

Profil koordinasi gerak siswa sekolah dasar usia 9-12 tahun di SD Negeri 35 Batu Hampar Koto XI Tarusan

Deigo Tri Wana, Syahrial Bhaktiar, Emral, Risky Syahputra

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang
deigotriwana2603@gmail.com, syahrial@fik.unp.ac.id, emralunp@fik.unp.ac.id, riskys@fik.unp.ac.id

Kata Kunci : Koordinasi Gerak, Kemampuan, Usia

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil koordinasi gerak motorik siswa usia 9-12 tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif. Teknik penarikan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *total sampling*, dalam penelitian ini yang diambil sebagai sampel adalah seluruh siswa kelas IV, V dan VI dengan jumlah 50 orang. Pengumpulan datanya dengan menggunakan tes *Eye-hand Coordination* untuk koordinasi mata-tangan, *Jumping Sideways* untuk melihat bagaimana kemampuan koordinasi mata dan kaki, *Balance Beam* untuk melihat keseimbangan, *Moving Sideaways* untuk mengukur koordinasi motorik kasar yang dimiliki oleh anak-anak. Sebagai sasaran data diolah dengan uji statistik. Berdasarkan perhitungan uji statistik didapatkan hasil penelitian yaitu kemampuan koordinasi gerak siswa sekolah dasar usia 9-12 tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan pada tes *eye hand coordination* yaitu pada kategori baik sebanyak 14 orang (28%), pada tes *jumping sideways* yaitu pada kategori baik sebanyak 12 orang (24%), sedangkan pada tes *balance beam* kategori baik sebanyak 22 (44%), dan tes *moving sideways* kategori baik ada 20 orang (40%).

Keywords : *Motion Coordination, Ability, Age*

Abstract : *This study aims to determine the coordination profile of motor movements of students aged 9-12 years in Koto XI Tarusan District. This research is a type of descriptive research. The sampling technique in this study was a total sampling technique, in this study what was taken as a sample was all students of grades IV, V and VI with a total of 50 people. The data was collected using the Eye-hand Coordination test for eye-hand coordination, Jumping Sideways to see how the ankle and foot coordination ability is, Balance Beam to see balance, Moving Sideaways to measure gross motor coordination possessed by children. As a target, the data is processed by statistical tests. Based on statistical test calculations, the results of the study obtained, namely the ability to coordinate the movements of elementary school students aged 9-12 years in the Koto XI Tarusan District on the eye hand coordination test, namely in the good category of 14 people (28%), in the sideways jumping test, namely in the good category of 12 people (24%), while in the balance beam test of the good category as many as 22 (44%), and the moving sideways test of the good category there are 20 people (40%).*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu usaha sadar dan juga terencana yang dilakukan

oleh individu untuk mengembangkan kemampuan dan juga potensi-potensi yang ada dalam dirinya baik itu diperoleh dari dalam ataupun dari luar sekolah yang

berlangsung sepanjang hidup seorang individu tersebut. Pendidikan jasmani adalah proses pembelajaran yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis dengan tujuan untuk mengembangkan serta meningkatkan seorang individu secara organik, perseptual, kognitif dan juga emosional. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, penalaran, pengetahuan, dan juga pembiasaan pola hidup sehat bagi peserta didik. Pendidikan jasmani bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang berjalan seimbang. Sedangkan menurut Nababan (2018) mengatakan bahwa olahraga rekreasi merupakan olahraga yang dilakukan untuk mengisi waktu luang dengan tujuan akhir untuk mendapatkan kesehatan fisik, kebugaran, kegembiraan, sukacita, mengembangkan hubungan sosial, dan melestarikan dan meningkatkan sifat kebudayaan daerah dan nasional. Salah satu unsur yang sangat penting dalam beraktifitas dan olahraga yang perlu dimiliki adalah kemampuan koordinasi gerak Syahputra (2022). Gerak merupakan dasar dari berbagai aktivitas jasmani yang dilakukan oleh manusia, termasuk peserta didik. Syahputra (2021) Kunci untuk mendapatkan hasil kinerja yang optimal dalam keterampilan olahraga adalah memiliki kemampuan koordinasi gerak yang baik.

Kemampuan gerak dasar dipandang sebagai pondasi awal dari perkembangan dan pertumbuhan gerak dasar anak dan akan dibutuhkan di masa depan untuk melakukan aktivitas olahraga dan aktivitas fisik lainnya. Bhaktiar (2020) mengemukakan bahwa data empiris menunjukkan anak laki-laki mengungguli anak perempuan dalam

keterampilan pengendalian objek. Sementara itu, tidak ada perbedaan jenis kelamin pada keterampilan lokomotor anak. Keseimbangan termasuk unsur dominan dalam gerakan olahraga, tanpa keseimbangan yang baik gerakan tidak akan terealisasi secara optimal. Oktarifaldi (2019) membuktikan bahwa keseimbangan merupakan unsur fisik yang selalu berperan dalam setiap gerakan yang dinamis maupun statis. Selain itu keseimbangan yang dimiliki anak juga penting untuk perkembangan fungsi geraknya dalam berolahraga. Optimalnya kemampuan gerak anak sangat penting bagi perkembangan fisik maupun teknik, jika koordinasi gerak anak tidak optimal itu akan menyulitkan bagi anak tersebut dalam melakukan aktivitas fisik maupun teknik. Untuk mengoptimalkan koordinasi gerak harus ada latihan yang diberikan pada anak tersebut seperti, berlari, melompat dan melempar agar koordinasi anak membaik.

Ketika anak berusia 9-12 tahun pada masa itu anak sedang berada pada masa yang baik untuk meningkatkan koordinasi oleh karena itu kita harus mengoptimalkan situasi agar koordinasi gerak nya meningkat dengan tujuan bisa membuat anak mampu mengkolaborasikan dalam melakukan aktivitas fisik. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di Sekolah Dasar Negeri 35 Batu Hampar Kecamatan Koto XI Tarusan tanggal 1 sampai 3 Juni 2022. Guru mata pelajaran PJOK di sekolah tersebut mengatakan bahwa kurangnya pengetahuan siswa tentang mengkoordinasikan gerak dengan baik terlebih pada usia yang terbilang masih anak-anak yaitu usia 9 hingga 12 tahun. Dilihat dari sudut pandang peneliti disaat

observasi belum optimal nya koordinasi gerak peserta didik di SD Negeri 35 Batu Hampar Kecamatan Koto XI Tarusan, disini guru dituntut untuk mengoptimalkan koordinasi gerak peserta didik yang ada di SD Negeri 35 Batu Hampar Kecamatan Koto XI Tarusan, dengan cara melatih peserta didik khusus peserta didik yang berumur 9-12 tahun dengan metode contoh: mengkombinasikan gerak berjalan, berlari, dan melompat.

Cara untuk meningkatkan koordinasi gerak contohnya dengan siswa yang melempar shuttlecock ayunan tangannya dimaksimalkan, lalu dalam melakukan *jumping sideways* gerak kaki siswa harus beraturan, dan gerak siswa dalam melakukan shuttle run harus baik. Mengingat betapa pentingnya koordinasi gerak bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa sesuai latar belakang yang dijelaskan, maka dalam penelitian ini akan mengkaji tentang bagaimana profil atau gambaran Koordinasi Gerak Siswa SD Negeri 35 Batu Hampar Kecamatan Koto XI Tarusan Usia 9-12 Tahun.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti akan menganalisis profil koordinasi gerak siswa sekolah dasar usia 9-12 tahun di SD Negeri 35 Batu Hampar Koto XI Tarusan. Koordinasi gerak tersebut akan diukur melalui 3 tes yaitu: berjalan, melompat, dan melempar.

METODE

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan data profil koordinasi gerak anak yang berumur 9-12 tahun yang ada di SD Negeri 35 Kecamatan Koto XI

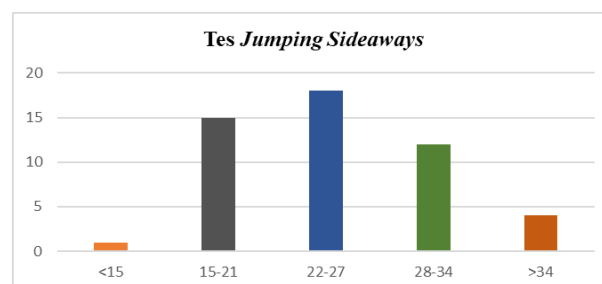
Tarusan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV, V dan VI dengan jumlah 50 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling* yaitu mengambil seluruh jumlah populasi. Jadi, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah sebanyak 50 orang. Pengumpulan datanya dengan menggunakan tes *Eye-hand Coordination* untuk koordinasi mata-tangan, *Jumping Sideways* untuk melihat bagaimana kemampuan koordinasi mata dan kaki, *Balance Beam* untuk melihat keseimbangan, *Moving Sideaways* untuk mengukur koordinasi motorik kasar yang dimiliki oleh anak-anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

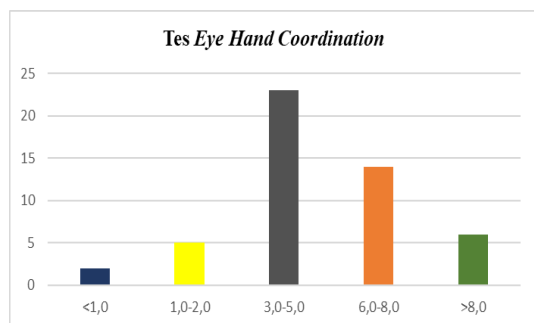
1. Eye Hand Coordination

Menurut Neldi (2022) koordinasi mata tangan adalah integrasi antara mata sebagai pemegang utama, dan tangan sebagai pemegang fungsi yang melakukan suatu gerakan tertentu, dalam hal ini, kedua mata akan memberitahukan kapan bola berada di suatu titik agar tangan langsung menerima dan langsung melakukan *smash* dan servis. Untuk hasil analisis deskriptif dari tes *eye hand coordination* dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel. 1 Distribusi Hasil Data Kemampuan Koordinasi Gerak pada Tes *Eye Hand Coordination* Siswa Usia 9-12 Tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan



Berdasarkan tabel di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dari 50 orang siswa, yang memiliki kemampuan gerak pada tes *Eye Hand Coordination* pada kategori baik sekali yaitu ada 6 orang siswa (12%) untuk kategori baik yaitu 14 orang (28%) dan kategori sedang ada 23 orang siswa (46%). Selanjutnya untuk kategori kurang ada 5 orang (10%) dan kategori kurang sekali ada 2 orang (4%). Untuk lebih jelasnya grafik variabel kemampuan koordinasi gerak siswa 9-12 tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan, dapat dilihat pada histogram berikut.



Gambar 1. Grafik Hasil Data Kemampuan Koordinasi Gerak Siswa 9-12 tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan

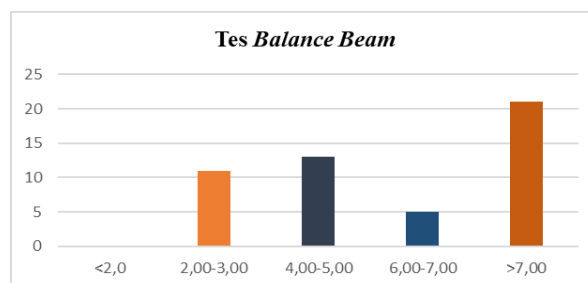
2. Tes *Jumping Sideaways*

Tes *Jumping Sideaways* ini adalah melompat kesamping. Tujuan dari tes ini adalah melihat bagaimana kemampuan koordinasi mata dan kaki. Untuk hasil analisis deskriptif tes *jumping sideaways* dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2 . Distrbusi Hasil Data Kemampuan Koordinasi Gerak pada Tes *Jumping Sideaways* Siswa Usia 9-12 Tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan

| No | Kelas Interval | Frekuensi | | Klasifikasi |
|--------|----------------|-----------|-------------|---------------|
| | | Absolut | Relatif (%) | |
| 1 | <15 | 1 | 2% | Kurang Sekali |
| 2 | 15-21 | 15 | 30% | Kurang |
| 3 | 22-27 | 18 | 36% | Sedang |
| 4 | 28-34 | 12 | 24% | Baik |
| 5 | >34 | 4 | 8% | Baik Sekali |
| Jumlah | | 50 | 100% | |

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dari 50 siswa, yang memiliki kemampuan gerak pada tes *Jumping Sideaways* pada kategori baik sekali yaitu ada 4 orang siswa (8%) untuk kategori baik yaitu 12 orang (24%) dan kategori sedang ada 18 orang siswa (36%). Selanjutnya untuk kategori kurang ada 15 orang (30%) dan kategori kurang sekali ada 1 orang (2%). Untuk lebih jelasnya grafik variabel kemampuan koordinasi gerak siswa usia 9-12 tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan, dapat dilihat pada histogram berikut.



Gambar 2. Grafik Hasil Data Kemampuan Koordinasi Gerak Tes *Jumping Sideaways* Siswa 9-12 Tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan

3. Tes *Balance Beam*

Tes *Balance beam* ini adalah untuk tes keseimbangan. Untuk hasil analisis

deskriptif tes *balance beam* dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Distrbusi Hasil Data Kemampuan Koordinasi Gerak pada Tes *Balance Beam* Siswa 9-12 Tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan

| No | Kelas Interval | Frekuensi | | Klasifikasi |
|--------|----------------|-----------|-------------|---------------|
| | | Absolut | Relatif (%) | |
| 1 | <2 | 0 | 0% | Kurang Sekali |
| 2 | 2-3 | 11 | 22% | Kurang |
| 3 | 4-5 | 13 | 26% | Cukup |
| 4 | 6-7 | 5 | 10% | Baik |
| 5 | >7 | 21 | 42% | Baik Sekali |
| Jumlah | | 50 | 100% | |

4. Tes *Moving Sideways*

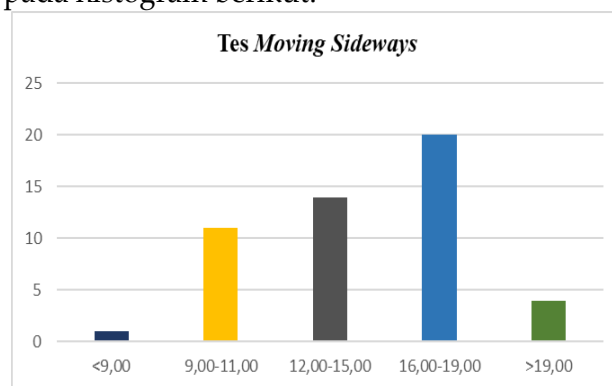
Tes *moving sideways* adalah tes berpindah kesamping. Tes ini bertujuan untuk mengukur koordinasi motorik kasar yang dimiliki oleh anak-anak. Untuk hasil analisis deskriptif tes *moving sideways* dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4. Distrbusi Hasil Data Kemampuan Koordinasi Gerak pada Tes *Moving Sideways* Siswa 9-12 Tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan

| No | Kelas Interval | Frekuensi | | Klasifikasi |
|--------|----------------|-----------|-------------|---------------|
| | | Absolut | Relatif (%) | |
| 1 | <9 | 1 | 2% | Kurang Sekali |
| 2 | 9-11 | 11 | 22% | Kurang |
| 3 | 12-15 | 14 | 28% | Sedang |
| 4 | 16-19 | 20 | 40% | Baik |
| 5 | >19 | 4 | 8% | Baik Sekali |
| Jumlah | | 50 | 100% | |

Berdasarkan tabel di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dari 50 orang siswa, yang memiliki kemampuan gerak pada tes *moving sideways* pada kategori baik

sekali yaitu ada 4 orang siswa (8%) untuk kategori baik yaitu ada 20 orang (40%) dan kategori sedang ada 14 orang siswa (28%). Selanjutnya untuk kategori kurang ada 11 orang (22%) dan kategori kurang sekali ada 1 orang (2%). Untuk lebih jelasnya grafik variabel kemampuan koordinasi gerak pada tes *moving sideways* siswa usia 9-12 tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan, dapat dilihat pada histogram berikut.



Gambar 4. Grafik Hasil Data Kemampuan Koordinasi Gerak Siswa 9-12 Tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul profil koordinasi gerak siswa sekolah dasar usia 9-12 tahun di SD Negeri 35 Batu Hampar Koto XI Tarusan dapat ditarik kesimpulan yaitu Kemampuan koordinasi gerak siswa sekolah dasar usia 9-12 tahun di Kecamatan Koto XI Tarusan pada tes *eye hand coordination* yaitu pada kategori baik sebanyak 14 orang (28%), pada tes *jumping Sideways* yaitu pada kategori baik sebanyak 12 orang (24%), sedangkan pada tes *balance Beam* kategori baik sebanyak 22 (44%), dan

tes *moving sideways* kategori baik ada 20 orang (40%).

DAFTAR PUSTAKA

Neldi, H., Nirwandi, & Hardiansyah, S. (2022). Tinjauan Kondisi Fisik Pemain Bolabasket Club Blackrose di Kota Padang Sidempuan. *JPDO*, Vol. 5 No. 1.

Hasbullah. (2015). *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.

Oktarifaldi,O., Syahputra, R., & Putri, L. P. (2019). The Effect Of Agility, Coordination and Balance On The Locomotor Ability Of Students Aged 7 To 10 Years.*Jurnal Menssana*,4(2), 190-200.

Bhaktiar, S., Syahputra, R., Mardiansyah, A., & Pion, J. (2020). Sistem Identifikasi Bakat dalam Olahraga. *In Wineka Media (Pertama)*.

Syahputra, R., Mardiansyah, A., Bhaktiar, S., & Jumain. (2022). Karakteristik Kemampuan Koordinasi Gerak Siswa di Sekolah Dasar Kartika 1-12 Kota Padang. *JPDO*, Vol. 5 No. 6.

Syahputra dkk (2022). *Perturbations For Coaching Implications: A Preliminary Study on Swinging Arm Coordination Instrument During Tennis Forehand Stroke*. *J. Phys.: Conf. Ser.* 2309 012007