

TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA EKSTRAKURIKULER HOKI DI SMP NEGERI 1 MENGAN TI GRESIK

SHAVANCA GATRA HADIGA

Mahasiswa S-1 Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya, shavanca@gmail.com

Dr. Noortje A.K., M.Kes

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

Abstrak

Gerak adalah suatu yang mendasar dalam kehidupan setiap orang. Gerak adalah suatu penampilan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati, (Yanuar Kiram: 1992: 1-4) Lebih lanjut dikatakan bahwa gerak diibaratkan pupuk makanan bagi pertumbuhan dan perkembangan. Kemampuan motorik perlu di pelajari dan dalam perkembangannya dapat berbentuk penguasaan keterampilan gerak sehingga prestasi meningkat, salah satu pembelajaran melalui kegiatan ekstrakurikuler, siswa ekstrakurikuler hoki di SMP Negeri 1 Menganti sudah memperoleh prestasi di tingkat kabupaten.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler hoki di SMP Negeri 1 Menganti, penelitian ini merupakan penelitian diskriptif dengan metode survey dan menggunakan *Barrow motor ability test* yang meliputi : 1) *Standing Broad Jump*, 2) *Soft Ball Throw* 3) *Zig-zag Run*, 4) *Wall Pass*, 5) Lari 50 meter. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP N 1 Menganti yang mengikuti ekstrakurikuler hoki yang berjumlah 23 orang. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif dengan persentase menggunakan bantuan program komputer *microsoft excel* dan SPSS versi 16.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, sehingga dapat diketahui bahwa peserta ekstrakurikuler hoki di SMP Negeri 1 Menganti memperoleh hasil kekuatan tungkai terdapat 2 siswa (8,7%) kategori baik sekali, 1 siswa (4,3%) kategori baik, 4 siswa (17,4%) kategori cukup, 5 siswa (21,7%) kategori sedang, dan 6 siswa (26,1%) kategori kurang, 5 siswa (21,7%) kategori kurang sekali. kekuatan otot lengan 23 siswa (100%) berkategori baik sekali, kelincahan 23 siswa (100%) kategori baik sekali, koordinasi tangan & mata 1 siswa (4,3%) kategori baik sekali, 10 siswa (43,5%) kategori baik, 12 siswa (52,2%) kategori cukup, kecepatan 3 siswa (13%) kategori kurang, 11 siswa (47,8%) kategori sedang, dan 9 siswa (39,1%) kategori baik.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan tingkat kemampuan motorik siswa ekstrakurikuler hoki SMP Negeri 1 Menganti adalah baik.

Kata Kunci : Kemampuan Motorik, Peserta Ekstrakurikuler Hoki, SMP Negeri 1 Menganti

Abstract

The motion is a fundamental in everyone's life. Motion is an appearance by significant human and can be observed, (Yanuar Kiram: 1992: 1-4) Further, he said that the motion is like fertilizer food for growth and development. Motor skills need to be learned and the acquisition of skills development can be shaped motion so the achievement is increasing, one learning through extracurricular activities, student extracurricular hockey in SMP Negeri 1 Menganti already gained achievements at the district level.

This study aims to determine the level of motor skills of participants extracurricular hockey in SMP Negeri 1 Menganti, this research is a descriptive survey method and using the Barrow of motor ability test that includes: 1) *Standing Broad Jump*, 2) *Soft Ball Throw* 3) *Zig-zag Run*, 4) *Wall Pass*, 5) *Running 50 meters*. The population in this study are all students of SMP N 1 Menganti who follow hockey extracurricular totaling 23 people. Data analysis technique in this research is descriptive with percentage using the help of a computer program *Microsoft Excel* and SPSS version 16.

Based on the research that has been done, so it can be seen that participants in extracurricular hockey SMP Negeri 1 Menganti gain leg strength are the result of two students (8.7%) once either category, one student (4.3%) both categories, 4 students (17, 4%) category enough, five students (21.7%) medium category, and six students (26.1%) less category, five students (21.7%) less category yet. arm muscle strength of 23 students (100%) categorized as excellent, agility 23 students (100%) the category of excellent, hand and eye coordination 1 students (4.3%) once either category, 10 students (43.5%) both categories 12 students (52.2%) category enough, the speed of 3 students (13%) less category, 11 students (47.8%) medium category, and 9 students (39.1%) categories.

Based on the research that has been done, it can be concluded the level of motor skills of students extracurricular hockey SMP Negeri 1 Menganti is good.

Keywords: Motor Ability, Extracurricular Participant Hockey, SMP Negeri 1 Menganti

PENDAHULUAN

Gerak adalah suatu yang mendasar dalam kehidupan setiap orang. Gerak adalah suatu penampilan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati, (Yanuar Kiram: 1992: 1-4) Lebih lanjut dikatakan bahwa gerak diibaratkan pupuk makanan bagi pertumbuhan dan perkembangan. Kemampuan gerak motorik penting dipelajari dalam pembelajaran pendidikan jasmani karena kemampuan gerak merupakan bagian dari ranah psikomotorik, dan dalam perkembangannya dapat berbentuk penguasaan keterampilan gerak sehingga prestasi meningkat, salah satu pembelajaran melalui kegiatan ekstrakurikuler, Akan tetapi tidak semua siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler memiliki kemampuan dan prestasi yang optimal, hal tersebut banyak di pengaruhi oleh kemampuan motorik masing-masing siswa.

Disamping membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa, melalui kegiatan ekstrakurikuler ini siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan keterampilan masing-masing cabang olahraga, membentuk nilai-nilai kepribadian siswa serta memunculkan bakat siswa yang berprestasi dalam bidangnya.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang salah satu ciri penelitiannya ini adalah tidak ada hipotesis. Metode yang digunakan adalah metode survey dengan teknik tes dan pengukuran. Menurut Moh. Nasir (1996: 65) metode survey adalah penyelidikan yang diadakan untuk memperoleh kata-kata dari gejala-gejala yang ada dan mencari keterangan-keterangan secara faktual baik tentang institusi sosial, ekonomi, atau politik dari suatu kelompok atau suatu daerah. Data dalam penelitian ini diperoleh dari tes dan pengukuran yang dilakukan oleh pengukuran terhadap subjek. Subyek penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hoki di SMP N 1 Menganti.

Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga hasilnya lebih mudah diolah Suharsimi Arikunto (2010: 203). Adapun Instrumen yang digunakan menurut Nurhasan (2003:2.15) yaitu *Barrow motor ability test* yang meliputi : 1) *Standing Broad Jump*, 2) *Soft Ball Throw* 3) *Zig-zag Run*, 4) *Wall Pass*, 5) Lari 50 meter.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah peneliti mengumpulkan data, maka diperoleh hasil yang diperlukan dalam penelitian ini. hasil tes gerak (motorik) siswa ekstrakurikuler Hoki di SMPN 1 Menganti-Gresik. Hasil disesuaikan dengan kriteria adalah kriteria umuyang diambil dari setiap item tes dari aspek tes kemampuan motorik siswa, di bawah ini merupakan hasil perhitungan dengan SPSS sebagai berikut:

Tabel 1.8

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
standing_broad_jump	23	195	254	222.91	16.752
softball_throw	23	25	38	30,73	3,591
Zigzag	23	6	9	7,44	0,644
Wallpass	23	11	16	12.87	1.576
lari_50meter	23	7	9	7,83	0,663
Valid N (listwise)	23				

Keterangan :

N : Jumlah sampel

Berdasarkan Data hasil yang diperoleh dari tes kemampuan motorik yang diikuti oleh peserta ekstrakurikuler hoki di SMP Negeri 1 Menganti didapatkan hasil melalui tes, tes yang diujikan kepada peserta ekstrakurikuler adalah *Barrow motor ability test* yang meliputi : *Standing Broad Jump*, *Soft Ball Throw*, *Zig-zag Run*, *Wall Pass*, Lari 50 meter.

Berikut ini adalah ulasan-ulasan hasil dari beberapa item tes kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler hoki yaitu untuk data dari kekuatan otot tungkai terdapat hasil maksimal 254 dengan kategori baik sekali, hasil minimum 195 dengan kategori kurang sekali, di peroleh rata-rata 222 dan bila dimasukkan dalam table norma akan masuk pada kategori sedang. Untuk kekuatan otot lengan terdapat hasil maksimal 38,29 dengan kategori baik sekali, hasil minimum 24,8 dengan kategori baik sekali, di peroleh rata-rata 30,73 dan bila dimasukkan dalam table norma akan masuk pada kategori baik sekali. Untuk kelincahan terdapat hasil tercepat 6,13 dengan kategori baik sekali, hasil terlama 8,9 dengan kategori baik sekali, di peroleh rata-rata 7,44 dan bila dimasukkan dalam table norma akan masuk pada kategori baik sekali. Untuk koordinasi tangan dan mata terdapat hasil maksimal 16 dengan kategori baik sekali, hasil minimum 11 dengan kategori cukup, di peroleh rata-rata 13 dan bila dimasukkan dalam table norma akan masuk pada kategori baik. Untuk kecepatan terdapat hasil tercepat 6,8 detik dengan kategori baik sekali, hasil terlama 9,01detik dengan kategori kurang, di peroleh rata-rata 7,87 dan bila dimasukkan dalam table norma akan masuk pada kategori cukup.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan penelitian dan pembahasan pada bab IV maka dapat disimpulkan tingkat kemampuan motorik siswa ekstrakurikuler hoki SMP Negeri 1 Menganti adalah baik.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, ada beberapa saran yang perlu disampaikan oleh penulis dalam penelitian ini antara lain:

1. Bagi siswa

Setelah mengetahui kemampuan motorik yang ada pada diri siswa itu sendiri, diharapkan agar para siswa bisa mempertahankan dan meningkatkan kemampuan gerak motoriknya yang sesuai dengan keterampilan yang dimilikinya melalui berbagi aktivitas gerak dalam kehidupan sehari-hari.

2. Bagi pelatih

Setelah mengetahui kemampuan motorik yang dimiliki oleh setiap siswa, diharapkan data yang diperoleh dapat dimanfaatkan oleh pelatih di dalam merancang serta mengembangkan lagi setiap program latihan ekstrakurikuler yang sesuai dengan keterampilan yang dimiliki oleh setiap siswa.

3. Bagi sekolah

Penelitian ini telah mengidentifikasi kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler hoki di SMP Negeri 1 Menganti. Sehingga data dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman dalam merancang materi program berdasarkan ketrampilan motorik yang dimiliki oleh siswa.

4. Bagi masyarakat

Setelah mengetahui status kemampuan motorik anak, diharapkan agar masyarakat lebih bisa mendukung hal-hal yang dapat meningkatkan serta mengembangkan kemampuan motorik yang dimiliki oleh anak.

DAFTAR PUSTAKA

Amung Ma'mun & Yudha M.Saputra (1999-2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Dekdibud.

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Asdi Mahatsya.

Ardi Asmi Suwardi. (2011). "*Sumbangan Kelentukan Pergelangan Tangan Koordinasi Mata Tangan dan Kelincahan Terhadap Menggiring Bola pada*

Olahraga Hoki". Penelitian, Semarang: FIK Universitas Negeri Semarang.

Bompa. (1994). *Teory and Methodology of Training*. Canada: Kedalall/Hunt Publishing Company.

Depdiknas. (2002). *Model Pengembangan Motorik Anak Pra Sekolah*. Jakarta: Depdiknas.

Devina, Dian. (2008). "*Tingkat Capability Motoric Siswa di Mts. Nurul Islam (studi pada siswa kelas VII Mts. Nurul Islam Jabon,kecamatan Pangging. Kab. Mojokerto)*

Elene Elyonara.(2012). "*Kemampuan Motorik Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli di Smp Negeri 3 Gamping* ". Penelitian, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.

Endang Rini S.(2002). *Perkembangan Motorik (bahan perkuliahan)*. Yogyakarta: FIK UNY

Johnson, Barry,dkk. 1979. *Practical Measurements For Evaluation in Physical Education*. United States of America: Burgess Publishing Company.

Martini, 2007. *Prosedur dan Prinsip - Prinsip Statistika*. Surabaya: Unesa.

Mohamad Nasir. (2005). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Mohammad Fadhil Ulum, (2014). "*Pengaruh Latihan Interoal Pendek Terhadap Peningkatan Daya Tahan Anaerobik Pada Pemain Hoki SMA Negeri 16 Surabaya*". Penelitian, Surabaya: FIK Universitas Negeri Surabaya.

Nurhasan.(1986). *Tes Dan Pengukuran*. Jakarta: PT Bina Aksara

Nurhasan. 2003. *Tes dan Pengukuran (Pengantar, Kegunaan Tes dan Pengukuran Kriteria Tes)*. Universitas Negeri Surabaya.

Hurlock, Elizabeth B. (1998). *Perkembangan Motorik Anak Jilid I (Terjemahan)*. Jakarta: Erlangga

- Pamuji Sukoco. (2004). *Perkembangan Motorik Murid Sekolah Dasar Purwomartani. Penelitian*, FIK; Universitas Negeri Yogyakarta.
- Tabrani, Primadi. 1985. *Hockey & Kreativitas dalam Olahraga*. Bandung: ITB Bandung
- Tri Ani Hastuti. (2008). *Kontribusi Ekstrakurikuler Bola Basket terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
- Rusli Lutan & Adang Suherman. (2000). *Pengukuran dan Evaluasi*. Jakarta: Dirjen Olahraga Depdiknas.
- Rusli Lutan. (2001). *Pendidikan Kebugaran Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- _____. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik. Pengantar teori dan metode*. Jakarta: Depdikbud.
- State of Victoria. (1996). *“Fundamental Motor Skill a Manual for Classroom Teachers”*. Australia: Departement of Education.
- Suharsimi Arikunto (2006). *Prosedur Penelitian. Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara
- Sukadiyanto. (1997). *Penentuan Tahap Kemampuan Motorik Anak Sekolah Sekolah Dasar (Majalah Ilmiah)*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud
- Surya, Andhika. 2010. *Perbandingan Antara Teknik Push, Tapping, Hit Dan Flick Terhadap Ketepatan Sasaran Ke Dalam Gawang Pada Olahraga Hockey*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya : Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIK Universitas Negeri Surabaya.
- Ward, Carl. 1996. *Siri Mengenal Sukan (Edisi Bahasa Malaysia)*. London: PanEarth Sdn.
- Widiastuti. (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga/Widiastuti Ed. 1-1*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti