



PENGEMBANGAN TES KETRAMPILAN GERAK DASAR UNTUK ANAK USIA 9-10 TAHUN (KELAS III-IV SD) PADA SISWA SDN WONOREJO KECAMATAN KUNJANG KABUPATEN KEDIRI

Umayanah

Program Studi keguruan Olahraga
Umayanah123@gmail.com
Program Pasca Sarjana UN PGRI Kediri

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi penguasaan keterampilan gerak dasar yang dimiliki pada masa anak-anak dan remaja merupakan potensi yang memberikan kontribusi penting dalam aktivitas olahraga, permainan dan aktivitas fisik lainnya, serta dapat meningkatkan perkembangan pola hidup aktif.

Tujuan penelitian: (1) Menentukan item-item tes yang dapat digunakan sebagai item tes untuk mengukur keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 - 10 tahun (kelas III-IV SD). (2) Menguji tingkat validitas dan reliabilitas item-item tes keterampilan gerak dasar. (3) Menyusun norma tes keterampilan gerak dasar sebagai alat ukur keterampilan gerak dasar pada anak usia 9-10 tahun (kelas III-IV SD).

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, yang fokus pada pengembangan produk berupa tes keterampilan gerak dasar siswa. Tes dilakukan pada siswa kelas 3 dan 4 SD di SDN Wonorejo Kediri. Tes diujikan dalam tiga tahapan yakni tahap kelompok kecil 27 siswa, kemudian tahapan kelompok sedang 77 siswa dan tahapan kelompok besar 234 siswa. Analisis data menggunakan descriptive kuantitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada ujicoba kelompok kecil diperoleh hasil dengan rata-rata nilai hasil tes 72,6, 74,2, 75,5, dan 73.5. Sedangkan untuk kelompok sedang adalah 73.2, 74,7, 75.8., dan 73.7, sedangkan untuk kelompok besar adalah 74.3, 75.0, 75.8 dan 75.2. Dengan demikian maka pada setiap uji kelompok diperoleh skor dengan kategori rata-rata baik sehingga norma yang dikembangkan dengan skala 1-5 dapat dijadikan sebagai bagian dari hasil pengembangan instrument.

Dari hasil pemaparan sebelumnya maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut. (1). Ada 16 Item-item tes keterampilan yang dapat digunakan sebagai item tes dalam mengembangkan model tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 - 10 tahun (kelas III – IV SD). (2) Setiap item tes yang dikembangkan pada tes keterampilan gerak merupakan item tes yang valid dan reliabel khususnya pada validitas isi dan validitas logis serta validitas konstruksi (3). Penentuan norma pada tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 – 10 tahun (kelas III-IV SD) didasarkan pada 5 kategori yakni, 1-5.

Kata Kunci: Tes Keterampilan gerak dasar, anak usia 9-10 tahun.

I. PENDAHULUAN

Keterampilan gerak dasar (*fundamental movement skill*) dapat membentuk suatu dasar gerak dalam kegiatan jasmani dan aktivitas hidup sehari-hari. Sehingga anak-anak akan mendapatkan keuntungan dari koordinasi dan pengendalian gerakan yang baik ketika terlibat dalam aktivitas fisik, bermain, olahraga dan interaksi sosial. Meskipun perkembangan motorik adalah proses terus sepanjang hidup, akan tetapi masa anak-anak merupakan fase awal yang optimal untuk belajar dan mengembangkan keterampilan gerak dasar. “Penguasaan keterampilan gerak dasar yang dimiliki pada masa anak-anak dan remaja merupakan potensi yang memberikan kontribusi penting dalam aktivitas olahraga, permainan dan aktivitas fisik lainnya, serta dapat meningkatkan perkembangan pola hidup aktif” (Booth, 2005: 2).

Selama dekade terakhir ini penelitian pengembangan motorik lebih difokuskan pada gangguan motorik anak, dan telah mengembangkan berbagai alat penilaian gerak. Alat-alat ini biasanya menilai aspek kuantitatif dari tugas keterampilan gerakan dan fokus pada kinerja keterampilan anak-anak yang mencerminkan hasil gerakan pada tugas gerak yang dilakukan. Sebagian besar alat-

alat ini secara khusus berfokus pada deteksi dini terhadap kekurangan dalam pengembangan sistem penilaian gerak. Alat-alat ini membantu untuk mengidentifikasi kesulitan dalam perilaku gerakan anak-anak itu sendiri.

Cools (2009: 8) menyatakan bahwa dalam melakukan penilaian terhadap keterampilan gerak dasar terdapat 7 (tujuh) alat tes yang sering digunakan dalam konteks Eropa dan Internasional. Akan tetapi diantara tujuh alat tes tersebut yang mempunyai aspek berbeda adalah alat tes yang ketujuh yaitu *Maastrichtse Motoriek Test* (MMT). Alat tes ini baru dikembangkan dan ditambahkan dalam penilaian keterampilan gerak dasar. Hal ini dikarenakan alat tes ini merupakan kombinasi inovatif dari penilaian kuantitatif dan kualitatif pada pengembangan tes keterampilan gerak, terdapat aspek yang berbeda dari alat penilaian ini, termasuk isi dan pencatatan tes, validitas, reliabilitas, serta data normatif. Tinjauan ini meliputi tes berikut:

1. *Motorictest für Vier- bis Sechsjährige Kinder* (MOT 4-6).
2. *Movement Assessment Battery for Children* (Movement-ABC).
3. *Peabody Development Scales* (PDMS).
4. *Körperkoordinationstest für Kinder* (KTK).



5. *Test of Gross Motor Development* (TGMD).

6. *Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency* (BOTMP).

7. *Maastrichtse Motoriek Test* (MMT).

Untuk memantau dan menilai perkembangan keterampilan gerak serta kinerja pada anak-anak secara individual atau secara kelompok, diperlukan instrumen yang valid, reliabel, praktis dan mudah dalam pelaksanaannya. Beurden (2002: 5) menyatakan bahwa keterampilan gerak dasar pada anak-anak dapat mendukung pola hidup aktif, namun sedikit diketahui seberapa besar penguasaan mereka terhadap keterampilan gerak tersebut. Sekelompok gerakan tersebut dinilai pada suatu rangkaian tes keterampilan gerak anak sekolah dasar (SD) yang terdiri dari keterampilan keseimbangan, melempar dan menangkap, berlari, melompat, menendang, serta melompat melewati rintangan. Untuk kategori penilaian adalah penguasaan terhadap gerakan-gerakan tersebut (menguasai semua gerakan, satu gerakan yang tidak dikuasai, kurang dari lima sampai enam komponen keterampilan gerak yang dikuasai).

“Anak-anak yang tidak menguasai pola keterampilan gerak dasar tidak akan berhasil dan berpartisipasi secara efektif pada kegiatan olahraga selama hidup mereka” (Zuvela, 2011: 10). Menurut

Halsey dan Lorena dalam Montolalu (2005: 4.14) dijelaskan bahwa belajar atau latihan gerak sangat penting bagi anak-anak, apabila mereka dilatih dengan gerakan-gerakan yang bermanfaat yang sesuai dengan taraf usianya maka organ-organ tubuh akan berfungsi dan berkembang secara sempurna. Melalui latihan gerak yang bermanfaat, anak diperkenalkan pada berbagai pengalaman hidup yang penuh tantangan dan menjadi bekal baginya untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Misalkan anak diajarkan menendang, meloncat, memanjat, melempar, dengan baik maka anak akan memperoleh keterampilan-keterampilan baru dan juga tumbuh rasa bangga terhadap dirinya sebab mampu dan berhasil melakukannya dengan baik.

Dalam perkembangan pribadi manusia terdapat tiga aspek yaitu afektif (emosi dan perasaan), kognitif (perilaku berfikir) dan motorik (gerak tubuh). Pada proses perkembangannya, aspek-aspek tersebut biasanya dipelajari sebagai unit-unit tersendiri, akan tetapi perlu diketahui bahwa aspek-aspek tersebut secara konstan berinteraksi satu sama lain. Segala sesuatu yang dilakukan pada domain (aspek) motorik dipengaruhi oleh emosi, interaksi, dan perkembangan kognisi, serta perilaku pada domain afeksi dan kognisi juga dipengaruhi oleh motorik, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan



timbang balik antara perkembangan motorik dengan kognisi (Makmun, 2000: 19). Jika selama ini kemampuan dan perkembangan kognisi dapat diukur dengan mudah, misalnya dengan tes tertulis. Maka untuk perkembangan motorikanak khususnya untuk anak usia 9 - 10 tahun (kelas III - IV SD) seharusnya dapat diukur dengan mudah. Oleh karena itu, agar dapat mengetahui penguasaan keterampilan gerak dasar anak khususnya anak-anak jenjang sekolah dasar diperlukan suatu alat ukur yang valid dan reliabel yang dapat digunakan dengan mudah, praktis dan efisien dalam pelaksanaannya.

Pengetahuan dan penguasaan keterampilan gerak dasar terkadang sering diabaikan sebab dianggap sebagai bagian alami dari kehidupan manusia. Akan tetapi perlu diketahui bahwa hal itu penting bagi perkembangan fisik, kognisi dan sosial anak. Selain pengalaman dapat mendukung kegiatan pembelajaran dan perkembangan keterampilan gerak, dasar-dasar keterampilan gerak yang ditanamkan sejak dini juga penting untuk mendorong pola hidup aktif secara fisik, dan perkembangan keterampilan gerak tersebut juga dapat diketahui dengan alat penilaian.

Mengetahui dan mendalami tahapan serta pola perkembangan keterampilan gerak anak didik sangat penting, dikarenakan dengan memiliki pengetahuan tentang keterampilan gerak dasar

anak maka akan dapat membantu dalam menentukan apa yang akan diberikan saat pembelajaran, merencanakan bentuk kegiatan latihan gerakan demi perkembangan yang optimal, serta melakukan evaluasi terhadap apa yang telah diberikan. Atas dasar hal tersebut maka peneliti tertarik untuk mengembangkan suatu model tes keterampilan gerak dasar untuk anak sekolah dasar khususnya anak usia 9 - 10 tahun (kelas III - IV SD), yang dapat digunakan oleh para pendidik (guru, orang tua dan orang dewasa) khususnya guru pendidikan jasmani dan olahraga pada tingkat SD (sekolah dasar) untuk mengukur, memberikan penilaian dan melakukan evaluasi terhadap keterampilan gerak dasar anak, sebab proses pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD bertujuan untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar anak. Adapun tes keterampilan gerak yang dikembangkan mengacu pada model tes keterampilan gerak untuk anak usia dini yang telah dikembangkan oleh Desertasi (Nanik Indahwati: 2012), pengembangan tes yang dilakukan dirancang dengan mengadopsi dan mengadaptasi tes tersebut dengan menyesuaikan pada karakteristik anak jenjang sekolah dasar, sehingga diperlukan menentukan jarak, beban, variasi gerakan, jumlah rintangan dan pegulangan yang ideal yang dapat



dipergunakan sebagai tolok ukur dalam penilaian penguasaan keterampilan gerak dasar anak.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian pengembangan (*development research*) dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian pengembangan adalah suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan, penelitian ini mengikuti langkah-langkah secara siklus. Dalam penelitian ini produk yang dihasilkan adalah model tes keterampilan gerak dasar untuk anak usia 9-10 tahun (kelas III-IV SD).

Populasi target pada penelitian ini adalah siswa SD di SDN Wonorejo yang berusia 9-10 tahun. Sampel dalam penelitian berjumlah 40 siswa (22 putra dan 18 putri). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *cluster sampling* dan *purposive sampling*. Data dalam penelitian ini merupakan data kuantitatif. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS versi 21.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Hasil

Setelah dilakukan pengujian di lapangan mulai dari uji kelompok kecil sampai kelompok besar dan dilanjutkan dengan revisi oleh praktisi ahli dari setiap tahapnya maka diperoleh produk yang berupa keterampilan tes kemampuan motorik anak yang berbasis 4 faktor utama, dan setiap faktor memiliki 4 item tes sehingga total keseluruhan ada 16 item tes yang layak untuk digunakan oleh siswa dalam mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar anak.

Dari setiap uji coba yang dilakukan mulai tahap kelompok kecil sampai ke kelompok besar selalu ada perbaikan demi perbaikan sehingga hasil dari uji coba tes dapat terus berubah hasil yang dinilai oleh para ahli, dan menunjukkan hasil yang makin meningkat, artinya instrumen yang dikembangkan ada perubahan yang makin lebih baik dari uji coba pertama sampai pada ujicoba yang terakhir dengan jumlah siswa yang mulai sedikit sampai bertambah banyak.

Dengan demikian maka produk yang dikembangkan dapat dan layak digunakan untuk siswa yang ada di Sekolah Dasar kelas 3 dan 4, dengan demikian maka untuk mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar anak dapat melakukan dengan cara menggunakan tes tersebut yang dinamakan tes keterampilan gerak dasar



anak (TKGDA-tes) yang bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar mereka.

Setelah diadakan uji coba dari kelompok kecil sampai dengan kelompok besar maka diadakan uji produk lagi yang berupa keterampilan tes kemampuan motorik anak yang berbasis 4 faktor utama, dan setiap faktor memiliki 4 item tes sehingga total keseluruhan ada 16 item tes yang layak untuk digunakan oleh 15 sampel untuk mencari validitas dan reliabelitas, dari hasil uji coba item tes yang sudah dilakukan secara validitas isi, validitas logis dan validitas konstruksi dapat dipertanggungjawabkan dalam rangka untuk dijadikan tes oleh guru ke siswa dalam mengukur tingkat keterampilan gerak siswa di Sekolah Dasar untuk siswa kelas 3 dan 4 tingkat sekolah dasar. Ada penentuan norma pada tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 – 10 tahun (kelas III-IV SD) berdasarkan kategori 1-5

1. Item-item tes keterampilan apa saja yang dapat digunakan sebagai item tes dalam mengembangkan model tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 – 10 tahun (kelas III – IV SD)?

Setiap tes yang dikembangkan oleh Peneliti dalam hal ini adalah guru PJOK bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar siswa, dengan demikian akan diketahui tingkat keterampilan gerak dasar siswa yang

menjadi pondasi untuk pembangunan keterampilan gerak yang lebih kompleks seperti prestasi pada cabang olahraga tertentu.

Menurut Singer dan Schmidt dalam Ma'mun (2000: 76) dijelaskan bahwa "pada dasarnya keterampilan mengacu secara spesifik pada tugas tertentu yang dicapai dengan adanya latihan serta pengalaman, sedangkan kemampuan diartikan sebagai ciri individu yang diwariskan dan relatif tetap yang mendasari serta mendukung terbentuknya keterampilan.

Dengan tes tersebut mendukung terbentuk keterampilan baru yang bisa terus diasah dengan cara latihan yang dibimbing oleh guru PJOK atau pelatih jika mengikuti klub, sehingga skill yang dimiliki kian hari kian bertambah bagus sehingga pada momen yang tepat bisa meraih prestasi yang terbaik.

Kalau melihat perkembangan siswa, maka tes yang sudah dikembangkan memang diarahkan untuk sesuai dan tepat dengan tumbuh kembang anak, dan hal tersebut menjadikan tes dapat dilaksanakan dan menyenangkan karena sesuai dengan dunia anak, khususnya siswa kelas 3 dan 4 di tingkat Sekolah Dasar. Dalam Maksun (2011:35) dijelaskan bahwa secara umum perkembangan gerak anak usia 6-11 tahun meliputi gerak dasar



umum seperti melompat, melempar dan berlari. Berbagai macam item tes sudah menggambarkan kearah demikian sehingga tepat anak bisa melakukan dan mengembangkan keterampilan tersebut menjadi ajang pengembangan bakat mereka untuk keterampilan olahraga yang lebih kompleks.

Dari 4 faktor tes dengan berisikan 16 butir keterampilan tes, maka tes yang digunakan merupakan tes praktik yang mengedepankan faktor keterampilan dari masing-masing anak yang ada di sekolah dasar. Menurut Maksum (2007: 1) dijelaskan bahwa tes adalah sebuah instrumen atau alat yang dapat digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai individu atau objek, alat tersebut dapat berbentuk sejumlah pertanyaan tertulis atau juga bisa berbentuk tes keterampilan (*performance test*).

2. Apakah setiap item tes yang dikembangkan pada tes keterampilan gerak merupakan item tes yang valid dan reliable?

Dalam mengembangkan item tes ketrampilan gerak dibutuhkan suatu instrument atau alat untuk mendapatkan informasi mengenai individu atau objek. Uji validitas data bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kevalidan pertanyaan dari kuesioner yang diajukan. Suatu alat tes yang baik harus

memenuhi syarat validitas dan reliabilitas, dengan demikian tes yang baik akan menghasilkan informasi atau data yang baik pula, begitu pula sebaliknya.

Setyosari (2010: 185) menyatakan “suatu alat ukur dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang hendak diukur, artinya instrument itu dapat mengungkap data dari variable-variabel yang dikaji dengan tepat. Dengan instrument yang valid atau sah akan memiliki validitas tinggi begitu pula sebaliknya instrument yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah. Berdasarkan hasil pengujian validitas data menunjukkan bahwa dari 16 item tes, 13 item dapat dinyatakan valid karena nilai korelasinya diatas 0,553. Sedang item yang lain dinyatakan tidak valid karena nilai korelasinya dibawah 0,553. Pada komponen satu dari keempat item tes dinyatakan valid, komponen dua dari empat item tes satu dinyatakan tidak valid yaitu lari melompati 4 rintangan karena pada ukuran rintangan tertentu anak merobohkan beberapa rintangan serta waktu tempuh dinyatakan kurang baik. Komponen tiga dari empat item tes, satu dinyatakan tidak valid hal ini disebabkan karena pada tes menggulirkan beban memutar kerucut anak mengalami kesulitan dengan



bentuk beban serta waktu tempuh kurang baik. Komponen empat dari empat item tes, satu dinyatakan tidak valid, hal ini disebabkan dalam pelaksanaan ada beberapa rintangan yang terguling. Meskipun demikian item tes tetap dipertahankan karena rata-rata siswa senang melakukan dan merasa tertantang dalam melakukannya. Berdasarkan hasil maka perlu adanya revisi dari beberapa factor yaitu menambah item tes dan menambah sampel untuk uji coba, mengatur waktu pelaksanaan lebih disiplin dan efisien waktu serta memperbaiki sarana dan prasarana.

Reliabilitas instrument menunjukkan pada kemantapan alat ukur yang digunakan. Suatu alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang baik apabila alat ukur tersebut selalu memberikan hasil yang sama meskipun digunakan berkali-kali baik oleh peneliti yang sama maupun berbeda. Berdasarkan table 5.1 diketahui bahwa semua instrument pada masing-masing variable penelitian memperoleh angka korelasi di atas 0,6. Dengan demikian seluruh variable dalam penelitian ini Reliabel.

3. Bagaimana penentu norma pada tes keterampilan gerak dasar sebagai alat ukur keterampilan gerak dasar pada anak usia 9-10 tahun (kelas III-IV SD)?

Nurhasan (2001: 49) Dalam suatu tes yang dilengkapi dengan norma akan sangat membantu bagi para pemakai tes dalam penafsiran hasil tes itu dalam waktu yang cepat. Berdasarkan norma akan dapat diperoleh kesimpulan, apakah hasil tes yang dicapai seseorang termasuk kategori baik atau kurang, sesuai dengan kategori yang dikembangkan. (Riduwan, 2010: 15) Norma Penilaian skala riker interpretasi skor adalah: Baik Sekali = 80% - 100%, Baik = 61% - 80%, Sedang = 41% - 60%, Kurang = 21% - 40%, Kurang Sekali = 0% - 20%. Dengan demikian ada penentuan norma pada tes ketrampilan gerak dasar pada anak usia 9-10 tahun (kelas III-IV SD) berdasarkan kategori yakni 1-5.

Berdasarkan penjabaran diskusi maka tes ini merupakan tes keterampilan yang fokus pada praktik, dengan tujuan untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa seperti melempar, menangkap, berjalan, berlari, melompat dan berbagai bentuk keterampilan dasar lainnya, Tes tersebut bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar anak khususnya siswa SD kelas 3 dan 4.



SIMPULAN

Dari hasil pemaparan pada bab IV dan Bab V maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Ada 16 Item-item tes keterampilan yang dapat digunakan sebagai item tes dalam mengembangkan model tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 - 10 tahun (kelas III – IV SD),

2. Tes yang dikembangkan terdiri dari 4 komponen, setiap komponen terdiri dari 4 item tes.

Komponen 1: Merangkak, lari kedepan, lari berubah arah, meniti balok titian.

Komponen 2: Lari melewati rintangan kerucut, lari melompati rintangan, lari merangkak, melompat 1 kaki.

Komponen 3: menggulirkan beban mundur, menggulirkan beban memutar kerucut, memindahkan beban, mengangkat beban ke meja.

Komponen 4: Menggulirkan bola ke dinding, menggiring bola melewati rintangan, melempar menangkap bola tenis ke dinding, memantul dan menangkap bola voli ke dinding.

Jumlah keseluruhan ada 16 item tes yang dikembangkan pada tes keterampilan gerak, merupakan item tes yang valid dan reliabel, khususnya pada validitas isi dan validitas logis serta validitas konstruksi.

3. Penentuan norma pada tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 – 10 tahun

(kelas III-IV SD) didasarkan pada 5 kategori, yakni 1-5.

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Beurden, E. 2002. *Physical Activity in Children and Adolescents, Fundamental Movement Skills – How do Primary School Children Perform*. Journal of Science and Medicine in Sport. Vol5.
- Booth, M. 1999. *Mastery of Fundamental Motor Skills Among New South Wales School Students: Prevalence and Sociodemographic Distribution*. Journal of Science and Medicine in Sport. Vol2.
- Cools. W. 2009. *Movement Skills Assesment Of Typicly Developing Preschool Children: A Review of Seven Movement Skill Assessment Tools*. Journal of Sport Science and Medicine. Vol. 8.
- Ma'mun, Saputra, M.Y. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendidasmen.
- Maksum. 2007. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Surabaya. Unesa.
- Maksum. 2011. *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Montolalu. dkk. 2005. *Bermain dan Permainan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-prinsip dan Penerapannya*.
- Riduwan. 2010. *Skala Penilaian Variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.



Setyosari, Punaji. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*. Jakarta. Prenada Media Group.

Zuvela, F. 2011. *Polygon-A New Fundamental Movement Skills Test For 8 Year Old Children: Construction And Validation*. Journal of Sport Science and Medicine. Vol. 10. 157-163.