

Comparison of physical fitness levels and hand-eye coordination of students aged 10-12 years

Suhaimi^{1ABCDE}, Ari Tri Fitrianto^{2CD}, Hegen Dadang Prayoga^{3DE}

¹Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

²Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

³Pendidikan Olahraga, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

Authors' Contribution: A – Study design; B – Data collection; C – Statistical analysis; D – Manuscript Preparation; E – Funds Collection

Corresponding Author: Suhaimi, e-mail: suhaimianjay47@gmail.com

Corresponding Author: Ari Tri Fitrianto, e-mail: aritrifitrianto17@gmail.com

Corresponding Author: Hegen Dadang Prayoga, e-mail: legendadang-prayoga@uniska-bjm.ac.id

Abstract

This study aims to determine the physical blindness and coordination of the eyes. The samples used in this study were students of MI Al Qalam AND MI Darunnasih. The method used in this study is the ex post facto method with data collection techniques through tests and measurements. The object of this study is physical condition and shooting skills in futsal sports. Based on the results of the study, it showed that there was a significant difference in the physical fitness of MI Al Qalam and MI Darunnasih students of 3.866667. And the difference in coordination of the eyes of MI Al Qalam and MI Darunnasih is 4. Overall, this study shows that there are significant differences in physical blindness and coordination of the eyes of the students of MI Al Qalam AND MI Darunnasih.

Keywords: *Comparison of physical blindness¹, Hand-eye coordination²*

Pendahuluan

Kondisi fisik yang baik merupakan persyaratan penting yang harus dipenuhi agar kita dapat menjalankan aktivitas sehari-hari dengan baik. Dalam kata lain, kebugaran fisik merujuk pada kapasitas tubuh untuk melakukan tugas-tugas tersebut tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan. Penggunaan istilah "kebugaran fisik" sebenarnya tak jauh berbeda dari komponen fisik dalam konsep kebugaran keseluruhan atau yang dikenal dengan istilah "kebugaran tubuh" (total fitness). Menurut (Nugraha, 2015) "Pendidikan jasmani adalah sumbangan sebagian program pendidikan umum melalui pengalaman gerak untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan anak". Menurut (Fitron & Mu'arifin, 2020) "Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari seluruh pendidikan dan memiliki tujuan aspek kebugaraan jasmani, keterampilan gerak keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas, emosional tindakan moral, aspek pola hidup sehat yang di rencanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional dan suatu usaha untuk membuat bangsa indonesia sehat dan kuat, diberikikan kepada segala jenis sekolah". Menurut (Hananingsih & Imran, 2020) "Pendidikan jasmani merupakan suatu bidang kajian yang sangat luas dan memiliki titik perhatiannya pada peningkatan gerak manusia. Pendidikan jasmani dapat dikatakan juga sebagai proses dimana belajar itu melalui gerak. Belajar melalui gerak yang dimaksud adalah ketika siswa melakukan permainan beregu, selain melatih keterampilan peserta didik juga dapat belajar bekerjasama, percaya diri, saling tolong menolong, saling menghargai, sportif, jujur, disiplin dan memiliki mental yang kuat, sehingga proses belajar ini yang dapat menunjang terwujudnya watak peserta didik sekaligus dikatakan sebagai proses jangka panjang". Secara umum, para ahli ini sepakat bahwa pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam pengembangan anak secara fisik, mental, dan sosial. Hal ini mencakup berbagai aspek seperti keterampilan gerak, pembentukan karakter, dan peningkatan kebugaran jasmani.

Mendukung tercapainya proses pembelajaran yang optimal. "Apabila siswa memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik, maka mereka akan dapat melaksanakan kewajiban belajarnya dengan baik. Namun, jika siswa memiliki tingkat kebugaran yang rendah, mereka mungkin tidak dapat menerima beban belajar tersebut Mengingat pentingnya kebugaran jasmani pada siswa dan kecenderungan peningkatan tingkat obesitas maka perlu diadakan penelitian mengenai penilaian indeks massa tubuh terhadap tingkat kebugaran jasmani pada siswa penelitian ini dilakukan untuk mengetahui indeks massa tubuh yang baik untuk tingkat kebugaran jasmani pada siswa" (Prasetyo & Sutisyana, 2017). Manfaat kebugaran jasmani bagi tubuh juga membantu melindunginya dari berbagai risiko penyakit kronis. Jika ingin menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, sangat penting untuk menjadikan olahraga sebagai bagian dari rutinitas. Tidak perlu pergi ke gym atau melakukan latihan fisik yang sangat intens. Berolahraga dengan latihan ringan dan mudah juga bisa memberikan manfaat yang signifikan bagi kesehatan.

Koordinasi mata dan tangan merupakan salah satu komponen dalam olahraga seperti bola voli, tenis meja, bulu tangkis dan lain-lain, karena dalam permainan tersebut tangan digunakan sebagai alat bantu dalam permainan. Oleh karena itu, koordinasi mata harus dilatih agar siswa terbiasa bergerak secara manipulatif dengan tangan. Seperti yang dikemukakan oleh (Boihaqi & Ikhwan, 2020) "pengertian koordinasi mata tangan yaitu, keterampilan seseorang untuk mengintegrasikan rangsangan yang diterima melalui mata dan tangan sebagai pemegang fungsi utama untuk melakukan gerakan sesuai yang diinginkan". (Masrun et al., 2020) "Koordinasi mata tangan merupakan gerak yang ditimbulkan akibat informasi di integrasikan dalam berbagai gerak pada tubuh".

Siswa MI Al Qalam dan MI Darunnasihin sering melakukan kegiatan senam bersama seminggu sekali, yang bertindak sebagai guru olahraga siswa MI Al Qalam hanyalah guru kelas sedangkan guru olahraga MI Darun Nasihin Guru olahraga resmi. Berkaitan dengan hal tersebut, kemungkinan kebugaran jasmani siswa MI Darunnasihin cenderung lebih baik dibandingkan dengan MI Al Qalam. Siswa MI Al Qalam lebih sering melakukan olahraga di lapangan seperti bermain bola dikarenakan lapangan cukup bagus meskipun tidak terlalu besar. Siswa MI Darunnasihin lebih sering melakukan kegiatan olahraga di dalam ruangan dikarenakan lapangan kurang bagus, siswa hanya dapat melakukan kegiatan bermain bulu tangkis dan lempar tangkap bola.

Pada umumnya anak-anak siswa di Banjarmasin utara merupakan anak komplek perumahan sehingga jarang melakukan aktivitas di luar rumah. Sedangkan wilayah Banjarmasin selatan merupakan wilayah yang padat penduduk sehingga anak dinilai lebih aktif daripada komplek perumahan. Dalam penelitian ini, kami akan menggunakan dua sekolah yang terletak di dua wilayah yang berbeda yaitu sekolah MI Al Qalam di Banjarmasin Utara dan MI Darunnasihin di Banjarmasin selatan.

Harapan dari penelitian yang akan dilakukan adalah dapat meningkatkan faktor-faktor yang mendukung kebugaran jasmani pada peserta didik. Ini mencakup berbagai aspek, seperti metode pengajaran guru dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan (penjaskes), pola makan, waktu istirahat, dan aktivitas olahraga.

Harapannya adalah bahwa setelah penelitian ini selesai, akan ada peningkatan kesadaran di kalangan peserta didik tentang pentingnya menjaga kebugaran jasmani. Penulis juga sangat mengharapkan agar siswa mampu menjaga pola tidur yang baik, karena ini berkontribusi pada perkembangan fisik yang optimal. Peran orang tua di sini sangat penting dalam mengawasi agar siswa mendapatkan istirahat yang cukup untuk memastikan kondisi fisik mereka tetap prima. Harapan dari penelitian ini adalah bahwa siswa akan menjadi lebih termotivasi dalam berpartisipasi dalam aktivitas fisik, baik yang sederhana seperti berjalan kaki, jogging, dan senam, maupun yang lebih kompleks seperti sepak bola, basket, estafet, dan voli. Ketika peserta didik memiliki kesadaran tentang pentingnya berolahraga sebagai bagian dari kebutuhan mereka, mencapai tingkat kebugaran jasmani yang optimal akan menjadi lebih mudah. Dengan merujuk pada permasalahan yang ada, tinjauan literatur sebelumnya, dan pemahaman yang telah diperoleh, penelitian ini diberi judul “Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Koordinasi Mata Tangan Siswa Di MI Al Qalam (Banjarmasin Utara) & MI Darunnasih (Banjarmasin Selatan)”.

Metode Penelitian

Penelitian ini adalah sebuah studi perbandingan yang bertujuan untuk mengevaluasi tingkat kebugaran fisik antara peserta didik kelas V di MI Al Qalam dan MI Darunnasih. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan perbandingan atau analisis perbedaan dalam tingkat kebugaran fisik dan koordinasi mata tangan peserta didik yang bersekolah di MI Al Qalam dan MI Darunnasih.

Prosedur penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan survei secara langsung ke sekolah atau objek penelitian adapun prosedur penelitian ini sebagai berikut: 1. Peneliti melakukan observasi ke sekolah yang akan menjadi objek penelitian. 2. Peneliti melakukan pertukaran ke sekolah sekaligus minta izin kepada pihak sekolah untuk melakukan penelitian. 3. Melakukan pertemuan kepada siswa. 4. Memberikan arahan atau bimbingan untuk melakukan tes. 5. Peneliti mengamati sekaligus menilai kebugaran siswa. 6. Peneliti mengumpulkan seluruh data. 7. Penelitian mengolah seluruh data sekaligus menganalisis data Peneliti mendapatkan hasil penelitian. 8. Penelitian mengolah seluruh data sekaligus menganalisis data Peneliti mendapatkan hasil penelitian

Populasi dan Sampel

Menurut (Winarno, 2018) “Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian perhatian peneliti dalam suatu ruang lingkup, dan waktu yang sudah ditentukan”. Menurut (sugiyono dalam Hafiz, 2020) “populasi adalah wilayah generasi yang terdiri atas objek/subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari kemudian ditarik kesimpulannya”. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas V di MI Al Qalam dan MI Darun Nasihin. Keseluruhan populasi penelitian memilih kategori sebagai berikut: Sedang bersekolah di MI Al Qalam dan MI Darunnasih dan Usia mereka relatif 10-12 tahun. Berdasarkan uraian di atas maka populasi merupakan sampel yang di tes. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti Menurut (Wardiman D & Mahatma R P, 2020) “sampel adalah sebagian dari populasi yang dianggap mewakili seluruh populasi dengan menggunakan teknik tertentu, apabila populasinya besar maka hanya bisa diambil bentuk sampel dari populasi yang hanya bersifat representatif atau populasi yang mewakili”.

Teknik Analisa Data

Analisis data adalah proses yang digunakan untuk menginterpretasikan dan menyusun data yang diperoleh dari penelitian “Uji-t merupakan salah satu tes dalam statistik yang digunakan untuk menguji kebenaran atau kepaluan hipotesis bahwa diantara dua buah mean sampel yang diambil secara acak dari populasi yang sama, tidak adanya perbedaan yang signifikan. Peneliti menggunakan metode survei dan teknik tes pengumpulan data. Data yang diperoleh dari setiap butir tes yang telah dicapai setiap anak disebut data atau hasil kasar. Data atau hasil kasar merupakan satu ukuran yang sama, sebagai satu ukuran pengganti nilai. Nilai yang diperoleh siswa dari setiap butir tes menjadi nilai dengan merujuk nilai tabel pada Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) untuk anak usia 10-12 tahun Depdiknas” dalam (Afif, 2020). Sebelum melakukan uji T ada uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas.

Hasil dan Pembahasan

Dalam perbandingan tingkat kebugaran jasmani dan koordinasi mata tangan antara MI Al Qalam di Banjarmasin Utara dan MI Darunnasih di Banjarmasin Selatan, dalam memperoleh data ini menggunakan tes TKJI untuk usia 10-12 tahun yang memiliki lima tes yaitu : lari cepat 40 M, gantung siku tekuk, berbaring duduk

30 detik, loncat tegak, lari 600 M. untuk tes kordinasi mata dan tangan yaitu dengan lempar tanggap bola kasti. Setelah hasil data diperoleh setiap tes masing-masing data dikonversikan ke tabel skor analisis data perbedaan tingkat kebugaraan jasmani dan kordinasi mata tangan di MI Al Qalam dan MI Darunnasihin.

Deskripsi data

Deskripsi data menggambarkan keadaan yang di peroleh dari penelitian yang kemudian di analisis peneliti yang kemudian di masukan dalam tabel.

Tabel 1. Hasil Deskripsi Tingkat Kebugaraan Jasmani Siswa MI Qalam dan MI Darunnasihin

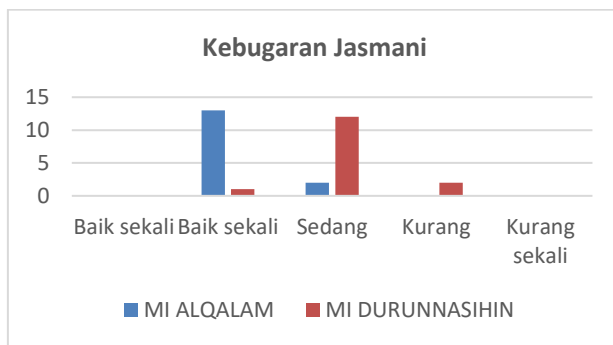
Stastistik	MI Al Qalam	MI Darunnasihin
<i>N</i>	15	15
<i>Mean</i>	18,73333333	14,86667
<i>SD</i>	1,289271974	1,257864

Tabel 2. Hasil Deskripsi Koordinasi Mata Tangan Siswa MI Qalam dan MI Darunnasihin

Stastistik	MI Al Qalam	MI Darunnasihin
<i>N</i>	15	15
<i>Mean</i>	9	13
<i>SD</i>	2	1,704895

Tabel 3. Norma Penilaian Kebugaraan Jasmani Siswa MI Qalam dan MI Darunnasihin

No	Interval	Katagori	MI Al Qalam	MI Darunnasihin
1	22-25	Baik Sekali		
2	18-21	Baik	13	1
3	14-17	Sedang	2	12
4	10-13	Kurang		2
5	5-9	Cukup		



Gambar 1. Diagram Batang Tingkat Kebugaraan Jasmani Siswa MI Qalam dan MI Darunnasihin

Hasil

Sebelum melaksanakan uji t, penelitian ini melibatkan tahapan uji prasyarat, yang terdiri dari dua komponen penting, yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Dua tahap ini diaplikasikan pada data mengenai tingkat kebugaraan jasmani MI Al Qalam dan MI Darunnasihin.

Uji Normalitas

Pengecekan normalitas digunakan untuk mengevaluasi apakah data mengikuti distribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, evaluasi distribusi normalitas dilakukan dengan menggunakan perangkat EXCEL 2013, dengan kriteria bahwa data dianggap berdistribusi normal jika nilai signifikansi (p-value) kurang dari 0,337. Berikut adalah hasil perhitungan uji normalitas yang dapat ditemukan dalam tabel berikut:

Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Normalitas

No	Variabel	Sig	Keterangan
1	MI Al Qalam Tkji	0,21807	Normal
2	MI Darunnasihin Tkji	0,32446	Normal
3	MI Al Qalam Kordinasi Mata Tangan	0,16564	Normal

4	MI Darunnasih Kordinasi Mata Tangan	0,12608		Normal
---	-------------------------------------	---------	--	--------

Berdasarkan tabel tersebut, dapat dinyatakan bahwa nilai signifikansi (p-value) untuk MI Al Qalam dan MI Darunnasih kurang dari 0,337 (Sig < 0,337). Oleh karena itu, variabel tersebut dapat dianggap berdistribusi normal. Untuk detail hasil lengkap uji normalitas.

Uji Homogenitas

Pengujian homogenitas berguna untuk mengevaluasi apakah sampel memiliki variasi yang seragam, dengan kata lain, apakah variasi dalam sampel yang diambil berasal dari populasi yang sama atau berbeda. Kriteria utama dalam pengujian homogenitas adalah jika nilai $p > 0,05$, maka tes dianggap menunjukkan homogenitas, sedangkan jika nilai $p < 0,05$, maka tes dianggap tidak menunjukkan homogenitas. Hasil dari pengujian homogenitas dalam penelitian ini dapat ditemukan dalam tabel berikut:

Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas

	MI Al Qalam	MI darunnasih	Sig	Keterangan
Kebugaran jasmani	1,662222	1,582222	1,050562	Homogen
Kordinasi mata tangan	3,822222	2,906667 1,582222	1,314985	Homogen

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa semua kelompok memiliki nilai p (Sig.) $> 0,05$, yang mengindikasikan bahwa data-data tersebut bersifat homogen. Maka, hipotesis yang menyatakan bahwa data berasal dari populasi yang homogen diterima. Kesimpulannya adalah data tersebut berasal dari populasi yang memiliki tingkat homogenitas yang seragam dalam hal variasi.

Hasil Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, digunakan uji-t untuk menguji tingkat kebugaran jasmani dan kordinasi mata tangan siswa di MI Al Qalam dan MI Darunnasih. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah: "terdapat perbedaan tingkat kebugaran jasmani siswa Sekolah Dasar di Banjarmasin Utara dan Banjarmasin Selatan." Untuk menerima atau menolak hipotesis, perbandingan dilakukan antara nilai F hitung dengan nilai t tabel. Kriteria penerimaan hipotesis adalah menerima hipotesis jika nilai F hitung $<$ nilai t tabel pada tingkat signifikansi 0,05. Hasil uji-t dapat dilihat dalam tabel berikut.

Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Rata-rata	Selisih	F hitung	T tabel	Keterangan
MI Al Qalam	18,73333	3,866667	1,050561798	0,604950181	Signifikan
MI darunnasih	14,86667				

Berdasarkan hasil uji-t yang Anda sampaikan, nilai F hitung sebesar 1,050561798 lebih besar daripada nilai t tabel sebesar 0,604950181. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa di Banjarmasin Utara dan Banjarmasin Selatan. Oleh karena itu, dalam analisis ini, hipotesis (H_0) yang menyatakan "Adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani siswa Banjarmasin Utara lebih baik dari Banjarmasin Selatan" diterima.

Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Rata-rata	Selisih	F hitung	T tabel	Keterangan
MI Al Qalam	9	4	1,314984709	0,779498147	Signifikan
MI darunnasih	13				

Berdasarkan hasil uji t, nilai f hitung sebesar 1,314984709 dan nilai t tabel sebesar 0,779498147. Dikarenakan f hitung lebih besar daripada t tabel ($1,314984709 > 0,779498147$), maka hasil ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Pada analisis tersebut, hipotesis (H_0) "Adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat kordinasi mata tangan siswa Banjarmasin selatan lebih baik dari Banjarmasin utara", hipotesis diterima.

Nilai rata-rata kebugaran jasmani yang diperoleh dari MI Al Qalam sebesar 18,73333333, sedangkan nilai rata rata kordinasi mata tangan MI Al Qalam sebesar 9. Nilai rata-rata kebugaran Jasmani MI Darunnasih sebesar 14,86667 sedangkan nilai rata rata kordinasi mata tangan 13. Nilai rata-rata yang diperoleh dari hasil TKJI dan Kordinasi mata tangan. Dari hasil tersebut diperoleh selisih sebesar 3,866667 untuk TKJI sedangkan

kordinasi mata tangan terdapat selisih 4. Dari hasil tersebut terdapat perbedaan kebugaran jasmani dan kordinasi mata tangan antara sekolah MI Al Qalam dan MI Darunnasihih.

Pembahasan

Perbedaan Kesegaran Jasmani dan kordinasi mata tangan Siswa MI Al Qalam dan MI Darunnasihih

Pada penelitian yang telah dilakukan, hasilnya menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat kebugaran jasmani dan koordinasi mata tangan antara MI Al Qalam dan MI Darunnasihih. Namun, Anda belum memberikan nilai selisih atau nilai rata-rata yang ditemukan dalam hasil penelitian Anda. Jika Anda ingin membagikan nilai selisih atau nilai rata-rata yang Anda temukan, saya akan dengan senang hati membantu Anda dalam menganalisisnya atau memberikan informasi lebih lanjut sesuai dengan data yang Anda miliki 3,866667 untuk kebugaraan jasmani sedang kan selisih rata-rata kordinasi mata tangan sebesar 4, danggam menggunakan EXCEL 2013 yang menunjukkan bahwa kebugaraan jasmani Al Qalam lebih unggul dari MI Darunnasihih sedangkan untuk kordinasi mata tangan MI Darunnasihih lebih unggul dari pada MI Al Qalam. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kebugaraan jasmani siswa yaitu seperti umur, jenis kelamin, genetik, makanan, dan lain lain. Dari kondisi lingkungan tersebut dapat mempengaruhi tingkat kebugaraan jasmani .

Kebugaraan Jasmani Siswa MI Al Qalam lebih bagus dari MI Darunnasihih

Penjelasan tentang perbedaan karakteristik lingkungan di MI Al Qalam dan MI Darunnasihih yang dapat mempengaruhi kebugaran jasmani siswa adalah sangat relevan dalam konteks penelitian ini. Lingkungan tempat tinggal memang memiliki pengaruh yang signifikan terhadap karakteristik dan kemampuan fisik individu, terutama anak-anak. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Sudarmada (dalam Alif Muna Afif: 2020), lingkungan tempat tinggal dapat memengaruhi berbagai aspek, termasuk pola pergaulan, gaya hidup, dan faktor-faktor lain yang berkontribusi pada karakteristik seorang anak. Misalnya, lingkungan yang memiliki fasilitas olahraga yang baik dan mendukung aktivitas fisik dapat mendorong anak-anak untuk lebih aktif secara fisik. Di sisi lain, lingkungan yang kurang mendukung atau memiliki gangguan sosial tertentu mungkin menghambat aktivitas fisik anak-anak. Penting untuk memahami bagaimana lingkungan tempat tinggal berperan dalam membentuk aktivitas fisik siswa di MI Al Qalam dan MI Darunnasihih, dimana siswa MI QALAM lebih sering melakukan olahraga fisik di sekolah serta malakukan aktifitas yang dapat meningkatkan kebugaraan jasmani, sedangkan MI Darunnasihih meleakaukan olahgara permainan seperti bulu tanggakis, main kasti dll saat praktik olahraga di sekolah.

Kesimpulan

Kesimpulan yang saya sampaikan adalah bahwa berdasarkan hasil penelitian, analisis data, deskripsi, uji hipotesis, pengujian hasil, dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat kebugaran jasmani dan kordinasi mata tangan siswa MI QALAM yang terletak di Banjarmasin utara dan MI Darunnasihih yang terletak di Banjarmasin selatan yang menunjukkan bahwa: 1. Nilai rata-rata kebugaran jasmani yang diperoleh dari MI Al Qalam sebesar 18,73333333, sedangkan nilai rata rata kordinasi mata tangan MI Al Qalam sebesar 14,86667. Dari hasil tersebut adanya perbedaan tingkat kebugaraan jasmani siswa. Hal ini dapat terjadi dikarenakan siswa MI Al Qalam lebih sering melakukan kegiatan praktek di lapangan, siswa sering malakukan kagiatan olahraga yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani. Sedangkan MI Darunnasihih sering melakukan praktek di ruangan sehingga dikarenakan lapangan kurang bagus untuk melakukan kegiatan olahraga atau praktek. 2. Nilai rata-rata kordinasi mata tangan yang diperoleh dari MI Darunnasihih sebesar 13, sedangkan nilai rata rata kordinasi mata tangan MI Al Qalam sebesar 9. Dari hasil tersebut terdapat perbedaan tingkat rata rata kordinasasi mata tangan siswa hal ini dapat terjadi dikarenakan para siswa MI Darunnasihih sering malakukan olahraga seperti permainan lempar tanggap bola, permainan bulu tangkis sehingga para siswa MI Darunnasihih lebih baik dari MI Al Qalam di kareanakan siswa MI Al Qalam lebih sering malakukan kegiatan olahraga Bermain sapak bola .

Pengakuan

Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing dan teman-teman yang telah memberikan bantuan selama proses pengerjaan skripsi ini. Tanpa dukungan dari mereka, mungkin skripsi ini tidak akan selesai. Saya juga berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi mereka yang membutuhkan dan menjadi referensi berguna bagi teman-teman mahasiswa yang sedang menjalani proses penulisan skripsi mereka.

Daftar Pustaka

- academia.edu. (2013). *Intrumen penelitian*.
- Afif, M. A. (2020). *PERBEDAAN TINGKAT KESEGERAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR DI DAERAH DATARAN RENDAH DAN TINGGI*.
- Boihaqi, & Ikhwan, Y. (2020). Hubungan Koordinasi Mata Tangan dengan Keterampilan Bulutangkis Atlet Klub Se-Kota Banda Aceh Tahun 2020. *Serambi Konstruktivis*, 2(3), 1–12.
- Erfan, M. (2017). *PERAN GURU PENJAS TERHADAP KEBUGARAN (KESEGERAN) JASMANI SISWA*.
- Ertanto, R., Supriyadi, M., & Syafutra, W. (2021). Hubungan Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan dengan Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Siswa. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(1), 9–21. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2850>
- Faid, G., Rachman, N., Pendidikan, S.-1, Kesehatan, J., Rekreasi, D., Keolahragaan, I., Dolores, J., & Nasution, H. (2017). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 05 Nomor 01 Tahun*. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Fitron, M., & Mu'arifin. (2020). Survei Tingkat Persepsi Siswa Terhadap Konsep Pendidikan Jasmani Di Sekolah Menengah Atas. *Sport Science Health*, 2(5), 264–271.
- Hananingsih, W., & Imran, A. (2020). Modul Berbasis Pendekatan Saintifik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *JUPE; Jurnal Pendidikan Mandala*, 5(6), 30–35. <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/JUPE/index>
- Irja, & Zulhijra. (2019). *REFORMASI PENDIDIKAN ISLAM DI INDONESIA*. <http://sumsel1.kemenag.go.id/index.php?a=artikel&id2=reformasisistempendidikan>.
- khairuddin dalam Rusyiana. (2022). *PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA KELAS V SDN GUDANG HIRANG 1 PADA PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI METODE BERMAIN SKRIPSI*.
- Maisaroh, P., Athar, & Kahri, R. (2020). *ANALISIS KOMPONEN KEBUGARAN JASMANI PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR NEGERI DILIHAT DARI SARANA DAN PRASARANA PENDIDIKAN JASMANI KELAS V USIA 10-12 TAHUN KOTA BANJARBARU*.
- Manopo, M., Mautang, T., Pangemanan, M., & Keolahragaan, F. (2020). HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA SMP NEGERI 2 TOMOHON RELATIONSHIP OF NUTRITIONAL STATUS WITH THE LEVEL OF PHYSICAL FITNESS IN SMP NEGERI 2 TOMOHON STUDENTSBITUNG CITY. *Jurnal Olympus Jurusan PKR Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMA*, 02(01), 53–61.
- Masrun, Darmawan, R. Z., Padli, & Alnedral. (2020). KONTRIBUSI ANTARA MOTIVASI DAN KOORDINASI MATA-TANGAN DENGAN KETERAMPILAN SERVIS BAWAH BOLAVOLI. *Jurnal Patriot*, 2(3), 860–873.
- Nugraha, B. (2015). *PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA USIA DINI*.
- Prasetio, E., & Sutisyana, A. (2017). TINGKAT KEBUGARAN JASMANI BERDASARKAN INDEKS MASSA TUBUH PADA SISWA SMP NEGERI 29 BENGKULU UTARA. *KINESTETIK : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(2), 86–91.
- Rizhardi, R. (2019). *PERBANDINGAN KEBUGARAN JASMANI ANTARA SEKOLAH DI PERKOTAAN DAN DI PEDESAAN STUDI KASUS DI SMA NEGERI 5 PALEMBANG DAN SMA NEGERI 2 BANYUASIN 2*.
- Sepriadi, A. A. (2013). *MANAJEMEN KEBUGARAN*.
- sugiyono dalam Hafiz. (2020). *KONTRIBUSI POWER OTOT TUNGKAI TERHADAP KECEPATAN LARI JARAK PENDEK (SPRINT) 50 METER PADA MAHASISWA KELAS 2F PROGRAM STUDI PENJASKESREK UNIVERSITAS ISLAM RIAU*.
- Wardiman D, & Mahatma R P. (2020). Hubungan Antara Panjang Tungkai dengan Kecepatan Lari 100 Meter pada Mahasiswa Putra Program Studi Pendidikan Olahraga (STKIP) Kie Raha Ternate. *Pendidikan Olahraga*, 10(2).
- Winarno, M. E. (2018). *metodologi penelitian dalam pendidikan jasmani*. <http://fik.um.ac.id/wp-content/uploads/2018/01/buku>.
- Bayu Aji (2015). Hubungan Kordinasi Mata Tangan Dengan Kemampuan Passing Bawah Bola Voli di SMA Negri 1 Seyegan Kabupaten Sleman. (SKRIPSI) UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
- Lubis, J. (2018). *Pembinaan Kebugaran Jasmani dan Pemulihan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.