

Karakteristik Kemampuan Koordinasi Gerak Siswa SDN 01 Bungo Pasang Kota Padang

Dhea Ramadhani¹, Syahrial Bakhtiar², Zulbahri³, Despita Antoni⁴

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

dheaaar123@gmail.com, syahrial@fik.unp.ac.id², zulbahri@fik.unp.ac.id³, despitaantoni@fik.unp.ac.id⁴

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.8.9.2025.20>

Kata Kunci : Kemampuan kordinasi gerak, siswa kelas III, IV, dan V

Abstrak : Penelitian ini mengkaji identifikasi karakteristik kemampuan koordinasi gerak siswa di Sekolah Dasar Negeri 01 Bungo Pasang, Kota Padang. Studi deskriptif kuantitatif ini bertujuan untuk memetakan secara komprehensif karakteristik koordinasi gerak siswa, menggunakan accidental sampling. Penelitian melibatkan 95 siswa dari kelas III, IV, dan V. Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan variasi kemampuan koordinasi antar jenis tes. Pada tes Balance Beam, mayoritas siswa (74.7%; n=71) menunjukkan kategori sedang. Pola serupa terlihat pada tes Jumping Sideways (34.7%; n=33) dan Moving Sideways (32.6%; n=31) dengan dominasi kategori sedang. Uniknya, tes Shuttle Throw justru menunjukkan mayoritas siswa (36.8%; n=35) berada dalam kategori kurang. Sementara itu, tes Eye-Hand Coordination memperlihatkan sebagian besar siswa (33.7%; n=32) dalam kategori sedang. Secara keseluruhan, kemampuan koordinasi gerak siswa kelas III, IV, dan V di SDN 01 Bungo Pasang cenderung baik (51.6%; n=49). Temuan ini memberikan gambaran awal yang penting untuk merancang program pembelajaran gerak yang lebih efektif dan terarah di kemudian hari.

Keywords : *Motor Coordination Ability, Third, Fourth, And Fifth-Grade Students*

Abstract : *This research investigates the characteristics of motor coordination abilities at students' elementary school 01 Bungo Pasang, Padang City. This descriptive quantitative study aims to map the characteristics of students' motor coordination. Using accidental sampling, the study involved 95 students from grades III, IV, and V. The results of the Descriptive statistical analysis revealed varied motor coordination abilities across different tests. For the Balance Beam test, the majority of students (74.7%; n=71) were categorized as "medium." Similarly, in the Jumping Sideways (34.7%; n=33) and Moving Sideways (32.6%; n=31) tests, most students demonstrated medium coordination ability. Notably, in the Shuttle Throw test, the majority (36.8%; n=35) were classified as "lacking." Conversely, the Eye-Hand Coordination test showed most students (33.7%; n=32) in the "medium" category. Overall, the motor coordination characteristics of students in grades III, IV, and V at SDN 01 Bungo Pasang generally trended towards the "good" category (51.6%; n=49). These findings offer an initial overview of students' motor coordination profiles, serving as a foundation for developing more targeted motor learning programs.*

PENDAHULUAN

Pendidikan nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri,

serta menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab. (Pelawi, 2021).

Pendidikan Sekolah Dasar adalah jenjang awal yang harus dilalui peserta didik sebelum melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi. Pada tahap ini, penting bagi peserta didik untuk tumbuh dan berkembang secara optimal, baik

dari segi kognitif, afektif, maupun psikomotorik.

Salah satu komponen krusial dalam kurikulum sekolah dasar adalah (PJOK). PJOK bertujuan untuk menanamkan pengetahuan, mengembangkan kepribadian dan keterampilan, serta meningkatkan kesehatan dan kebugaran siswa melalui pembelajaran yang terintegrasi dan berkelanjutan (Andrieieva dkk dalam Bakhtiar, 2023).

Kemampuan koordinasi gerak, yang didefinisikan oleh Afrinaldi (2021) sebagai kolaborasi efisien antara otot, tulang, dan persendian untuk aktivitas fisik, menjadi esensial bagi perkembangan motorik. Pion (2015) bahkan menegaskan bahwa koordinasi gerak adalah penentu kualitas gerak dan potensi atletik siswa di masa depan.

Sekolah dasar memiliki karakteristik motorik yang aktif, ditandai dengan gerakan fundamental seperti berlari dan melempar. *"A fundamental approach is the early identification and careful nurturing of individual talents. This strategy aims to mitigate talent loss and preserve options for specialization at appropriate developmental stages"* (Syahputra, 2025:1127).

Oleh karena itu, program pembinaan olahraga di sekolah berpotensi besar untuk mengakomodasi dan mengembangkan siswa berbakat di bidang olahraga. Studi oleh Gonçalves dkk. (2021) menunjukkan adanya korelasi positif antara aktivitas fisik dan koordinasi gerak.

Dengan demikian, pengajaran gerak dasar yang efektif sangat berkontribusi pada keterampilan olahraga yang kompleks. Namun, observasi di lapangan menunjukkan adanya perbedaan keterampilan gerak siswa, yang diduga disebabkan oleh kurangnya wawasan dan keterampilan guru dalam mengimplementasikan pembelajaran gerak.

Bakhtiar (2019) menekankan bahwa untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas di masa depan, anak-anak harus dididik dan dikembangkan secara

maksimal, tidak hanya dalam aspek intelektual, tetapi juga dalam sikap, moral, dan kemampuan fisik.

Keterampilan gerak dasar dianggap sebagai fondasi awal bagi perkembangan dan pertumbuhan kemampuan koordinasi dasar anak, yang akan sangat dibutuhkan di masa depan untuk berbagai aktivitas olahraga dan fisik lainnya (Goodway dkk dalam Syahputra dkk, 2021).

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan masyarakat (Asnaldi, 2019).

Pentingnya tingkat keterampilan gerak yang memadai di masa kanak-kanak dengan menunjukkan bahwa tingkat keterampilan kontrol objek yang baik di masa kanak-kanak adalah prediktor kunci dari aktivitas fisik dan hasil kebugaran pada masa remaja yang dimediasi melalui pengaruhnya pada membangun persepsi positif tentang kompetensi gerak (Bakhtiar, et al., 2020).

Seiring dengan perkembangan zaman, masa kanak-kanak kini mengalami pergeseran. Dahulu, anak-anak banyak menghabiskan waktu dengan bermain di luar, seperti permainan tradisional, berlari, bermain bola, dan bersepeda, yang secara tidak langsung berkontribusi pada perkembangan koordinasi motorik mereka.

Namun, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi telah mengubah preferensi anak-anak masa kini ke aktivitas sedentari seperti menonton televisi atau bermain gawai dalam durasi yang panjang, mengurangi interaksi mereka dengan lingkungan sekitar.

Akibatnya, pada usia remaja, sering muncul keluhan mengenai rendahnya minat anak dan remaja untuk berpartisipasi dalam berbagai cabang olahraga. Laporan Millard yang dimuat oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2021 mengungkapkan

peningkatan prevalensi gaya hidup kurang aktif pada anak-anak usia sekolah.

Di mana lebih dari 80% anak di seluruh dunia tidak mencapai tingkat aktivitas fisik yang direkomendasikan. Kondisi ini berpotensi besar memengaruhi perkembangan berbagai kemampuan koordinasi mereka, termasuk koordinasi gerak secara keseluruhan.

Sekolah Dasar Negeri 01 Bungo Pasang, Kota Padang, teridentifikasi sebagai institusi pendidikan dasar dengan tenaga pendidik PJOK yang kompeten. Namun, observasi awal yang dilakukan peneliti mengindikasikan fenomena rendahnya kemampuan koordinasi gerak pada sebagian siswa.

Hal ini terlihat dari mobilitas siswa yang kurang optimal dan kekakuan gerakan dalam aktivitas motorik fundamental seperti berlari, melompat, menangkap, dan melempar bola. Meskipun demikian, validitas temuan observasi awal ini masih memerlukan verifikasi lebih lanjut.

Konfirmasi dari guru PJOK juga menunjukkan bahwa belum ada implementasi tes dan evaluasi formal terkait kemampuan koordinasi gerak siswa di SDN 01 Bungo Pasang, Kota Padang.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif untuk memaparkan dan menggambarkan secara komprehensif berbagai aspek terkait subjek penelitian, seperti kondisi, situasi, dan aktivitas yang terlibat.

Penelitian Menurut Januaripin (2023) penelitian deskriptif adalah: "metode yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap obyek yang diteliti melalui data atau sampel yang terkumpul sebagaimana adanya, tanpa dilakukan analisis dan membuat sebuah kesimpulan yang umum".

Penelitian ini diadakan di Sekolah Dasar Negeri 01 Bungo Pasang terletak di Jl. Bungo Pasang, kelurahan Bungo Pasang, Kecamatan Koto Tengah, Kabupaten Kota Padang, Provinsi Sumatra Barat pada bulan April 2025. Populasi menurut Susanto dkk (2021) adalah wilayah general objek/subjek dengan karakteristik khusus yang ditetapkan peneliti untuk ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa yang ada di SDN 01 Bungo Pasang di Kecamatan Koto Tengah Kota Padang yang terdiri dari kelas I hingga VI sebanyak 211 orang .

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *accidentally sampling*. Berdasarkan teknik ini, sampel ditentukan secara kebetulan, yaitu sampel yang tidak sengaja bertemu peneliti dan dianggap sesuai sebagai sumber data (Sugiyono, 2016).

Penelitian melibatkan 95 siswa kelas III, IV, dan V SDN 01 Bungo Pasang menggunakan beberapa item tes (*balance beam, jumping sideways, moving sideways, shuttle throw dan eye-hand coordination*).

HASIL

1. Kemampuan Keseimbangan (*Balance Beam*)

Berdasarkan hasil tes *balance beam* yang telah dilakukan oleh siswa, dari 95 siswa didapatkan nilai rata-rata sebanyak 60 langkah dengan nilai standar deviasi sebesar 10,21. Nilai tertinggi tes *balance beam* yang dilakukan 73 langkah dan nilai terendah adalah 25 langkah.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan *Balance Beam* Laki-Laki Dan Perempuan

No	Kelas Interval	Fa	Fr	Keterangan
1.	>55	71	74,7%	Sangat baik
2.	45-54	14	14,7%	Baik
3.	33-44	9	9,5%	Sedang
4.	24-33	1	1,1%	Kurang
5.	<23	0	0,0%	Kurang sekali
Jumlah		95	100%	

Sumber : Data Hasil Penelitian

2. Kekuatan Otot Tungkai Keseluruhan (*Jumping Sideways*)

Berdasarkan hasil tes *jumping sideways* yang telah dilakukan oleh siswa, dari 95 siswa didapatkan nilai rata-rata sebanyak 51 lompatan dengan nilai standar deviasi sebesar 10,22. Nilai tertinggi tes *Jumping Sideways* yang dilakukan 76 lompatan dan nilai terendah adalah 33 lompatan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan *Jumping Sideways* Laki-Laki Dan Perempuan

No	Kelas Interval	Fa	Fr	Keterangan
1.	>67	5	5,3%	Sangat baik
2.	57-66	24	25,3%	Baik
3.	46-56	28	29,5%	Sedang
4.	36-45	33	34,7%	Kurang
5.	<35	5	5,3%	Kurang sekali
Jumlah		95	100%	

Sumber : Data Hasil Penelitian

3. Kemampuan Koordinasi Kaki dan Tangan Keseluruhan (*Moving Sideways*)

Berdasarkan hasil tes *moving sideways* yang telah dilakukan oleh siswa, dari 95 siswa didapatkan nilai rata-rata sebanyak 35 kesamping dengan nilai standar deviasi 5,91. Nilai tertinggi tes *moving sideways* yang dilakukan 50 kesamping dan nilai terendah adalah 21 kesamping.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan *Moving Sideways* Laki-Laki Dan Perempuan

No	Kelas Interval	Fa	Fr	Keterangan
1.	>45	5	5,3%	Sangat baik
2.	39-44	23	24,2%	Baik
3.	33-38	31	32,6%	Sedang
4.	27-32	29	30,5%	Kurang
5.	<26	7	7,4%	Kurang sekali
Jumlah		95	100%	

Sumber : Data Hasil Penelitian

4. Kemampuan Daya Ledak Otot Lengan (*Shuttle Throw*)

Berdasarkan hasil tes *shuttle throw* yang telah dilakukan oleh siswa, dari 95 siswa didapatkan nilai rata-rata sebanyak 2403 lemparan dengan nilai standar deviasi 5,91. Nilai tertinggi tes *shuttle throw* yang dilakukan 3510 lemparan dan nilai terendah adalah 1420 lemparan.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan *Shuttle Throw* Laki-Laki Dan Perempuan

No	Kelas Interval	Fa	Fr	Keterangan
1.	>3166	6	6,3%	Sangat baik
2.	2658-3165	30	31,6%	Baik
3.	2150-2657	21	22,1%	Sedang
4.	1642-2149	35	36,8%	Kurang
5.	<1641	3	3,2%	Kurang sekali
Jumlah		95	100%	

Sumber : Data Hasil Penelitian

5. Koordinasi Mata dan Tangan (*Eye-Hand Coordination*)

Berdasarkan hasil tes *eye-hand coordination* yang telah dilakukan oleh siswa, dari 95 siswa didapatkan nilai rata-rata sebanyak 13 lemparan dengan nilai standar deviasi 5,09. Nilai tertinggi tes *eye-hand coordination* yang dilakukan 26 lemparan dan nilai terendah adalah 3 lemparan.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan *Eye-Hand Coordination* Laki-Laki Dan Perempuan

No	Kelas Interval	Fa	Fr	Keterangan
1.	>22	5	5,3%	Sangat baik
2.	17-21	21	22,1%	Baik
3.	12-16	32	33,7%	Sedang
4.	7-11	27	28,4%	Kurang
5.	<6	10	10,5%	Kurang sekali
Jumlah		95	100%	

Sumber : Data Hasil Penelitian

6. Kemampuan Koordinasi Gerak Siswa SDN 01 Bungo Pasang Kota Padang

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan Karakteristik Kemampuan Koordinasi Gerak Siswa SDN 01 Bungo Pasang Kota Padang. Data yang diperoleh dari tes dan pengukuran koordinasi gerak kemudian diklasifikasikan kedalam norma pengukuran yang telah ditetapkan sesuai petunjuk tes dan pengukuran.

Berikut penulis telah membuat dalam bentuk tabel distribusi frekuensi agar pembaca lebih mudah untuk memahami.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kemampuan Koordinasi Gerak Siswa SDN 01 Bungo Pasang Kota Padang

No	Kelas Interval	Fa	Fr	Keterangan
1	21-25	4	4,2%	Baik Sekali
2	16-20	49	51,6%	Baik
3	11-15	41	43,2%	Sedang
4	6-10	1	1,1%	Kurang
5	1-5	0	0,0%	Kurang Sekalii
Jumlah		95	100%	

Sumber : Data Hasil Penelitian

PEMBAHASAN

1. Keseimbangan (*Balance Beam*)



Gambar 1. Pelaksanaan *Balance Beam*

Sumber : Dokumentasi Penelitian

Keseimbangan adalah kondisi di mana semua bagian dari suatu sistem berada dalam keadaan stabil, sehingga tidak ada perubahan posisi yang signifikan. Dalam konteks fisik,

kesimbangan terlihat ketika seseorang dapat berdiri tegak tanpa jatuh atau saat mengayunkan ayunan yang bergerak maju dan mundur.

Instrumen *balance beam* dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengamati kemampuan individu dalam menjaga keseimbangan tubuh pada permukaan yang sempit dan tidak stabil.

Berdasarkan hasil tes *balance beam* yang telah dilakukan oleh siswa, dari 95 siswa didapatkan nilai rata-rata sebanyak 60 langkah dengan nilai standar deviasi sebesar 10,21. Nilai tertinggi tes *balance beam* yang dilakukan 73 langkah dan nilai terendah adalah 25 langkah.

Dari analisis didapatkan hasil Tes *balance beam* di SDN 01 Bungo Pasang terlihat dari keseimbangan peserta didik SDN 01 Bungo Pasang didapatkan bahwa dari 95 siswa mayoritas pada katagori "sangat baik" dengan rentang nilai >55, sebanyak 71 orang sebesar (74,7%).

2. Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai (*Jumping Sideways*)



Gambar 2. Pelaksanaan *Jumping Sideways*

Sumber : Dokumentasi Penelitian

Daya tahan kekuatan otot tungkai adalah kemampuan otot-otot di bagian kaki, seperti otot paha dan betis, untuk melakukan aktivitas fisik secara terus-menerus tanpa cepat merasa lelah. Daya tahan otot yang baik membantu anak-anak untuk melakukan aktivitas tersebut dengan lebih efisien dan dengan risiko cedera yang lebih rendah (Hafiz & Supriyadi, 2021).

Berdasarkan hasil tes *jumping sideways* yang telah dilakukan oleh siswa, dari 95 siswa didapatkan nilai rata-rata sebanyak 51 lompatan dengan nilai standar deviasi sebesar 10,22. Nilai tertinggi tes *Jumping Sideways* yang dilakukan 76 lompatan dan nilai terendah adalah 33 lompatan.

Dari analisis didapatkan hasil tes *Jumping sideways* di SDN 01 Bungo Pasang terlihat dari daya tahan kekuatan otot tungkai peserta didik SDN 01 Bungo Pasang didapatkan bahwa dari 95 siswa mayoritas pada katagori “kurang” dengan rentang nilai 36-45, sebanyak 33 orang sebesar (43,7%).

3. Koordinasi Tangan dan Kaki (*Moving Sideways*)



Gambar 3. Pelaksanaan *Moving Sideways*

Sumber : Dokumentasi Penelitian

Menurut penelitian Nurtajudin (2015), koordinasi ini melibatkan sinkronisasi visual, keseimbangan, dan kontrol motorik yang diperlukan untuk melakukan gerakan kompleks seperti melempar atau menendang sambil bergerak lateral.

Koordinasi gerak tangan dan kaki (*moving sideways*) merupakan kemampuan mengintegrasikan gerakan anggota tubuh bagian atas dan bawah secara harmonis dalam aktivitas menyamping.

Berdasarkan hasil tes *moving sideways* yang telah dilakukan oleh siswa, dari 95 siswa didapatkan nilai rata-rata sebanyak 35 kesamping dengan nilai standar deviasi 5,91. Nilai tertinggi tes *moving sideways* yang

dilakukan 50 kesamping dan nilai terendah adalah 21 kesamping.

Dari analisis hasil tes *moving sideways* di SDN 01 Bungo Pasang terlihat dari koordinasi tangan dan kaki peserta didik SDN 01 Bungo Pasang didapatkan bahwa dari 95 siswa mayoritas pada katagori “sedang” dengan rentang nilai 33-38, sebanyak 31 orang sebesar (32,6%).

4. Kekuatan Otot Lengan (*Shuttle Throw*)



Gambar 4. Pelaksanaan *Shuttle Throw*

Sumber : Dokumentasi Penelitian

Daya ledak otot lengan adalah kemampuan seseorang dalam mengarahkan kekuatan dengan cepat dalam waktu yang sangat singkat serta untuk memberikan momentum yang paling baik pada otot lengan dalam suatu gerakan yang cepat dalam melakukan aktifitas olahraga (Asnaldi, 2020:163).

Studi Wahyuni (2023) mengindikasikan korelasi signifikan antara kekuatan otot lengan dan performa pukulan olahraga, termasuk teknik *shuttle throw*. Kekuatan otot lengan, esensial dalam *shuttle throw*, merepresentasikan kapasitas otot lengan dalam menghasilkan daya lontar objek secara optimal.

Mekanisme ini melibatkan sinergi otot utama lengan, bahu, dan punggung untuk menghasilkan gerakan lemparan efektif yang memerlukan integrasi kekuatan, kecepatan, dan teknik.

Berdasarkan hasil tes *shuttle throw* yang telah dilakukan oleh siswa, dari 95 siswa didapatkan nilai rata-rata sebanyak 2403

lemparan dengan nilai standar deviasi 5,91. Nilai tertinggi tes shuttle throw yang dilakukan 3510 lemparan dan nilai terendah adalah 1420 lemparan.

Dari analisis hasil tes *shuttle throw* di SDN 01 Bungo Pasang terlihat dari kekuatan otot lengan peserta didik SDN 01 Bungo Pasang didapatkan bahwa dari 95 siswa mayoritas pada katagori “kurang” dengan rentang nilai 1642-2149 , sebanyak 35 orang (34,7%).

5. Koordinasi Mata dan Tangan (*Eye-Hand Coordination*)



Gambar 5. Pelaksanaan *Eye-Hand Coordination*

Sumber : Dokumentasi Penelitian

Menurut Johor dkk (2020) Koordinasi tangan-mata merupakan kemampuan sistem penglihatan untuk mengkoordinasikan informasi yang diterima melalui mata guna mengendalikan, membimbing, dan mengarahkan pikiran tangan dalam menyelesaikan suatu tugas tertentu, seperti menulis atau menangkap bola.

Koordinasi tangan-mata merupakan salah satu kemampuan manusia yang sangat dibutuhkan dan dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan sehari-hari termasuk sekolah, aktivitas kehidupan sehari-hari, dan interaksi sosial.

Berdasarkan hasil tes *eye-hand coordination* yang telah dilakukan oleh siswa, dari 95 siswa didapatkan nilai rata-rata sebanyak 13 lemparan dengan nilai standar deviasi 5,09. Nilai tertinggi tes *eye-hand coordination* yang

dilakukan 26 lemparan dan nilai terendah adalah 3 lemparan.

Dari hasil analisis tes *eye-hand coordination* di SDN 01 Bungo Pasang terlihat dari koordinasi mata dan tangan peserta didik SDN 01 Bungo Pasang didapatkan bahwa dari 95 siswa mayoritas pada katagori “sedang” dengan rentang nilai 12-16, sebanyak 32 orang (33,7%).

6. Kemampuan Koordinasi Gerak

Keterampilan koordinasi gerak dapat dipengaruhi oleh berbagai unsur, meliputi koordinasi, keseimbangan, ketahanan, daya ledak, kecepatan, serta kelincahan (Deswandi dkk, 2018).. Dengan adanya umpan balik sensorik yang terus-menerus, tubuh dapat menyesuaikan gerakan secara *real-time* untuk mencapai akurasi optimal.

Anak-anak dengan kondisi fisik yang optimal cenderung memiliki perkembangan motorik dan koordinasi yang lebih baik, memungkinkan mereka untuk beradaptasi lebih cepat dengan tuntutan gerakan baru dan melaksanakan tugas motorik dengan presisi.

Menurut Asnaldi (2019) perkembangan motorik juga selalu mengacu pada “perkembangan perseptual motor” dan atau “koordinasi fisik dan motorik” secara terpisah karena keduanya merupakan pola interaksi yang rumit antara sistem otak dan otot untuk memerintahkan anak menggerakkan tubuh secara lincah dalam memanipulasi obyek atau benda dan mengeksplorasi hal-hal yang berhubungan dengan fisik di sekitarnya.

Dari analisis data diatas didapatkan hasil koordinasi erak siswa putra dan putri kelas III, IV dan V SDN 01 Bungo Pasang Kota Padang memiliki rata-rata sebesar 16, maka disimpulkan bahwa koordinasi gerak siswa SDN 01 Bungo Pasang Kota Padang Berada Pada rentang nilai 16-20 terdapat terdapat 49 anak pada katagori “baik” sebesar (51,6%).

Meskipun koordinasi gerak dapat dilatih dan ditingkatkan, adanya tingkat koordinasi

yang secara signifikan lebih tinggi pada usia dini dapat menunjukkan kecenderungan genetik atau predisposisi untuk unggul dalam domain motorik tertentu, menjadikannya salah satu penanda potensial bagi pengembangan bakat anak di masa depan.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis komprehensif terhadap data penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat disintesis beberapa karakteristik kemampuan motorik siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Bungo Pasang, Kecamatan Koto Tangah.

Mayoritas siswa menunjukkan tingkat kemampuan keseimbangan *balance beam* yang berada pada kategori "sangat baik", dengan proporsi 74,4% (71 dari 95 siswa) yang mencatatkan skor lebih dari 55.

Demikian pula, kemampuan daya tahan kekuatan otot tungkai yang diukur melalui *jumping sideways* didominasi oleh kategori "kurang", dengan 34,7% siswa (33 dari 95 siswa) memiliki rentang nilai 36 hingga 45.

Hasil serupa juga teramati pada kemampuan koordinasi tangan dan kaki (*moving sideways*), di mana mayoritas siswa (32,6% atau 31 dari 95 siswa) berada dalam kategori "sedang" dengan rentang skor 33 hingga 38.

Selanjutnya, analisis karakteristik kemampuan kekuatan otot lengan yang diukur melalui *shuttle throw* mengungkapkan bahwa mayoritas siswa (36,8% atau 35 dari 95 siswa) berada pada kategori "kurang", dengan rentang nilai antara 1642 hingga 2149.

Sementara itu, kemampuan koordinasi mata-tangan (*eye-hand coordination*) menunjukkan kecenderungan yang sama dengan kemampuan motorik lainnya, di mana mayoritas siswa (33,7% atau 32 dari 95 siswa) tergolong dalam kategori "sedang" dengan rentang nilai 12 hingga 16.

Menariknya, hasil penelitian secara umum mengindikasikan bahwa kemampuan koordinasi gerak siswa kelas III, IV, dan V secara kolektif berada pada kategori "baik", dengan nilai frekuensi 51,6% (49 dari 95 siswa) mencatatkan skor antara 16 hingga 20.

Dalam proses pencapaian prestasi setiap anak dalam kegiatan olahraga, perkembangan fisik, psikologis, dan sosial anak merupakan aspek yang tidak kalah penting untuk diperhatikan dalam proses pembelajaran (Nadia, 2023:582).

Pengembangan prestasi olahraga yang sistematis dan berkelanjutan tentu harus didukung oleh strategi dan metode pelatihan yang tepat agar lebih efektif dan efisien dalam mencapai tujuan yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrinaldi, D., Yenes, R., Nurmai, E., & Rasyid, W. (2021). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 3(4), 373-386.
- Asnaldi, A. (2019). Kontribusi Motor Ability Dan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Penguasaan Kata Heian Yodan Karateka Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *Jurnal Menssana*, 4 (1), 17 - 29.
- Asnaldi, A. (2020). Hubungan Kelentukan dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan Smash Bolavoli. *PAJU: Physical Activity Journal*, 1(2), 160-175. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2556>
- Asnaldi, Arie, Nirwandi, N., & Aprisandy, D. (2019). Pengaruh Weight Training Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Lengan. *Sport Science*, 19(1), 1-9. <https://doi.org/10.24036/JSS.V19I1.23>
- Bakhtiar, S, Famelia, R., & J Goodway, j. D. 2019. Developing a Motor Skill-Based Curriculum for Preschools and

- Kindergartens as a Preventive Plan of Children Obesity in Indonesia. Atlantis Press SARL, volume 21.
- Bakhtiar, S., Putra, E. R., Oktarifaldi, O., & Putri, L. P. 2019. The Effect Of Eye-Hand Coordination And Gender On The Level Of Ability In The Control Object Of Paud Students In Pariaman City. *Jurnal: Menssana* Volume 4 No 2: 165-174.
- Bakhtiar, S., Syahputra, R., Putri, L. P., Mardiansyah, A., Atradinal, Hendrayana, A. A., ... & Pion, J. (2023). Sports talent profile of 7-12 years old: Preliminary study of talent identification in Indonesia. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(12), 3167-3179. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.12361>
- Bakhtiar, S., Syahputra, R., Putri, L. P., Mardiansyah, A., Hendrayana, A. A., Afrian, H., ... & Pion, J. (2023). Sports talent profile of 7-12 years old: Preliminary study of talent identification in Indonesia. *Journal Of Physical Education & Sport*, 23(12).
- Deswandi, D., Syafruddin, S., dan Khairuddin, K. (2018). Studi kemampuan motorik siswa sekolah dasar negeri 28 air tawar timur kecamatan padang utara kota padang. *Jurnal MensSana*, 3(2), 81-92.
- Gonçalves, R. S., Lima, R. A., Silva, G., & Bezerra, I. M. P. (2021). Sedentary Behaviors And Its Impact On Motor Coordination Among Children And Adolescents: A Systematic Review. *Physical Activity Review*, 9(1), 40-50
- Januaripin, M. (2023). Penerapan Metode Diskusi Hubungannya Dengan Berpikir Kritis Siswa Kelas XII IPA Madrasah Aliyah Miftahul Huda Subang. *Journal on Education*, 6(1), 9814-9821.
- Johor, Z., Candra, R., Rasyid, W., Asnaldi, A., Oktarifaldi, & Bakhtiar, S. (2020). Effect of hand-eye coordination on the capability of children object control. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 460, 204-207. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200529.042>
- Millard, E. (2020, November 11). WHO updated their physical activity guidelines for the first time in 10 years. *Runner's World*. <https://www.runnersworld.com/news/a34930559/who-physical-activity-guidelines-updated/>
- Nadia, N., Bakhtiar, S., Oktarifaldi, O., Syahputra, R., & Putri, L. P. (2023). A Study of Sports Talent (Characteristics of Elite and Non-Elite Junior Tennis Athletes in Jambi City Based on Gender). *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6(2), 581-592.
- Pelawi, J. T., & Is, M. F. (2021). Undang Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Dalam Upaya Pencegahan Pernikahan Dini (Dibawah Umur). *Jurnal Education and Development*, 9(2), 562-566.
- Pion, J. A., et al. (2015). Stature and jumping height are required in female volleyball, but motor coordination is a key factor for future elite success. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 29(6). <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000778>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Susanto, Y., Riwukore, J. R., Afrianti, I., & Habaora, F. (2021). Pengaruh Kompetensi Dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Guru di SMP Negeri 4 Kota Lubuklinggau Sumatera Selatan. *Jurnal Pendidikan*, 30(2), 143-152.

- Syahputra, R., Bakhtiar, S., Marta, I. A., & Putri, L. P. 2021 . The Profile of Students' Locomotor Skills Level in Elementary School. Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan), 4(2), 138-154.
- Syahputra, R., Sugiyanto, S., Tomoliyus, T., Bakhtiar, S., Ockta, Y., Putri, L. P., ... & Jeprinaldi, J. (2025). The impact of talent detection on increasing the number of children participating in sports. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (62), 1126-1136.