

Evaluasi Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar Di Kecamatan Teunom Aceh Jaya 2022

Muhammad Yani¹, Mansur², Boihaqi³

Muhammad Yani, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

Muhammadyani@gmail.com

Mansur, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

Mansur@serambimekkah.ac.id

Boihaqi, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

boihaqi84@gmail.com

Abstrak

Penelitian berjudul “Evaluasi Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Tahun 2022”. Salah satu tujuan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan adalah untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar siswa,). Keterampilan gerak dasar merupakan keterampilan yang melibatkan otak besar, kekuatan otot yang melibatkan lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan, seperti melempar sebuah bola, melompat, atau meloncat melewati gerakan air, atau menjaga keseimbangan Jenis penelitian adalah Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini lebih dari 100 sehingga peneliti mengambil 31% dari keseluruhan yakni 123 menjadi 38 orang siswa dengan mengambil perwakilan di setiap sekolah. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan gerak dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Tahun 2022. Tes kemampuan gerak dasar digunakan untuk mengetahui kemampuan gerak dasar masing-masing subjek. Instrumen tes motor ability yang digunakan adalah dari Nurhasan. Menurut Nurhasan (2004:6.6), tes ini mempunyai reliabilitas sebesar 0,93, dan validitasnya sebesar 0,87. Tes ini digunakan untuk mengukur kemampuan gerak dasar bagi siswa sekolah dasar. hasil penelitian diperoleh bahwa hasil kemampuan gerak dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022 yang masuk dalam kategori Sangat Tinggi sebesar 0 % (0 siswa), kategori Tinggi sebesar 15,79 % (6 siswa), kategori Sedang sebesar 65,79 % (25 siswa), kategori Rendah sebesar 15,79 % (6 siswa), dan kategori Sangat Rendah sebesar 2,63 % (1 siswa).

Kata kunci: Evaluasi, Gerak Dasar

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh individu untuk mengembangkan kemampuan atau potensi yang ada dalam dirinya baik diperoleh dari dalam maupun dari luar sekolah yang berlangsung seumur hidup. Melalui pendidikan jasmani, peserta didik dapat menyalurkan hasrat dan keinginan untuk bergerak, disamping

itu juga memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat secara langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, dan membiasakan pola hidup sehat yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Karena tidak hanya dapat meningkatkan kebugaran jasmani tetapi juga dapat memberi gerak yang bervariasi dan bermakna pada siswa.

Aktivitas jasmani diartikan sebagai kegiatan peserta didik untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar dan nilai-nilai fungsional yang mencakup kognitif, afektif dan psikomotor, sehingga melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan anak didik dapat tumbuh dan berkembang sehat jasmani dan rohani. Dari uraian di atas dapat disimpulkan pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan siswa untuk meningkatkan kesegaran jasmani, keterampilan gerak, serta aspek-aspek fungsional yang meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Kemampuan gerak merupakan salah satu faktor yang bisa mempengaruhi kesuksesan siswa dalam belajar gerak motorik.

Perkembangan gerak itu sendiri mempengaruhi kemampuan dan perilaku manusia. Selain itu, perkembangan motorik juga merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam perkembangan individu secara keseluruhan. Gerak memiliki arti dan peran penting bagi kehidupan manusia. Gerak merupakan kebutuhan utama bagi manusia, sebagian besar kebutuhan manusia dapat tercapai melalui gerak. Sebagai contoh, seorang siswa harus melakukan gerakan menulis, berlari, melompat, meloncat, berguling, dll, guna memenuhi kebutuhan siswa baik di sekolah maupun dalam kehidupan bermasyarakat. Gerak juga merupakan ciri dari kehidupan, artinya manusia dikatakan hidup bila dia masih dapat bergerak.

Begitu pentingnya gerak bagi manusia, banyak orang memilih untuk melakukan gerak demi memenuhi kebutuhan gerak. Karena dengan bergerak manusia akan mendapatkan derajat kesehatan yang tinggi dan harapan hidup lebih panjang. Hal ini akan lebih baik jika para orang tua memberikan kesempatan dan arahan kepada anak mulai usia dini untuk melakukan gerak secara teratur dan terarah. Untuk mengarahkan anak melakukan gerak tidaklah sulit karena secara alami anak-anak memiliki kecenderungan menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bergerak. Gerak yang sering dilakukan oleh siswa terutama anak usia sekolah dasar yaitu gerakan kasar yang menggunakan sebagian besar dari tubuhnya, seperti berlari, melompat, dan melempar.

Seiring dengan pertambahan usia dan dipengaruhi faktor latihan gerak yang dimiliki siswa akan menjadi semakin sempurna. Latihan dapat dilakukan secara langsung maupun tidak langsung, latihan secara langsung dapat dilakukan melalui aktivitas olahraga sedangkan latihan tidak langsung dapat dilakukan melalui aktivitas sehari-hari, seperti bermain. Olahraga merupakan kegiatan yang terorganisasi, atau merupakan bentuk bermain yang bersifat kompetitif, dan bersifat sangat dekat dengan pendidikan jasmani Sukintaka, (2001: 62). Melakukan kegiatan berarti terjadi gerakan pada tubuh.

Salah satu tujuan mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan adalah untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar siswa Mahardika, (2010:100). Keterampilan gerak dasar merupakan keterampilan yang melibatkan otak besar, kekuatan otot yang melibatkan lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan, seperti melempar sebuah bola, melompat, atau meloncat melewati gerakan air, atau menjaga keseimbangan Syahril Bakhtiar, (2015:8). Untuk mencapai tujuan tersebut siswa dengan bantuan seorang guru harus bisa menyerap pengetahuan tentang olahraga yang diberikan oleh guru melalui pembelajaran tentang gerak. Selain itu anak harus mampu untuk membiasakan diri berolahraga di luar jam pelajaran berolahraga. Dengan terbiasa berolahraga maka siswa secara alami belajar gerak.

Kemampuan gerak dasar merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Kemampuan gerak dasar merupakan suatu kebutuhan yang harus dipelajari pada usia sekolah dasar. Mengingat hal tersebut langsung maupun tidak langsung akan sangat mempengaruhi perilaku sehari-hari, dan menunjang perkembangan gerak dan postur tubuh di masa remaja dan dewasa. Kemampuan motorik pada anak sebaiknya dilakukan pada usia sedini mungkin, agar perkembangan dan pertumbuhan dapat terpantau dengan baik dan benar.

Murid sekolah dasar pada dasarnya memiliki gerak dasar yang dibawanya sejak lahir dan mulai belajar gerak (sambil bermain) pada saat di Taman Kanak-kanak, sehingga dari sumbangan gerak dasar tersebut siswa sekolah dasar sudah memiliki kemampuan gerak dasar minimal yang sangat berguna bagi penyesuaian diri di kehidupan siswa, terutama yang menyangkut gerakan-gerakan dasar yang berguna dalam kehidupan sehari-hari.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan gerak dasar menurut Corbin (1988:198), yang dikutip oleh Pamuji Sukoco (2001:4:6) terdapat 2 faktor yaitu faktor biologis (faktor ukuran tubuh, faktor keturunan, faktor jenis kelamin, dan dasar

kedewasaan) dan faktor lingkungan (faktor budaya, faktor keadaan alam, faktor kebiasaan keluarga, faktor kesukaan, dan faktor sosial). Faktor biologis : (1) Faktor ukuran tubuh sangat berpengaruh terhadap kemampuan gerak siswa, siswa yang bertubuh gemuk akan terhambat kemampuan gerak dasarnya dibandingkan dengan siswa yang bertubuh normal; (2) Faktor keturunan yang dapat menunjang perkembangan gerak dasar misal otot kuat, syaraf baik, dan kecerdasan yang menyebabkan perkembangan kemampuan gerak dasar seseorang tersebut menjadi baik dan cepat; (3) Faktor jenis kelamin sangat mempengaruhi motivasi dan metode perkembangan kemampuan gerak anak; (4) Dasar kedewasaan sangat berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar anak, semakin kedeewasaan seseorang bertambah maka akan semakin baik juga kemampuan motoriknya. Faktor Lingkungan: (1) Faktor budaya, peraturan daerah setempat dapat mempengaruhi motorik anak misalnya daerah yang tidak mengizinkan anak putri naik sepeda maka tidak akan diberi pelajaran naik sepeda; (2) Faktor keadaan alam juga berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar anak, sebagai contoh anak yang tinggal di daerah pegunungan pasti akan berbeda kemampuan gerak dasarnya dengan anak yang tinggal di daerah pantai; (3) Faktor kebiasaan keluarga tentu akan sangat berpengaruh terhadap kemampuan gerak dasar anak karena setiap keluarga memiliki kebiasaan yang berbeda-beda; (4) Faktor kesukaan, anak yang memiliki kesukaan melakukan aktivitas fisik tentu akan memiliki kemapuan gerak dasar yang baik di bandingkan dengan anak yang tidak suka melakukan aktivitas fisik; (5) Faktor sosial, melalui perkembangan motorik yang normal memungkinkan anak dapat bergaul dengan teman sebayanya, sedangkan yang tidak normal akan menghambat anak untuk bergaul dengan teman sebayanya.

Kecamatan Teunom yang berjarak 156 km dari Kota Banda Aceh (ibukota Provinsi Aceh) terletak dikabupaten Aceh jaya, Dilihat dari letak geografis kecamatan teunom termasuk daerah dataran tinggi. Di kecamatan teunom terdapat 5 sekolah dasar yang tersebar di beberapa desa yaitu SD 3 Teunom, SD 6 Teunom, SD 7 Teunom, SD 9 Teunom, SD 10 Teunom.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan menunjukkan Pembelajaran Jasmani Olahraga dan kesehatan (Penjasorkes), prasarana yang digunakan untuk pembelajaran adalah halaman sekolah dan lapangan desa setempat. Sarana / alat yang digunakan untuk pembelajaran juga sangat minim sehingga mempengaruhi aktivitas fisiknya. Jumlah siswa yang terlalu banyak serta metode pengajaran yang diberikan oleh guru saat di lapangan monoton, kurang kreatif sehingga siswa menjadi kurang aktif/kurang antusias

dalam mengikuti pembelajaran penjas serta berpengaruh terhadap tingkat kemampuan gerak siswa dalam melakukan aktivitas geraknya. Peran siswa dalam meningkatkan kemampuan gerak juga sangat penting, jika siswa mempunyai kemampuan gerak yang baik, dimungkinkan siswa akan cenderung lebih mudah di dalam melakukan keterampilan dalam olahraga.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, serta belum adanya penelitian yang dilakukan di SD Kecamatan Teunom, Kabupaten Aceh Jaya maka diperlukan penelitian. Sesuai dengan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “Evaluasi Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022”.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Seberapa tinggi Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022?”

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022.

Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat dijadikan referensi umumnya pada orang yang menekuni olahraga dan khususnya bagi guru pendidikan jasmani.
- b. Penelitian ini dapat dijadikan kajian bagi para guru pendidikan jasmani untuk lebih mengetahui perkembangan gerak dasar anak.
- c. Penelitian ini dapat menjadi khasanah pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menambah kelengkapan ilmu dan teori yang telah ada.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pihak sekolah, diharapkan penelitian ini memberikan gambaran dan masukan tentang kemampuan gerak dasar siswa, sehingga dapat menentukan kebijakan berhubungan dengan aktivitas jasmani di sekolah.
- b. Bagi guru pendidikan jasmani, penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam merancang pembelajaran pendidikan jasmani yang sesuai dengan kemampuan gerak dasar anak.

- c. Bagi siswa, penelitian ini memberikan motivasi untuk meningkatkan aktivitas fisik siswa.
- d. Bagi lembaga atau instansi, yaitu untuk khasanah pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menambah kelengkapan ilmu dan teori yang telah ada sebelumnya.
- e. Bagi masyarakat, penelitian ini dapat menjadi informasi agar tidak membatasi anak-anak untuk bergerak.

METODELOGI PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Untuk mencapai tujuan penelitian ini, perlu diketahui terlebih dahulu variabel penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah kemampuan gerak Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Teunom kabupaten Aceh jaya Tahun 2022. Secara operasional, gerak dasar dalam penelitian ini diartikan sebagai kemampuan siswa dalam melakukan tugas tes kemampuan motorik yang meliputi tes *shuttle-run* 4x10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok, tes *stork stand positional balance*, dan tes lari cepat 30 meter. Kemampuan gerak siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh jaya diukur dengan tes *motor ability* dari Nurhasan, (2004: 6.6).

Populasi dan Sampel

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswa kelas V SD kecamatan Teunom, ,Kabupaten Aceh jaya sebanyak 5 SD dengan jumlah 123 siswa. Jadi subyek penelitian adalah keseluruhan populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah 38 orang siswa dengan mengambil perwakilan di setiap sekolah.

Teknik Pengumpulan Data

Instrumen adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati Sugiyono, (2011: 102). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan gerak dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022. Pengumpulan data tes kemampuan gerak dasar dilaksanakan pada hari sabtu tanggal 20 September 2022, pukul 07.30 WIB sampai 09.30 WIB, dan bertempat di lapangan sepakbola teunom.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan presentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. *Suttle Run* (lari bolak-balik 4 X 10 meter)

Tes *suttle run* digunakan untuk mengukur kelincahan dalam bergerak mengubah arah, atau *suttle run* dilakukan dengan cara melakukan lari bolak balik 4 X 10 meter, dengan cara mencatat waktu yang ditempuh oleh responden. Semakin sedikit waktu yang diperoleh hasilnya semakin baik. Hasil penelitian kemampuan gerak dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022 dalam penelitian ini dapat diuraikan berdasarkan tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Statistik Hasil Penelitian *Suttle Run*

No	Keterangan	Skor	
		Laki-laki	Perempuan
1	Jumlah	26	12
2	Skor Minimum	12,89	14,08
3	Skor Maksimum	15,57	18,09
4	<i>Mean</i>	14,15	15,14
5	<i>Median</i>	14,06	14,74
6	<i>Modus</i>	14,06	14,08
7	<i>Standard Deviasi</i>	0,66	1,15

Setelah diperoleh data hasil tes *suttle run*, maka selanjutnya data diolah menjadi bentuk T skor, yang dimaksudkan untuk menyamakan satuan. Hasil T skor untuk *suttle run* adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Statistik Hasil Penelitian T skor *Suttle Run*

No	Keterangan	Skor		Keseluruhan
		Laki-laki	Perempuan	
1	Jumlah subjek	26	12	38
2	Skor Minimum	28,15	24,35	24,35
3	Skor Maksimum	69,39	59,22	69,39
4	<i>Mean</i>	49,98	49,99	50,00
5	<i>Median</i>	51,38	53,4350	51,69
6	<i>Modus</i>	41,08	24,35 ^a	41,08
7	<i>Standard Deviasi</i>	10,14	10,01	10,00

Setelah diperoleh data dalam bentuk t skor kemudian di analisis menggunakan kategori yang telah ditentukan. Hasil penelitian lari *suttle run* apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini

Tabel 3. Hasil Penelitian Kemampuan *Suttle Run*

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
> 65	Sangat Tinggi	2	5,26
$55 \leq X < 65$	Tinggi	10	26,31
$45 \leq X < 55$	Sedang	15	39,47

$35 \leq X < 45$	Rendah	8	21,05
< 35	Sangat Rendah	3	7,89
Jumlah		38	100

Hasil penelitian kemampuan *suttle run* (lari bolak-balik 4 X 10 meter) Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022

2. Lempar Tangkap Bola

Tes lempar tangkap bola digunakan untuk mengukur kemampuan koordinasi mata dengan tangan. Tes lempar tangkap bola dilakukan dengan tembok dalam waktu 30 detik. Semakin banyak hasil lempar tangkap yang dihasilkan maka akan semakin baik hasil lempar tangkap bola. Hasil penelitian lempar tangkap bola dalam penelitian ini dapat diuraikan berdasarkan tabel sebagai berikut :

Tabel 4. Statistik Hasil Penelitian Lempar Tangkap Bola

No	Keterangan	Skor	
		Laki-laki	Perempuan
1	Jumlah	26	12
2	Skor Minimum	1	8
3	Skor Maksimum	28	21
4	<i>Mean</i>	20,5	14,25
5	<i>Median</i>	22	14
6	<i>Modus</i>	24	9
7	<i>Standard Deviasi</i>	5,59	4,69

Setelah diperoleh data lempar tangkap bola, maka selanjutnya data diolah menjadi bentuk T skor, yang dimaksudkan untuk menyamakan satuan. Hasil T skor untuk lempar tangkap bola adalah sebagai berikut :

Tabel 5. Statistik Hasil Penelitian T skor Lempar Tangkap Bola

No	Keterangan	Skor		Keseluruhan
		Laki-laki	Perempuan	
1	Jumlah	26	12	38
2	Skor Minimum	15,12	36,67	15,12
3	Skor Maksimum	63,42	64,39	64,39
4	<i>Mean</i>	50	50,0	50,00
5	<i>Median</i>	52,68	49,4670	52,14
6	<i>Modus</i>	56,26	38,81	56,26
7	<i>Standard Deviasi</i>	10,01	10,01	10,00

Setelah diperoleh data dalam bentuk t skor kemudian di analisis menggunakan kategori yang telah ditentukan. Hasil penelitian lempar tagkap bola apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini:

Tabel 6. Kemampuan Lempar Tangkap Bola

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
> 65	Sangat Tinggi	0	0

$55 \leq X < 65$	Tinggi	15	39,47
$45 \leq X < 55$	Sedang	14	36,84
$35 \leq X < 45$	Rendah	8	21,05
< 35	Sangat Rendah	1	2,63
Jumlah		38	100

Hasil penelitian kemampuan lempar tagkap bola Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022.

3. *Stork Stand Positional Balance*

Stork Stand Positional Balance digunakan untuk mengukur kesimbangan tubuh. Tes *Stork Stand Positional Balance* dilakukan dengan cara responden berdiri dengan 1 kaki selama mungkin. Hasil catatan waktu semakin lama maka hasilnya akan semakin baik. Hasil penelitian *stork stand positional balance* sejauhny dalam penelitian ini dapat di uraikan berdasarkan tabel sebagai berikut:

Tabel 7. Statistik Hasil Penelitian *Stork Stand Positional Balance*

No	Keterangan	Skor	
		Laki-laki	Perempuan
1	Jumlah	26	12
2	Skor Minimum	6,02	6,06
3	Skor Maksimum	63,23	67,48
4	Mean	20,98	29,62
5	Median	17,94	22,01
6	Modus	27,48	6,06
7	Standard Deviasi	12,79	16,43

Setelah diperoleh data *stork stand positional balance*, maka selanjutnya data diolah menjadi bentuk T skor, yang dimaksudkan untuk menyamakan satuan. Hasil T skor untuk lempar tangkap bola adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Statistik Hasil T skor *Stork Stand Positional Balance*

No	Keterangan	Skor		Keseluruhan
		Laki-laki	Perempuan	
1	Jumlah	26	12	38
2	Skor Minimum	38,31	35,66	35,66
3	Skor Maksimum	83,04	73,04	83,04
4	<i>Mean</i>	50,01	50,00	50,00
5	<i>Median</i>	47,63	45,36	46,72
6	<i>Modus</i>	55,09	35,66	55,09
7	<i>Standard Deviasi</i>	10,01	10,0	10,00

Setelah diperoleh data dalam bentuk t skor kemudian di analisis menggunakan kategori yang telah ditentukan. Hasil penelitian lempar tagkap bola apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini :

Tabel 9. Kemampuan *Stork Stand Positional Balance*

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
----------	----------	--------	------------

> 65	Sangat Tinggi	2	5,26
$55 \leq X < 65$	Tinggi	11	28,95
$45 \leq X < 55$	Sedang	9	23,68
$35 \leq X < 45$	Sangat Rendah	16	42,11
< 35	Rendah Sekali	0	0
	Jumlah	38	100

Hasil penelitian kemampuan *stork stand positional balance* Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022.

4. Lari Jarak Pendek 30 meter

Lari Jarak Pendek 30 meter digunakan untuk mengukur kecepatan respnden, catatan hasil lari 30 meter adalah semakin cepat/sedikit waktu yang diperoleh dalam lari 30 meter makan hasilnya akan semakin baik. Hasil penelitian lari jarak pendek 30 meter dalam penelitian ini dapat di uraikan berdasarkan tabel sebagai berikut :

Tabel 10. Statistik Hasil Penelitian Lari 30 Meter

No	Keterangan	Skor	
		Laki-laki	Perempuan
1	Jumlah	26	12
2	Skor Minimum	5,27	6,24
3	Skor Maksimum	9,15	7,95
4	Mean	6,28	6,89
5	Median	6,1	6,92
6	Modus	5,88	6,24
7	Standard Deviasi	0,86	0,56

Setelah diperoleh data lari 30 meter, maka selanjutya data diolah menjadi bentuk T skor, yang dimaksudkan untuk menyamakan satuan. Hasil T skor untuk lari 30 meter adalah sebagai berikut :

Tabel 11. Statistik Hasil Penelitian T Skor Lari 30 Meter

No	Keterangan	Skor		Keseluruhan
		Laki-laki	Perempuan	
1	Jumlah	26	12	38
2	Skor Minimum	16,63	30,89	16,63
3	Skor Maksimum	61,74	61,43	61,74
4	<i>Mean</i>	49,91	49,85	50,00
5	<i>Median</i>	52,09	49,19	51,63
6	<i>Modus</i>	54,65	30,89 ^a	54,65
7	<i>Standard Deviasi</i>	10,03	10,08	10,00

Setelah diperoleh data dalam bentuk t skor kemudian di analisis menggunakan kategori yang telah ditentukan. Hasil penelitian Lari Jarak Pendek 30 meter apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini :

Tabel 12. Kemampuan Lari Jarak Pendek 30 meter

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
> 65	Sangat Tinggi	0	0
$55 \leq X < 65$	Tinggi	11	28,95
$45 \leq X < 55$	Sedang	19	50
$35 \leq X < 45$	Rendah	5	13,16
< 35	Sangat Rendah	3	7,89
Jumlah		38	100

Hasil penelitian kemampuan lari jarak pendek 30 meter Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022

5. Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Teunom Kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka data – data dari masing- masing tes telah diubah menjadi T skor yang kemudian dijumlahkan dan di rata-rata, dan akan menjadi kemampuan gerak dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022. Kemudian dikategorikan dalam kategori yang telah ditentukan.

Deskripsi hasil penelitian kemampuan gerak dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022 dari subjek 38 orang diperoleh, rata-rata (*mean*) = 49,98, median = 50,00, modus sebesar = 34,26; *standart deviasi* = 10,00. Tabel distribusi hasil penelitian kemampuan gerak dasar sebesar = 34,26; *standart deviasi* = 10,00. Tabel distribusi hasil penelitian kemampuan gerak dasar sebesar = 34,26; *standart deviasi* = 10,00. Tabel distribusi hasil penelitian kemampuan gerak dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022 adalah sebagai berikut:

Tabel 13. Kemampuan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Teunom Kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
> 65	Sangat Tinggi	0	0
$55 \leq X < 65$	Tinggi	6	15,79
$45 \leq X < 55$	Sedang	25	65,79
$35 \leq X < 45$	Rendah	6	15,79
< 35	Sangat Rendah	1	2,63
Jumlah		38	100

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil kemampuan gerak dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya yang masuk dalam kategori sangat tinggi sebesar 0 %, kategori tinggi sebesar 15,79 %, kategori sedang sebesar 65,79 %, kategori rendah sebesar 15,79 %, dan kategori sangat rendah sebesar 2,63 %. Dapat disimpulkan hasil kemampuan gerak dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya adalah sebagian besar sedang.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa hasil kemampuan gerak dasar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan teunom kabupaten Aceh Jaya Tahun 2022 yang masuk dalam kategori Sangat Tinggi sebesar 0 % (0 siswa), kategori Tinggi sebesar 15,79 % (6 siswa), kategori Sedang sebesar 65,79 % (25 siswa), kategori Rendah sebesar 15,79 % (6 siswa), dan kategori Sangat Rendah sebesar 2,63 % (1 siswa).

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ahmadi dan Munawar Sholeh. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Agus Budiono. (2014). *Survey Kemampuan Gerak Dasar Pada Siswa-Siswi Kelas V Sekolah Dasar Negeri 7 Sungai Kakap Kabupaten Kubu Raya*. Skripsi. UNTAN
- Amung Ma'mun dan Yudha M Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Anas Sudijono. (1992). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: CV Rajawali. Depdiknas.
- (2004). *Kurikulum 2004 : Standar Kompetensi, Pelayanan Profesional dan Contoh Silabus*. Jakarta: Depdiknas.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Endang Rini S.(2007). *Perkembangan Motorik* (diktat). Yogyakarta: FIK UNY.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Husdrata. J.S, dan Yudha M. Saputra. (2000). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Depdiknas.
- Ismayati. (2006). *Tes Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Mahardika. (2010). *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya: Unesa University Press.
- Mochamad Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: IKIP Semarang
- Nurhasan. (2004). *Penilaian Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Pamuji Sukoco.(2004). *Perkembangan Motorik Murid Sekolah Dasar Purwomartani. Penelitian*. FIK: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rusli Lutan. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Dirjen Dikti-Depdikbud.
- _____. (2001). *Mengajar Pendidikan Jasmanin Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Slameto. (2005). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Suharno. (1993). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT. Karya Ilmu.
- Sukadiyanto. (2002). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: PKO FIK UNY.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain Untuk D2, PGSD Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.
- _____. (2001). *Teori Pendidikan Jasmani*. Solo: ESA grafika.
- Sumitro, dkk. (1998). *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Yogyakarta

- Syahrial Bakhtiar. (2015). *Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak*. Padang: UNP Press
- Syarifudin.(2009).*Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan Dengan SPSS*. Yogyakarta: Grafindo Litera Media.