

**PERBANDINGAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWA YANG MENGIKUTI
EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA DAN NON OLAHRAGA DI SDN 1 RENGEL, KAB. TUBAN
TAHUN AJARAN 2014 – 2015**

Alma'I Tohiron

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya, tohiron.almai@yahoo.com

Nanik Indahwati

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya

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 kelas atas SDN 1 Rengel yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga, dan untuk mengetahui seberapa besar perbedaan kemampuan motorik siswa kelas atas SDN 1 Rengel 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 kelas atas SDN 1 Rengel Tuban 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 thitung kemampuan motorik 0,695 lebih kecil dari ttabel 1,645 (thitung < ttabel). Sehingga H₀ diterima dan H₁ 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

Abstract

Movement and motor are related terms and cannot be separated each other, because it has a cause-effect relation. In this modern era, technology has a great development and there was a limitation of field for playing. This phenomenon causes a changing of children life style that active in playing out door become passive to have some movement. The aims of this research are for finding out the differences of high class students' motor skills who join sport extracurricular and who join non-sport extracurricular, and also for finding out how far the difference of SDN 1 Rengel high class students' motor skills who join sport extracurricular and who join non-sport extracurricular. The population of this research is totally 118 students who join sport extracurricular and students who join non-sport extracurricular.in SDN 1 Rengel Tuban. This research uses *mean*, *deviation standard*, *T-Score*, *normality test*, and *T-Test*. The finding of this research is can be known t_{count} motoric skill is 0.695 smaller from t_{table} 1.645 ($t_{count} < t_{table}$). Therefore, H₀ is accepted and H₁ is rejected and this can be concluded that there is not a significant difference motor skill of students who join sport extracurricular and who join non-sport extracurricular. From the result of data processing, shows that there is not a significant difference motor skill of students who join sport extracurricular and who do not. However from the result of coordination component, balance and speed, students who join sport extracurricular more dominant than students who join non-sport extracurricular.

Keywords: motor skill, sport extracurricular, non-sport extracurricular.

PENDAHULUAN

Pada dasarnya olahraga merupakan aktifitas suatu gerak tubuh manusia yang dilakukan secara sengaja untuk mencapai tujuan/maksud tertentu. Gerak memegang peranan yang penting dalam kehidupan manusia 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 selalu aktif melakukan gerakan.

Perkembangan gerak sangat mempengaruhi perkembangan secara keseluruhan baik fisik, intelektual, sosial dan emosional. Menurut Keogh (dalam Ma'mun dan Saputra, 2000:5) "perkembangan gerak didefinisikan sebagai perubahan kompetensi atau kemampuan gerak dari mulai masa bayi (*infancy*) sampai 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.

Menurut (Kiram, 1992:48) "motorik adalah suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan pengaturan fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun secara psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan".

Sedangkan menurut Schmidt (dalam Decaprio, 2013:17) "motorik adalah serangkaian (internal) proses yang berhubungan dengan praktik atau pengalaman yang mengarah kepada perubahan yang relatif permanen dalam kemampuan menanggapi sesuatu".

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik adalah suatu proses pembentukan sistematis kognitif tentang gerak pada diri setiap siswa, yang kemudian diaplikasikan dalam psikomotor, mulai dari tingkat keterampilan gerak yang sederhana hingga keterampilan gerak yang kompleks, sebagai gambaran fisiologis yang dapat membentuk aspek psikologis untuk mencapai otomatisasi gerak. Hal ini sesuai dengan pendapat (Syah, 2014:102) "gerakan-gerakan organ tubuh peserta didik menjadi lincah dan terarah seiring dengan munculnya keberanian mentalnya. Para peserta didik akan terlihat lebih cepat dalam berlari dan pandai meloncat serta mampu menjaga keseimbangan badanya.

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 melakukan 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-anak sekolah dasar 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 kelas atas SDN 1 Rengel, Tuban. Karena dalam hal ini siswa sekolah dasar kelas atas sudah dapat dilihat seberapa jauh kemampuan motorik melalui pembelajaran penjasokes disekolah dari yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga. Disisi lain ada siswa siswi yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga (Ekstrakurikuler Pramuka).

Menurut Anggadiredja dkk, (2011:19) "kepramukaan ialah proses pendidikan yang praktis di luar lingkungan sekolah dan di luar lingkungan sekolah dan di luar keluarga dalam bentuk kegiatan menarik, menyenangkan, sehat, teratur, terarah, praktis yang dilakukan di dalam alam terbuka".

Penelitian ini dilakukan di SDN 1 Rengel karena sekolah tersebut merupakan sekolah favorit di Kecamatan Rengel dan sering mendapatkan juara tingkat kecamatan maupun tingkat kabupaten.

Dari latar belakang tersebut penulis ingin mengetahui perbedaan kemampuan motorik antara siswa kelas atas SDN 1 Rengel yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis 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”.

Desain 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)

Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah seluruh siswa-siswi yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga kelas atas SDN 1 Rengel Tuban.

Untuk mengukur kemampuan motorik menggunakan tes kemampuan motorik (*Test Motor Ability*), yaitu:

1. Tes kelincahan dengan tes *Shuttle run* 4 x 10 meter
2. Tes koordinasi dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok
3. Tes keseimbangan dengan tes *Stork Stand* *Positinal Balance*
4. Tes kecepatan dengan tes lari cepat 30 meter

Dari keempat tes tersebut sesuai untuk anak sekolah dasar, karena mudah dan gerakan-gerakan tersebut merupakan gerakan yang sering dilakukan oleh anak sekolah dasar.

Penelitian dilaksanakan di SDN 1 Rengel pada tanggal 6 Mei 2015.

Adapun tahapan pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut:

a. Persiapan Tes

Sebelum tes dilakukan, para siswa yang telah ditetapkan sebagai subjek dalam penelitian ini diabsen terlebih dahulu di masing-masing cabor ekstrakurikuler, kemudian dilanjutkan dengan menjelaskan tentang pelaksanaan tes yang akan dilakukan.

b. Pelaksanaan Tes

Ada beberapa pelaksanaan tes yang akan dilakukan dalam penelitian ini, antara lain kecepatan, koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan.

1. Penilaian Kemampuan Motorik

Tes yang akan dilakukan untuk mendapatkan data kemampuan anak usia 10 sampai 12 tahun, penulis menggunakan tes kemampuan motorik. Tes ini terdiri atas kecepatan, koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan. Keempat tes ini sesuai untuk anak sekolah dasar, karena mudah dan gerakan tersebut sering dilakukan oleh anak sekolah dasar khususnya kelas atas. Adapun uraian tes tersebut adalah sebagai berikut:

Tes *Shuttle run* 4 x 10 meter

- a. Tujuan :
Untuk mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah.
- b. Peralatan :
Lapangan, *stopwatch*, pita pengukur (meteran), *cone*, kapur atau pita untuk membuat lintasan lari, lintasan yang lurus dan datar dengan jarak 10 meter.
- c. Petugas :
Satu orang sebagai pencatat hasil, dan dua orang sebagai pengawas pelaksanaan tes.
- d. Pelaksanaan :
Siswa berdiri di belakang garis dengan kaki depan tepat di atas garis *start*. Pada aba-aba “ya” siswa lari ke depan secepat mungkin ke garis lain, kemudian berputar dan kembali ke garis *start*. Setiap melakukan putaran, kedua kaki harus melewati *start* dan garis *finish*. Siswa harus melakukan kegiatan tersebut sebanyak 4 kali (siklus). Satu siklus diartikan sebagai satu kali lari bolak-balik. Hidupkan *stopwatch* pada saat aba-aba “ya” dan hentikan *stopwatch* pada saat dada pelari melewati garis *finish*.
- e. Penskoran :
Siswa diberi kesempatan 2 kali. Catat kedua waktunya dengan tingkat ketepatan 0,1 detik. Ambil waktu terbaik. Bagi siswa yang gagal melakukan tes diberikan kesempatan untuk mengulang lagi.

Pada analisis data, data yang diperoleh dianalisa dengan menggunakan analisis validitas dan reliabilitas untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas butir soal yang telah di uji coba, dilanjutkan dengan analisis koefisien kontingensi dan koefisien determinasi untuk memperoleh koefisien korelasi antara tingkat pengetahuan siswa tentang makanan bergizi dengan status gizi siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan di SDN 1 Rengel tersebut di ketahui jumlah seluruh kelas IV dan V adalah 118 yang terdiri dari 56 siswa kelas IV dan 62 siswa kelas V.

Tabel 1 Hasil Penelitian Olahraga

No.	Variabel	Olahraga			
		M	SD	Mak	Min
1	Kelincahan	9,15	2,35	36,86	25,55
2	Koordinasi	9,61	3,67	25	11
3	Keseimbang	3,92	47,76	143,4	3,7
4	Kecepatan	6,41	0,62	8,01	5,24

Tabel 2 Hasil Penelitian Non Olahraga

No.	Variabel	Non Olahraga			
		M	SD	Maks	Min
1	Kelincahan	30,94	2,48	36,7	25,38
2	Koordinasi	15,33	7,18	32	2
3	Keseimbang	50,60	57,20	367,8	3
4	Kecepatan	6,87	0,88	11,22	5,34

1. Rata-rata hasil tes kelincahan (*Shuttle run*) siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga (Mean) 29,15 dengan (Standar Deviasi) 2,35 serta rentang waktu tercepat adalah 25,86 detik dan waktu terlambat adalah 36,86 detik, sedangkan hasil rata-rata tes kelincahan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga (Mean) 30,94 dengan (Standar Deviasi) 2,48 serta rentang waktu tercepat adalah 25,38 detik dan waktu terlambat adalah 36,7 detik.
2. Rata-rata hasil tes koordinasi mata dan tangan yang diukur dengan tes lempar tangkap bola jarak 1 meter ke dinding dengan waktu 30 detik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga adalah (Mean) 19,61 dengan (Standar Deviasi) 3,67 serta tangkapan maksimum adalah 25 kali dan tangkapan minimum adalah 11 kali, sedangkan hasil rata-rata hasil tes koordinasi mata dan tangan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga adalah (Mean) 15,33 dengan (Standar Deviasi) 7,18 serta tangkapan maksimum adalah 32 kali dan tangkapan minimum adalah 2 kali.
3. Rata-rata hasil tes keseimbangan yang diukur dengan tes *stork stand positional balance* pada bidang yang datar dengan berdiri satu kaki dan mata ditutup siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga adalah (Mean) 63,92 dengan (Standar Deviasi) 47,76 serta waktu terlama adalah 143,4 detik dan waktu tercepat adalah 3,7 detik, sedangkan hasil rata-rata hasil tes keseimbangan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga adalah (Mean) 50,60 dengan (Standar Deviasi) 57,20 serta waktu terlama adalah 367,8 detik dan waktu tercepat adalah 3 detik.
4. Rata-rata hasil tes kecepatan dengan tes lari cepat 30 meter siswa yang mengikuti ekstrakurikuler

olahraga adalah (Mean) 6,41 dengan (Standar Deviasi) 0,62 serta rentang waktu tercepat adalah 5,24 detik dan waktu terlambat adalah 8,01 detik, sedangkan hasil rata-rata tes kecepatan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga adalah (Mean) 6,87 dengan (Standar Deviasi) 0,88 serta rentang waktu tercepat adalah 5,34 detik dan waktu terlambat adalah 11,22 detik.

Analisis Data

1. Uji Normalitas

Setelah melakukan tahapan analisis data dengan menggunakan program *Microsoft excel* untuk mengolah data mentah selanjutnya akan dilakukan uji normalitas yang bertujuan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak normal pada masing-masing data. Uji normalitas data menggunakan bantuan program computer SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) 20. Perhitungan uji normalitas ini menggunakan taraf signifikan $\alpha = 5\%$ (taraf kepercayaan 95%). Dengan kriteria apabila Asymp. Sig lebih besar dari taraf signifikan 0,05 berarti sebuah data berdistribusi normal, dan apabila Asymp. Sig lebih kecil dari taraf signifikan 0,05 berarti data tersebut berdistribusi tidak normal. Hasil dari uji normalitas dapat dilihat pada table 4.2 berikut ini:

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga

Variabel	Kolmogorov	Asym p. Sig	Distribusi
Kelincahan	0,676	0,751	Normal
Koordinasi	0,648	0,795	Normal
Keseimbangan	0,920	0,366	Normal
Kecepatan	0,667	0,765	Normal
Kemampuan Motorik	1,468	0,27	Normal

Tabel 4 Hasil Uji Normalitas Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Non Olahraga

Variabel	Kolmogorov	Asym p. Sig	Distribusi
Kelincahan	0,699	0,713	Normal
Koordinasi	0,673	0,756	Normal
Keseimbangan	1,790	0,003	Normal
Kecepatan	1,001	0,268	Normal
Kemampuan Motorik	2,114	0,00	Normal

1. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan (*Independent sample test*) yang dimaksudkan untuk membandingkan distribusi data dari dua kelompok yang berbeda. Pengolahan data untuk *Independent*

sample test menggunakan bantuan analisa program SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) 20 dan hasilnya adalah sebagai berikut.

a. *Independentsample test* pada tes kelincahan

Dengan menggunakan perhitungan melalui program SPSS 20 dapat diketahui bahwa nilai t_{hitung} sebesar -1,042 dengan $df=76$ maka t_{tabel} sebesar 1,645. Maka hasil perhitungan dari t_{hitung} kelincahan -1,042 lebih kecil dari t_{tabel} 1,645 ($t_{hitung} < t_{tabel}$). Sehingga H_0 diterima dan H_1 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat tidak ada perbedaan yang signifikan pada unsur kelincahan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

Tabel 5

Tabel Uji-t sample independent pada tes kelincahan

Variabel	t-hitung	t-tabel	Df
Kelincahan siswa olahraga dengan non olahraga	-1,042	1,645	76

b. *Independentsample test* tes koordinasi mata dan tangan

Dengan menggunakan perhitungan melalui program SPSS 20 dapat diketahui bahwa nilai t_{hitung} sebesar 3,750 dengan $df=76$ maka t_{tabel} sebesar 1,645. Maka hasil perhitungan dari t_{hitung} koordinasi 3,750 lebih besar dari t_{tabel} 1,645 ($t_{hitung} > t_{tabel}$). Sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada unsur koordinasi antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

Tabel 6

Tabel Uji-t sample independent pada tes koordinasi

Variabel	t-hitung	t-tabel	Df
Koordinasi siswa olahraga dengan non olahraga	3,750	1,645	76

c. *Independent sample test* pada tes keseimbangan

Dengan menggunakan perhitungan melalui program SPSS 20 dapat diketahui bahwa nilai t_{hitung} sebesar 2,417 dengan $df=76$ maka t_{tabel} sebesar 1,645. Maka hasil perhitungan dari t_{hitung} keseimbangan 2,417 lebih besar dari t_{tabel} 1,645 ($t_{hitung} > t_{tabel}$). Sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada unsur keseimbangan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

Tabel 7

Tabel Uji-t sample independent pada tes keseimbangan

Variabel	t-hitung	t-tabel	Df
Keseimbangan siswa olahraga dengan non olahraga	2,417	1,645	76

d. *Independent sample test* pada tes kecepatan

Dengan menggunakan perhitungan melalui program SPSS 20 dapat diketahui bahwa nilai t_{hitung} sebesar -3,553 dengan $df=76$ maka t_{tabel} sebesar 1,645. Maka hasil perhitungan dari t_{hitung} kecepatan -3,553 lebih besar dari t_{tabel} 1,645 ($t_{hitung} > t_{tabel}$). Sehingga H_0 ditolak dan H_1 di terima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada unsur kecepatan antara siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

Tabel 8

Tabel Uji-t sample independent pada tes kecepatan

Variabel	t-hitung	t-tabel	Df
Kecepatan siswa olahraga dengan non olahraga	-3,553	1,645	76

e. *Independent sample test* pada kemampuan motorik

Dengan menggunakan perhitungan melalui program SPSS 20 dapat diketahui bahwa nilai t_{hitung} sebesar 0,695 dengan $df=76$ maka t_{tabel} sebesar 1,645. Maka hasil perhitungan dari 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.

Tabel 9

Tabel Uji-t sample independent pada tes kemampuan motorik

Variabel	t-hitung	t-tabel	Df
Kemampuan motori siswa olahraga dengan non olahraga	0,695	1,645	76

a. Pembahasan

Pembahasan ini akan membahas tentang perbedaan tingkat kemampuan motorik antara siswa sekolah dasar kelas atas (IV, V) yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga di SDN 1 Rengel.

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian dan juga hasil penelitian tentang perbedaan tingkat kemampuan motorik siswa kelas atas 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 kelas atas 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. Nilai t_{hitung} kelincahan adalah -1,042 dengan $df=76$. Hasil t_{hitung} kelincahan $-1,042 < t_{tabel}$ 1,645. Sehingga H_0 diterima dan H_1 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. Nilai t_{hitung} koordinasi adalah 3,750 dengan $df=76$. Hasil t_{hitung} koordinasi $3,750 > t_{tabel}$ 1,645. Sehingga H_0 ditolak dan H_1 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. Nilai t_{hitung} keseimbangan adalah 2,417 dengan $df=76$. Hasil t_{hitung} keseimbangan $2,417 > t_{tabel}$ 1,645. Sehingga H_0 ditolak dan H_1 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. Nilai t_{hitung} kecepatan adalah -3,553 dengan $df=76$. Hasil t_{hitung} kecepatan $-3,553 > t_{tabel}$

1,645. Sehingga H_0 ditolak dan H_1 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. Nilai t_{hitung} kemampuan motorik adalah 0,695 dengan $df=76$. Hasil t_{hitung} kelincahan $0,695 < t_{tabel}$ 1,645. Sehingga H_0 diterima dan H_1 ditolak dengan taraf signifikan 0,05. Jadi disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

Dari hasil tes siswa kelas atas yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dan yang mengikuti ekstrakurikuler 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 siswa kelas IV dan V di SDN 1 Rengel 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 SDN 1 Rengel, 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 SD 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 bersepeda. 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 sebelumnya. 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.

PENUTUP

Simpulan

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 SDN 1 Rengel.
2. Jika dilihat dari sisi komponen koordinasi, keseimbangan, dan kecepatan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga menunjukkan hasil yang lebih menonjol jika dibandingkan mereka yang mengikuti ekstrakurikuler non olahraga.

Saran

Sesuai dengan data hasil penelitian dan simpulan yang telah diuraikan diatas, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut.

1. Guru penjasorkes hendaknya selalu memberikan materi pembelajaran penjasor pada setiap jam proses belajar mengajar. Kemudian melakukan kegiatan ekstrakurikuler olahraga dan juga ekstrakurikuler non olahraga.
2. Penelitian ini masih perlu dikembangkan untuk meningkatkan kemampuan motorik agar dapat memberikan sebuah informasi atau hasil lebih banyak lagi dalam penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- 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*. Yogyakarta: DIVA Press.
- 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.

Maksum, Ali. 2012. *Metodelogi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

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

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