



PROFIL KEMAMPUAN MOTORIK SISWA PESERTA EKSTRAKULIKULER HOCKEY RUANGAN SD NEGERI WONOKASIAN WONOAYU SIDOARJO

Sunanto¹, Nanang Rokhman Saleh², Machmudah³

^{1,2,3} Prodi Pendidikan Guru PAUD, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya
E-mail: alif30@unusa.ac.id¹, nanang_kh.aslie@unusa.ac.id², machmudah@unusa.ac.id³
DOI: <https://doi.org/10.36526/kejaora.v5i2.942>

ABSTRAK

Siswa SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo dari latar belakang yang mengikuti ekstrakurikuler hockey selama ini kemampuan motoriknya belum diketahui dan belum pernah diteliti. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui profil kemampuan motorik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hockey ruangan di SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo. Metode penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan melalui survey dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen penelitian menggunakan tes kemampuan motorik yang meliputi: kelincahan, koordinasi mata tangan, keseimbangan dan kecepatan. Subjek penelitian ini adalah seluruh tim putra dan putri peserta ekstrakurikuler hockey ruangan di SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo yang berjumlah 30 siswa. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam persentase. Hasil penelitian ini adalah menunjukkan bahwa terdapat 3 siswa (10,00%) dalam kategori baik sekali, 6 siswa (20,00%) dalam kategori baik, 9 siswa (30,00%) dalam kategori sedang, 11 siswa (36,67%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (3,33%) dalam kategori kurang sekali. Simpulan hasil penelitian kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler ruangan hockey SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo dalam kategori kurang sekali persentasi terbesar keseluruhan kemampuan.

Kata Kunci: Kemampuan Motorik, Siswa Sekolah Dasar, Ekstrakurikuler Hockey Ruangan.

PENDAHULUAN

Perubahan perilaku motorik akan tercermin dalam munculnya keterampilan baru, karena pada masa anak-anak bergerak tanpa disengaja, gerak reflek dan ada juga gerak yang dilakukan anak meniru gerak orang dewasa (Hermanto, & Komaini, 2019). Selanjutnya mereka akan mendapat keterampilan gerak lokomotor lanjutan seperti berlari, melompat-loncat, gerak berputar, melingkar dan keterampilan manipulative seperti melempar, menangkap, menendang dan lain-lain sebagainya. Artinya, seorang siswa yang memiliki otak cerdas saja tidak mempunyai kemampuan motorik yang mumpuni. Sebaliknya, seorang siswa yang memiliki otak biasa-biasa saja justru mempunyai keterampilan motorik yang luar biasa, bahkan melebihi seorang siswa yang cerdas. Tetapi, pada prinsipnya, keterampilan motorik dapat dipelajari dan ditingkatkan.

Gerak adalah sebagai sesuatu yang dapat diamati sedangkan motorik adalah suatu proses yang sulit untuk diamati dan merupakan penyebab dari terjadinya suatu gerak. Perkembangan gerak motorik anak pada tahap awal sangat penting karena pada tahap awal ini gerak sangat berpengaruh terhadap kemampuan motorik seseorang saat dewasa (Ferdin Wardika, 2017).

Proses motorik terjadi atas kerja beberapa bagian tubuh, saraf, otak dan juga otot, sehingga terjadi gerakan baik gerak reflek atau gerak tak disadari maupun disadari. Fungsi sel saraf motorik adalah mengirim impuls dari sistem saraf pusat sampai ke otot, sehingga ujung akson mengeluarkan zat kimia sehingga otot berkontraksi dan terjadi proses motoris. Kemampuan motorik tersebut merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam pencapaian prestasi olahraga. Pentingnya kemampuan motorik karena kemampuan



gerak merupakan bagian dari psikomotorik. hal yang sedikit berbeda mengenai kemampuan motorik dasar sebagai berikut: a). Kekuatan adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan, b) Daya tahan adalah kemampuan untuk melakukan kerja dalam waktu lama, c) Kecepatan adalah perbandingan antara jarak dan waktu atau kemampuan untuk bergerak dalam waktu singkat, d) Kelentukan adalah kemampuan persendian untuk melakukan gerakan melalui jangkauan yang luas, dan e). Koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada tingkat gerakan dengan cepat, tepat dan efisien (Febrianty, 2020).

Hal ini menjadi penting mengingat masing-masing unit gerak yang dilakukan oleh anak akan terkoordinasi dengan baik.

Sebaliknya, apabila anak kurang melakukan gerak dalam permainan olahraga maka secara tidak langsung akan menghambat perkembangan kemampuan motoriknya. Dalam permainan hockey, kemampuan motorik sangat diperlukan supaya permainan dapat berjalan dengan baik. Upaya meningkatkan kemampuan motorik secara sistematis dan kontinyu. Hal yang mendasar harus dikembangkan agar siswa memiliki kemampuan keterampilan motorik secara umum dan akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut. Permainan hockey ruangan adalah olahraga yang bisa dilakukan oleh pria dan wanita dengan menggunakan alat pemukul (stick) dan bola hockey. Hockey ruangan adalah permainan yang dimainkan antara dua regu yang setiap pemainnya membawa sebuah tongkat (stick) untuk menggerakkan bola. Dalam permainan hockey ruangan, permainan dimainkan kurang lebih selama 10-20 menit disetiap babak dan dimainkan selama dua babak. Untuk itu seorang pemain hockey harus mempunyai kemampuan gerak yang baik dan benar. Maka dengan adanya keterampilan motorik anak tersebut akan berdampak pada potensi anak yang akan diarahkan ke cabang olahraga hockey. Ekstrakurikuler hockey yang dilaksanakan di SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo dilakukan 2 kali dalam 1 minggu, yaitu pada hari Selasa dan Sabtu mulai pukul 08.00 - 11.00. Berdasarkan hasil observasi yang

dilakukan pada tanggal 12 Agustus 2020 diketahui bahwa kegiatan ekstrakurikuler hockey yang dilaksanakan di SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo belum menunjukkan hasil yang maksimal dikarenakan siswa yang kurang disiplin dalam latihan dan berbagai macam alasan siswa tidak masuk ekstrakurikuler. Terbatasnya waktu dan sarana pembelajaran mengakibatkan penguasaan teknik dasar hockey masih rendah.

Pentingnya kemampuan motorik siswa di SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo dalam bermain hockey supaya pembina/pelatih dapat mengetahui yang lebih baik dan menempatkan siswa dalam posisi yang tepat saat bermain sesuai dengan kemampuan masing-masing. Sehingga setiap siswa dapat mengembangkan kemampuan motorik dan nanti akan berdampak pada dalam bermain hockey sesuai dengan karakter bermainnya dan dapat diketahui seberapa besar tingkat kemampuan motorik. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Profil Kemampuan Motorik Siswa Peserta Ekstrakurikuler Hockey SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo.

Deskripsi Kemampuan Motorik

1. Hakekat Kemampuan Motorik

Menurut (Rahman., T , Sumardi , & Cahyani, 2020). Kemampuan fisik-motorik anak ini berkaitan dengan perkembangan pusat motorik yang berada di otak, setiap gerakan yang dilakukan anak walaupun gerakan tersebut sangat sederhana tetapi gerakan tersebut dihasilkan dari perintah otak. Selain berkaitan dengan otak, motorik kasar juga berkaitan dengan kematangan fisik anak. Aspek fisik-motorik terbagi menjadi dua yaitu motorik kasar dan motorik halus. Keterampilan dasar biasanya dikembangkan sejak dini hingga menjelang remaja yang bertujuan untuk dijadikan bekal awal untuk mendapatkan keterampilan gerak yang efisien dan sebagai dasar untuk meningkatkan keterampilan gerak yang lebih khusus. Kemampuan motorik berasal dari bahasa Inggris yaitu Motor Ability, gerak (motorik) merupakan suatu aktivitas yang



sangat penting bagi manusia, karena dengan gerak (motor) manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya. Kemampuan motorik merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan gerak olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik. Kemampuan motorik mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan gerak dasar yang merupakan gambaran umum dari kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas. Aktivitas tersebut dapat membantu berkembangnya pertumbuhan anak.

Dalam (Andhega Wijaya, A, & Wulandari, A.M, 2020). Kerumitan ketrampilan gerak itu terletak pada faktor untuk kerja kecepatan, kekuatan kelentukan. Selanjutnya gerak itu juga dipengaruhi oleh faktor psikologis tertentu yang membuat gerak terampil. Kontrol motorik tidak akan optimal tanpa kebugaran tubuh. Kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa latihan fisik. Aspek-aspek yang perlu dikembangkan untuk anak adalah motorik, kognitif, emosi, sosial, moralitas dan kepribadian. Dengan demikian bisa ditarik kesimpulan bahwa kemampuan motorik adalah kemampuan gerak dasar atau kualitas hasil gerak yang berasal dari dalam maupun luar diri anak untuk mengacu pada keterampilan gerak rendah yang dapat ditingkatkan melalui latihan. Dan merupakan perubahan gerak dasar dari sejak bayi hingga dewasa yang melibatkan beberapa komponen-komponen gerak dalam melakukan suatu aktivitas gerak olahraga maupun aktivitas sehari-hari. Seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang tinggi diduga akan lebih baik dan berhasil dalam melakukan berbagai tugas keterampilan dibandingkan seseorang yang memiliki kemampuan motorik rendah. Kemampuan motorik yang dimiliki seseorang berbeda-beda dan tergantung pada banyaknya pengalaman gerak yang dikuasainya. Prinsip kemampuan motorik adalah suatu perubahan baik fisik maupun psikis sesuai dengan masa pertumbuhannya.

2. Unsur-unsur Kemampuan Motorik

Kemampuan motorik seseorang berbeda-beda tergantung pada banyaknya

pengalaman melakukan gerakan yang dikuasainya. Kemampuan-kemampuan yang terdapat dalam kemampuan fisik yang dapat dirangkum menjadi lima komponen, yaitu kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelincahan dan koordinasi. Menurut (Maksum, 2007) adapun unsur-unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik adalah:

- a) Kekuatan adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan.
- b) Daya tahan adalah kemampuan melakukan kerja dalam waktu lama.
- c) Kecepatan adalah perbandingan antara jarak dan waktu atau kemampuan untuk bergerak dalam waktu singkat.
- d) Kelentukan adalah kemampuan persendiaan untuk melakukan gerakan melalui jangkauan yang luas.
- e) Koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien. Keterampilan gerak sangat berhubungan dengan unsur kebugaran jasmani.

Berdasarkan komponen-komponen kemampuan motorik diatas, tidak berarti semua orang harus mengembangkan semua komponen kemampuan motorik. Setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan dalam memperoleh komponen-komponen kemampuan motorik. Faktor internal maupun eksternal juga mempunyai pengaruh terhadap kemampuan motorik.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kemampuan Motorik

Menurut (Sugiyanto, 2007) beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik seseorang adalah:

- a) Faktor Biologis.
Faktor Biologis yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan motorik adalah faktor ukuran tubuh pada saat lahir, faktor keturunan (genetika), faktor jenis kelamin dan dasar kedewasaan.
- b) Faktor Lingkungan
Faktor Lingkungan yang mempengaruhi pertumbuhan dan



perkembangan fisik dan motorik diantaranya adalah faktor budaya, faktor keadaan alam, faktor kebiasaan keluarga, faktor kesukaan, dan faktor sosial.

Untuk dapat bermain hockey ruangan dengan baik, ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, yaitu:

a) Menghentikan / menerima

Menghentikan bola adalah gerakan menghentikan bola setelah menerima operan dari kawan maupun menghentikan bola ketika memotong gerak bola yang dipukul lawan.

b) Mengoper/mengumpan

Mengumpan bola adalah cara mengumpan bola di bagi menjadi beberapa macam, yaitu : push (mendorong bola).

c) Mendorong

Mendorong adalah menggerakkan bola pada permukaan lapangan dengan menggunakan gerakan mendorong tongkat pemukul setelah dekat dengan bola. Ketika mendorong bola, bola dan ujung tongkat pemukul harus menempel ke lapangan.

d) Merebut

Merebut bola adalah teknik yang penting untuk dikuasai oleh seorang pemain hockey. teknik ini bertujuan untuk merebut bola dari penguasaan lawan. Terkadang pemain menggunakan teknik ini untuk menghambat laju permainan lawan.

e) Menggiring

Menggiring adalah menguasai bola dengan cara bergerak atau berpindah tempat. Adapun kegunaan menggiring dalam permainan hockey ruangan adalah memindah arah dan tempat bola, melepaskan diri dari pemain lawan, melewati kawalan pemain lawan, menguasai bola selama mungkin, mencari tempat yang kosong, menunggu teman untuk mendukung dalam menguasai bola, mempermudah dalam mencetak gol. Menggiring bola dalam permainan hockey ruangan ada tiga cara, yaitu, menggiring terbuka, menggiring tertutup, dan menggiring zig-zag (Wahyu, 2016).

4. Ekstrakurikuler

Menurut (Sunanto, & Taufiq, 2018) kegiatan adalah ekstrakurikuler hockey yang ada di MTs Badrussalam Surabaya harus didukung penuh oleh pihak sekolah, siswa bebas memilih dan mengikuti jenis cabang olahraga yang sesuai dengan bakat dan minatnya, sehingga siswa dapat mengembangkan potensi yang adapada setiap siswa. Selain itu perlu diberi pengarahan, dukungan dan bimbingan untuk mencapai hasil yang optimal.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan. Kegiatan ekstrakurikuler diselenggarakan dengan tujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal untuk mendukung pencapaian pendidikan nasional.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu jalur pembinaan kesiswaan. Kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti dan dilaksanakan oleh siswa baik di sekolah maupun di luar sekolah, bertujuan agar siswa dapat memperkaya dan memperluas diri.

Maka sudah selayaknya jika disusun dan dikembangkan panduan teknis kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dasar, sehingga memberikan kemudahan bagi pemangku kepentingan pendidikan dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler khususnya di sekolah dasar. Upaya ini perlu dilakukan secara terus menerus karena kegiatan ekstrakurikuler bukan menjadi pelengkap semata dalam proses pendidikan secara menyeluruh di sekolah. Sekolah perlu menyusun rencana, pelaksanaan, evaluasi, pengembangan, dan tindak lanjut agar ekstrakurikuler tidak hanya sekedar pengisi waktu luang siswa akan tetapi merupakan sarana yang penting dalam mengembangkan potensi peserta didik.

Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dasar bertujuan:

- a) Memberikan acuan operasional dalam mengembangkan program kegiatan



- ekstrakurikuler khususnya di sekolah dasar.
- b) Memberikan acuan operasional dalam pelaksanaan dan penilaian kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dasar.
 - c) Memberikan acuan operasional dalam pembinaan berkelanjutan dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dasar.
 - d) Sebagai acuan kepada satuan pendidikan dalam menyelenggarakan Ekstrakurikuler Wajib Pendidikan Kepramukaan agar pelaksanaannya dapat menjadi efektif.
 - e) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor peserta didik.
 - f) Kegiatan ekstrakurikuler harus dapat mengembangkan potensi, bakat dan minat peserta didik dalam upaya pembinaan pribadi menuju pembinaan manusia seutuhnya. (Empat Batuyang, 2014).

5. Ekstrakurikuler Hockey Ruang

Ekstrakurikuler hockey ruangan adalah kegiatan olahraga di luar jam kegiatan belajar mengajar di sekolah. Kegiatan ini dilakukan 2 kali dalam satu minggu selama kurang lebih 2 jam di setiap pertemuannya. Kegiatan ini mengarah pada pembelajaran tentang bermain hockey ruangan, tetapi lebih banyak mengarah ke latihan yang bersifat fisik. Latihan yang biasa dilakukan pada ekstrakurikuler hockey ruangan yaitu latihan fisik, teknik, dan simulasi permainan hockey ruangan. Ekstrakurikuler hockey ruangan dapat dilaksanakan jika sekolah mempunyai fasilitas olahraga hockey ruangan, seperti stick, bola hockey, dan lapangan indoor, sehingga tidak semua sekolah mempunyai ekstrakurikuler hockey ruangan.

METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian non-eksperimen dengan pendekatan deskriptif kuantitatif yang mana dalam penelitian ini lebih menekankan pada perhitungan-perhitungan terhadap data yang diperoleh. Menurut (Maksum, 2012) penelitian non-eksperimen adalah suatu penilaian dimana peneliti sama sekali tidak memiliki kesempatan untuk memberikan

perlakuan atau melakukan manipulasi terhadap variabel yang mungkin berperan dalam munculnya gejala, karena gejala yang diamati telah terjadi.

Desain penelitian yang digunakan adalah survei tentang profil kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler hockey SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo.

Waktu penelitian ini adalah 2 (dua) kali pertemuan yang dilakukan pada saat penelitian berlangsung, yang dilakukan pada tanggal 12 agustus 2020 penelitian kelas tujuh SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo, yang beralamatkan : Jl. Gundho Wijoyo no. 01 RT 06 RW 02 Ds. Wonokasian Kec. Wonoayu Kab. Sidoarjo, Jawa Timur.

Dalam penelitian ini variabel penelitiannya adalah profil kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler ruangan hockey SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo.

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Sunanto, & Huda, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa Ekstrakurikuler SD Negeri Wonokasian Wonoayu Sidoarjo putra dan putri yang berjumlah 30 siswa. Sehingga penelitian ini merupakan penelitian populasi karena melibatkan seluruh anggota populasi yang ada, tanpa ada pengambilan sampel. Sehingga penelitian ini disebut juga penelitian populasi.

Menurut (Maksum, 2012) instrumen adalah alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes motor ability untuk sekolah dasar yang terdiri dari 4 butir tes menurut (Nurhasan, 2000) yaitu tes kelincahan (Shuttle run 4 x 10meter), tes koordinasi (Lempar tangkap bola dengan jarak 1 meter kedinding), tes keseimbangan (Berdiri dengan satu kaki dengan mata terpejam), dan tes kecepatan (Lari cepat 30 meter)

Empat tes tersebut kemudian dimasukkan ke dalam tabel norma masing-masing tes sehingga di dapat nilai dari setiap tes, dari setiap tes tersebut lalu dijumlahkan untuk masing-masing siswa sehingga didapat total nilai/skor. Total skor tersebut kemudian dibagi dengan banyaknya tes sehingga didapat jumlah skor secara keseluruhan.



Tabel 1. Kisi-kisi tes

No	Indikator Keberhasilan Tes	Berhasil
1	Siswa melakukan tes sesuai prosedur tes yang sudah ditetapkan	√
2	Siswa datang tepat waktu	√
3	Siswa saat tes tidak bercanda	√

Menurut Maksum (2012) pengumpulan data adalah proses pengadaan data primer dan sekunder untuk kepentingan sebuah penelitian. Adapun prosedur untuk mengumpulkan data dalam penelitian adalah sebagai berikut:

1. Memberikan surat izin observasi penelitian kepada pihak sekolah yang telah disahkan oleh pihak fakultas agar diperbolehkan untuk melakukan penelitian.
2. Memberikan informasi kepada pihak sekolah dan siswa tentang pelaksanaan tes yang akan dilaksanakan.
3. Pelaksanaan penelitian
 - a. Persiapan tes

Sebelum tes dilakukan, para siswa yang telah ditetapkan sebagai subjek dalam penelitian ini dipresensi terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan menjelaskan tentang pelaksanaan tes yang akan dilakukan.

- b. Pelaksanaan tes

Pelaksanaan tes yang akan dilakukan dalam penelitian ini, antara lain adalah tes kelincahan, koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan. yang disesuaikan dengan jadwal yang diberikan oleh guru di sekolah.

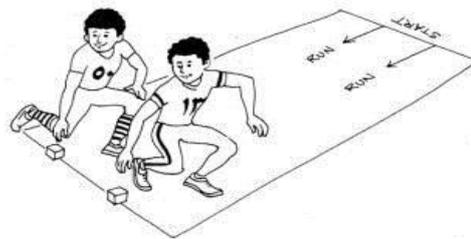
- c. Penilaian kemampuan motorik

Tes yang akan dilakukan untuk mendapatkan data kemampuan motorik anak usia 10 sampai 11 tahun, digunakan tes kemampuan motorik yang terdiri dari tes kelincahan, koordinasi, keseimbangan dan kecepatan. Tes ini digunakan untuk anak usia sekolah dasar karena

gerakannya yang mudah dan sering dilakukan oleh anak-anak usia sekolah dasar ketika melakukan aktifitas bermain bersama dengan teman-temannya ataupun berolahraga.

Adapun uraian tes tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Tes shuttle run 4 x 10meter



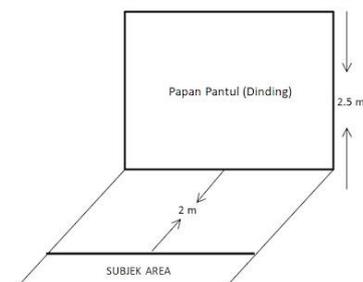
Gambar 1. Tes shuttle run 4 x 10 meter

- 2) Tes Keseimbangan (Berdiri dengan Satu Kaki dengan Mata Terpejam)



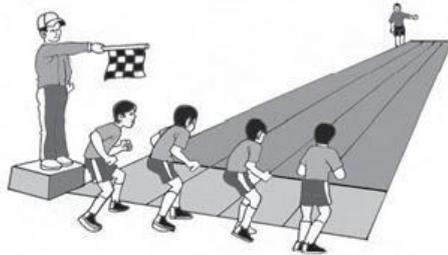
Gambar 2. Tes keseimbangan (Berdiri dengan satu kaki dengan mata terpejam)

- 2) Tes Koordinasi (Lempar tangkap bola dengan jarak 1 meter kedinding)



Gambar 3. Tes Lempar tangkap bola dengan jarak 1 meter ke dinding

4) Tes Lari cepat 30 meter



Gambar 4. Tes lari cepat 30 meter

Dalam pelaksanaan pengumpulan data peneliti dibantu oleh:

1. Bapak M. Andri Arfianto, S.Pd.selaku guru PJOK SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo.
2. Imam Gozali, mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya, bertugas dibagian tes kecepatan (lari 30 meter).

Dalam penelitian ini data yang terkumpul akan dianalisa secara deskriptif menggunakan perhitungan statistik deskriptif, mean (\bar{x}), standart deviasi (s), presentase, dan T-skor.

a. Rata-rata (mean)

Mean (rata-rata) adalah angka yang diperoleh dengan membagi jumlah nilai-nilai dengan jumlah individu (Maksum, 2007).

b. Standar Deviasi (SD)

Standar deviasi adalah penyimpangan suatu nilai mean. Standar deviasi merupakan akar dari jumlah deviasi kuadrat dibagi banyaknya individu dalam distribusi.

c. Persentase

Persentase adalah jumlah kasus dibagi dengan jumlah total dikalikan 100% (Maksum, 2009).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pelaksanaan pengambilan data. Waktu penelitian ini 2 (dua) kali pertemuan yang dilakukan pada saat penelitian berlangsung, yang dilakukan pada hari Rabu tanggal 12 Agustus 2020 penelitian untuk siswa siswi yang mengikuti Ekstrakurikuler Hockey sebanyak 30 siswa. Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri

Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo, yang beralamatkan : Jl. Gundho Wijoyo no. 01 RT 06 RW 02 Ds. Wonokasian Kec. Wonoayu Kab. Sidoarjo, Jawa Timur.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler hockey ruangan SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo. Kemampuan Motorik siswa diamati dari serangkaian tes yang meliputi kelincahan, koordinasi mata tangan, keseimbangan, dan kecepatan. Deskripsi data penelitian ini, berdasarkan pada data hasil pengukuran yang diperoleh dari lapangan. Pada deskripsi data berikut ini disajikan informasi data meliputi skor maksimal, skor minimal, mean (rata-rata), dan standar deviasi masing-masing data penelitian. Analisis data penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Tingkat kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler hockey ruangan SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo, dikategorikan menjadi 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Pengkategorian data didasarkan pada nilai mean dan standar deviasi hasil penghitungan. Data terlebih dahulu dibuat dalam bentuk T-score untuk menyetarakan data karena adanya perbedaan satuan hasil pengukuran. Hasil analisis data dalam penelitian ini meliputi kemampuan motorik dan masing-masing item tes kemampuan motorik.

Hasil kasar yang telah diubah dalam bentuk T-score dari keempat item tes tersebut dijumlahkan hasil dari perhitungan tersebut dijadikan dasar untuk menentukan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler hockey ruangan SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo. Hasil skor kemampuan motorik diperoleh skor maksimal sebesar 388.66, skor minimal sebesar 95.48, mean (rata-rata) sebesar 206,61 dan standar deviasi sebesar 72.44. Kemampuan motorik siswa peserta hockey ruangan SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo, dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu: baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali.



Tabel 2. Rata-rata, Standart Deviasi, Skor Minimal dan Skor Maksimal

Jumlah	244,80	206,00	7,51	112,35	1592,36	1551,02	1499,96	1554,85	6198,39
Mean	8,16	6,87	0,25	3,75	53,09	51,70	50,00	51,83	206,61
SD	0,55	2,84	0,25	0,51	23,89	26,85	30,00	26,60	72,44
Skor Maksimal					97,60	93,70	152,17	129,17	338,66
Skor Minimal					9,43	1,46	25,19	16,40	95,48

Secara keseluruhan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler hockey SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo terdapat 30 siswa, 3 siswa (10,00%) dalam kategori baik sekali, 6 siswa (20,00%) dalam kategori baik, 9 siswa (30,00%) dalam kategori sedang, 11 siswa (36,67%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (3,33%) dalam kategori kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kategori sedang, sehingga dapat diketahui bahwa kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler hockey SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo adalah sedang.

Dalam penelitian Febrianty (2020). Kemampuan motorik pada tes lempar tangkap bola putra dari 132 orang sebesar 3,0% atau sebanyak 4 orang berada pada kategori Baik Sekali, sebesar 15,9% atau sebanyak 21 orang berada pada kategori Baik, sebesar 43,2% atau sebanyak 57 orang berada pada kategori Cukup, sebesar 27,3% atau sebanyak 36 orang berada pada kategori Kurang, sebesar 10,6% atau sebanyak 14 orang berada pada kategori Kurang Sekali.

Dalam penelitian Wicaksono & Nurhayati (2013) dijelaskan bahwa hasil pengukuran komponen kelincahan yang diukur dengan menggunakan tes *Shuttle Run* diperoleh yaitu: rata-rata waktu adalah 15,12 detik, dengan simpangan baku adalah $\pm 1,86$ detik, serta rentang waktu tercepat adalah 12,35 detik dan waktu terlambat adalah 20,14 detik. Hal ini dapat dikatakan bahwa tingkat kelincahan siswa putri kelas IV SD Muhammadiyah se-Kecamatan Taman Sidoarjo dapat dikategorikan sedang.

Pada penelitian Subekti & Muhammad (2019), keseluruhan kemampuan motorik ini siswa peserta ekstrakurikuler hockey SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo terdapat 49 siswa, 4 siswa (8,16%) baik

sekali, 10 siswa (20,41%) baik, 19 siswa (38,78%) sedang, 15 siswa (30,61%) kurang, dan 1 siswa (2,04%) kurang sekali. Frekuensi terbanyak dalam penelitian ini adalah pada kategori sedang, sehingga penelitian ini dapat diketahui bahwa kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler hockey SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo adalah sedang.

Dari hasil penelitian Secara keseluruhan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler hockey ruangan SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo terdapat 30 siswa, 3 siswa (10,00%) dalam kategori baik sekali, 6 siswa (20,00%) dalam kategori baik, 9 siswa (30,00%) dalam kategori sedang, 11 siswa (36,67%) dalam kategori kurang, dan 1 siswa (3,33%) dalam kategori kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kategori sedang, sehingga dapat diketahui bahwa kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler hockey ruangan SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo adalah sedang.

Kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa peserta ekstrakurikuler hockey SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo secara umum termasuk dalam kategori sedang. Peningkatan kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa sangatlah diperlukan, karena akan membantu fisik dalam melakukan berbagai keterampilan yang lebih khusus, yang mendukung dalam bermain hockey.

Hal ini dapat dilihat dari kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler hockey SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo terdapat 30 siswa, 3 siswa (10,00%) dalam kategori baik sekali karena anak tersebut mempunyai kebiasaan melakukan gerak sehariannya, 6 siswa (20,00%) dalam kategori baik, 9 siswa (30,00%) dalam kategori sedang, 11 siswa (36,67%) dalam



kategori kurang kurang aktivitas dirumah maupun disekolah akan mempengaruhi motorik anak, dan 1 siswa (3,33%) dalam kategori kurang sekali artinya secara keterampilan kurang secara fisik bagus.

Hal Ini juga didukung oleh penelitian Subekti & Muhammad (2019). Keseluruhan kemampuan motorik ini siswa peserta ekstrakurikuler *hockey* SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo terdapat 49 siswa, 4 siswa (8,16%) baik sekali, 10 siswa (20,41%) baik, 19 siswa (38,78%) sedang, 15 siswa (30,61%) kurang, dan 1 siswa (2,04%) kurang sekali.

Frekuensi terbanyak dalam penelitian ini adalah pada kategori sedang, sehingga penelitian ini dapat diketahui bahwa kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler *hockey* SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo adalah sedang.

Menurut Setiadi & Rumini (2013). tingkat perkembangan motorik yang harus

dicapai antara lain adalah belajar rileks bila merasa lelah, belajar tentang masalah-masalah hambatan gizi, dapat menggunakan mekanika tubuh yang baik mengatasi kekurangan sebaik mungkin, berusaha menguasai keterampilan sebaik mungkin, memperbanyak kegiatan untuk meningkatkan kemampuan jasmani dengan latihan-latihan dasar.

Jadi dapat disimpulkan berdasarkan secara keseluruhan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler ruangan *hockey* ruangan SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo terdapat 30 siswa, 3 siswa dalam kategori baik sekali, 6 siswa dalam kategori baik, 9 siswa dalam kategori sedang, 11 siswa dalam kategori kurang, dan 1 siswa dalam kategori kurang sekali. Persentasi terbesar keseluruhan kemampuan motorik adalah kategori sedang. Secara fisik siswa tersebut baik tetapi dalam keterampilan motorik masih kurang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kemampuan

No	Skor Kemampuan Motorik	f	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
1	$X \geq 351.26854$	3	10 %	Baik Sekali
2	$242.83151 \leq X < 351.26854$	6	20 %	Baik
3	$170.39449 \leq X < 242.83151$	9	30 %	Sedang
4	$97.957456 \leq X < 170.39449$	11	36,67 %	Kurang
5	$X < 97.957456$	1	3,33 %	Kurang Sekali
	Jumlah	30	100 %	

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan kemampuan motorik siswa peserta ekstrakurikuler ruangan *hockey* SD Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo terdapat 30 siswa, 3 siswa dalam kategori baik sekali, 6 siswa dalam kategori baik, 9 siswa dalam kategori sedang, 11 siswa dalam kategori kurang, dan 1 siswa dalam kategori kurang sekali. Persentasi terbesar keseluruhan kemampuan motorik adalah kategori dengan persentase sedang

SARAN

1. Bagi Guru PJOK

Diharapkan agar lebih dapat mengoptimalkan jam ekstrakurikuler agar

waktu yang tersedia dapat memberikan manfaat dan tujuannya dapat tercapai.

2. Bagi Siswa

Diharapkan siswa dapat meningkatkan kemampuan motoriknya agar kemampuan motorik siswa selalu terjaga dan lebih termotivasi untuk bermain *hockey* dalam berbagai kompetisi.

3. Bagi Sekolah

Diharapkan bagi pihak sekolah untuk menyediakan sarana dan prasarana yang diperlukan siswa sekolah dasar baik dalam bentuk permainan ataupun pembelajaran agar siswa tidak mudah bosan, serta dapat mengembangkan minat dan bakatnya pada cabang olah raga *hockey*.



DAFTAR PUSTAKA

- Andhega Wijaya, A, & Wulandari, A.M (2020) 'Profil Kecepatan (Speed) Atlet Puslatkot Surabaya', *Indonesia Performance Journal IPJ*, 4 (1). Available at: <http://journal2.um.ac.id/index.php/jko/article/viewFile/16195/633>.
- Empat Batuyang, sdn (2014) *Tentang Kegiatan Ekstrakurikuler*.
- Febrianty, M. . (2020) 'Profil Kemampuan Motorik Mahasiswa FPOK', *Jurnal Olahraga*, 5 (2), 202. Available at: <http://jurnal.upmk.ac.id/index.php/juar/article/view/964>.
- Ferdi Wardika, N. I. (2017) 'Profil Kemampuan Motorik Berdasarkan Kondisi Geografis Di Sekolah Dasar Negeri 4 Tapanrejo Kecamatan Muncar Kabupaten Banyuwangi', *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 05 (03) 20, pp. 418 – 424. Available at: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/19603>.
- Hermanto, & Komaini, A. (2019) 'Profil tentang Kemampuan Motorik dan Status Gizi Anak Suku Dalam Mentawai', *Jurnal Stamina 2 (8) E-ISSN 2655-2515 P-ISSN 2655-1802*, E-ISSN 265. Available at: [file:///C:/Users/USER/Downloads/428-Article Text-719-1-10-20191219 \(1\).pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/428-Article%20Text-719-1-10-20191219(1).pdf).
- Maksum, A. (2007) *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, A. (2012) *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.
- Nurhasan (2000) *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. jakarata: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rahman., T, Sumardi, & Cahyani, D. . (2020) 'Profil Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini.', *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 2 (1), pp. 25–35. Available at: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/viewFile/894/754>.
- Setiadi, A.F, & Rumini, Widyastari, H. (2013) 'Model Pembelajaran Gerak Dasar Melompat Dalam Penjasorkes Melalui Permainan Lompat Bergandeng Pada Siswa Kelas IV Sekolah Dasar', *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2 (3) 270-, pp. 270–272. Available at: [file:///C:/Users/USER/Downloads/108-8-Article Text-2143-1-10-20130314.pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/108-8-Article%20Text-2143-1-10-20130314.pdf).
- Subekti, A. B. & Nur Muhammad, H. (2019) 'Profil Kemampuan Motorik Siswa Peserta Ekstrakurikuler Hockey Sd Negeri Wonokasian 1 Wonoayu Sidoarjo', *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 07 (03), pp. 1–4. Available at: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/28618>.
- Sugiyanto (2007) *Perkembangan dan Belajar Motorik*. JAKARTA: Universitas Terbuka.
- Sunanto, & Huda, S. (2019) 'Survei Kondisi Fisik Kekuatan Otot Anggota UKM Aerobik Putri Unusa', *Journal Sport Sciences and Physical Education*, 7 (1) 01–1. Available at: <file:///C:/Users/USER/Downloads/12910-40644-1-SM.pdf>.
- Sunanto, & Taufiq, M. (2018) 'Analisis Motivasi Siswa Mts Badrussalam Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Hokckey', *Education and Human Development Journal*, 3 (2), pp. 199–202. Available at: <https://journal2.unusa.ac.id/index.php/EHDJ/article/view/60/43>.
- Wahyu, G. (2016) *Makalah Hockey*.
- Wicaksono, D.C, & Nurhayati, F. (2013) 'Survey Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Kelas IVSe-Kecamatan Taman Sidoarjo Tahun Ajaran 2012 –2013', *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 01(01), pp. 98 – 103.