

**HUBUNGAN ANTARA *FUNDAMENTAL MOTOR SKILL* TERHADAP  
KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA USIA 10 DAN 11 TAHUN DI  
SEKOLAH DASAR NEGERI KALIBOTO 3 KABUPATEN KEDIRI  
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)  
Pada Prodi Penjaskesrek



OLEH :

**DIAH PERMATASARI**  
NPM : 19.1.01.09.0016

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
**UN PGRI KEDIRI**  
2023

Skripsi oleh :

**DIAH PERMATASARI**

NPM : 19.1.01.09.0016

Judul :

**HUBUNGAN ANTARA *FUNDAMENTAL MOTOR SKILL* TERHADAP  
KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA USIA 10 DAN 11 TAHUN DI  
SEKOLAH DASAR NEGERI KALIBOTO 3 KABUPATEN KEDIRI  
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

Telah Disetujui untuk Diajukan Kepada  
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi Penjaskesrek  
FIKS UN PGRI Kediri

Tanggal : 12 Juli 2023

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Dr. Budiman Agung Pratama, M.Pd.  
NIDN. 0706078801

M. Anis Zawawi, M.Or.  
NIDN. 0730048903

Skripsi oleh :

**DIAH PERMATASARI**

NPM : 19.1.01.09.0016

Judul :

**HUBUNGAN ANTARA *FUNDAMENTAL MOTOR SKILL* TERHADAP  
KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA USIA 10 DAN 11 TAHUN DI  
SEKOLAH DASAR NEGERI KALIBOTO 3 KABUPATEN KEDIRI  
TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi  
Prodi FIKS UN PGRI Kediri  
Pada tanggal : 24 Juli 2023

**Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan**

Panitia Penguji:

1. Ketua : Dr. Budiman Agung Pratama, M.Pd. \_\_\_\_\_
2. Penguji I : Dr. Slamet Junaidi, M.Pd \_\_\_\_\_
3. Penguji II : M. Anis Zawawi, M.Or. \_\_\_\_\_

Mengetahui,  
Dekan FIKS

Dr. Sulistiono, M.Si.  
NIDN. 0007076801

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Diah Permatasari  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Tempat/tgl. Lahir : Kediri/ 20 Juni 1997  
NPM : 19.1.01.09.0016  
Fak/Jur./Prodi : FIKS/ S1 Penjaskesrek

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri,  
Yang menyatakan

**DIAH PERMATASARI**  
NPM : 19.1.01.09.0016

## **MOTTO :**

*“ NO PAIN NO GAIN ”*

(Tiada keberhasilan Tanpa Usaha dan  
Tiada Kata Terindah Selain Do'a Kedua Orang Tua)

“ Dengan Ilmu Hidup akan lebih Mudah, Dengan Seni Hidup akan lebih Indah,  
Dengan Agama Hidup akan lebih Terarah”

“ Jika kamu tidak sanggup menahan Lelahnya Belajar maka kamu harus sanggup  
menahan Perihnya Kebodohan”  
(*Imam Syafi'i*)

### **Kupersembahkan Kepada :**

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikn Rahmat Taufiq dan Hidayah-Nya
2. Kedua Orang Tuaku yang telah memberi Dukugan dan Do'a serta tidak lupa Kakak dan Adik saya yang tidak pernah lelah mendo'akan dan memberi semangat sampai sejauh ini
3. Dosen-dosen Pembimbing yang senantiasa membimbing saya hingga akhirnya Skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu
4. Semua teman-teman kuliah yang berjuang bersama selama 4 tahun dan Teman-teman sekelompok bimbingan Skripsi yang telah membantu memberi masukan serta tenaga dan pikiran guna menyelesaikan Skripsi ini

## Abstrak

**Diah Permatasari** : “Hubungan antara *Fundamental Motor Skill* Terhadap Kebugaran Jasmani Pada Siswa Usia 10 dan 11 Tahun Di Sekolah Dasar Negeri Kaliboto 3 Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2022/2023”, SKRIPSI, PENJASKESREK, FIKS, UN PGRI KEDIRI, 2023.

Kata Kunci : *Fundamental Motor Skill*, Kebugaran Jasmani, Usia 10 dan 11, Siswa Sekolah Dsar.

Penelitian ini di latar belakang dengan Pentingnya kebugaran jasmani siswa, karena dalam keadaan bugar mereka memiliki kemampuan motorik yang baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *Fundamental Motor Skill* terhadap Kebugaran Jasmani pada Siswa Usia 10 dan 11 tahun di Sekolah Dasar Negeri Kaliboto 3 Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2022/2023. Penelitian ini merupakan penelitian Korasional. Populasi penelitian ini adalah Seluruh Siswa Usia 10 dan 11 tahun di Sekolah Dasar Negeri Kaliboto 3 Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2022/2023 sebanyak 33 Siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik *Purposive Sampling*. Sampel untuk penelitian ini adalah Siswa Usia 10 dan 11 tahun di Sekolah Dasar Negeri Kaliboto 3 Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2022/2023. Instrumen yang digunakan pada *Fundamental Motor Skill* adalah TGMD-2 (*Tes Gross of Motor Development-2*) yang dikutip oleh (Dale A. Ulrich, 2000, hlm 60). Yang terdiri atas : 1). Locomotor Sub-Test : *Run, Gallop, Hop, Leap, Horizontal Jump, Slide*. 2). Objec Control Sub-Test : *Striking a stationary ball, Stationary Dribble, Catch, Kick, Overhand Throw, Underhand Roll*. Instrumen yang digunakan pada tingkat Kebugaran Jasmani berkaitan dengan buku Pedoman pelaksanaan Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN) yang dikutip oleh (Kemenpora RI 2022). Yang terdiri atas : *IMT, V-Sit and Reach, Sit Up 60 Detik, Squat Thrust 30 Detik, PACER Test*. Teknik Analisis data menggunakan Analisis Korelasi *Product Moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Terdapat hubungan Positif dan Signifikan diantara keduanya yaitu Keterampilan Motorik dengan tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Usia 10 dan 11 tahun di Sekolah Dasar Negeri Kaliboto 3 Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2022/2023. Hal ini ditunjukkan dari nilai r-hitung lebih Besar dari r-tabel ( $0,999 > 0,344$ ) dan nilai Signifikansi sebesar  $0,000$ ; yang berarti Kurang dari  $0,05$  ( $0,000 < 0,05$ ).

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas perkenan-Nya tugas penyusunan Skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi dengan Judul “Hubungan antara *Fundamental Motor Skill* Terhadap Kebugaran Jasmani Pada Siswa Usia 10 dan 11 Tahun Di Sekolah Dasar Negeri Kaliboto 3 Kabupaten Kediri Tahun Pelajaran 2022/2023” ini ditulis guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, Pada Jurusan PENJASKESREK FIKS UN PGRI Kediri. Pada kesempatan ini disampaikan terimakasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada :

1. Dr. Zaenal Afandi, M.Pd. selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri
2. Dr. Sulistiono, M.Si. selaku Dekan FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri
3. Dr. Slamet Junaidi, M.Pd selaku Kaprodi Penjaskesrek Universitas Nusantara PGRI Kediri
4. Dr. Budiman Agung Pratama, M.Pd selaku pembimbing yang telah memberi bimbingan, dukungan, dan saran dalam penulisan Skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen di lingkungan FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri yang memberikan arahan dalam penulisan proposal ini
6. Bapak, Ibu dan Kakaku yang telah memberikan dukungan dan semangat hingga terselesaikannya Skripsi ini
7. Teman-teman Progam Studi PENJASKESREK khususnya tingkat 4 yang telah memberikan dukungan, saran dan motivasi hingga terselesaikannya Skripsi ini

8. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu menyelesaikan Skripsi ini.

Disadari bahwa Skripsi ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik, dan saran-saran, dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Akhirnya disertai harapan semoga Skripsi ini dapat memberikan manfaat serta menambah pengetahuan kita khususnya bagi saya sebagai penulis dan bagi pembaca.

Kediri, 25 Juli 2023

**DIAH PERMATASARI**

NPM: 19.1.01.09.0016



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7

### **BAB II PEMBAHASAN**

A. Kajian Teori.....	9
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu.....	27
C. Kerangka Berfikir.....	27
D. Hipotesis.....	29

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Variabel Penelitian.....	30
B. Pendekatan dan Teknik Penelitian.....	31
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32

D. Populasi dan Sampel.....	33
E. Instrumen Penelitian.....	34
F. Teknik Pengumpulan Data.....	85
G. Teknik Analisis Data.....	86
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Analisis Data Penelitian.....	92
B. Pembahasan.....	100
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	102
B. Saran.....	102
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>104</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>108</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Waktu dan tempat Penelitian.....	32
3.2 Jumlah Populasi Penelitian.....	33
3.3 Blangko Tes Keterampilan Gerak Dasar.....	47
3.4 Kategori Status Gizi.....	66
3.5 Standart IMT Laki-laki.....	67
3.6 Standart IMT Perempuan.....	68
3.7 Norma V-Sit and Reach.....	71
3.8 Norma Tes Sit Up.....	74
3.9 Norma Tes Squat Trush.....	77
3.10 Lembar Penilaian Pacer Test.....	81
3.11 Norma Tes Pacer.....	83
3.12 Rumus Perhitungan Kebugaran.....	84
3.13 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Motorik Siswa.....	87
3.14 Rumus Proporsi Tes TKPN.....	88
3.15 Kategori dan Hasil Capaian Tes Kebugan Jasmani.....	89
4.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Motorik Siswa.....	93
4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa.....	94
4.3 Hasil Uji Normalitas.....	96
4.4 Hasil Uji Linieritas.....	97
4.5 Ringkasan Hasil Korelasi Produk Moment dari Karlperso (x-y).....	98
4.6 Sumbangan Efektif Variabel Bebas.....	99

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1 Skill Ilustration Run.....	35
3.2 Skill Ilustration Gallop.....	36
3.3 Skill Ilustration Hop.....	37
3.4 Skill Ilustration Leap.....	38
3.5 Skill Ilustration Horizontal Jump.....	39
3.6 Skill Ilustration Slide.....	40
3.7 Skill Ilustrtion Striking a Stationary Ball.....	41
3.8 Skill Ilustration Stationary Dribble.....	42
3.9 Skill Ilustration Catch.....	43
3.10 Skill Ilustration Kick.....	44
3.11 Skill Ilustration Overarm Throw.....	45
3.12 Skill Ilustration Underhand Roll.....	46
3.13 Alat untuk Tes Keterampilan Motorik.....	51
3.14 Formulir Penilaian Keterampilan Motorik.....	52
3.15 Formulir Penilaian Keterampilan Motorik.....	53
3.16 Formulir Penilaian Keterampilan Motorik.....	54
3.17 Formulir Penilaian Keterampilan Motorik.....	55
3.18 Presentase Penguasaan Keterampilan Gerak Anak.....	56
3.19 Presentase Keterampilan Gerak mengontrol obyek.....	57
3.20 Konversi Skor Baku untuk Persentil dan Standart Score.....	58
3.21 Konversi Skor Baku untuk Persentil dan Standart Score.....	59
3.22 Konversi Skor Baku untuk Persentil dan Standart Score.....	60

3.23 Konversi Sum,Sub tes,Score Standart dan Presentil.....	61
3.24 Konversi Bahan Skor Usia Setara.....	62
3.25 Pengukuran Tinggi Badan.....	64
3.26 Pengukuran Berat Badan.....	65
3.27 Sikap Awal V-Sit and Reach.....	70
3.28 Sikap Akhir V-Sit and Reach.....	70
3.29 Pengukuran 1 gerakan Sit Up ABC.....	73
3.30 Gerakan Squat Trush.....	76
3.31 Lintasan Pacer Test.....	78
4.32 Diagram Batang Keterampilan Motorik Siswa.....	93
4.33 Diagram Batang Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa.....	95

## LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Penelitian.....	109
2. Data Penelitian Kebugaran Jamani.....	110
3. Hasil Uji Deskriptif.....	112
4. Hasil Perhitungan Kategorisasi.....	112
5. Hasil Uji Normalitas.....	113
6. Hasil Uji Linieritas.....	113
7. Hasil Uji Korelasi.....	114
8. Hasil Uji Hipotesis.....	114
9. Dokumentasi.....	115
10. Berita Acara Kemajuan Pembimbing.....	126
11. Surat Izin Penelitian.....	128
12. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	129
13. Surat Keterangan Bebas Plagiasi.....	130

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Meningkatkan Kompetensi Keterampilan Motorik Dasar dan Meningkatkan Kebugaran Jasmani yang berhubungan dengan Kesehatan adalah hasil pembelajaran yang diinginkan untuk dicapai oleh anak-anak usia Sekolah Dasar. Anak-anak yang memiliki Kompetensi Keterampilan Motorik dan Kebugaran fisik yang baik lebih cenderung menjadi orang yang aktif dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang kurang terampil dan tidak bugar. Mendemonstrasikan Kompetensi Keterampilan Motorik dan mencapai tingkat Kebugaran fisik yang meningkatkan Kesehatan adalah landasan untuk mengembangkan gaya hidup aktif secara fisik sepanjang masa kanak-kanak dan remaja hingga dewasa. Untuk menggabungkan satu keterampilan dengan keterampilan lainnya, dan untuk menerapkan keterampilan dalam situasi dinamis. Keterampilan Motorik Dasar, yang terdiri dari Keterampilan Lokomotor, Keterampilan Non Lokomotor, dan Keterampilan Manipulatif adalah blok bangunan untuk partisipasi yang sukses dalam banyak olahraga dan berbagai aktivitas fisik. Satu-satunya pendidikan formal di sekolah yang banyak menggunakan aktivitas jasmani sebagai proses pembelajaran adalah pendidikan jasmani. Keterampilan Motorik Dasar merupakan gerakan yang dilakukan dalam lingkungan atau tujuan yang

sederhana atau statis, seperti menendang bola ke tempatnya. Keterampilan gerak merupakan wujud dari kualitas koordinasi dan kontrol tubuh saat melakukan gerakan. Keterampilan gerak diperoleh melalui proses belajar yaitu memahami gerak dan melakukan gerak secara berulang-ulang, mengetahui apakah gerak yang dilakukan sudah benar atau belum. Gerak merupakan elemen penting dalam kehidupan manusia. Hampir semua aktivitas manusia melibatkan gerak atau keterampilan motorik. Banyak sekali kegiatan manusia yang melibatkan dimensi keterampilan motorik, seperti dunia olahraga, dunia seni, dan berbagai dunia kerja dan profesi lainnya. Pembelajaran keterampilan motorik adalah pembelajaran yang didasarkan pada dimensi keterampilan motorik atau gerak. Keterampilan motorik terlihat dominan dalam praktek pembelajaran pendidikan jasmani (Rokhayati, 2016). Tinggi-rendahnya keterampilan motorik siswa dipengaruhi oleh banyaknya pengalaman gerak yang dialami oleh siswa pada lingkungan sekolah atau aktivitas di luar sekolah (Sujarwo, 2015). Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi proses pembelajaran keterampilan motorik antara lain, faktor individu siswa itu sendiri, lingkungan tempat belajar, fasilitas atau alat pembelajaran, dan gurunya (Fajar, 2017). Kemudian keterampilan motorik anak Sekolah Dasar berdasarkan status ekonomi keluarga sudah diteliti oleh Rohmatin & Wulan, (2019).



Perkembangan motorik halus anak mendahului motorik kasar, misalnya anak memegang benda yang besar terlebih dahulu, bukan yang kecil, karena anak belum dapat mengontrol gerak jari-jarinya akibat motorik halusnya seperti menggunting dan menggambar (Mitayani et al., 2015: 63). Oleh karena itu dalam pelaksanaannya pembelajaran keterampilan motorik harus diperhatikan, karena hal ini dapat mempengaruhi masa depannya. Pembelajaran keterampilan motorik, baik secara teoritis maupun praktis, merupakan bagian penting dari pendidikan dan pembelajaran yang membutuhkan eksplorasi dan penguasaan. Pembelajaran keterampilan motorik memberikan kontribusi yang nyata bagi keberhasilan proses pendidikan dan pembelajaran itu sendiri, yang berujung pada munculnya peserta didik yang dapat mengembangkan potensi dirinya secara maksimal (Mustafa dan Winarno, 2020: 2). Dengan demikian, unsur pembelajaran keterampilan gerak sebagai bagian dari proses pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam pencapaian tujuan pendidikan yaitu dalam pengembangan pribadi yang berwawasan luas, mandiri, cerdas, peduli sosial, terampil dan profesional (Prastowo, 2016: 203).

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan salah satu bidang penerapan pembelajaran pendidikan jasmani pada satuan pendidikan (Mustafa et al., 2019: 1376). Pendidikan jasmani memberikan informasi tentang keterampilan motorik dan pola gerak

yang diperlukan untuk melakukan berbagai aktivitas fisik dalam olahraga yang berbeda untuk mengembangkan keterampilan motorik yang bermanfaat bagi orang dewasa (Dwiyogo, 2020: 435). Gerak adalah proses pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku tentang kehidupan aktif dan atlet melalui gerak. Lingkungan belajar diatur secara cermat untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikomotorik, kognitif dan afektif setiap siswa. Pengalaman belajar yang disajikan membantu siswa memahami mengapa orang bergerak dan bagaimana bergerak dengan aman, efisien dan efektif. Menurut Husdarta (Ahmad Fauzan Amin 2017: 9). Pendidikan jasmani tidak hanya tentang membangun tubuh, tetapi tentang seluruh pribadi. Secara teratur, terencana, terarah dan terbimbing, Penjasorkes mencapai beberapa tujuan antara lain pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani serta olahraga. Senada dengan Dini Rosdiani (2015:1) bahwa “Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui mana peserta didik memperoleh pengalaman belajar berupa kegiatan jasmani, permainan dan olahraga, yang dirancang secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani., motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral, pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat”. Pada saat yang sama, kebugaran jasmani

adalah karakteristik atau keadaan fisiologis oleh karena itu jelas berbeda dengan aktivitas fisik dan latihan fisik, yang merupakan jenis perilaku lainnya (Gibney et al., 2015). Kesegaran jasmani dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara efisien, tanpa kelelahan yang berlebihan, serta tetap memiliki cadangan energi yang dapat digunakan untuk menikmati waktu senggang. Oleh karena itu kebugaran jasmani sangat penting untuk menunjang aktivitas sehari-hari (Rahmayanti, 2018).

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas telah dijelaskan bahwa perlu sekali adanya penelitian Fundamental Motor Skill guna untuk mengetahui hubungan antara keterampilan motorik dasar seperti berjalan, berlari dan melompat terhadap kebugaran jasmani di Sekolah Dasar Negeri Kaliboto 3.

## **C. Batasan Masalah**

Untuk menghindari agar tidak terjadi penafsiran yang salah maka dalam penelitian ini diadakan pembatasan masalah. Sedangkan pokok bahasan penelitian ini adalah:

1. Pembelajaran keterampilan motorik adalah pembelajaran yang didasarkan pada keterampilan motorik atau dimensi motorik keterampilan motorik yang tampaknya mendominasi praktik pendidikan jasmani (Rokhayati, 2016).

2. Kebugaran fisik adalah karakteristik atau keadaan fisiologis oleh karena itu secara jelas dibedakan dari aktivitas fisik dan latihan fisik, yang merupakan jenis perilaku lainnya (Gibney et al., 2015).

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan yang mendasar dan batasan masalah, peneliti menyatakan masalah Apakah ada hubungan antara *Fundamental motor skill* terhadap Kebugaran Jasmani?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui Hubungan antara *Fundamental motor skill* terhadap Kebugaran Jasmani, Serta Meningkatkan Kompetensi Keterampilan Motorik Dasar dan Meningkatkan Kebugaran Jasmani yang berhubungan dengan Kesehatan anak-anak usia Sekolah Dasar.

## **F. Manfaat Penelitian**

Berikut adalah manfaat dari Penelitian :

1. Bagi Siswa
  - a. Memperbaiki dan meningkatkan prestasi belajar pada mata pelajaran olahraga.
  - b. Sebagai upaya menambah daya tarik siswa terhadap olahraga, sehingga dapat membantu mengembangkan strategi belajar yang bermakna dan dapat meningkatkan prestasi hasil belajarnya.
  - c. Untuk meningkatkan minat, motivasi, disiplin, belajar serta apresiasi positif terhadap mata pelajaran olahraga.
2. Bagi Guru
  - a. Memperbaiki mutu pembelajaran.
  - b. Memilih dan menentukan metode yang tepat pada pembelajaran olahraga.
  - c. Membantu motivasi siswa untuk belajar dengan baik dan benar
3. Bagi Peneliti
  - a. Sebagai sarana pelatihan dalam mengembangkan wawasan keilmuan dan sebagai wujud nyata Tri Darma Perguruan Tinggi.
  - b. Sebagai bentuk aplikasi ilmu-ilmu yang diperoleh di bangku perkuliahan.
  - c. Merupakan tugas akhir.

#### 4. Bagi Lembaga

- a. Hasil penelitian diharapkan sebagai koreksi dari system pengajaran di sekolah tersebut dan menjadi kajian dalam menerapkan pola pengajaran berikut.
- b. Sebagai bahan kajian yang digunakan untk mengadakan penelitian lebih lanjut sebagai pengembangan dan penyempurnaan dari hasil penelitian ini.
- c. Dapat digunakan sebagai acuan baca untuk mahasiswa tingkat selanjutnya.
- d. Sebagai pengetahuan bagi mahasiswa selanjutnya untuk pemecahan masalah sejenisnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amma Is Melati. 2015. Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Dengan Kemampuan Bermain Kasti. Siswa Kelas IV SD Negeri 2 Cangkreplor Kecamatan Purworejo Kabupaten Purworejo Tahun Pelajaran 2014/2015. *Jurnal*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Arikunto, S. (2017). *Pengembangan Instrumen Penelitian dan Penilaian Program*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bahktiar. 2015. Sumber : Buku Pembelajaran Gerak Dasar. *Test Gross Motor Development*.
- Dale A. Ulrich, (2000). *Test of Gross Motor Development-2 (TGMD-2)*
- Dini Rosdiani. 2015. Kurikulum Pendidikan Penjas. Bandung: Alfabeta.
- Fajar, M. (2017). Peranan Intelegensi Terhadap Perkembangan Keterampilan Fisik Motor-ik Peserta Didik Dalam Pendidikan Jasma-ni. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasma-ni Dan Olahraga*. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3664>
- Gazali Abas Adnan. 2017. Hubungan Kemampuan Motorik Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VII Di Smp Negeri 2 Klaten. *Jurnal*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Haibach-Beach, P. S., Reid, G. W., & Collier, D. H. (2018). *Motor Learning and Development*. United

- Hall, J. E., & Hall, M. E. (2020). *Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology* (14 ed.). Philadelphia: Elsevier Health Sciences.
- Hariyanto, E., & Mustafa, P. S. (2020). *Pengajaran Remedial dalam Pendidikan Jasmani*. (Mashud, Ed.). Banjarmasin: Lambung Mangkurat University Press.
- Kemenpora, (2022). *Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN)*
- Komaini, A. (2018). *Kemampuan Motorik Anak Usia Dini*. Depok: Rajawali Pers.
- Magill, R., & Anderson, D. I. (2016). *Motor Learning and Control: Concepts and Applications*. Dubuque: McGraw-Hill Education.
- Mitayani, Y., T, N. R., & Nursetiawati, S. (2015). Hubungan Stimulasi Ibu Dengan Perkembangan Motorik Pada Anak Usia 2-3 Tahun (Toddler). *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 2(1), 59. <https://doi.org/10.21009/JKKP.021.09>
- Mustafa, P. S., & Dwiwogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Pendidikan (JARTIKA)*, 3(2), 422–438. <https://doi.org/https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>
- Mustafa, P. S., & Winarno, M. E. (2020). Pengembangan Buku Ajar Pengajaran Remedial dalam Pendidikan Jasmani untuk Mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Universitas Negeri Malang. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 19(1), 1–12. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i1.7629>



- Mustafa, P. S., Winarno, M. E., & Supriyadi. (2019). Penilaian Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada Sekolah Menengah Pertama Negeri Kota Malang. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 4(10), 1364–1379.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17977/jptpp.v4i10.12845>
- Prastowo, A. (2016). Implikasi Kinerja Otak Terhadap Pembelajaran Psikomotorik di SD/MI. Al-Bidayah: *Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 8(2), 195–212.
- Riduwan. (2015). *Dasar-Dasar Statistika*, Bandung: Alfabeta.
- Rohmatin, T., & Wulan, B. R. S. (2019). Ke-mampuan motorik kasar anak sekolah da-sar berdasarkan perbedaan status ekonomi keluarga. *Premiere Educandum : Jurnal Pendidikan Dasar Dan Pembelajaran*.  
<https://doi.org/10.25273/pe.v9i2.5024>
- Rokhayati, A. (2016). Implementasi Pendekatan Taktis dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Motivasi, Kebugaran Jasmani dan Kemampuan Motorik. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*.  
<https://doi.org/10.17509/jpjo.v1i2.5664>
- Schmidt, R. A., Lee, T. D., Winstein, C. J., Wulf, G., & Zelaznik, H. N. (2019). *Motor Control and Learning : A Behavioral Emphasis* (6 ed.). United States: Human Kinetics.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.

Sujarwo. (2015). Kemampuan Motorik Kasar dan Halus Anak Usia 4-6 Tahun. *Jurnal*

*Pendidikan Jasmani Indonesia*. [https:// doi.org/10.21831](https://doi.org/10.21831)

Weiyun Chen \*, Steve Mason, Austin Hammond-Bennett, Sandy Zalmout

*Fakultas Kinesiologi, Universitas Michigan, Ann Arbor, MI 48109, AS*