

## **BAB 2**

### **TINJAUAN TEORITIS**

#### **2.1 Kajian Pustaka**

##### **2.1.1 Hakikat Kemampuan Motorik**

Kemampuan motorik berkaitan dengan perilaku gerak individu dalam kehidupan sehari-hari, baik gerak yang bukan untuk olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan ketrampilan motorik/gerak. Kemampuan motorik adalah segala sesuatu yang ada hubungannya dengan gerakan-gerakan tubuh (Zulkifli 2005: 3). Kemudian menurut Yanuar Kiram (1992: 48) motorik adalah suatu peristiwa laten yang meliputi keseluruhan proses-proses pengendalian dan pengaturan fungsi-fungsi organ tubuh baik secara fisiologis maupun secara psikis yang menyebabkan terjadinya suatu gerakan.

Peristiwa-peristiwa laten yang tidak dapat diamati tersebut antara lain: penerimaan informasi/stimulus, pemberian makna terhadap informasi, pengolahan informasi, proses pengambilan keputusan, dan dorongan untuk melakukan berbagai aksi-aksi motorik (keseluruhannya merupakan peristiwa psikis). Setelah itu dilanjutkan dengan peristiwa fisiologis yang meliputi pemberian, pengaturan dan pengendalian impuls kepada organ-organ tubuh yang terlibat dalam melaksanakan aksi-aksi motorik. Sebagai hasil dari kedua peristiwa laten tersebut adalah gerak yang dapat diamati.

Kemampuan motorik mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan gerak dasar yang merupakan gambaran umum dari sembilan kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas. Aktivitas tersebut dapat mempengaruhi berkembangnya pertumbuhan anak. Berkembangnya kemampuan motorik ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor pertumbuhan dan faktor perkembangan (Sukintaka, 2001) yang dikutip oleh Elene Elyonara (2012:7). Kedua unsur tersebut saling berkaitan, saling menunjang, saling melengkapi dengan unsur yang lainnya untuk mencapai kondisi motorik yang lebih sempurna keadannya. Menurut Rusli Lutan (2001: 96) Kemampuan motorik dan keterampilan bukanlah sebagai dua konsep yang sama pengertiannya.

Kemampuan motorik lebih tepat disebut sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relative melekat setelah masa kanak-kanak. Pengaruh faktor biologis dianggap sebagai kekuatan utama yang berpengaruh terhadap motorik dasar seseorang. Kemampuan motorik dasar itulah yang kemudian berperan sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan. Selain itu, keterampilan banyak tergantung pada kemampuan dasar. Keseimbangan, kecepatan reaksi, fleksibilitas misalnya adalah contoh-contoh dari kemampuan dasar yang penting untuk melaksanakan berbagai keterampilan dalam olahraga.

Berdasarkan definisi tentang kemampuan motorik diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik adalah suatu kemampuan bawaan seseorang dalam menampilkan gerak secara umum, yang dijadikan sebagai landasan dasar untuk meningkatkan perkembangan keterampilan gerak sesuai pertumbuhan. Kemampuan motorik seseorang akan menentukan keberhasilan dalam tugas-tugas keterampilan gerak berbagai cabang olahraga. Seseorang yang memiliki tingkat kemampuan motorik yang semakin baik akan mendukung individu dalam aktivitas jasmani dan olahraga tanpa mengalami kesulitan gerak yang berarti jika dibandingkan dengan seseorang yang memiliki tingkat kemampuan motorik yang kurang baik.

Kemampuan Gerak Dasar Penguasaan gerak dasar yang baik sesuai dengan urutan pertumbuhan dan perkembangan akan memberikan pengaruh keberhasilan dalam aktivitas jasmani. Menurut (Ma'mum dan Saputra, 2000, hlm.20) kemampuan gerak dasar dibagi menjadi 3 kategori yaitu:

a. Kemampuan Lokomotor

Kemampuan lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti lompat dan loncat. Kemampuan gerak lain adalah berjalan, berlari, skipping, melompat, meluncur, dan lari seperti kuda berlari (gallop).

b. Kemampuan Non-locomotor

Kemampuan non-locomotor dilakukan ditempat, tanpa ada ruangan gerak yang memadai. Kemampuan non-locomotor terdiri dari menekuk dan

meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, melambungkan dan lain-lain.

- c. Kemampuan Manipulatif Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan. Manipulasi objek jauh lebih unggul dari pada koordinasi mata-kaki dan tangan-mata, yang mana cukup penting untuk item; berjalan (gerakan melangkah) dalam ruangan. Bentukbentuk kemampuan manipulatif terdiri dari: 1) Gerakan mendorong (melempar, memukul, menendang). 2) Gerakan menerima (menangkap) objek adalah kemampuan penting yang dapat diajarkan dengan menggunakan bola yang terbuat dari bantalan karet (bola medisn) atau macam bola yang lain. 3) Gerakan memantul-mantulkan bola atau menggiring bola.

Otot-otot besar pada masa kanak-kanak mengalami perkembangan yang cukup cepat, namun kerja organ-organ tubuh berbeda-beda pada masing-masing anak. Faktor pengalaman gerak anak selama masa pertumbuhan memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan kemampuan gerak dasar sampai pada tercapainya ketrampilan gerak yang terkoordinasi dengan baik.

### **2.1.2 Unsur-unsur Kemampuan Motorik**

Motorik Kemampuan motorik yang melekat pada diri anak berbeda-beda, tergantung dari gerak dasar yang dikuasainya. Dalam belajar gerak berisi pengalaman dan latihan gerak, hal itu juga mempengaruhi kemampuan motorik setiap anak. Menurut Mochamad (Sajoto, 1988, hlm.52) Unsur-unsur kemampuan motorik adalah sebagai berikut:

- a. Koordinasi adalah kemampuan untuk menyatukan berbagai system syaraf gerak yang terpisah kedalam keadaan satu pola gerak yang efisien.
- b. Keseimbangan adalah kemampuan tubuh untuk mempertahankan posisi dalam bermacam-macam gerak.
- c. Kecepatan adalah kemampuan untuk menempuh jarak tertentu, terutama jarak pendek dalam waktu sesingkat-singkatnya.

- d. Kelincahan adalah kemampuan merubah arah dengan cepat selagi tubuh bergerak dari satu tempat ke tempat lain.
- e. Daya ledak atau power adalah kemampuan melakukan gerak secara eksplosif.

Ketrampilan gerak sangat berhubungan dengan unsur kebugaran jasmani. Adapun unsur-unsur dalam jasmani menurut Rusli Lutan (2001) yang dikutip oleh (Elyonara, 2012, hlm.13) adalah sebagai berikut:

- a. Kekuatan otot adalah kemampuan untuk menggerakkan daya maksimal terhadap objek di luar tubuh. Dalam pengertian lain, kekuatan otot adalah kemampuan untuk mengerahkan usaha maksimal.
- b. Daya tahan otot adalah kemampuan untuk mengerahkan daya terhadap objek di luar tubuh selama beberapa kali. Daya tahan otot terbentuk melalui beban yang relative lebih ringan.
- c. Fleksibilitas adalah gambaran mengenai luas sempitnya ruang gerak pada berbagai persendian dalam tubuh kita. Seperti melakukan gerakan memelintirkan tubuh, membungkuk, berputar dan mengulur.
- d. Koordinasi adalah perpaduan berirama dari sistem syaraf dan gerak dalam sebuah pelaksanaan tugas secara harmonis dari beberapa anggota tubuh.
- e. Kecepatan adalah kemampuan untuk mengerahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu secepat mungkin.
- f. Agilitas adalah kemampuan untuk menggerakkan badan atau mengubah arah secepat mungkin.
- g. Power adalah kemampuan untuk mengerahkan usaha maksimal secepat mungkin.
- h. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dalam kaitannya dengan daya tarik bumi baik dalam situasi diam (statis) dan bergerak (dinamis).

Unsur-unsur kemampuan motorik akan semakin terlatih apabila seseorang semakin banyak mengalami berbagai pengalaman aktivitas gerak yang bermacam-macam. Dengan mempunyai kemampuan motorik yang baik, maka seseorang mempunyai landasan untuk menguasai tugas ketrampilan

gerak yang khusus. Menurut Muthohir dan Gusril (2004) yang dikutip oleh (Elyonara, 2012, hlm. 14) bahwa, “fungsi utama kemampuan gerak adalah untuk mengembangkan kesanggupan dan kemampuan setiap individu yang berguna untuk mempertinggi daya kerja”.

### **2.1.3 Konsep Gerak Tubuh Manusia**

Gerakan manusia dalam ilmu keolahragaan dipelajari secara cermat di dalam kinesiologi dan beberapa cabang ilmu dari kinesiologi yaitu : biomekanika, kinematika, dan kinetika. Kinesiologi mempelajari gerakan manusia dari sudut pandang ilmu fisika. Materi di dalamnya terdapat analisis muskuloskeletal gerakan manusia berdasarkan prinsip-prinsip dan hukum mekanik. Biomekanik mempelajari tentang gaya internal dan gaya eksternal yang beraksi pada tubuh manusia dan pengaruh-pengaruh yang ditimbulkan dari gaya-gaya tersebut. Kinematika mempelajari gerakan tubuh manusia dari sudut waktu, perpindahan, kecepatan, dan akselerasi. Sedangkan kinetika mempelajari masalah gaya yang menghasilkan dan mengubah gerakan tubuh manusia.

Manusia pada dasarnya merupakan benda hidup, bukan benda mati, benda mati bisa bergerak hanya apabila ada gaya eksternal yang mempengaruhi. Sedangkan benda hidup bisa bergerak baik karena pengaruh gaya eksternal maupun gaya pengaruh internal (Sugiyanto 1993:243). Gaya eksternal adalah gaya yang timbul dari luar diri orang yang bergerak. Contoh gaya eksternal adalah dorongan dari benda lain, tiupan angin, atau gaya tarik bumi. Contoh gaya internal adalah kemauan dan tenaga untuk melakukan gerakan sesuatu.

Konsep tentang gerakan manusia tidak lepas dari konsep tentang gerakan pada umumnya. Gerakan adalah aksi atau proses perubahan letak atau posisi ditinjau dari suatu titik awal tertentu sebagai pedomannya. Pengertian di atas menjelaskan bahwa suatu gerakan bisa diketahui apabila titik tertentu yang digunakan sebagai petunjuk. Misalnya, kita bisa tahu bahwa suatu benda telah bergerak kalau kita tahu letak semula kalau benda itu berada. Suatu titik

dimana benda itu semula berada bisa digunakan sebagai petunjuk bahwa benda itu telah berpindah dari tempatnya.

Konsep tentang gerakan selalu berhubungan dengan konsep tentang ruang, gaya, dan waktu. Konsep ruang dikenal adanya arah yaitu kanan, kiri, depan, belakang, atas dan bawah. Juga dikenal adanya jarak yaitu dekat, agak jauh, dan jauh. Mengenai konsep gaya telah disinggung di depan bahwa benda bisa bergerak apabila ada gaya yang mempengaruhi. Gaya yang berpengaruh bisa berupa gaya internal atau gaya eksternal. Menurut pendapat Sugiyanto (1993) mengemukakan bahwa,

Gaya adalah pemacu gerakan. Agar gerakan bisa terjadi gaya yang pengaruh itu karena cukup besar. Hubungan anatara gerakan dengan konsep waktu bisa dilihat dalam kenyataan bahwa gerakan pada dasarnya merupakan suatu proses sedangkan untuk terjadi proses selalu dibutuhkan waktu, entah sebentar entah lama. (hlm.244).

Pengkajian tentang gerakan benda pada umumnya bisa ditinjau secara mekanis sedangkan pengkajian tentang gerakan tubuh manusia bisa ditinjau dari segi muskular dan ditinjau sebagai suatu sistem. Juga bisa ditinjau dari segi tipe tugas otot-otot tubuh.

a. Gerakan ditinjau dari segi mekanis

Secara mekanis, gerakan bisa diklasifikasi menjadi dua kelompok yaitu:

1) Gerakan translatori adalah gerakan di mana benda bergerak secara keseluruhan dari suatu tempat ketempat lain. Misalnya gerakan bola yang ditendang. Apabila gerakan bola yang ditendang itu tidak berputar dan gerakan lurus, maka gerakannya disebut gerakan rektilinier atau bisa disebut linier saja. Sedangkan apabila bola itu jalannya melengkung maka gerakannya disebut gerakan kurvilinear.

2) Gerakan rotari adalah gerakan yang berputar pada poros tertentu.

Misalnya gerakan tangan melenggang.

b. Gerakan ditinjau dari segi muskular

Bagian-bagian dari tubuh bisa bergerak karena adanya kontraksi otot. Kontraksi otot-otot tubuh bisa menghasilkan gerakan menekuk, melurus, atau berputar pada persendian

- 1) Gerakan menekuk yang dihasilkan bisa disebut fleksi. Gerakan melurus bisa disebut ekstensi sedangkan gerakan berputar mengelilingi sumbu memanjang tulang bisa disebut rotasi.
  - 2) Gerakan bagian-bagian tubuh tertentu dihasilkan dari kontraksi sekelompok otot-otot.
- c. Gerakan ditinjau sebagai suatu sistem
- Sistem adalah serangkaian fungsi-fungsi yang beraksi bersama-sama untuk satu tujuan yang sama. pengertian menjelaskan gerakan tubuh akan ditinjau dari fungsi-fungsi yang berperan untuk menghasilkannya. Gerakan tubuh dihasilkan dari tiga macam fungsi utama yang bekerja sebagai suatu sistem. Fungsi-fungsi itu adalah :
- 1) Sistem gerak
  - 2) Sistem suplai
  - 3) Sistem kontrol
- d. Gerakan ditinjau dari tipe tugas otot-otot rangka
- Gerakan bisa dibeda-bedakan macamnya berdasarkan tipe-tipe tugas otot-otot besar yang mendukung gerakan tubuh. Secara garis besar ada empat tipe tugas otot-otot besar dalam menghasilkan posisi atau gerak tubuh :
- 1) Tugas menopang tubuh atau suatu beban
  - 2) Tugas menahan tubuh atau mengelantung
  - 3) Tugas menggerakkan bagian tubuh atau tubuh secara keseluruhan, dan menggerakkan benda
  - 4) Tugas menahan benturan.

#### **2.1.4 Hakikat Ekstrakurikuler**

##### **2.1.4.1 Pengertian Ekstrakurikuler**

Saputra (1999) mengemukakan bahwa, “Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenai hubungan antar mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya” (hlm:6). Pendapat tersebut selaras dengan pendapat yang diutarakan oleh Usman dan Setiawan (1993: 22) bahwa, “Kegiatan

ekstrakurikuler dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi”(hlm:22).

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan seperangkat pengalaman belajar yang memiliki nilai-nilai manfaat bagi pembentukan kepribadian siswa. Ruang lingkup ekstrakurikuler berupa kegiatankegiatan yang dapat menunjang dan dapat mendukung program intrakurikuler yaitu mengembangkan pengetahuan dan kemampuan penalaran siswa, keterampilan melalui hobi dan minatnya serta pengembangan sikap. Keikutsertaan peserta didik dalam kegiatan ekstrakurikuler merupakan upaya yang sangat tepat untuk mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki masing-masing peserta didik.

Penyelenggaraan ekstrakurikuler berperan mengembangkan bakat, minat dan potensi sesuai dengan hobi dari peserta didik baik dalam bidang akademik maupun non akademik. Selain itu merupakan salah satu usaha untuk meraih prestasi dalam menjunjung nama baik peserta didik dan sekolah dalam berbagai perlombaan. Kegiatan ekstrakurikuler juga berperan sebagai sarana untuk mencari peserta didik yang berbakat dan berpotensi meraih prestasi dalam bidang non akademik, salah satunya melalui ekstrakurikuler olahrag. SMK Negeri 2 Tasikmalaya sebagai fasilitator dalam menyalurkan bakat dan minat para peserta didik yaitu dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler olahraga dilaksanakan di SMK Negeri 2 Tasikmalaya adalah ekstrakurikuler sepak bola, bola basket, pencak silat, dan karate. Keikutsertaan ekstrakurikuler wajib diikuti oleh peserta didik kelas X dan XI. Namun mereka berhak memilih kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan minat dan bakat masing-masing peserta didik sesuai dengan keinginan.

Kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di SMK Negeri 2 Tasikmalaya memiliki berbagai manfaat bagi peserta didik dan guru pendidikan jasmani. Bagi peserta didik, dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat digunakan sebagai tambahan pengalaman gerak dalam belajar ketrampilan olahraga dan penyaluran minat siswa. Sedangkan bagi guru, dengan adanya

ekstrakurikuler dapat digunakan untuk mengetahui peserta didik yang berbakat dan memudahkan proses seleksi pemain yang akan mewakili sekolah dalam berbagai pertandingan olahraga dalam LKS.

#### **2.1.4.2 Pengembangan Keterampilan Gerak Melalui Ekstrakurikuler**

Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan yang mempunyai kedudukan yang strategis dan penting untuk membentuk watak dan sikap anak didik. Sekolah tidak hanya memberikan transfer ilmu pengetahuan dan teknologi saja tetapi juga membentuk watak dan kepribadian yang luhur yang patut dipertahankan dan dilestarikan dalam kehidupan sehari-hari baik itu dalam kehidupan keluarga ataupun bermasyarakat umumnya.

Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Syamsudin (2002) mengemukakan bahwa “Belajar merupakan suatu proses perubahan tingkah laku atau pribadi seseorang berdasarkan praktik atau pengalaman tertentu” (hlm.152). Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan kebutuhan setiap orang karena pada prinsipnya proses belajar adalah usaha manusia untuk mendapatkan perubahan tingkah laku secara keseluruhan yang berbentuk pengalaman atau dari tidak tahu menjadi tahu itu semua terjadi karena adanya motivasi dan tujuan. Surya (1996) mengemukakan bahwa perubahan tingkah laku yang terjadi mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Perubahan yang disadari, artinya individu yang melakukan proses pembelajaran menyadari bahwa pengetahuan dan keterampilannya telah bertambah, ia lebih yakin terhadap dirinya. Jadi, orang yang berubah tingkah lakunya karena mabuk tidak termasuk dalam pengertian perubahan akibat belajar karena yang bersangkutan tidak menyadari apa yang terjadi dalam dirinya.
- b. Perubahan yang bersifat kontinyu (berkesinambungan), artinya suatu perubahan yang telah terjadi, menyebabkan tingkah laku yang lain. Misalnya seorang anak yang telah belajar membaca, ia akan berubah tingkah lakunya dari tidak dapat membaca menjadi dapat membaca. Kecakapan dalam membaca menyebabkan ia dapat membaca lebih baik lagi dan dapat belajar yang lain, sehingga ia dapat memperoleh perubahan tingkah laku hasil pembelajaran yang lebih banyak dan lebih luas.

c. Perubahan yang bersifat fungsional, artinya terjadi perubahan yang diperoleh sebagai hasil pembelajaran memberikan manfaat bagi individu yang bersangkutan. Misalnya kecakapan dalam berbicara dalam bahasa Inggris memberikan manfaat untuk belajar hal-hal yang lebih luas.(hlm.10)

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran biasa, yang bertujuan agar siswa lebih memperdalam dan lebih menghayati apa yang dipelajari pada kegiatan intrakurikuler.

Surya (1997) menyebutkan beberapa hal yang harus di perhatikan oleh pembina dalam kegiatan ekstrakurikuler sebagai berikut:

- a. Materi kegiatan hendaknya dapat memberi manfaat bagi penguasaan bahan ajar bagi siswa.
- b. Tidak terlalu membebani siswa
- c. Manfaat potensi lingkungan
- d. Tidak mengganggu tugas pokok guru serta siswa (hlm.39)

Pendapat di atas menjelaskan kegiatan ekstrakurikuler tidak terkait dengan tugas ajar dan mengajar antara guru dan siswa yang bersifat pokok, dan tidak menjadi beban bagi siswa sebab tujuan dari ekstrakurikuler adalah sifat pengembangan hobi dan bakat yang datang dari dorongan siswa dan guru sebagai pembimbing.

Penerapan kurikulum tidak terlepas dari tiga bentuk kegiatan belajar mengajar seperti intrakurikuler, ko kurikuler, dan ekstrakurikuler. Kegiatan intrakurikuler biasanya dilaksanakan di sekolah yang pengolahan waktunya telah ditentukan dalam struktur program, kegiatan intrakurikuler dimaksudkan untuk mencapai tujuan minimal yang perlu dicapai oleh anak didik dalam masing-masing mata pelajaran.

Kegiatan kokurikuler dan ekstrakurikuler sebagai kegiatan di luar jam biasa, yang bertujuan agar siswa lebih memperdalam dan menghayati apa yang dipelajari dalam kegiatan intrakurikuler. Saputra (1999:4) mengungkapkan bahwa, “Jenis-jenis program kegiatan ekstrakurikuler dapat dilaksanakan dalam berbagai bentuk, misalnya; membaca buku tertentu, melakukan penelitian, membuat tugas, melakukan latihan gerak terstruktur, dan kegiatan-kegiatan lain yang sejenis” (hlm.4). Hasil sebuah kegiatan ekstrakurikuler dapat menentukan dalam pemberian nilai berupa penambahan catatan tentang kecakapan siswa.

Kelangsungan kegiatan ekstrakurikuler akan dihadapkan pada berbagai hambatan, hambatan-hambatan dapat datang dari dalam atau dari luar. Kreativitas guru sangat diperlukan dalam mengatasinya, yang paling penting guru tetap memegang aturan yang sudah ditetapkan oleh sekolah dengan pedoman yang telah dirancang secara teliti antara guru, orang tua anak didik, dan anggota masyarakat. Pembinaan sepak bola dan bola basket salah satunya dapat dilakukan di sekolah melalui kegiatan ekstrakurikuler yang biasa dijadikan jalur pembinaan. Dalam satu sistem terpadu terutama dalam memperkuat landasan pembinaan prestasi olahraga agar regenerasi prestasi terus tercipta dan berlangsung pada kegiatan di sekolah terbina dengan baik. Dalam kegiatan ekstrakurikuler peserta didik atau siswa tidak hanya dibimbing untuk berprestasi, jauh dari pada itu peserta didik dapat mengembangkan kreatifitas sesuai dengan bakat dan minat mereka sendiri.

Tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler adalah meningkatkan dan memantapkan pengetahuan siswa, mengembangkan bakat, kemampuan dan keterampilan siswa. Manfaat kegiatan ekstrakurikuler adalah di samping membantu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa, kegiatan ekstrakurikuler ini dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan keterampilan gerak masing-masing siswa dalam cabang olahraga tertentu, membentuk nilai-nilai kepribadian siswa dan memunculkan bakat siswa yang berprestasi dalam bidangnya.

## **2.2 Hasil Penelitian yang Relevan**

Beberapa penelitian terdahulu menyatakan bahwa:

Tria Purwanti (2015) dengan judul “tingkat kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Kretek Bantul” Hasil penelitian diperoleh kemampuan motorik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Kretek Bantul yaitu 4 peserta didik (5.13%) mempunyai kemampuan motorik kurang sekali, 18 peserta didik (23.08%) mempunyai kemampuan motorik kurang, 35 peserta didik (44,87%) mempunyai kemampuan motorik sedang, 17 peserta didik (21.79%) mempunyai kemampuan motorik baik, 4 peserta didik (5.13%) mempunyai kemampuan motorik baik sekali.

Elene Elyonara (2012) dengan judul “kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 3 Gamping”, dapat disimpulkan bahwa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 3 Gamping memiliki kemampuan motorik sedang. Secara rinci kemampuan motorik peserta ekstrakurikuler bola voli tersebut adalah sebagai berikut: terdapat 1 siswa (5%) berkategori kurang sekali, 5 siswa (25%) berkategori kurang, 6 siswa (30%) berkategori sedang, sedang 6 siswa (30%) berkategori baik, dan 2 siswa (10%) berkategori baik sekali.

### **2.3 Kerangka Konseptual**

Kemampuan motorik merupakan unsur pokok dalam penguasaan gerak dasar hingga gerak yang lebih kompleks. Perkembangan motorik berkaitan dengan gerak anggota tubuh melalui pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang terkoordinasi. Karena kemampuan motorik bersifat alami atau bawaan, jadi faktor yang utama dalam pembentukan kemampuan motorik tergantung dari pengalaman gerak dasar seseorang dimasa kanak-kanak. Semakin beragam pengalaman gerak yang dilalui ketika masa-masa perkembangan anak, maka kemampuan motorik anak semakin baik. Melalui program kegiatan ekstrakurikuler sepakbola yang ada di SMK Negeri 2 Tasikmalaya dapat menjadi tambahan pengalaman gerak yang lebih kompleks dalam permainan sepakbola dan bola basket sekaligus penyaluran minat dan bakat peserta didik di luar jam pelajaran pendidikan jasmani.

Namun tanpa disadari oleh guru pendidikan jasmani dan peserta didik, bahwa keikutsertaan peserta didik untuk mengikuti ekstrakurikuler sepakbola dan bola basket hanya berdasarkan motivasi yang tinggi dan dalam memberikan program latihan, guru pendidikan jasmani kadang-kadang tidak melihat kemampuan motorik yang ada dari masing-masing peserta didik. Hal tersebut tentunya menjadi salah satu penghambat dalam mencapai tujuan prestasi pada kedua permainan tersebut. Kemampuan motorik peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola dan bola basket di SMK Negeri 2 Tasikmalaya hendaknya disadari oleh guru pendidikan jasmani dan peserta didik itu sendiri.

Perlunya mengetahui kemampuan motorik peserta didik oleh guru pendidikan jasmani yaitu agar guru pendidikan jasmani dapat mengoptimalkan pencapaian prestasi peserta didik dalam cabang olahraga sepakbola dan bola

basket. Sedangkan untuk peserta didik sendiri, agar peserta didik mengetahui seberapa tingkat kemampuan motorik yang dimilikinya, sehingga menjadi evaluasi diri dalam mencapai prestasi olahraga.

Dalam pelaksanaan program latihan ekstrakurikuler olahraga hendaknya dilakukan dengan sadar dan melibatkan interaksi sistematis antara guru pendidikan jasmani selaku pelatih dan peserta didik untuk mencapai tujuan tertentu. Program latihan yang diajarkan dengan baik oleh guru pendidikan jasmani yang memiliki pengetahuan tentang kemampuan motorik dapat memberikan pengaruh positif terhadap peserta didik dalam olahraga sepakbola dan bola basket. Sehingga para peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola dan bola basket di SMK Negeri 2 Tasikmalaya akan berpeluang besar berhasil mencapai tingkat terampil dalam permainan serta masa depan peserta didik dalam bidang olahraga khususnya sepakbola dan basket akan semakin berprestasi.

#### **2.4 Hipotesis**

Hipotesis adalah merupakan jawaban sementara dalam suatu penelitian, Umar (2005:104) mengungkapkan bahwa: “Hipotesis adalah suatu perumusan sementara mengenai suatu hal yang dibuat untuk menjelaskan hal itu dan juga dapat menuntun/mengarahkan penyelidikan selanjutnya.” Adapun hipotesis yang penulis ajukan adalah sebagai berikut:

- 1) Tingkat *motor ability* siswa ekstrakurikuler olahraga bola sepak di SMK Negeri 2 Tasikmalaya memiliki klasifikasi baik.
- 2) Tingkat *motor ability* siswa ekstrakurikuler olahraga bola basket di SMK Negeri 2 Tasikmalaya memiliki klasifikasi baik.
- 3) Tingkat *motor ability* siswa ekstrakurikuler olahraga bola sepak memiliki klasifikasi lebih baik dibandingkan dengan siswa ekstrakurikuler bola basket di SMK Negeri 2 Tasikmalaya.