



Study of Motor Ability in Grade V Students of Elementary Schools 03 Ikur Koto

Yulifri¹, Nurini², Arie Asnaldi³, Ali Umar⁴

Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang
nurinihabib@gmail.com asnaldi@fik.unp.ac.id aliumar@fik.unp.ac.id

Abstract

This study aims to determine the motoric abilities of students of State Elementary School 03 Ikur Koto, Koto Tengah District. This research is a descriptive study. The population in this study were all students of Public Elementary School 03 Ikur Koto, Koto Tengah Subdistrict, which numbered 150 people, consisting of 80 male students and 70 people. The sample of this study was the fifth grade students of Public Elementary School 03 Ikur Koto, Koto Tengah Subdistrict with a total of 35 students. The instruments of this study included: standing board jump, softball throw, wall pass, zig-zag running, and short distance running 40 yards. Data analysis techniques in this study were descriptive quantitative with percentages. The results of this study indicate that the motoric abilities of Public Elementary School 03 Ikur Koto students in Koto Tengah Subdistrict are categorized as very good at 8.57% (3 students), good category at 22.86% (8 students), moderate category at 40% (14 students), categorized as less by 20% (7 students), and categorized as less than 8.57% (3 students).

Keyword :Motor Capability

Studi Kemampuan Motorik Siswakelas V Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan motorik siswa Sekolah Kelas V Dasar Negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah, yang berjumlah 150 orang, terdiri dari siswa putra 80 orang dan putri 70 orang. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah dengan jumlah 35 siswa. Instrumen penelitian ini yang meliputi: *standing board jump*, *softball throw*, *wall pass*, lari *zig-zag*, dan lari jarak pendek 40 yard. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan presentase. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah berkategori baik sekali sebesar 8.57% (3 siswa), berkategori baik sebesar 22.86% (8 siswa), berkategori sedang sebesar 40% (14 siswa), berkategori kurang sebesar 20% (7 siswa), dan berkategori kurang sekali sebesar 8.57% (3 siswa).

Kata Kunci :Kemampuan Motorik

PENDAHULUAN

Sekolah Dasar merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memberikan bekal kepada siswa untuk melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi. Mata pelajaran yang tercantum dalam kurikulum Sekolah Dasar dapat dikelompokkan:

pendidikan umum, program pendidikan, akademis, dan program pendidikan keterampilan. Diantara mata pelajaran program pendidikan umum adalah mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan (Penjasorkes). Asnaldi (2019) Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata



pelajaran yang terdapat dalam kurikulum Sekolah Dasar.

Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan serangkaian aktivitas jasmani atau olahraga, bisa dalam bentuk permainan atau mungkin juga salah satu dari cabang olahraga.

Tujuan Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar menurut Depdiknas (2003:3) adalah “untuk membantu siswa dalam mengembangkan dan meningkatkan kebugaran jasmani (*physical fitness*) yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan pola hidup sehat”.

Bila tujuan dan fungsi Penjasorkes sudah tercapai, tentu pengetahuan, keterampilan, sikap, dan kebugaran jasmani serta kemampuan motorik (*motor ability*) siswa menjadi lebih baik, karena siswa kaya dengan pengetahuan gerak yang banyak. Menurut Kirkendal dalam Mutohir (2004:75) mengatakan bahwa: “Kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak”. Lebih lanjut dikatakan bahwa kemampuan motorik itulah yang kemudian berperan sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan.

Artinya pada anak Sekolah Dasar kemampuan motorik adalah salah satu aspek penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Karena kemampuan motorik adalah salah satu tujuan dan fungsionalisasi potensi yang dimiliki siswa yang diperoleh dari pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar”.

Selanjutnya menurut Asnaldi (2019:28) “Kemampuan motorik merupakan modal dasar untuk keterampilan fisik yang dibutuhkan dalam kegiatan serta aktifitas olah raga bisa dipelajari dan dilatih di masa-masa awal

perkembangan. Sangat penting untuk mempelajari keterampilan ini dengan suasana yang menyenangkan, tidak berkompetisi agar anak-anak mempelajari olah raga dengan senang”.

Menurut Gusril (2008:12) Kemampuan motorik merupakan kualitas kemampuan seseorang yang dapat mempermudah dalam melakukan keterampilan gerak. Menurut Kiram (2005:5), “Gerak diartikan sebagai sebuah perubahan tempat, posisi, dan kecepatan tubuh dan bagian tubuh manusia yang terjadi dalam suatu dimensi ruang, waktu dan dapat diamati secara objektif.

Berdasarkan kutipan di atas jelas bahwa salah satu indikator tercapai tidaknya tujuan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar tersebut dapat dilihat tingkat kemampuan motorik siswa. Kemampuan motorik dapat ditingkatkan melalui aktivitas bermain, semakin banyak gerak anak dalam aktivitas bermain maka semakin baik kemampuan motoriknya.

Apabila anak sehat anak lebih cenderung terus bermain sehingga anak terlihat segar dan bebas dalam melakukan aktivitas. Aktivitas gerak yang dilakukan dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dalam situasi ini diajukan pada perbaikan dan peningkatan kemampuan motorik (Mutohir, 2004:79) unsur kemampuan motorik terdiri atas: Kekuatan, kecepatan, koordinasi dan kekuatan otot, keseimbangan, materi kognitif ditujukan kepada pengetahuan dan pandangan luas yang saling ketergantungan antara proses adaptasi tubuh dan psikis serta materi sosial ditujukan pada sikap kesetiaan dan kemauan dalam menolong dan memiliki dasar kebersamaan dengan penuh gairah dalam peningkatan kesegaran jasmani.



Untuk mencapai fungsi dan tujuan pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar, pelaksanaan pembelajaran hendaknya mendorong guru lebih siap untuk melakukan kegiatan pembelajaran dengan perencanaan yang matang dan mampu melaksanakan proses pembelajaran dengan baik. Pelaksanaan pembelajaran harus disusun secara sistematis, utuh dan menyeluruh.

Dalam hal ini materi yang dikembangkan dan disajikan sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan peserta didik, sesuai dengan kondisi dan kebutuhan lingkungan sekolah dan daerah. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar, diharapkan dapat terlaksana dengan baik, sehingga peserta didik memperoleh pengetahuan, berbagai keterampilan dan merangsang pertumbuhan dan perkembangan gerak peserta didik, penalaran, penghayatan nilai-nilai seperti sikap mental, emosional-spiritual-sosial, serta pembiasaan pola hidup sehat yang berguna bagi kehidupannya.

Dalam arti lain kesiapan siswa dalam menghadapi proses pembelajaran Penjasorkes merupakan suatu keharusan untuk ditumbuhkan, sehingga pembelajaran menjadi suatu kesenangan. (Johor, 2019) Koreksiger akan adalah penyampaian informasi oleh dosen tentang kesalahan-kesalahan yang dilakukan mahasiswa.

Di samping itu pelaksanaan pembelajaran penjasorkes dapat dilaksanakan dengan baik banyak faktor yang mempengaruhinya, seperti kesegaran jasmani, kemampuan dan kreatifitas guru dalam mengajar, sarana dan prasarana yang dibutuhkan, minat, intelegensi, pemilihan metode dan media pembelajaran yang tepat, motivasi siswa dalam belajar, lingkungan belajar yang

kondusif, status gizi, kemampuan motorik, dan lain-lain sebagainya.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini adalah penelitian deskriptif, Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2006:130). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah, yang berjumlah 150 orang, terdiri dari siswa putra 80 orang dan putri 70 orang. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah dengan jumlah 35 siswa. Instrumen penelitian ini yang meliputi: *standing board jump*, *softball throw*, *wall pass*, lari *zig-zag*, dan lari jarak pendek 40 yard. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan presentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kemampuan Motorik

Penelitian dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik siswa sekolah dasar negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah. Kemampuan motorik siswa diamati dari serangkaian tes yang meliputi kekuatan otot tungkai (*standing board jump*), power otot lengan (*Softball throw*), kelincihan (*zig zag run test*), koordinasi (*Wall Pass*) dan kecepatan (Lari cepat 40 yard *Dash*).

Menurut (Arie Asnaldi, Zulman, Madri M, 2018) Gerak dibutuhkan manusia untuk bekerja meningkatkan melalui latihan-latihan dan dalam mempertahankan hidupnya dari ancaman bermain yang datang dari lingkungan, serta melalui gerak Landasan berfikir dalam penelitian inimanusia dapat mengalami sendiri suatu dapat digambarkan kerangka konseptual, yang pengalaman atau melalui gerak manusia berkaitan dengan hubungan

motivasi berolahragadapat menyakinkan dirinya terhadap sesuatu.

Seluruh hasil analisis deskriptif pada penelitian ini menggunakan *software MS Excel*. Deskripsi data keseluruhan didasarkan pada data hasil pengukuran yang diperoleh dari lapangan, diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tes Kemampuan Motorik

No	Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase
1	Baik Sekali	≥ 285.03	3	8.57%
2	Baik	261.68 – 285.02	8	22.86%
3	Sedang	238.32 – 261.67	14	40%
4	Kurang	214.97 – 238.31	7	20%
5	Kurang Sekali	≤ 214.96	3	8.57%
Total			35	100%

Dari tabel diatas, dapat dibuat dalam bentuk histogram sebagai berikut:



Gambar 1. Histogram Kemampuan Motorik

Berdasarkan tabel dan gambar histogram diatas, dapat dilihat bahwa dari 35 siswa, 3 orang (8.57%) diantaranya memiliki kemampuan motorik yang baik sekali, kategori baik sebanyak 8 orang (22.86%), kategori sedang sebanyak 14 orang (40%), pada kategori kurang sebanyak 7 orang (20%), dan kategori kurang sekali sebanyak 3 orang (8.57%).

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini bermaksud untuk mengetahui kemampuan motorik siswa sekolah dasar negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah dengan hasil data yang cukup bervariasi. Dari 35 siswa, sebanyak 3 orang (8.57%) diantaranya memiliki kemampuan motorik yang baik sekali, kategori baik sebanyak 8 orang (22.86%), kategori sedang sebanyak 14 orang (40%), pada kategori kurang sebanyak 7 orang (20%), dan kategori kurang sekali sebanyak 3 orang (8.57%). Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa kemampuan motorik siswa sekolah dasar negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah dalam kategori “sedang”.

Pada masa anak sekolah dasar merupakan masa di mana mereka senang bermain. Melalui pendidikan jasmani peserta didik dapat terlibat secara langsung dalam berbagai pengalaman belajar, disamping itu juga peserta didik dapat menyalurkan hasrat dan keinginan untuk bergerak. Sesuai dengan tujuan penelitian dan hasil penelitian tentang pengukuran kemampuan motorik siswa sekolah dasar negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tengah dapat diketahui motorik siswa yang diukur pada masing-masing komponen tes motorik, yaitu:

1. *Standing board jump*

Berdasarkan hasil kemampuan motorik *standing borad jump* yaitu, dari 35 siswa, sebanyak 1 orang (2,86%) diantaranya memiliki kemampuan motorik yang baik sekali, kategori baik sebanyak 13 orang (37,14%), kategori sedang sebanyak 9 orang (25,71%), pada kategori kurang sebanyak 10 orang (28,57%), dan kategori kurang sekali sebanyak 2 orang (5,71%).

(Wahyuri, Keolahragaan, Padang, Keolahragaan, & Padang, 2018) Peranandaya ledakotottungka adalah dapat mengangkat bebenda dalam waktu singkat misalnya jika ada orang yang



dapat mengangkat beban yang beratnya 50 kg, akan tetapi beban orang tersebut mengangkat beban dengan cepat maka bisa dikatakan orang tersebut memiliki daya ledak yang baik.

Berdasarkan klasifikasi norma dikatakan bahwa *standing borad jump* siswa masuk dalam kategori baik. Hal ini dapat dijadikan informasi dan bahan kajian bagi guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut. Mengingat pentingnya *standing borad jump* bagi perkembangan siswa, maka *standing borad jump* siswa perlu ditingkatkan agar lebih baik lagi.

2. Softball throw

Berdasarkan hasil kemampuan motorik *softball throw* yaitu, dari 35 siswa, sebanyak tidak ditemukan siswa memiliki kemampuan motorik yang baik sekali, kategori baik sebanyak 13 orang (37,14%), kategori sedang sebanyak 12 orang (22,86%), pada kategori kurang sebanyak 8 orang (22,86%), dan kategori kurang sekali sebanyak 2 orang (5,71%). berdasarkan klasifikasi norma dikatakan bahwa *softball throw* siswa masuk dalam kategori baik.

Hal ini dapat dijadikan informasi dan bahan kajian bagi guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut hendaknya lebih memperhatikan tingkat *softball throw* siswa. Mengingat pentingnya *softball throw* bagi perkembangan siswa, maka *softball throw* siswa perlu ditingkatkan agar lebih baik lagi.

3. Wall Pass

Berdasarkan hasil kemampuan motorik *wall pass* yaitu, dari 35 siswa, sebanyak 5 orang (14,29%) diantaranya memiliki kemampuan motorik yang baik sekali, kategori baik sebanyak 6 orang (17,14%), kategori sedang sebanyak 6 orang (7,14%), pada kategori kurang sebanyak 17 orang (48,57%), dan kategori kurang sekali sebanyak 1 orang (2,86%). Berdasarkan klasifikasi norma dikatakan

bahwa *wall pass* siswa masuk dalam kategori kurang. Hal ini dapat dijadikan informasi dan bahan kajian bagi guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut hendaknya lebih memperhatikan tingkat *wall pass* siswa. Mengingat pentingnya *wall pass* bagi perkembangan siswa, maka *wall pass* siswa perlu ditingkatkan lagi.

4. Zig-Zag Run

Berdasarkan hasil kemampuan motorik *zig-zag run* yaitu, dari 35 siswa, sebanyak 4 orang (11,43%) diantaranya memiliki kemampuan motorik yang baik sekali, kategori baik sebanyak 7 orang (20%), kategori sedang sebanyak 18 orang (51,43%), pada kategori kurang sebanyak 3 orang (8,57%), dan kategori kurang sekali sebanyak 3 orang (8,57%). berdasarkan klasifikasi norma dikatakan bahwa *zig-zag run* siswa masuk dalam kategori sedang. Hal ini dapat dijadikan informasi dan bahan kajian bagi guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut hendaknya lebih memperhatikan tingkat *zig-zag run* siswa. Mengingat pentingnya *zig-zag run* bagi perkembangan siswa, maka *zig-zag run* siswa perlu ditingkatkan lagi.

5. lari 40 meter

Berdasarkan hasil kemampuan motorik lari 40 meter siswa yaitu, dari 35 siswa, sebanyak 4 orang (11,43%) diantaranya memiliki kemampuan motorik yang baik sekali, kategori baik sebanyak 6 orang (17,14%), kategori sedang sebanyak 16 orang (45,71%), pada kategori kurang sebanyak 7 orang (20%), dan kategori kurang sekali sebanyak 3 orang (8,57%) berdasarkan klasifikasi norma dikatakan bahwa lari 40 meter siswa masuk dalam kategori sedang. Hal ini dapat dijadikan informasi dan bahan kajian bagi guru pendidikan jasmani di sekolah tersebut hendaknya lebih memperhatikan tingkat lari 40 meter siswa. Mengingat pentingnya lari 40 meter bagi perkembangan siswa,



maka lari 40 meter siswa perlu ditingkatkan lagi.

Dari hasil tersebut dapat diartikan bahwa seorang anak mempunyai kemampuan motorik yang berbeda-beda. Keragaman kemampuan motorik dimungkinkan karena dipengaruhi faktor internal dan eksternal dari individu. Kondisi internal seperti perkembangan sistem saraf, tipe tubuh, motivasi, usia, tinggi, berat, jenis kelamin dan sebagainya. Perkembangan motorik sangat tergantung pada kematangan syaraf dan otot anak karena sistem saraf yang mengontrol gerak motorik pada tubuh manusia.

Hal ini berkaitan dengan perkembangan motorik individu berbeda berdasarkan usianya. Betapapun orang meningkatkan kemampuan motorik tetapi bila tanpa memperhatikan tahap kematangan ini, maka akan terjadi kegagalan bahkan kerusakan atau penyimpangan pribadi anak. Oleh sebab itu dalam usaha pengembangan kemampuan motorik anak perlu sekali memperhatikan tahap pertumbuhan dan perkembangan anak.

Tinggi badan, berat badan dan tipe tubuh merupakan faktor bawaan yang mempengaruhi perkembangan motorik. Seseorang yang memiliki ukuran tubuh yang ideal akan cenderung lebih mudah bergerak daripada yang gemuk. Anak yang normal perkembangan motoriknya akan lebih baik dibandingkan anak yang memiliki kekurangan fisik.

Motivasi berpengaruh terhadap perkembangan kemampuan motorik anak, hal ini karena motivasi belajar penting untuk mempertahankan minat dari ketertinggalan. Untuk mengembangkan kemampuan motorik anak, sumber motivasi umum adalah kepuasan pribadi yang diperoleh anak dari kegiatan tersebut, kemandirian, dan gengsi yang

diperoleh dari kelompok sebayanya, serta kompensasi terhadap perasaan kurang mampu dalam bidang lain khususnya dalam tugas sekolahnya. Ketika anak mampu melakukan gerakan motorik, maka anak akan termotivasi untuk bergerak kepada motorik yang lebih luas lagi.

Jenis kelamin berpengaruh terhadap kemampuan motorik, hal ini dikarenakan laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan antara lain pada bentuk tubuh, komposisi tubuh, struktur anatomis, dan faktor budaya. Anak laki-laki akan mengalami peningkatan ukuran tubuh yang lebih besar dari pada perempuan.

Selain itu juga diikuti oleh hormon pertumbuhan anak laki-laki dan perempuan yang juga berbeda. Faktor budaya yang mengakibatkan perbedaan tugas gerak antara anak laki-laki dan perempuan. Oleh karena itu anak laki-laki dan perempuan memiliki ciri fisik dan kemampuan yang berbeda.

Kondisi eksternal mencakup faktor-faktor yang terdapat diluar individu yang memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap penampilan gerak seseorang. Kondisi eksternal tersebut meliputi kondisi lingkungan pengajaran dan bahkan lingkungan sosial-budaya yang lebih luas. Lingkungan pengajaran yang baik akan lebih mendukung perkembangan kemampuan anak.

Anak harus diberi kesempatan untuk berpraktek sebanyak yang diperlukan untuk menguasai suatu keterampilan. Banyak anak yang tidak berkesempatan untuk mengembangkan kemampuan motoriknya karena hidup dalam lingkungan yang tidak menyediakan kesempatan belajar atau karena orang tua takut hal yang demikian akan melukai anaknya. Pembatasan aktivitas gerak pada anak tersebut akan



sangat merugikan bagi perkembangan kemampuan motorik anak.

siswa sekolah dasar negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tangah memiliki kemampuan motorik sedang. Hal ini dikarenakan lingkungan sekolah yang tidak memiliki lahan yang luas sehingga kurang memberi kesempatan anak untuk bergerak bebas. Kurangnya sarana dalam pembelajaran Penjas juga akan menghambat dalam proses pembelajaran gerak.

Selain itu, orang tua siswa yang tidak membiarkan anaknya untuk berjalan kaki atau bersepeda ke sekolah juga menjadi penghambat dalam perkembangan gerak anak. Para orang tua siswa lebih memilih untuk mengantarkan anaknya ke sekolah dikarenakan faktor keamanan dan keselamatan siswa yang berangkat dan pulang sekolah melewati jalan yang ramai.

Lingkungan tempat tinggal siswa di perkotaan yang padat dan kurang menyediakan tempat untuk bermain bagi anak secara tidak langsung menjadi penghambat gerak anak. Karena hal tersebut dimungkinkan kemampuan motorik siswa kurang optimal.

Kemampuan motorik ini sangat penting dimiliki oleh anak terutama bagi siswa Sekolah Dasar. Karena kemampuan motorik dipandang sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan gerak anak dan sebagai landasan keberhasilan anak di masa yang akan datang dalam melakukan tugas keterampilan olahraga.

Artinya pada anak Sekolah Dasar kemampuan motorik adalah salah satu aspek penting dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Penelitian ini hanya ingin menegaskan bahwa ada banyak unsur yang terkandung dalam kemampuan motorik. Karena kemungkinan ada siswa yang bisa menguasai semua unsur-unsur

yang ada dalam kemampuan motorik, tetapi bisa juga hanya menonjol dalam satu atau dua unsur saja. Jadi untuk mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap orang tidak hanya dapat dilihat melalui satu faktor saja, akan tetapi juga melalui berbagai faktor-faktor lainnya.

SIMPULAN

Kemampuan motorik ini sangat penting dimiliki oleh anak terutama bagi siswa sekolah dasar. Karena kemampuan motorik dipandang sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan gerak anak dan sebagai landasan keberhasilan anak di masa yang akan datang dalam melakukan tugas keterampilan olahraga.

Artinya pada anak sekolah dasar kemampuan motorik adalah salah satu aspek penting dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Kemampuan motorik adalah salah satu tujuan dan fungsionalisasi potensi yang dimiliki siswa yang diperoleh dari pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah.

Para siswa Sekolah Dasar untuk bermain dengan temannya, karena pada usia ini anak – anak lebih banyak mengisi waktu luangnya dengan melakukan berbagai permainan anak – anak yang sudah ada yang biasa dilakukan secara turun temurun dari dahulunya.

Berdasarkan pada uraian hasil data penelitian maka dapat disimpulkan bahwa siswa sekolah dasar negeri 03 Ikur Koto Kecamatan Koto Tangah memiliki kemampuan motorik yang bervariasi. Dari 35 siswa, 3 orang (8.57%) diantaranya memiliki kemampuan motorik yang baik sekali, kategori baik sebanyak 8 orang (22.86%), kategori sedang sebanyak 14 orang (40%), pada kategori kurang



sebanyak 7 orang (20%), dan kategori kurang sekali sebanyak 3 orang (8.57%).

php/jm/article/view/69, diakses 28 Juli 2019

DAFTAR PUSTAKA

- Arie Asnaldi, Zulman, Madri M, (FIK-Universitas Negeri Padang. (2018). Hubungan motivasi olahraga dan Kemampuan Motorik Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal menssana*, 3(2), 16–27.
<https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jm.v3i2.75>
- (2019). Kontribusi Motor ability Dan konsentrasi Terhadap Kemampuan penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari dojo angkasa lanud padang.
<http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/30/23>, di akses 05 Agustus 2019
- Arikunto.2006. *Prosedur penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Depdiknas. 2003. *Dasar-dasar Kepeleatihan Olahraga*. Jakarta. Proyek Pendidikan Jasmani Luar biasa.
- Gusril. 2008. *Model Pengembangan Motorik Pada Siswa Sekolah Dasar*. Padang: UNP Press.
- Hilmainur Syampurma (2018). Studi Tentang Tingkat Pengetahuan Ilmu Gizi Siswa-Siswi Smp Negeri 32 Padang.
<http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/69>, diakses 28 Juli 2019
- Kiram, Yanuar. 2000. *Belajar Motorik*. Padang: FIK- UNP.
- Lutan, Rusli. 2002. *Mengajar Untuk Belajar Dalam pendidikan Jasmani*, Bandung : FPOK Universitas Pendidikan Indonesia
- Mutohir, T.Cholik dkk. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Jakarta: PPKKO, Dirjen Olahraga, Depdiknas.
- Arie Asnaldi, Zulman, Madri M, (FIK-Universitas Negeri Padang. (2018). HUBUNGAN MOTIVASI OLAHRAGA DAN KEMAMPUAN MOTORIK DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI 16 SINTOGA KECAMATAN SINTUK TOBOH GADANG KABUPATEN PADANG PARIAMAN. *Jurnal Menssana*, 3(2), 16–27.
<https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jm.v3i2.75>
- Johor, Z. (2019). Pengaruh Metode Dan Kemampuan Motorik Terhadap Keterampilan Jurus Tunggal Pencak Silat. *Jurnal Menssana*, 4(1), 76.
<https://doi.org/10.24036/jm.v4i1.37>
- Wahyuri, A. S., Keolahragaan, F. I., Padang, U. N., Keolahragaan, F. I., & Padang, U. N. (2018). *Hubungan daya ledak otot tungkai dan otot lengan dengan ketepatan smash atlet bolavoli gempar kabupaten pasaman barat*. 3.