21
2.2	Kerangka Berpikir .....	22
<b>BAB III</b>	.....	24
<b>METODE PENELITIAN</b>	.....	24
3.1	Jenis dan Desain Penelitian .....	24
3.2	Variabel Penelitian .....	24
3.3	Populasi, Sampel, dan Teknik Penarikan Sampel .....	24
3.3.1	Populasi .....	24
3.3.2	Sampel .....	25
3.3.3	Teknik Penarikan Sampel .....	25
3.4	Instrumen Penelitian .....	26
3.4.1	Tes Keseimbangan .....	26
3.4.2	Tes Koordinasi.....	28
3.5	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penelitian .....	29
3.6	Teknik Analisis Data.....	30
<b>BAB IV</b>	.....	31
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	.....	31
4.1	Hasil Penelitian .....	31
4.1.1	Descriptive Statistics .....	31
4.1.2	Deskripsi Gross Motor Skills .....	32
4.1.3	Deskripsi Kontrol dan Keseimbangan.....	34
4.1.4	Deskripsi Koordinasi.....	36
4.2	Pembahasan .....	38
<b>BAB V</b>	.....	40
<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b>	.....	40
5.1	Simpulan .....	40
5.2	Saran.....	40
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	.....	41
<b>LAMPIRAN</b>	.....	47

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Gross Motor Skills .....	19
Tabel 3.1 Sampel Penelitian .....	21
Tabel 3.2 Teknik Penarikan Sampel .....	21
Tabel 3.3 Penilaian Keseimbangan .....	23
Tabel 3.4 Penilaian Koordinasi .....	25
Tabel 4.1 Descriptive Statistics .....	27
Tabel 4.2 Descriptive Gross Motor Skills .....	28
Tabel 4.3 Descriptive Kontrol dan Keseimbangan Siswa Laki-laki.....	30
Tabel 4.4 Descriptive Kontrol dan Keseimbangan Siswa Perempuan .....	31
Tabel 4.5 Descriptive Koordinasi Siswa Laki-laki.....	33
Tabel 4.6 Descriptive Koordinasi Siswa Perempuan.....	34

## DAFTAR GAMBAR / DIAGRAM

Gambar 4.1 Grafik Kontrol dan Keseimbangan .....	27
Gambar 4.2 Grafik Koordinasi.....	28
Gambar 4.3 Grafik Kontrol dan dan Keseimbangan Gross Motor Skills ..	29
Gambar 4.4 Grafik Koordinasi Gross Motor Skills.....	29
Gambar 4.5 Grafik Kontrol dan Keseimbangan Siswa Laki-laki.....	30
Gambar 4.6 Grafik Kontrol dan Keseimbangan Siswa Perempuan .....	32
Gambar 4.7 Grafik Koordinasi Siswa Laki-laki .....	33
Gambar 4.8 Grafik Koordinasi Siswa Perempuan.....	34

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran Pengesahan Judul.....	46
2. Lampiran SK Pembimbing.....	47
3. Lampiran Surat Penelitian SDN 1 Gedong.....	48
4. Lampiran Surat Penelitian SDN 1 Pagersari .....	49
5. Lampiran Surat Penelitian SDN 1 S .....	50
6. Lampiran Surat Bukti Penelitian SDN 1 Pagersari .....	51
7. Lampiran Surat Bukti Penelitian di SDN 1 Gedong .....	52
8. Lampiran Surat Bukti Penelitian di SDN 1 Selo.....	53
9. Lampiran Pengesahan Proposal .....	54
10.Lampiran Hasil Tes Kontrol dan Keseimbangan SDN 1 Pagersari	55
11.Lampiran Hasil Tes Kontrol dan Keseimbangan SDN 1 Gedong ..	56
12.Lampiran Hasil Tes Kontrol dan Keseimbangan SDN 1 Selo.....	57
13.Lampiran Hasil Tes Koordinasi SDN 1 Pagersari.....	58
14.Lampiran Hasil Tes Koordinasi SDN 1 Gedong .....	59
15.Lampiran Hasil Tes Koordinasi SDN 1 Selo .....	60
16.Lampiran Dokumentasi Penelitian.....	61

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Perkembangan anak usia dini akibat dari kurangnya asupan makanan baik dalam kuantitas maupun kualitas dapat menyebabkan gangguan terhadap proses-proses: pertumbuhan, produksi tenaga, pertahanan tubuh, perilaku, struktur dan pola otak (Primasoni, 2014). Sudah dijelaskan diatas bahwa pertumbuhan dan pertahanan tubuh memerlukan asupan makanan yang seimbang karena apabila mengkonsumsi makanan yang tidak seimbang maka akan berpengaruh terhadap gerak anak yang tidak maksimal. Akan tetapi apabila anak mengkonsumsi asupan makanan yang berlebihan akan berpengaruh buruk terhadap pertumbuhan anak. Adanya pertumbuhan dan pertahanan tubuh yang maksimal akan diawali dengan asupan makanan yang baik dalam kuantitas maupun kualitas. Adanya aktifitas fisik maka sel darah merah akan bersirkulasi dengan cepat, kenaikan suhu tubuh, dan dapat mencegah pertumbuhan bakteri sumber: Ensiklopedia Encarta & Ensiklopedia Britannica.

Adapun bentuk aktifitas fisik disesuaikan dengan jenjang umurnya: Periode umur 7-8 tahun (SD kelas 1 dan 2), periode umur 9 tahun (SD kelas 3), periode umur 10-11 tahun (SD kelas 4 dan 5), periode umur 12-13 tahun (SD kelas 6) menurut (Burhaein, 2017). Menjaga daya tahan dan kesehatan tubuh tidak hanya mengkonsumsi makanan tetapi dari pola kehidupan sehari-hari. Dapat dilihat pada era saat ini bahwa anak zaman sekarang berbeda dengan anak pada zaman dulu. Seiring berjalannya zaman ke zaman pasti ada perbedaan antara pertumbuhan dan pertahanan tubuh. Pada era perkembangan teknologi saat ini, anak lebih banyak memilih untuk

menghabiskan waktu di depan layar *gadget* dari pada harus bergerak melakukan sesuatu. Adapun pengaruh buruk terhadap perkembangan teknologi saat ini, bahwa dulu anak ketika sore hari bermain kejar-kejaran bersama teman sebaya, tetapi adanya teknologi yang lebih canggih seperti saat ini, anak justru sibuk mengikuti perkembangan *game online* di dalam rumah. Ini menunjukkan bahwa aktifitas fisik anak sudah sangat jauh berkurang. Padahal anak harus memenuhi kebutuhan fisik setiap harinya.

Dalam kondisi saat ini yaitu adanya Pandemi Covid-19 aktifitas fisik yang anak lakukan justru sangat berbeda dengan kondisi sebelumnya atau sebelum adanya Pandemi Covid-19, karena aktifitas fisik apapun hingga dari segi aktifitas olahraga yang biasanya dilakukan di luar ruangan atau lapangan jadi terhambat karena adanya anjuran dari Pemerintah supaya semua masyarakat mengikuti gerakan dirumahaja.

Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu domain dari gerak dasar fundamental (fundamental basic movement), di samping gerak dasar non-lokomotor dan gerak dasar manipulatif, gerak dasar lokomotor yang merupakan pokok bahasan yang diajarkan disekolah dasar (SD) (Hanief & Sugito, 2015). Gerak dasar untuk anak usia dini perlu dikembangkan, seperti halnya siswa kelas 4, 5 dan 6 di SD Negeri 1 Gedong, SD Negeri 1 Pagersari, SD Negeri 1 Selo. Jumlah siswa di SD Negeri 1 Gedong ada 55 siswa, di SD Negeri 1 Pagersari ada 55 siswa, dan di SD Negeri 1 Selo ada 60 siswa dengan jumlah siswa laki-laki dan perempuan berbeda-beda. Gerakan yang dilakukan siswa laki-laki dan perempuan pun berbeda karena keaktifan dalam belajar gerak atau pembelajaran pendidikan jasmani lebih luas anak laki-laki dari pada anak perempuan. Karena Belajar gerak untuk



anak usia dini sangatlah penting. Tingkat kemahiran keterampilan motorik anak-anak mungkin menjadi penentu penting dari aktifitas fisik mereka (Bellows et al., 2013).

Dalam aktifitas fisik yang dilakukan anak pada umur 12-13 tahun berbeda dengan aktifitas fisik yang dilakukan pada anak usia 7-8 tahun, hanya saja mulai terlihat teratur pada anak usia 12–13 tahun. Karena anak pada usia 7-8 tahun masih tergolong dini untuk melakukan gerak dengan menghasilkan suatu gerakan. Dalam belajar gerak di sekolah, anak mendapat pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam pendidikan jasmani diartikan pendidikan melalui aktifitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan pada umumnya (A.M. Bandi, 2011).

Pendidikan anak usia ini pada hakikatnya ialah pendidikan yang diselenggarakan dengan tujuan untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh atau menekankan pada pengembangan seluruh aspek kepribadian anak (Aghnaita, 2017). Aktifitas fisik merupakan salah satu bentuk kegiatan paling penting yang dilakukan oleh anak. Aktifitas fisik itu sendiri memungkinkan dapat meningkatkan kecerdasan anak. Aktifitas yang dilakukan tidak hanya didapat dari lingkungan sekolah saja. Dalam melakukan gerak motorik terdapat motorik halus dan motorik kasar. Perkembangan motorik halus berkaitan dengan perkembangan kemampuan alam menggunakan jari-jari tangan untuk melakukan berbagai kegiatan, seperti gerakan dalam menjimpit, menggenggam, menulis, memotong, menggunting dan lain-lain (Saputra, 2016).

Pada tanggal 30 Januari 2020, peneliti melakukan observasi awal di SD Negeri 1 Gedong, SD Negeri 1 Pagersari, dan SD Negeri 1 Selo yang merupakan salah satu SD dalam kelompok gugus yang berada di Kecamatan Patean Kabupaten Kendal. Sekolah ini memiliki siswa yang terdiri dari berbagai kalangan masyarakat baik yang tinggal di pedesaan maupun di pegunungan. Selain itu banyak orang tua siswa yang tidak membiarkan anaknya berangkat ke sekolah dengan jalan kaki melainkan diantar ke sekolah naik sepeda motor, hanya ada beberapa siswa yang berangkat ke sekolah jalan kaki. Demi keamanan anaknya orang tua lebih memilih untuk mengantarkan anaknya, karena jalan yang dilewati naik turun dan berliku-liku. Selain itu peneliti juga melihat adanya sebagian siswa ketika melakukan pemanasan sebelum dimulainya pembelajaran olahraga masih banyak kekurangan dalam mencontoh gerakan yang dipimpin oleh jalannya pemanasan, masih ada beberapa siswa perempuan yang cenderung kurang aktif dan lebih memikirkan rasa malu dalam mengikuti penjas di sekolah yang berbeda dengan siswa laki-laki yang cenderung lebih percaya diri dalam melakukan aktifitas fisik. Adapun dampak yang dirasakan pada anak dalam pola hidup seperti itu dapat mempengaruhi kebiasaan dalam aktifitas gerakannya menyebabkan perbedaan kemampuan motorik karena pola hidup yang berbeda. Pada saat saya melakukan observasi di sekolah bahwa saya sempat menanyakan kemampuan perkembangan motorik pada anak, tetapi yang terjadi bahwasannya di sekolah tersebut tidak pernah melakukan tes motorik kasar seperti tes sikap kapal terbang dan tes lempar tangkap bola kasti yang merupakan komponen pada kemampuan motorik kasar siswa. Pada saat proses pembelajaran berlangsung banyak siswa yang

aktif dan ada sebagian siswa yang malas saat proses pembelajaran pendidikan jasmani sedang berlangsung.

Untuk mengetahui kemampuan motorik siswa Sekolah Dasar adalah dengan melakukan tes motorik kasar. Maka perlunya suatu proses dalam menyesuaikan karakteristik siswa yang suka bermain. Perkembangan kemampuan motorik anak akan dapat terlihat secara jelas melalui berbagai gerakan dan permainan yang dapat mereka lakukan (Sujiono et al., 2014). Berdasarkan kondisi tersebut dan hasil dari observasi diatas, peneliti bermaksud mengadakan penelitian tentang tes kemampuan motorik siswa seperti sikap kapal terbang dan tes lempar tangkap bola kasti dengan bantuan guru penjas dalam mengambil data dari siswa kelas besar (4, 5 dan 6) di SDN 1 Gedong, SDN 1 Pagersari, dan SDN 1 Selo di Kecamatan Patean Kabupaten Kendal. Dikarenakan yang dapat diambil data dan mudah di kontrol adalah kelas besar (4, 5 dan 6). Peneliti bermaksud untuk dapat melakukan penelitian tentang "Gross Motor Skills siswa kelas besar di SD Negeri se Kecamatan Patean Kabupaten Kendal tahun ajaran 2019/2020".

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan tersebut, bahwa identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Dampak aktifitas fisik perkembangan gerak motorik untuk siswa yang sering diantar orang tua ke sekolah.
2. Dampak aktifitas fisik siswa perempuan yang masih kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas besar.
3. Dampak aktifitas fisik siswa laki-laki yang lebih leluasa dalam melakukan gerakan dalam pembelajaran penjas pada kelas besar.

### **1.3 Pembatas Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas Peneliti ini dibatasi pada permasalahan aktifitas fisik kelas besar (4, 5 dan 6) di SDN 1 Gedong, SDN 1 Pagersari, dan SDN 1 Selo Kecamatan Patean Kabupaten Kendal.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, bagian motorik kasar ini dibagi menjadi masalah spesifik, yaitu :

1. Bagaimana kontrol dan keseimbangan pada gross motor skills siswa kelas besar (4, 5 dan 6) di SDN 1 Gedong, SDN 1 Pagersari, dan SDN 1 Selo Kecamatan Patean Kabupaten Kendal ?
2. Bagaimana gerak koordinasi pada gross motor skills siswa kelas besar (4, 5 dan 6) di SDN 1 Gedong, SDN 1 Pagersari, dan SDN 1 Selo Kecamatan Patean Kabupaten Kendal?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan diatas seperti pada rumusan masalah, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, adalah:

1. Mengetahui hasil kontrol dan keseimbangan pada siswa dalam melakukan aktifitas fisik gross motor skills siswa kelas besar (4, 5 dan 6) di SDN 1 Gedong, SDN 1 Pagersari, dan SDN 1 Selo Kecamatan Patean Kabupaten Kendal ?
2. Mengetahui hasil pada gerak koordinasi pada siswa dalam melakukan aktifitas fisik gross motor skills siswa kelas besar (4, 5 dan 6) di SDN 1 Gedong, SDN 1 Pagersari, dan SDN 1 Selo Kecamatan Patean Kabupaten Kendal ?

## **1.6 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian diharapkan bisa memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu yang dijadikan objek penelitian. Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah :

### **1. Manfaat Teoritis :**

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan subangan peikiran dala memperkaya wawasan konsep praktek penjas terhadap siswa kelas besar.

### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini secara praktis diharapkan dapat menyumbangkan pemikiran terhadap pemecahan masalah yang berkaitan dengan gross motor skills siswa kelas besar.

Selanjutnya hasil penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi penyusun program pemecahan masalah pada gross motor skills siswa kelas besar.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR**

#### **2.1 Landasan Teori**

Landasan teori dalam penelitian ini sebagai acuan berpikir secara ilmiah dalam rangka untuk pemecahan masalah, pada landasan teori ini dimuat beberapa pendapat dari para pakar dan para ahli. Secara garis besar akan diuraikan tentang : pendidikan jasmani, aktifitas fisik, gerak dasar, gross motor skill, fine motor skill, perbedaan laki-laki dan perempuan untuk gross motor skill, karakteristik anak SD kelas besar, penjas terhadap gross motor skills dan fine motor skills, menciptakan iklim motivasi terhadap aktifitas fisik, perkembangan motorik anak, penelitian tentang gross motor skills.

##### **2.1.1. Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani adalah suatu komponen pendidikan yang dilakukan secara sadar oleh semua kalangan. Beberapa para ahli mengatakan bahwa, pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi (Samsudin 2008: 2).

Dalam belajar tentang pendidikan jasmani, dapat ditemukan di sekolah, melalui pendidikan jasmani yang diberikan siswa di sekolah, selama ini belum berpengaruh terhadap meningkatnya kebugaran jasmani siswa (Darmawan, 2017).

Dalam dunia pendidikan bahwa pendidikan jasmani dalam meningkatkan kemampuan gross motor skills siswa, hal ini dapat dilihat setelah melakukan tes keseimbangan dan koordinasi. Maka dari itu,

pendidikan jasmani perlu diterapkan pada anak sehingga kelak anak akan lebih terampil dalam menjalankan kegiatan sehari-hari.

Pendidikan jasmani adalah latihan jasmani yang dimanfaatkan, dikembangkan, dan didayagunakan dalam pendidikan (Subagiyo dkk 2008: 18).

Berbagai beberapa pendapat di atas disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah salah satu pendidikan yang harus diajarkan di sekolah. Pendidikan jasmani merupakan sistem pendidikan yang tidak bisa dipisahkan antara jasmani dan rohani serta perkembangan kognitif, efektif dan sosial yang ada pada siswa.

### **2.1.2. Aktifitas Fisik**

Dalam dunia pendidikan memerlukan adanya suatu karakter dan berbagai aktifitas fisik bagi peserta didik. Dari mereka kecil diajarkan hal-hal yang sifatnya baik, seperti mengambil makanan menggunakan tangan kanan, maka ketika mereka tumbuh besar pun hal tersebut akan selalu diingat. Aktifitas fisik pada siswa berbeda-beda, seperti pada anak usia 7-9 tahun termasuk siswa kelas kecil yang dalam melakukan aktifitas fisik masih terlalu rumit dan sulit dalam memahami instruksi dan harus diberi arahan supaya mudah dalam memahami perintah. Manusia sangat membutuhkan kebugaran jasmani didalam tubuhnya, karena dalam faktor tersebut dapat menunjang suatu hasil aktivitas fisik yang dapat dilakukan didalam kehidupan sehari-hari, misalnya dengan melakukan aktivitas berolahraga (Erfan, 2017). Dalam belajar olahraga pun masih harus membutuhkan strategi khusus, beberapa olahraga yang sering dilakukan seperti lari dan lempar tangkap bola dengan teman sebaya.

Sedangkan aktifitas fisik yang anak lakukan pada usia 10-13 tahun yang termasuk dalam kelas besar, aktifitas fisik yang dilakukan berbeda dengan siswa kelas kecil. Dalam melakukan aktifitas fisik dan kemampuan berpikir menjadi lebih baik, mampu mengikuti dan memahami instruksi yang semakin lama semakin sulit. Dalam belajar olahraga, siswa dapat berpikir tentang strategi-strategi yang akan dilakukannya. Beberapa olahraga seperti bermain bola voli, sepak bola, bulutangkis dan lain sebagainya.

Kemajuan selanjutnya dalam dasar perkembangan fisik dengan cara meningkatkan pertumbuhan berat badan ataupun dengan tinggi badan dan kekuatannya, memungkinkan anak untuk lebih aktif, dapat mengembangkan keterampilan fisik serta berkembang dengan eksplorasi terhadap lingkungan dan tanpa bantuan orang lain maupun orang tuanya (Murni, 2017).

### **2.1.3. Gerak Dasar**

Dalam studi tentang proses keterlibatan dalam belajar gerak dan dapat menyempurnakan keterampilan gerak (motor skills) menurut (Amung Ma'mun dan Yudha M.Saputra 2003: 3). Dalam belajar gerak dipengaruhi oleh berbagai bentuk latihan dan berkaitan dengan pengalaman individu.

Kemampuan melakukan gerak dasar pada peserta didik guna menggali potensi gerak yang ada untuk dapat meningkatkan kualitas hidup menurut (Amung Ma'mun dan Yudha M.Saputra 2000: 20).

Adanya kemampuan dasar dapat dibagi menjadi 3, yaitu :

1. Kemampuan Lokomotor (*Locomotor Skill*)



Kemampuan untuk melakukan gerakan anggota tubuh untuk membuat seluruh tubuh berpindah tempat. Contoh : meloncat, berjalan dan lari-lari.

## 2. Kemampuan Non-lokomotor (*Non-Locomotor Skill*)

Suatu kemampuan dalam anggota tubuh untuk melakukan suatu gerakan yang tidak dapat menyebabkan berpindahnya ke suatu tempat di seluruh tubuh. Agar anak dapat melakukan berbagai aktifitas dalam posisi tubuh tetap ditempat. Contoh : memutar pinggang, menekuk badan, menekuk tangan, menekuk kaki.

## 3. Kemampuan Manipulatif

Suatu kemampuan yang dapat dikembangkan oleh anak ketika menguasai macam-macam obyek (koordinasi gerak dan kemampuan kognitif). Kemampuan yang lebih banyak melibatkan tangan dan kaki. Contoh : gerakan mendorong (melempar, memukul,menendang), gerakan menerima (menangkap) obyek, gerakan menggiring bola.

Gerakan lokomotor adalah suatu gerakan yang dapat berpindah tempat, gerakan non-lokomotor adalah gerakan ditempat, dan gerakan manipulatif adalah suatu gerakan untuk dapat berpindah tempat tanpa bantuan orang lain menurut Suparmin, dkk dalam (Dwipa, 2015). Gerakan dasar diatas merupakan salah satu pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah dasar.

### 2.1.4. **Gross Motor Skills**

Motorik kasar adalah suatu gerakan dalam tubuh yang dapat menggunakan otot-otot besar dengan seluruh tubuh ataupun sebagian anggota tubuh manusia yang dapat dipengaruhi oleh berat badan,

perkembangan tubuh secara fisik maupun usia. Contoh dalam kemampuan motorik kasar adalah : menendang, duduk, dan berlari.

Dalam kehidupan di usia yang akan datang, pertumbuhan anak merupakan suatu fase fundamental (Setyawan et al., 2018). Dapat dikatakan bahwa kemampuan motorik kasar pada siswa berbeda-beda, dikarenakan perkembangan fisik setiap anak berbeda. Adapun pengaruh lingkungan, gerak fisik dan usia setiap siswa. Aktifitas fisik yang siswa lakukan sangatlah penting untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik. Tingkat kemahiran keterampilan motorik anak-anak mungkin menjadi penentu penting dari perilaku aktifitas fisik mereka (Bellows et al., 2013).

Hasil kami mendukung pentingnya perhatian untuk keterampilan motorik kasar yang dikembangkan dengan baik pada anak-anak dengan ID batas dan ringan, terutama untuk keterampilan kontrol objek, yang mungkin berkontribusi positif terhadap partisipasi olahraga mereka (Westendorp, Houwen, et al., 2011). Adapun dukungan orang-orang terdekat atau lingkungan masyarakat, keluarga dapat membantu tumbuh kembangnya siswa.

Selanjutnya, hubungan khusus pada anak-anak dengan ketidak mampuan belajar dapat diamati dengan cara keterampilan membaca, keterampilan lokomotor serta hubungan mengatur keterampilan kontrol dalam waktu yang besar dan semakin buruk waktu belajar keterampilan motorik mereka (Westendorp, Hartman, et al., 2011). Proses perkembangan motorik beriring dengan kematangan fisik pada anak-anak. Hasil dari faktor motorik merupakan sistem saraf dalam

perkembangan untuk memungkinkan dapat bergerak dengan lingkungan yang sangat mendukung.

Pada saat bermain, anggota tubuh pada anak yang mempunyai banyak manfaat dalam aspek-aspek pertumbuhan anggota tubuh seperti aspek sosial, emosional maupun (Sujiono et al., 2014).

Akan terlihat jelas dimana anak yang suka bermain dengan anak yang tidak suka bermain. Dari segi pertumbuhan fisik pun terlihat dengan keaktifan dan cara bergabung dengan teman sebayanya.

#### **2.1.5. Gross Motor Skills dari Faktor Eksternal**

Faktor eksternal pada pertumbuhan dan perkembangan siswa dapat dipengaruhi oleh, keluarga, lingkungan, gizi, dan budaya.

##### **a. Keluarga**

Merupakan lingkungan pertama dan merupakan salah satu bagian paling penting dalam pertumbuhan dan perkembangan pada motorik siswa. Kepribadian baik yang dimiliki oleh orang tua tentunya akan berpengaruh positif terhadap lingkungan di sekitar karena orang tua merupakan panutan di dalam keluarga. Berdasarkan penelitian ini disarankan keluarga perlu meningkatkan stimulasi terutama aspek bicara bahasa serta sosialisasi kemandirian untuk merangsang kemampuan perkembangan anak, perlu dilakukan pendidikan kesehatan kepada ibu balita tentang pemberian stimulasi untuk merangsang kemampuan dasar anak (Sumiyati, 2016). Sehingga keluarga terutama orang tua harus mampu meningkatkan kemampuan dan pengetahuan dalam menciptakan kondisi lingkungan dengan baik. Apabila kondisi keluarga kurang baik maka akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan

siswa. Pendidikan yang disampaikan dilingkungan sekolah akan lebih efektif menyentuh dan melekat diri siswa (Mulyana, 2009).

b. Lingkungan

Faktor lingkungan disini dari lingkungan masyarakat tetapi juga dari lingkungan sekolah. Sehingga pada perkembangan dan pertumbuhan siswa dapat dipengaruhi oleh tingkat lingkungan yang ada. Kemampuan dalam perkembangan bahasa anak yang optimal tentu dapat mempengaruhi lingkungan yang profesional baik lingkungan dari sekolah manapun (Anita, 2015).

Orang tua pun harus bisa mendeteksi atau mengenali kelebihan dan kekurangan anak sejak dini pada perkembangan motorik sehingga dapat dilakukan stimulasi sejak dini dan intervensi (Lismadiana, 2017).

c. Gizi

Gizi merupakan nutrisi yang dibutuhkan dalam sistem pertumbuhan dan untuk pemeliharaan kesehatan yang kaitannya dengan kesehatan yang optimal dalam peningkatan kualitas hidup. Gizi tersebut sangat berpengaruh pada pertumbuhan siswa. Dengan adanya asupan gizi yang baik maka akan berpengaruh baik pada pertumbuhan siswa. Proses pertumbuhan dan perkembangan yang baik dapat menghasilkan status gizi yang baik, serta dapat meningkatkan salah satu kemampuan intelektual yang dapat berdampak pada prestasi belajar di sekolah (Sa'adah et al., 2014). Di Indonesia masalah gizi kurang atau malnutrisi masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang utama (Zulaekah et al., 2014).

d. Budaya

Budaya adat istiadat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan orang tua atau keluarga, dimana sangat berpengaruh oleh perkembangan siswa. Adanya budaya adat istiadat merupakan bukti bahwa pertumbuhan dan perkembangan siswa semakin luas dalam arti semakin luas, bahwa siswa dapat tumbuh dan berkembang tidak hanya di lingkungan keluarga saja akan tetapi dapat hidup di luar tanpa ada bimbingan dari orang tua. Mereka akan mengenal budaya dari luar atau bahkan dari teman sebaya.

Sebagai makhluk kebudayaan, manusia dapat memberdayakan potensi diri untuk mengoptimalkan aspek-aspek rasio, emosi, sosial, bahasa, intuitif, etika, ekologi dan spiritual, hingga mampu membentuk norma dan tatanan kehidupan yang didasari nilai-nilai budaya luhur, baik diimplementasikan secara individu maupun untuk kehidupan masyarakat (Misbach, 2006).

Peserta didik yang sudah melalui tahap-tahap sebelumnya di sekolah dengan budaya organisasi yang mengerjakan dan membiasakan nilai-nilai baik dalam hidupnya, maka akan tumbuh menjadi pemimpin yang hebat untuk negara ini (Megawanti, 2012).

#### **2.1.6. Perbedaan Laki-laki dan Perempuan untuk Gross Motor Skill**

Terlihat sangat jelas antara perkembangan dan pertumbuhan anak laki-laki dan perempuan jelas berbeda. Dilihat dari segi fisik dan postur tubuh dapat dinilai mana yang anak laki-laki dan mana yang perempuan. Dalam perbedaan alami dalam jenis kelamin yang sebenarnya merupakan perbedaan biologis dari sejak lahir antara perempuan dan laki-laki (Hermawati, 2007).

Perbedaan usia relatif tampaknya menjadi membesar ketika sumber daya yang dibutuhkan untuk kinerja motorik (Voelcker-Rehage, 2008). Dalam usia pun sangat berpengaruh terhadap gerak motorik kasar pada anak laki-laki dan perempuan. Usia untuk Sekolah Dasar terbagi menjadi 2 yaitu:

1. Pada kelas kecil
2. Pada kelas besar

Ciri-ciri untuk kelas kecil pada usia 7-9 tahun yaitu:

1. Mengikuti aturan yang ada di sekolah
2. Lebih banyak memuji diri sendiri
3. Suka membandingkan diri sendiri dengan orang lain

Ciri-ciri kelas besar pada usia 10-13 tahun yaitu:

1. Memiliki rasa keingintahuan yang tinggi dan suka belajar
2. Mulai terlihat menonjol adanya bakat-bakat khusus
3. Pada usia 11 tahun, anak membutuhkan seseorang untuk membantu menyelesaikan tugas dan memenuhi kebutuhannya.
4. Mulai terlihat dengan tidak menaati peraturan dan membuat peraturan sendiri.

Gerakan motorik kasar melibatkan sebagian besar bagian tubuh dan biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar, yang mengendalikan kematangan dalam koordinasi (Ayu Titis Rukmana Sari, 2018).

Pertumbuhan dan perkembangan pada laki-laki dan perempuan memang berbeda-beda. Adapun faktor yang tampak pada perbedaan siswa laki-laki dan perempuan pada umumnya yaitu :

### 1. Kemampuan memahami emosi

Dikatakan bahwa anak perempuan lebih baik dalam memahami emosi seseorang berdasarkan ekspresi wajah. Sedangkan untuk laki-laki dalam memahami emosi cenderung menahannya.

### 2. Keterampilan Motorik

Keterampilan motorik kasar untuk laki-laki seperti : melompat, berlari, dan menyeimbangkan akan berkembang sedikit lebih cepat dibandingkan dengan perempuan.

Sedangkan untuk perempuan cenderung mengembangkan motorik halus seperti : menulis, menggambar dan mewarnai, karena siswa perempuan lebih menunjukkan minat seni awal dibanding dengan siswa laki-laki.

### 3. Agresif

Pada siswa laki-laki cenderung agresif secara fisik karena kemampuan laki-laki cenderung lebih banyak aktif dan lebih senang dalam mengambil resiko. Bukan berarti anak perempuan tidak senang dalam mengambil resiko tetapi rata-rata anak laki-laki memang lebih aktif dibanding anak perempuan.

Dengan banyaknya anak yang dapat diindikasikan dalam keseimbangan tubuh, seperti anak yang sering jatuh saat melompat, berpegangan untuk dapat menopang keseimbangan tubuh, dan melompat seakan masih ragu-ragu dalam melakukannya, serta masih kurang mampu dalam mengkoordinasikan ketangkasan dalam gerak lokomotor, dapat terjadi karena dalam proses pembelajaran yang monoton, guru belum mengembangkan permainan gross motor skills, dan

masih sangat rendah dalam belajar ketangkasan gerak lokomotifnya dan tidak termotivasi secara maksimal (Rahayu & Khsanah, 2017).

#### **2.1.7. Karakteristik Anak SD Kelas Besar**

Siswa Sekolah Dasar kelas besar cenderung untuk tampak lebih dewasa dibandingkan kelas kecil, mereka sangat ingin di perlakukan seperti halnya orang yang lebih dewasa dari mereka. Anak SD pada perkembangannya memiliki karakteristik yang unik (Trianingsih, 2016). Terjadinya perubahan-perubahan yang berarti dalam kehidupan sosial dan emosional mereka, perkembangan dan karakteristik siswa pada usia siswa SD berbeda antara siswa satu dengan siswa yang lainnya, dikarenakan dapat dilihat dari proses pembelajaran siswa. Dalam masa saat ini siswa senang membuat kelompok dengan teman sebayanya supaya dapat bermain sama. Dalam permainan ini pun mereka cenderung tidak lagi mengikuti aturan yang ada melainkan mereka membuat peraturan sendiri. Pola pikir dan cara mengatasi masalah yang mereka tempuh berbeda-beda (Alfin, 2015).

Masa saat ini siswa sudah mulai bekerja sama dan meningkatkan belajar gerak sehingga pada akhirnya menemukan keterampilan gerak. Pada siswa kelas 4 saat menulis kelihatan kurang rapi (dibandingkan siswa yang berusia 9 tahun), untuk BB (berat badan) pada siswa perempuan mengalami lonjakan pada pertumbuhan tulang, kurang seimbang pertumbuhannya pada otot sehingga untuk melakukan gerakan kurang terkoordinasi. Siswa kelas 5 tampak pada otot kaki dan lengan berkembang, kekuatan otot tidak selalu sejalan dengan pertumbuhan, keterampilan dengan gerakan lebih cepat, rumit, dan kompleks seperti



orang dewasa, koordinasi perempuan sudah mulai baik, terlihat perbedaan nyata antara laki-laki dan perempuan. Siswa kelas 6 tampak pada pertumbuhan tinggi badan perempuan melambat, laki-laki memulai lonjakan pertumbuhan, emosional mulai terlihat nyata.

#### **2.1.8. Penjas Terhadap Gross Motor Skills dan Fine Motor Skills**

Perkembangan dan pertumbuhan yang terjadi pada masa anak-anak sangat membutuhkan perhatian yang lebih khusus untuk berkembang. Salah satu cara untuk mengajarkan anak mengenal sesuatu dalam perkembangan motorik dapat disesuaikan dengan umur. Oleh karena itu belajar merupakan proses dimana anak dapat memperoleh ilmu, adanya sikap serta keterampilan untuk membawa ke perubahan yang lebih bagus/baik.

Perkembangan dan pertumbuhan dalam gross motor skills dan fine motor skills merupakan salah satu perkembangan individu baik secara keseluruhan dengan faktor yang sangat penting. Keterampilan fisik dalam aktifitas gerak olahraga dapat dipelajari dan dilatih pada masa awal pertumbuhan siswa. Tujuannya agar supaya fisik anak yang masih kecil dapat berkembang dan dapat mengembangkan keterampilan fisik dalam jangka yang panjang. Orang tua maupun guru supaya dapat memfasilitasi ruangan dan waktu supaya anak dapat mengembangkan atau melakukan dengan menggunakan otot-otot kasar serta dapat menyediakan berbagai barang seperti alat yang bisa didorong, dilempar ataupun dijinjing (Sukanti, 2012).

Melalui pendidikan penjas di sekolah, siswa dapat memahami antara mempelajari gross motor skills dengan fine motor skills. Metode

pembelajarannya pun berbeda-beda karena gross motor skills menggunakan otot besar, sedangkan fine motor skills menggunakan otot kecil.

#### **2.1.9. Menciptakan Iklim Motivasi Terhadap Aktifitas Fisik**

Motivasi adalah perubahan dari dalam diri seseorang sehingga dapat mewujudkan segala sesuatu yang ingin dicapainya. Tanpa adanya motivasi dari luar, maka dalam proses pembelajaran akan sulit mencapai kesuksesan yang optimum (Hamdu & Agustina, 2011). Adanya motivasi disini diharapkan siswa mampu belajar sesuai dengan keinginannya. Motivasi dapat diperoleh dari faktor mana saja, seperti lingkungan keluarga ataupun lingkungan sekolah, masyarakat dan teman sebaya pun dapat memberi motivasi. Tujuan dari motivasi disini bahwa siswa dapat mewujudkan sesuatu yang diinginkannya. Dengan adanya motivasi yang tinggi maka hasil belajar teori maupun praktek dapat memuaskan, sebaliknya jika dengan motivasi yang rendah maka hasil belajar teori maupun praktek tidak memuaskan (Mappeasse, 2009).

Motivasi belajar merupakan suatu dorongan yang ada pada diri seseorang berhubungan dengan prestasi yaitu menguasai, memanupulasi serta mengatur lingkungan sosial maupun fisik untuk mengatasi rintangan guna memelihara kualitas belajar dan bersaing melalui usaha untuk melebihi perbuatan yang lalu dan melebihi perbuatan orang lain (Santi, 2015).

Perkembangan dan pertumbuhan siswa dapat dilatih sejak dini oleh keluarga, karena keluarga yang dapat memahami perkembangan motorik siswa. Aktifitas fisik seperti berolahraga yang dimiliki dari berbagai

manfaat untuk kesehatan tubuh secara menyeluruh. Motivasi berpengaruh positif terhadap aktifitas fisik siswa.

### 2.1.10. Penelitian Tentang Gross Motor Skills

Tabel 2.1 Penelitian Tentang Gross Motor Skills

Nama	Judul	Variabel	Instrumen	Hasil
Hidayati, M (2013)	PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI PERMAINAN BAKIAK	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Permainan tradisional bakiak</li> <li>- Kemampuan motorik kasar</li> </ul>	PTK	Keterampilan motorik kasar mencapai skor 16,98%
Triatmoko A, Purnomo E (2016)	KEMAMPUAN MOTORIK KASAR SISWA KELAS V SD N 21 SUNGAI KAKAP KABUPATEN KUBU RAYA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kemampuan motorik kasar</li> <li>- Tes shot put, tes wall pass, tes lari 50m, tes lari zig-zag, tes standing broad jump dan tes medicine ball put</li> </ul>	PTK siswa kelas 5 SD	Hasil analisis data kategori baik dengan persentase 60,73% dan kategori sedang dengan persentase 59,87%
Wijayanti K (2018)	PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA PRA SEKOLAH GROSS MOTOR DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kemampuan motorik kasar</li> <li>- Melakukan tes koordinasi dan keseimbangan dengan menggunakan otot-otot besar</li> </ul>	PTK dengan anak usia 3 sampai 6 tahun	Keterampilan motorik kasar dengan persentase 55,2%
Hakim A.R (2013)	PENGARUH USIA DAN LATIHAN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kemampuan motorik kasar</li> </ul>	PTK anak kelas bawah	Hasilnya menyimpulkan bahwa

	KESEIMBANGAN TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK TUNAGRAHITA KELAS BAWAH MAMPU II SEKOLAH LUAR BIASA	- Usia dan latihan keseimbangan		usia besar tidak menjamin kemampuan motorik kasar
Laukkanen, A., Pesola, A., Havu, M., Sääkslahti, A., & Finni, T (2014)	HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK KEBIASAAN FISIK DAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR AALAH BERAGAM PAA ANAK-ANAK BERUSIA 5-8 TAHUN	- Kemampuan motorik - Tes keterampilan manipulasi	PTK dengan anak usia 5 sampai 8 tahun	Kemampuan motorik kasar dirata rata menjadi (0,4<r<0,7, P0,05)

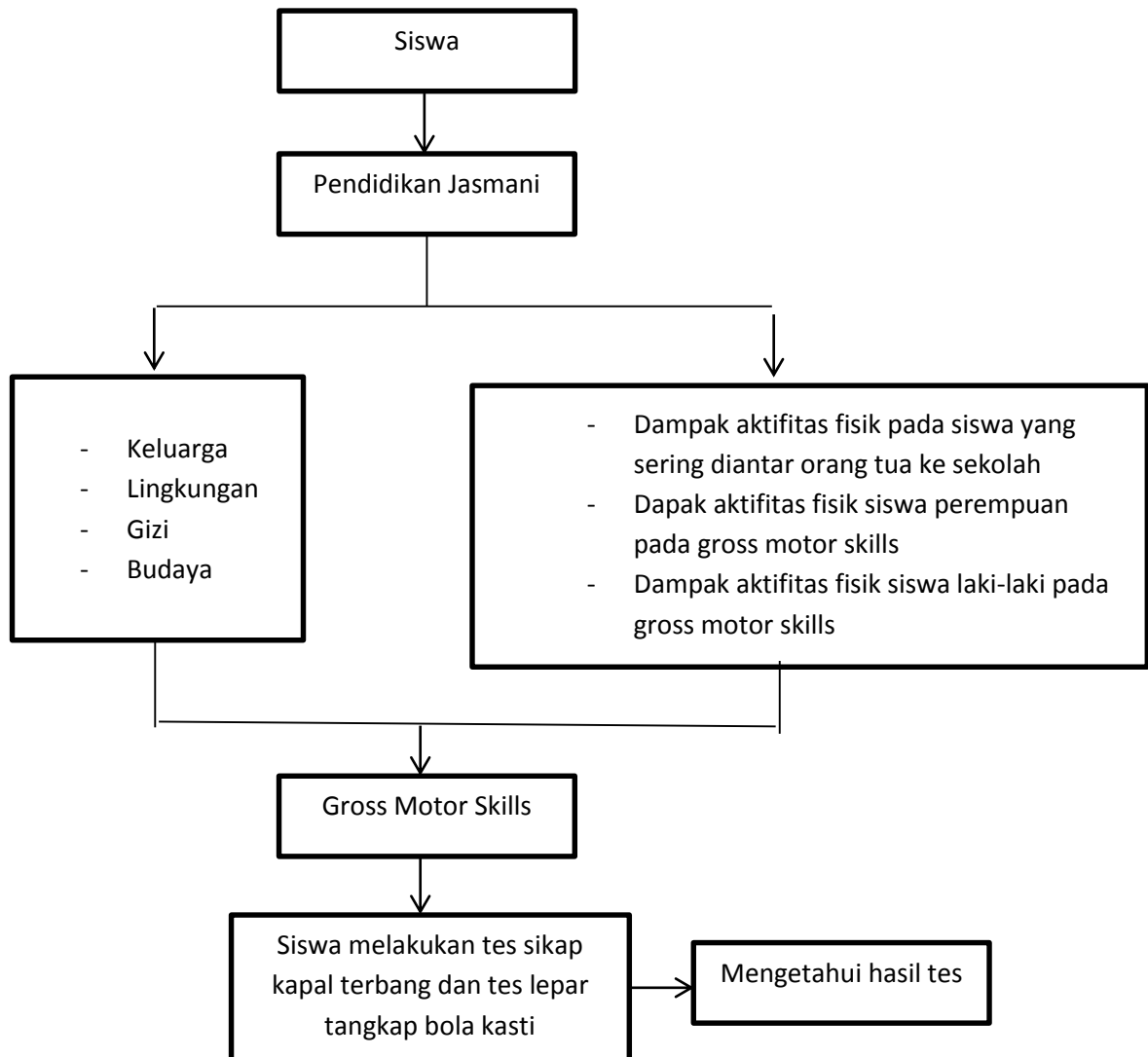
## 2.2 Kerangka Berpikir

Pendidikan jasmani adalah suatu komponen yang dapat dilakukan secara sadar oleh semua kalangan. Beberapa pendapat tentang pendidikan jasmani disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu pendidikan yang harus diajarkan di sekolah. Perkembangan dan pertumbuhan pada siswa di sekolah dapat dipengaruhi dari beberapa faktor, diantaranya dari orang tua, guru, sekolah, dan lingkungan.

Dimana dalam pendidikan jasmani memiliki permasalahan gerak sehari-hari yang terjadi pada siswa, antara lain dampak aktifitas fisik pada siswa yang sering diantar orang tua ke sekolah, dampak aktifitas fisik siswa perempuan pada gross motor skills, dampak aktifitas fisik

siswa laki-laki pada gross motor skills. Sedangkan untuk permasalahan yang tidak berhubungan dengan gerak faktor dari eksternal yaitu adanya permasalahan keluarga, lingkungan, gizi dan budaya.

Dalam permasalahan diatas bahwa adanya keampuan motorik yaitu gross motor skills yang merupakan aktifitas fisik yang melibatkan otot-otot besar dengan demikian bahwa peneliti melakukan penelitian pada siswa melakukan tes sikap kapal terbang dan tes lempar tangkap bola kasti yang merupakan keseimbangan dan koordinasi pada gross motor skills dan peneliti mengetahui hasil tes pada siswa.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Pada hasil kontrol dan keseimbangan siswa dalam melakukan aktifitas fisik gross motor skills siswa kelas besar (4, 5 dan 6) di SDN 1 Gedong, SDN 1 Pagersari, SDN 1 Selo pada siswa laki-laki berkategori baik yaitu 53,3% dan untuk siswa perempuan berkategori cukup yaitu 42,2%.
2. Pada hasil koordinasi siswa dalam melakukan aktifitas fisik gross motor skills siswa kelas besar (4, 5 dan 6) di SDN 1 Gedong, SDN 1 Pagersari, SDN 1 Selo pada siswa laki-laki berkategori baik yaitu 53,3% dan untuk siswa perempuan berkategori cukup yaitu 53,3%.

#### **5.2 Saran**

Adapun saran dari penelitian yang telah dilakukan adalah sebagai berikut :

1. Kekurangan penelitian
  - a. Pengambilan data hanya dibantu oleh guru olahraga sehingga sedikit kerepotan dari segi mengatur siswa dan mendata siswa.
  - b. Salah satu sekolah melakukan senam bersama dalam satu sekolah diwaktu yang bersamaan ketika peneliti melakukan penelitian.
2. Kelebihan Penelitian
  - a. Pengambilan data dilakukan tidak hanya dengan survey tes, tetapi juga dokumentasi, observasi, sehingga data yang diperoleh lebih objektif.
  - b. Peneliti mendata siswa yang melakukan tes, sehingga diperoleh data yang lebih akurat.

## DAFTAR PUSTAKA

- A.M. Bandi. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani. *Pendidikan Jasmani Indonesia*.
- Aghnaita, A. (2017). Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud no. 137 Tahun 2014 (Kajian Konsep Perkembangan Anak). *AL-ATHFAL : JURNAL PENDIDIKAN ANAK*. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2017.32-09>
- Alfin, J. (2015). Analisis karakter siswa pada tingkat sekolah dasar. *Prosiding Halaqoh Nasinal & Seminar Internasional Pendidikan Islam*.
- Ananditha, A. C. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Toddler. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. <https://doi.org/10.30651/jkm.v2i1.924>
- Anita. (2015). Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini. *Jurnal Al-Shifa*.
- Ayu Titis Rukmana Sari. (2018). Mengembangkan kemampuan motorik kasar melalui kegiatan pembelajaran seni tari pada anak kelompok bermain paud lab school universitas nusantara pgri kediri. *SELING*.
- Bellows, L. L., Davies, P. L., Anderson, J., & Kennedy, C. (2013). Effectiveness of a physical activity intervention for head start preschoolers: A randomized intervention study. *American Journal of Occupational Therapy*. <https://doi.org/10.5014/ajot.2013.005777>
- Burhaein, E. (2017). Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*.

<https://doi.org/10.17509/ijpe.v1i1.7497>

Darmawan, I. (2017). Upaya meningkatkan kebugaran jasmani siswa melalui penjas. *Jip*.

Erfan, M. (2017). Peran Guru Penjas Terhadap Kebugaran (Kesegaran) Jasmani Siswa. (*Pendidikan Olahraga, Pascasarjana, Universitas Negeri Malang*).

Hamdu, G., & Agustina, L. (2011). PENGARUH MOTIVASI BELAJAR SISWA TERHADAP PESTASI BELAJAR IPA DI SEKOLAH DASAR (Studi Kasus terhadap Siswa Kelas IV SDN Tarumanagara Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya). *Jurnal Penelitian Pendidikan*.

Hanief, Y. N., & Sugito, S. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v1i1.575](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575)

Hermawati, T. (2007). Budaya Jawa dan Kesetaraan Gender. *Jurnal Komunikasi Massa*. <https://doi.org/10.1111/j.1523-1739.2010.01600.x>

JUNAEDI, A. (2016). Survei Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Sma, Smk, Dan Ma Negeri Se-Kabupaten Gresik. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*.

Kasenda, M., Sarimin, S., & Onibala, F. (2015). HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DI TK GMIM SOLAFIDE KELURAHAN UNER KECAMATAN KAWANGKOAN INDUK KABUPATEN MINAHASA. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*.



- Lismadiana. (2017). Peran Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini. *Pendidikan Anak*.
- Mappeasse, M. Y. (2009). Pengaruh Cara dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Programmable Logic Controller (PLC ) Siswa Kelas III Jurusan Listrik SMK Negeri 5 Makassar. *Jurnal Medtek*.
- Megawanti, P. (2012). Permasalahan Pendidikan Dasar Di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*. <https://doi.org/10.30998/formatif.v2i3.105>
- Misbach, I. H. (2006). Peran Permainan Tradisional Yang Bermuatan Edukatif Dalam Menyumbang Pembentukan Karakter Dan Identitas Bangsa. *Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Mulyana, R. (2009). Penanaman Etika Lingkungan Melalui Sekolah Perduli Dan Berbudaya Lingkungan. *Jurnal Tabularasa PPS Unimed*.
- Murni, M. (2017). (2017). Perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial pada masa kanak-kanak awal 2-6 tahun. *Perkembangan Fisik, Kognitif, Dan Psikososial Pada Masa Kanak-Kanak Awal 2-6 Tahun*.
- Murti, T. (2018). Perkembangan Fisik Motorik dan Perseptual Serta Implikasinya pada Pembelajaran di Sekolah Dasar. *Wahana Sekolah Dasar*. <https://doi.org/10.17977/um035v26i12018p021>
- Paramitha, S. T., & Anggara, L. E. (2018). Revitalisasi Pendidikan Jasmani untuk Anak Usia Dini melalui Penerapan Model Bermain Edukatif Berbasis Alam. *JURNAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA*. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10612>

- Primasoni, N. (2014). Manfaat Protein untuk Mendukung Aktifitas Olahraga, Pertumbuhan, dan Perkembangan. *Penelitian UNY*.
- Rahayu, D. F., & Khsanah, I. (2017). UPAYA MENINGKATKAN KETANGKASAN GERAK LOKOMOTOR ANAK MELALUI PERMAINAN RANJAU PINTAR PADA KELOMPOK A TK AN NUR KALIWUNGU KENDAL TAHUN AJARAN 2012/2013. *PAUDIA : JURNAL PENELITIAN DALAM BIDANG PENDIDIKAN ANAK USIA DINI*. <https://doi.org/10.26877/paudia.v2i2.1640>
- Sa'adah, R. H., Herman, Rahmatina, B., & Sastri, S. (2014). Hubungan status gizi dengan prestasi belajar siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Guguk Malintang Kota Padangpanjang. *Jurnal Kesehatan Andalas*.
- Santi, N. N. (2015). HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP POLA ASUH ORANG TUA DAN PERSEPSI TERHADAP KONDISI LINGKUNGAN SEKOLAH, TERHADAP MOTIVASI BELAJAR. *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran Januari*.
- Saputra, wahyu nanda eka. (2016). Perkembangan motorik halus anak usia 3-4 tahun di kelompok bermain cendekia kids school madiun dan implikasinya pada layanan konseling. *Jurnal Care*.
- Satriya. (2011). Pembinaan Kondisi Fisik. *Joint Conference UPI-UITM 2011 "Strengthening Research Collaboration on Education."*
- Setyawan, D. A., Hadi, H., & Royana, I. F. (2018). Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Negeri Pembina Kota Surakarta. *Jurnal Penjakora*.
- Siskawati, Y., Poernomo, D. I. S. H., & Mahanani, S. (2018). PERKEMBANGAN

MOTORIK ANAK USIA PRASEKOLAH DI POSYANDU BALITA MAWAR DAN KENANGA. *JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN*.

<https://doi.org/10.32660/jurnal.v4i2.323>

Sujiono, B., Sumantri, M. S., & Chandrawati, T. (2014). Hakikat Perkembangan Motorik Anak. In *MODUL METODE PENGEMBANGAN FISIK*.

Sukanti, E. R. (2012). PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI SEBAGAI DASAR MENUJU PRESTASI OLAH RAGA. *Pendidikan Anak*.

Sumiyati, D. R. Y. (2016). Hubungan Stimulasi dengan Perkembangan Anak Usia 4-5 Tahun di Desa Karangtengah Kecamatan Baturraden Kabupaten Banyuman. *Jurnal LINK*.

Trianingsih, R. (2016). karakter siswa sd. *Pengantar Praktik Mendidik Anak Usia Sekolah Dasar*.

Voelcker-Rehage, C. (2008). Motor-skill learning in older adults-a review of studies on age-related differences. *European Review of Aging and Physical Activity*. <https://doi.org/10.1007/s11556-008-0030-9>

Westendorp, M., Hartman, E., Houwen, S., Smith, J., & Visscher, C. (2011). The relationship between gross motor skills and academic achievement in children with learning disabilities. *Research in Developmental Disabilities*. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2011.05.032>

Westendorp, M., Houwen, S., Hartman, E., & Visscher, C. (2011). Are gross motor skills and sports participation related in children with intellectual disabilities? *Research in Developmental Disabilities*. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2011.01.009>

Zulaekah, S., Purwanto, S., & Hidayati, L. (2014). ANEMIA TERHADAP  
PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN ANAK MZulaekah, S., Purwanto,  
S., & Hidayati, L. (2014). ANEMIA TERHADAP PERTUMBUHAN DAN  
PERKEMBANGAN ANAK MALNUTRISI. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*,  
9(2), 106–114. ALNUTRISI. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.