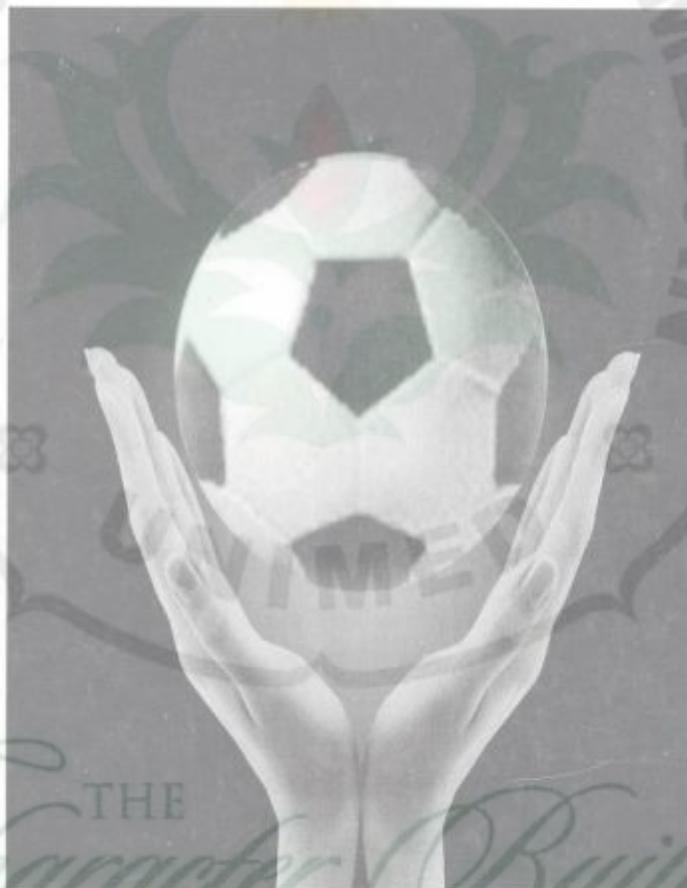


SPORTIF

MAJALAH KEOLAHRAGAAN

Volume 4, No. 1 Januari - Juni 2010

ISSN 1978-4449



THE
Character Building
UNIVERSITY

Redaksi :

**Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan**

Majalah Keolahragaan

SPORTIF

Penanggung Jawab

Drs. Ibrahim Wiyaka, M.Kes.
Drs. Zulfan Heri, M.Pd.

Pimpinan Redaksi

Imran Akhmad, S.Pd.,M.Pd.

Anggota Redaksi

Drs. Nono Hardinoto, M.Pd.
Drs. Bessy Pane
Amansyah, S.Pd.
Yan Indra Siregar, S.Pd.,M.Pd.
Novita, S.Pd.,M.Pd.
Irwansyah Siregar, S.Pd.

Mitra Bestari/Penyunting Ahli

Drs. Chairul Azmi, M.Pd. (UNIMED)
Prof. Remy Muchtar, M.Sc. (UNIMED)
Drs. Basyaruddin Daulay, M.Kes. (UNIMED)
Prof. Dr. Agung Sunarno, M.Pd. (UNIMED)
Prof. Dr. Much. Asmawi (UNJ)
Dr. Budi Valianto, M.Pd. (UNIMED)
Dr. Razali (UNSYAH)
Dr. Wahyudi (SINGARAJA)
Dr. Taufik Yudi M. (Kadis. PENDK. DKI)

Sekretaris Redaksi

Amir Supriadi, M. Pd.

Bendahara

Dra. Rahma Dewi, M.Pd.

Alamat Redaksi

FIK UNIMED

Jl. Willem Iskandar, Medan Estate
Medan – 20221
Telp. (061) 6625972

ISSN : 1978 – 4449

Penerbit:

Jurusan Pendidikan Keperlatiahan Olahraga
FIK UNIMED

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Mempertimbangkan Motor Educability dalam Mencapai Hasil Belajar Motorik (Imran Akhmad) | 1 |
| 2. Pemeriksaan Kromatine sex (Benny Subadiman) | 10 |
| 3. Metode Latihan Lari Aerobik 2,4 KM Dengan Dosis yang Sama di Dalam dan di Luar Stadion Meningkatkan Kesegaran Jasmani PB PISOK Ranting Kawangkoan (Fentje W. Langitan) | 19 |
| 4. Perbedaan Hasil Belajar Renang antara Mahasiswa Jalur PMP dengan Jalur UMPTN Mahasiswa FIK Unimed (Zulfan Heri) | 24 |
| 5. Dukungan Motivasi Berprestasi dalam Keberhasilan Melakukan Smes Bola Voli (Suharjo) | 32 |
| 6. Perbedaan Hasil Belajar Senam Lantai Siswa yang di Ajarkan dengan Metode Diskusi dan Metode Demonstrasi (Nini Margaretha S dan Berty Legi) | 45 |
| 7. Panjang Langkah dan Frekuensi Langkah: Komponen Kinematika Terpenting Lari 100 Meter (R. Sayiful Derita Sihombing) | 51 |
| 8. Pembelajaran Motorik dalam Aktivitas Olahraga (Amir Supriadi) | 66 |
| 9. Model Klinik Pengembangan Penanggulangan Kekerasan Massa Suporter Sepakbola (Afri Tantri) | 73 |
| 10. Studi Tingkat Kecukupan Energi Atlet PPLP Provinsi Sumatera Utara (Nustan Hasibuan) | 81 |

KATA PENGANTAR

Puji syukur diucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas terbitnya majalah ilmiah ini. Majalah ilmiah SPORTIF Vol. 4 No. 1 tahun 2010 yang memuat beragam topik tentang dunia ilmu keolahragaan.

Tulisan yang pertama berjudul Mempertimbangkan *Motor Educability* dalam Mencapai Hasil Belajar Motorik oleh Imran Akhmad, memuat tentang kajian belajar motorik dengan *motor educability*. Berikut dilanjut dengan tulisan yang berjudul Pemeriksaan Kromatine sex yang juga merupakan hasil suatu kajian tentang cara pemeriksaan kromatine sex yang ditulis oleh Benny Subadiman yang mengaitkan cara-cara pemeriksaan sex seseorang. Dilanjut dengan tulisan Fentje W. Langitan dengan penelitian yang berjudul Metode Latihan Lari Aerobik 2,4 KM Dengan Dosis yang Sama di Dalam dan di Luar Stadion Meningkatkan Kesegaran Jasmani PB PISOK Ranting Kawangkoan. Tulisan tersebut memuat hasil penelitian tentang perbedaan latihan dalam upaya peningkatan kesegaran jasmani. Berikut dilanjutkan oleh tulisan yang berjudul Perbedaan Hasil Belajar Renang antara Mahasiswa Jalur PMP dengan Jalur UMPTN Mahasiswa FIK Unimed yang merupakan hasil suatu penelitian tentang perbedaan hasil belajar renang. Dan dilanjutkan oleh sebuah kajian yang ditulis oleh Suharjo dengan judul Dukungan Motivasi Berprestasi dalam Keberhasilan Melakukan Smes, yang mengkaji tentang pentingnya motivasi dalam melakukan suatu smes bola voli.

Perbedaan Hasil Belajar Senam Lantai Siswa yang di Ajarkan dengan Metode Diskusi dan Metode Demontrasi yang ditulis oleh Nini Margaretha S dan Berty Legi yang memuat hasil suatu penelitian tentang perbedaan hasil belajar senam lantai. Dilanjutkan oleh R. Syaiful Derita Sihombing dengan judul Panjang Langkah dan Frekuensi Langkah: Kommponen Kinematika Terpenting Lari 100 Meter, yang memuat sebuah kajian tentang komponen-kommponen yang diperlukan dalam lari 100 meter. Kemudian dilanjut oleh tulisan yang berjudul Pembelajaran Motorik dalam Aktivitas Olahraga oleh Amir Supriadi, yang memuat tentang pembelajaran motorik didalam aktivitas olahraga. Dilanjutkan tulis Afri Tantri dengan judul Model Klinik Pengembangan Penanggulangan Kekerasan Massa Suporter Sepakbola, yang mengkaji tentang masalah kekerasan yang terjadi dalam pertandingan sepakbola. Dan diakhiri oleh tulisan Nustan Hasibuan yang berjudul Studi Tingkat Kecukupan Energi Atlet PPLP Provinsi Sumatera Utara, yang mengkaji tentang masalah gizi atlet PPLP Sumatera Utara.

Demikianlah isi majalah ilmiah Keolahragaan Vol. 4 No. 1 ini, dengan ucapan terimakasih kepada para penulis. Semoga dengan terbitnya edisi ini untuk memacu kita lebih kreatif lagi dalam mengungkapkan ide-ide dan pemikiran yang ada ke dalam suatu bentuk tulisan

Salam Redaksi

MEMPERTIMBANGKAN *MOTOR EDUCABILITY* DALAM MENCAPAI HASIL BELAJAR MOTORIK

Imran Akhmad¹

Ringkasan

Belajar gerak merupakan bagaian dari ranah psikomotorik dimana tujuannya adalah melakukan gerakan yang baik dan benar pada suatu jenis gerakan tertentu. Pencapaian kualitas gerakan ditentukan pada proses pembelajaran motorik tersebut. Proses belajar gerak ada tiga tahap; 1) kognitif merupakan fase awal dalam belajar gerak keterampilan yang bersifat mencoba, 2) asosiatif merupakan fase mencegah yang ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan, 3) otonom merupakan fase akhir pelajar mampu melakukan gerakan keterampilan secara otomatis. *Motor educability* sama artinya adalah kemampuan motorik yang merupakan ranah psikomotorik yang intinya adalah gerakan. Orang yang dengan cepat menguasai suatu keterampilan gerak dengan kualitas yang baik berarti memiliki tingkat *motor educability* yang baik pula. Dengan demikian dinyatakan bahwa *motor educability* memiliki peran pisitif yang berarti dengan intelegensi dan sekaligus sebagai tolak ukur dari intelegensi seseorang.

Kata Kunci: *motor educability, Belajar gerak*

A. PENDAHULUAN

Jenjang lebih lanjut dengan pembelajaran motorik yang baik akan membantu siswa untuk memperoleh perkembangan motorik yang optimal. Disamping itu juga dapat membantu siswa untuk mengembangkan potensinya dalam menguasai berbagai permainan olahraga. Nuansa pembelajaran pendidikan jasmani tercemin pada pengelolaan permainan seperti olahraga dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran. Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani secara implisit adalah memberikan peluang seluas-luasnya bagi siswa untuk bergerak.

Dampak Bergeraknya siswa akan memperoleh pengalaman gerak yang memiliki kontribusi terhadap pencapaian keterampilan gerak melalui perkembangan gerak itu sendiri. Pembelajaran yang sesuai pada tahapan ini akan menentukan perkembangan selanjutnya, tinggal bagaimanakan cara pembelajaran yang akan diajarkan disekolah yang sesuai dengan tahap perkembangannya. Dengan alasan tersebutlah maka perlunya modifikasi pembelajaran motorik yang disesuaikan dengan karakter perkembangan

¹ Imran Akhmad , M.Pd. adalah Dosen FIK Universitas Negeri Medan

siswa. Modifikasi tersebut biasa dilakukan dalam berbagai jenis cabang olahraga. Kesemuanya diharapkan dapat membantu perkembangan siswa yang disesuaikan dengan karakteristik cabang olahraga tersebut.

Salah satu yang ikut berperan dalam keberhasilan pembelajaran motorik adalah kemampuan gerak siswa (*motor educability*). Kemampuan motorik yang merupakan ranah psikomotorik yang intinya adalah gerakan. Kemampuan dapat diartikan sebagai prestasi, kapasitas dan kecakapan. Prestasi merupakan kemampuan aktual yang dapat diukur langsung dengan tes tertentu. Sedangkan kapasitas adalah kemampuan potensial yang dapat diukur secara tidak langsung melalui pengukuran terhadap kecakapan individual dan kecakapan itu berkembang dengan perpaduan antara kemampuan *motor educability* dengan latihan dan pengalaman. Sehubungan dengan itu motorik merupakan keberhasilan siswa dalam belajar gerak. Untuk dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam belajar olahraga, adalah dengan cara memanfaatkan potensi diri yang menunjang keberhasilan individu dalam mempelajari keterampilan olahraga yang disebut dengan *motor educability*. Dengan kata lain keberhasilan dalam belajar keterampilan gerak olahraga dapat diperoleh dengan memanfaatkan semua potensi yang ada dalam diri dan aspek pendukung lainnya. Dengan mempunyai kemampuan gerak tinggi maka siswa akan lebih mudah dalam belajar gerak dan sebaliknya siswa yang mempunyai kemampuan gerak rendah akan mengalami kesulitan dalam belajar gerak.

B. PEMBAHASAN

1. Hasil Belajar Motorik

Hasil belajar pada hakekatnya merupakan wujud nyata dari sebuah pembelajaran yang diwujudkan pada perubahan tingkah laku yang berlangsung secara sadar dan melibatkan segenap aktivitas siswa adalah merupakan proses belajar mengajar, dapat dikatakan berhasil apabila siswa telah memahami proses belajar mengajar serta mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Hasil perubahan tingkahlaku dari proses belajar mengajar inilah yang merupakan tujuan dari proses pembelajaran dan disebut hasil belajar.

Pada tahap kognitif, siswa dituntut untuk mengingat, menganalisa tentang apa yang terkandung dalam materi yang dipelajari. Pada tahap afektif setelah melalui proses belajar

diharapkan siswa mampu menguasai tentang sikap, minat serta nilai-nilai positif lainnya. Sedangkan mengerti, memahami, tetapi juga harus mampu menguasai dan dapat melakukan kecakapan, keterampilan dari bahan yang dipelajarinya merupakan tahapan mencapai psikomotor.

Dalam proses belajar mengajar tidak terlepas dari kehadiran seorang guru dan kecakapannya mengelola kelas. Dalam hal ini guru sebagai pendidik memegang peranan penting dalam pelaksanaan proses belajar mengajar.

Dalam hal ini guru berfungsi sebagai penggerak berlangsungnya proses belajar. Berkaitan dengan hal tersebut guru harus mempunyai materi yang akan disampaikan kepada siswa. Demikian juga dengan guru, hasil belajar yang bersifat psikomotor merupakan bagian paling dominan. Meskipun demikian tujuan yang bersifat kognitif dan afektif juga ikut berperan. Oleh sebab itu guru harus menguasai pengetahuan dan metode belajar mengajar yang luas dalam bidang keolahragaan.

Hasil belajar adalah perubahan tingkah laku yang berlangsung secara sadar dan melibatkan segenap aktivitas siswa adalah merupakan proses belajar mengajar dapat dikatakan berhasil apabila, siswa telah memahami proses belajar mengajar serta mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Hasil perubahan tingkah laku dari proses belajar mengajar inilah yang disebut hasil belajar. Demikian pula dengan hasilnya, bahwa hasil belajar seseorang itu tidak nampak sebelum orang tersebut melakukan sesuatu yang menampakkan perubahan, pengetahuan (kognitif), sikap (afektif) dan keterampilan (psikomotor) dalam bentuk tingkah laku yang dapat diamati.

Pada tahap kognitif, siswa dituntut untuk mengingat, menganalisa tentang apa yang terkandung dalam materi yang dipelajari. Pada tahap afektif setelah melalui proses belajar diharapkan siswa mampu menguasai tentang sikap, minat serta nilai-nilai positif lainnya. Sedangkan mengerti, memahami, tetapi juga harus mampu menguasai dan dapat melakukan kecakapan, keterampilan dari bahan yang dipelajarinya adalah tahapan psikomotor. Dalam pendidikan jasmani hasil belajar psikomotor merupakan bagian paling mendasar meskipun harus mencakup tujuan yang bersifat kognitif dan afektif secara bersamaan. Oleh sebab itu dalam mengajar pendidikan jasmani, seorang guru harus memadukan ketiga tahapan belajar tersebut menjadi satu dalam sebuah metode mengajarnya.

Singer (1992) mengemukakan bahwa belajar adalah perubahan-perubahan atau perubahan tingkah laku yang potensial akibat latihan dan pengalaman masa lalu terhadap tugas tertentu. Schmidt (1988) mengemukakan bahwa belajar merupakan perubahan yang relatif permanen sebagai akibat latihan dan pengalaman dan Winkell (1989) mengemukakan bahwa belajar adalah proses dimana tingkah laku ditimbulkan atau diubah melalui praktek dan latihan. Belajar adalah segala aktivitas mental yang berlangsung didalam interaksi aktif dengan lingkungan yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan, sikap, pemahaman dan keterampilan, yang perubahan itu bersifat relatif konstan dan berbekas.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa orientasi belajar adalah perubahan kearah yang lebih baik bagi yang belajar. Perubahan dalam belajar menurut Gagne (1987) mempunyai ciri sebagai berikut: 1) Sebagai perubahan didalam tingkah laku; 2) Peningkatan kecakapan dalam suatu jenis perbuatan; 3) Merupakan perubahan seperti: minat, sikap dan nilai; 4) Perubahan itu sedikit banyak bersifat permanen dapat bertahan beberapa waktu lamanya; 5) Perubahan itu dibedakan dari jenis perubahan yang disebabkan oleh pertumbuhan, seperti bertambahnya tinggi dan perkembangan melalui latihan.

Perubahan-perubahan tersebut menandakan telah terjadinya proses pembelajaran, semakin banyak belajar semakin banyak pula mengalami perubahan. Akan tetapi tidak semua orang yang melakukan belajar berhasil dengan baik, bahkan banyak yang mengalami kegagalan, hal ini disebabkan banyak faktor.

Faktor-faktor yang menentukan berhasil atau gagalnya dalam belajar menurut Soemanto (1989) adalah :

1. Faktor luar: (a) Lingkungan yang terdiri dari (alam, sosial), (b) Instrumental (kurikulum, program, sarana dan prasarana serta tenaga pengajar)
2. Faktor dalam: (a) Fisiologi (kondisi fisiologi dan kondisi panca indra), (b) Psikologi (minat, kecerdasan, bakat, motivasi, kemampuan kognitif).

Faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa yakni faktor dari dalam diri siswa dan faktor yang datangnya dari luar diri siswa atau lingkungan. Factor dari diri siswa yaitu kemampuan, minat, perhatian, sosial ekonomi, serta fisik siswa.

Jadi hasil belajar dapat dilihat melalui hasil evaluasi atau hasil tes yang maksimal sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Belajar akan berhasil apabila seorang siswa dapat mengerti dan memahami isi pelajaran yang diterima dari seorang guru. Belajar yang efektif hasilnya merupakan pemahaman dan pengertian. Menurut Nana Sudjana (1998) belajar adalah Suatu proses yang di tandai adanya perubahan sebagai hasil dari proses belajar, dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk sebagai perubahan pengetahuan, pemahaman, sikap dan tingkah laku, keterampilan, kecakapan, dan kemampuan serta perubahan aspek-aspek lain yang ada pada individu yang belajar. Sedangkan Djamarah dan Aswan (1997) mengungkapkan bahwa belajar adalah proses perubahan tingkah laku berkat pengalaman dan latihan, dimana tujuan kegiatannya adalah perubahan tingkah laku baik yang menyangkut pengetahuan, keterampilan maupun sikap; bahkan meliputi segenap aspek organisme atau pribadi. Selanjutnya Gagne dalam Sagala (2005) menyatakan bahwa belajar adalah segala sesuatu proses dimana suatu organisme berubah perilakunya sebagai akibat dari pengalaman.

Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan suatu proses yang dilakukan untuk merubah tingkah laku baik itu pengetahuan maupun keterampilan serta sikap individu. Maka dengan belajar diharapkan terjadi perubahan-perubahan pada individu yang belajar. Dari perubahan itu diharapkan tidak hanya pengetahuan tetapi juga bentuk tingkah laku, kecakapan, keterampilan penguasaan sikap, dan kebiasaan serta sifat-sifat yang positif. Dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan proses perubahan tingkah laku berupa pengetahuan, keterampilan, pemahaman, dalam berbagai aspek kehidupan.

Belajar gerak merupakan sebagian dari belajar secara umum. Tujuannya adalah untuk menguasai berbagai keterampilan gerak dan mengembangkannya agar keterampilan gerak yang dikuasai bisa dilakukan untuk menyelesaikan tugas-tugas gerak dalam mencapai sasaran tertentu misalnya gerak olahraga. Pelajar berusaha menguasai keterampilan gerak sesuai dengan macam cabang olahraga menurut beberapa ahli seperti Paul Fitts dan Michel Posner.

Menurut Singer (1989) belajar gerak adalah suatu perubahan penampilan atau perilaku potensial yang relatif permanen sebagai hasil dari latihan dan pengalaman masa lalu terhadap situasi tugas tertentu. Sedangkan Drowatzky (1981) mendefinisikan belajar

gerak adalah sebagai proses perubahan atau modifikasi individu sebagai hasil timbal balik antara latihan dan kondisi lingkungan. Sedangkan Schmidt (1987) menjelaskan bahwa belajar adalah suatu proses perubahan merespon yang relatif permanen sebagai akibat latihan dan pengalaman.

Menurut Lutan (1995) proses belajar gerak ada tiga tahap; 1) kognitif merupakan fase awal dalam belajar gerak keterampilan yang bersifat mencoba, 2) Asiatif merupakan fase mencegah yang ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan dimana belajar sudah mampu melakukan gerakan-gerakan dalam bentuk rangkaian, 3) Otonom merupakan fase akhir pelajar mampu melakukan gerakan keterampilan secara otomatis dan mampu melakukan gerakan keterampilan tanpa pengaruh walaupun pada saat melakukan gerakan itu harus memperhatikan hal-hal yang lain.”

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa belajar gerak merupakan suatu proses pembelajaran yang dapat dilakukan melalui tahapan kognitif, asiatif dan otonom yang ditujukan pada perubahan individu yang permanen sebagai hasil latihan dan kondisi lingkungan yang diperoleh melalui pengalaman. Hal ini berarti belajar gerak merupakan suatu tahapan belajar yang harus dikuasai siswa mulai dari tahap kognitif, asiatif sampai otonom, sehingga siswa dapat menguasai keterampilan gerak yang diharapkan sangat penting dalam pelaksanaan keterampilan motorik untuk lebih bergerak luas.

Faktor faktor yang mempengaruhi proses dan hasil belajar adalah: 1) faktor proses belajar; 2) faktor personal meliputi, ketajaman berfikir, intelegensi, ukuran fisik, latar belakang pengalaman, emosi, kapabilitas, motivasi, sikap, jenis kelamin, dan usia, 3) faktor situasi meliputi situasi alami dan situasi sosial.

2. *Motor educability*

Motor educability sama artinya adalah kemampuan motorik yang merupakan ranah psikomotorik yang intinya adalah gerakan. Kemampuan dapat diartikan sebagai prestasi, kapasitas dan kecakapan. Prestasi merupakan kemampuan aktual yang dapat diukur langsung dengan tes tertentu. Sedangkan kapasitas adalah kemampuan potensial yang dapat diukur secara tidak langsung melalui pengukuran terhadap kecakapan individual dan kecakapan itu berkembang dengan perpaduan antara kemampuan motorik *educability* dengan latihan dan pengalaman. Sehubungan dengan itu motorik merupakan keberhasilan siswa dalam belajar gerak. Proses belajar gerak dipengaruhi oleh kemampuan motorik

dengan bagian-bagian utama tubuh, peredaran darah, pernafasan dan otot-otot. Salah satu perbedaan pokok dari setiap individu dalam mengembangkan suatu tugas gerak terletak pada kemampuan gerak. Kemampuan motorik menurut Lutan (1988) adalah sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat.

Dalam pencapaian prestasi olahraga berbagai proses fisik harus dibina lebih dahulu agar dapat menguasai suatu keterampilan dengan mahir. Keberhasilan seseorang dalam mempelajari suatu keterampilan olahraga menunjukkan bahwa orang itu mempunyai kemampuan belajar yang baik. Untuk dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam belajar olahraga, adalah dengan cara memanfaatkan potensi diri yang menunjang keberhasilan individu dalam mempelajari keterampilan olahraga yang disebut dengan *motor educability*. Dengan kata lain keberhasilan dalam belajar keterampilan gerak olahraga dapat diperoleh dengan memanfaatkan semua potensi yang ada dalam diri dan aspek pendukung lainnya.

Cepat atau lambatnya seseorang menguasai keterampilan yang baru tersebut berkaitan dengan *motor educability* yang dimilikinya. Lutan (1988) mengemukakan bahwa *motor educability* tidak dapat dipisahkan dengan intelegensi dalam rangka kegiatan belajar keterampilan seseorang. *Motor educability* diartikan sebagai kemampuan umum untuk mempelajari tugas secara cermat dan cepat, sering juga diistilahkan *general motor intelegency*. *Motor educability* suatu istilah yang menunjukkan kapasitas seseorang dalam mempelajari keterampilan yang sifatnya baru dalam waktu yang cepat dengan kualitas yang baik. Menurut Mathews (1985), *Motor educability* dianggap sebagai indikator intelegensi dalam belajar motorik.

Belajar Motorik termasuk dalam ranah psikomotor yang intinya adalah gerakan. Proses belajar gerak dipengaruhi oleh kemampuan-kemampuan motorik dengan bagian-bagian utama tubuh, peredaran darah, pernapasan dan otot. Salah satu perbedaan dari setiap individu dalam mengembangkan suatu tugas gerak terletak pada kemampuan gerak. Kemampuan motorik adalah sebagai kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relative melekat.

Dari uraian di atas disimpulkan bahwa orang yang dengan cepat menguasai suatu keterampilan gerak dengan kualitas yang baik berarti memiliki tingkat *motor educability*

yang baik pula. Dengan demikian dinyatakan bahwa *motor educability* mempunyai hubungan yang berarti dengan intelegensi dan sekaligus sebagai tolak ukur dari intelegensi seseorang.

Kemampuan bergerak seseorang dari yang sederhana menjadi kompleks dan sempurna merupakan hasil dari belajar. Setiap individu mempunyai potensi belajar yang sama, hanya kesempatan dan kemauan yang berbeda-beda. Ini yang menyebabkan kemahiran seseorang dalam menguasai keterampilan gerak yang berbeda pula.

Kemampuan seseorang dalam mempelajari gerak di sebut *motor educability* yaitu suatu istilah yang menunjukkan kapasitas seseorang mempelajari keterampilan gerak yang sifatnya baru dalam waktu yang cepat dengan kualitas yang baik. Sehingga *motor educability* ini juga diistilahkan sebagai *general motor intelegency*. Kemampuan seseorang dalam mempelajari keterampilan olahraga memerlukan kemampuan daya pikir, kemampuan daya pikir dipengaruhi oleh tingkat intelegensi seseorang. Maka kemampuan seseorang untuk mempelajari dan melakukan gerakan sangat dipengaruhi oleh tingkat intelegensi seseorang. Sehingga dapat dikatakan bahwa, *motor educability* berhubungan erat dengan tingkat intelegensi seseorang.

C. PENUTUP

Hasil belajar seseorang itu tidak nampak sebelum orang tersebut melakukan sesuatu yang menampakkan perubahan, pengetahuan (kognitif), sikap (afektif) dan keterampilan (psikomotor) dalam bentuk tingkah laku yang dapat diamati. Pada tahap kognitif, siswa dituntut untuk mengingat, menganalisa tentang apa yang terkandung dalam materi yang dipelajari. Pada tahap afektif setelah melalui proses belajar diharapkan siswa mampu menguasai tentang sikap, minat serta nilai-nilai positif lainnya. Sedangkan mengerti, memahami, tetapi juga harus mampu menguasai dan dapat melakukan kecakapan, keterampilan dari bahan yang dipelajarinya adalah tahapan psikomotor. Dalam pendidikan jasmani hasil belajar psikomotor merupakan bagian paling mendasar meskipun harus mencakup tujuan yang bersifat kognitif dan afektif secara bersamaan. Disamping itu pendidikan jasmani merupakan satu-satunya mata pelajaran di sekolah yang muatannya bertujuan pada ketiga ranah tersebut secara simultan.

Belajar gerak merupakan bagaian dari ranah psikomotorik dimana tujuannya adalah melakukan gerakan yang baik dan benar pada suatu jenis gerakan tertentu. Pencapaian kualitas gerakan ditentukan pada proses pembelajaran motorik tersebut. Salah dalam menyajikan pembelajaran maka akan berdampak pada fungsi kerja tubuh yang cenderung negatif. Proses belajar gerak ada tiga tahap; 1) kognitif merupakan fase awal dalam belajar gerak keterampilan yang bersifat mencoba, 2) Siasatif merupakan fase mencegah yang ditandai dengan tingkat penguasaan gerakan dimana belajar sudah mampu melakukan gerakan-gerakan dalam bentuk rangkaian, 3) Otonom merupakan fase akhir pelajar mampu melakukan gerakan keterampilan secara otomatis dan mampu melakukan gerakan keterampilan tanpa pengaruh walaupun pada saat melakukan gerakan itu harus memperhatikan hal-hal yang lain.

Motor educability sama artinya adalah kemampuan motorik yang merupakan ranah psikomotorik yang intinya adalah gerakan. Untuk dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam belajar olahraga, adalah dengan cara memanfaatkan potensi diri yang menunjang keberhasilan individu dalam mempelajari keterampilan olahraga yang disebut dengan *motor educability*. Dengan kata lain keberhasilan dalam belajar keterampilan gerak olahraga dapat diperoleh dengan memanfaatkan semua potensi yang ada dalam diri dan aspek pendukung lainnya.

Orang yang dengan cepat menguasai suatu keterampilan gerak dengan kualitas yang baik berarti memiliki tingkat *motor educability* yang baik pula. Dengan demikian dinyatakan bahwa *motor educability* memiliki peran pisitif yang berarti dengan intelegensi dan sekaligus sebagai tolak ukur dari intelegensi seseorang.

DAFTAR PUSTAKA

- Donalk, Mathews K., *Measurment in Physical Education*. London, Philedephia: Sauders Company, 1985.
- Gagne, Robert M., *The Conditions of Learning: Third Edition* New York: Holt Rinehart and Winston, 1987.
- John N. Drowatzky, *Motor Learning: Principle and Practice, 2 nd, Ed.* Minneapolis: Minnesota: Burgess Publishing Company, 1981.
- Nana Sudjana, *CBSA Dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung, 1998.
- Rusli Lutan, *Perkembangan dan Belajar Mengajar Gerak*. Dinas P & K Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, 1992.

- Rusli Lutan, *Belajar Keterampilan Motorik. Pengantar Teori dan Metodik*. Jakarta: Depdikbud Ditjen Dikti, 1988.
- Sagala Syaiful, *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: CV Alfabeta, 2005.
- Schmidt, Ricardt A, *Motor Learning and Control: a behavior emphasis*. Champaign Illinois: Human Kinetics Publisher, Inc., 1988.
- Singer, Robert N, *The Learning of Motor Skill*. New York: McMillan Publishing Co-Inc., 1992.
- Soemanto, *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Renika Cipta, 1989.
- Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain, *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta; PT Rineka Cipta, 1997.
- Winkell. W.S. *Psikologi Pengajaran*. Jakarta: PT. Gramedia, 1989.

