

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kemampuan gerak serta membutuhkan koordinasi pada bagian tubuh manusia adalah definisi dari ilmu motorik, gerakan ini terlibat dalam aktivitas otot-otot besar seperti otot tangan/lengan, otot kaki, dan juga otot pada seluruh tubuh. Sukintaka ( dalam Febrianty, 2020) motorik kasar merupakan aktivitas gerak yang melibatkan otot-otot besar pada masa pertumbuhan, gerakan tersebut diantaranya seperti tengkurap merangkak, duduk berdiri serta berjalan, kualitas gerak seseorang dalam melakukan aktivitas baik gerak dalam atau diluar olahraga yang dapat meningkatkan kemampuan motorik menjadi lebih tinggi. Aktivitas motorik sangatlah dipengaruhi oleh saraf pada tubuh dan juga otot-otot dalam tubuh, dan motorik yang baik dalam diri seseorang pasti sangat berpengaruh dalam perkembangan motoriknya.

Keterampilan motorik kasar banyak melibatkan otot besar, sedangkan keterampilan banyak menggunakan otot-otot halus dan koordinasi mata tangan, perkembangan motorik meliputi perkembangan motorik kasar dan halus. Mutohir ( dalam Febrianty, 2020) pengetahuan motorik sangatlah penting untuk dipelajari bagi pendidikan jasmani sebab aktivitas badan atau kemampuan gerak merupakan bagian dari ranah psikomotor, serta perkembangannya biasa berbentuk penguasaan keterampilan gerak tubuh sehingga bisa meningkatkan kemampuannya juga, kemampuan individu yang bisa mempermudah dalam melakukan aktivitas gerak dan mampu melakukan gerak keterampilan olahraga adalah definisi dari kemampuan motorik.

Perkembangan fisik setiap orang pastinya sangatlah berbeda dan bervariasi, menurut Hasnida (dalam Leonardo & Komaini, 2021), Motorik kasar merupakan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri, contohnya kemampuan duduk, menendang, berlari, naik turun tangga dan lain-lain. Sedangkan menurut Sriwahyuniati (dalam Leonardo & Komaini,

2021) kemampuan motorik lebih tepat merupakan kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat setelah anak-anak. Selain mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi ( PJKR ) yang membutuhkan gerak motorik yang bagus untuk menunjang mata kuliah yang diikuti, begitu juga dengan nutrisi dan kesehatan sangat mempengaruhi perkembangan seorang mahasiswa. Aktivitas fisik adalah kegiatan menggerakkan tubuh dari kerja otot rangka serta terdapat peningkatan dalam pembakaran tenaga dan energi Kemenkes RI ( di dalam Mufidah & Soeyono, 2021).

Jadi, kemampuan motorik, fisik, yang baik merupakan suatu hal yang harus dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan (FKIP) Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR) dengan suatu kurikulum yang setiap program studi adalah aktivitas fisik bila dibandingkan dengan fakultas lain yang berada di kampus UNUGIRI Bojonegoro. Mahasiswa PJKR lebih banyak melakukan aktivitas fisik dan motorik, maka dari itu pastinya suatu kemampuan motorik dan status gizi yang dimiliki mahasiswa FKIP PJKR diharuskan dalam posisi yang lebih baik daripada fakultas yang lain. Dikarenakan apabila memiliki kemampuan motorik dan status gizi yang seimbang dapat menunjang atau mengikuti perkuliahan olahraga dengan maksimal. Hal ini didukung oleh pernyataan yang sesuai dengan yang dikemukakan oleh Barati, H (dalam Sudirman, 2017) bahwa posisi tubuh dan gerakan dasar yang baik dan benar seperti duduk, berdiri, berjalan, berlari dan gerakan lain dalam olahraga tidak dapat dicapai oleh anak jika program pengembangan motorik kasar yang benar tidak diterapkan; meskipun anak tersebut telah memiliki karakteristik sebagai anak yang energik dan dinamis, sangat berperan penting dalam perkembangan motorik seseorang ( Wauran., 2016).

Bedasarkan paparan teori diatas peneliti memutuskan ingin melakukan penelitian dengan judul analisis kemampuan motorik mahasiswa program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat disimpulkan rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu : Bagaimanakah hasil analisis kemampuan motorik mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui kemampuan motorik mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

## **1.4 Batasan Penelitian**

Berdasarkan dari rumusan masalah diatas, untuk menghindari meluasnya pembahasan penelitian ini maka dibuat batasan masalah agar penelitian ini tidak terlalu meluas, maka peneliti memfokuskan penelitian pada analisis kemampuan motorik mahasiswa program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Kampus UNUGIRI Bojonegoro, yang dimana kemampuan motorik meliputi : Kecepatan, Kelincahan, Keseimbangan, Kekuatan, dan juga Kelentukan.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Teoris**

*1.5.1.1* Sebagai bahan referensi bagi para peneliti yang hendak meneliti tentang kemampuan motorik mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan, dan Rekreasi

*1.5.1.2* Hasil pembelajaran ini diharapkan bisa bermanfaat sebagai bahan ilmiah yang dapat bermanfaat untuk bahan kajian bagi pihak yang membutuhkan

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

*1.5.2.1* Bagi peneliti hasil penelitian ini diharapkan bisa digunakan untuk menambah wawasan dan pengetahuan dalam Analisis kemampuan motorik mahasiswa program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi

*1.5.2.2* Bagi ruang lingkup yang luas dapat memberikan informasi dan pemahaman tentang kemampuan motorik mahasiswa program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi

## 1.6 Definisi Istilah

### 1.6.1 Kemampuan motorik

Kemampuan motorik ialah gerakan tubuh dengan melibatkan sebagian besar otot tubuh yang membutuhkan tenaga besar, dan menjelaskan bahwa kemampuan motorik kasar ialah kemampuan gerak untuk menggunakan otot-otot besar yang melibatkan seluruh tubuh, kaki dan lengan dalam beraktifitas (Agusriani, 2015)

