

## PROFIL *MOTOR ABILITY* ATLET RUGBY CLUB BARBARIAN BOYOLALI

Aprian Yoga Purnomo Aji; Nur Subekti  
Pendidikan Olahraga,  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

### Abstrak

*Club Rugby Barbarian merupakan Club Rugby pertama di Boyolali yang terbentuk pada tanggal 4 Mei 2019. Kegiatan latihan dilaksanakan seminggu 2 kali setiap minggu pada hari rabu dan sabtu pukul 15.30 di lapangan Winong Boyolali. Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih dan observasi peneliti, disimpulkan hasil yang belum maksimal Motor Ability pada atlet dikarenakan sejauh ini latihan atlet hanya terbatas pada komponen kondisi fisik umum dan belum mengarah pada komponen biomotor khusus Rugby. Seluruh atlet pada club ini belum diketahui tingkat Motor Ability yang mereka miliki. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif kuantitatif, yaitu penelitian yang dilakukan untuk menjawab permasalahan-permasalahan yang ada tentang keadaan atau kondisi dilapangan. Menurut (Barrow, 1954) instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian ini adalah dengan Standing Board Jump, Softball Throw, Zig-zag Run, Wall Pass, Medicine Ball Put, dan lari cepat 50 meter. Setiap hasil tes dilihat dan dibandingkan dengan tabel t-score. Selanjutnya pengkategorian Motor Ability dari atlet Rugby Club Barbarian Boyolali menggunakan rumusan kategorisasi. Selanjutnya, analisis data dilakukan menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan persentase menggunakan SPSS. Berdasarkan hasil analisis data, disimpulkan bahwa profil Motor Ability atlet rugby Barbarian Boyolali mayoritas berada pada kategori sedang (41,67 %).*

**Kata Kunci:** Rugby, *Motor Ability*.

### Abstract

*The Barbarian Rugby Club is the first Rugby Club in Boyolali which was formed on May 4 2019. Training activities are held twice a week on Wednesdays and Saturdays at 15.30 on the Winong Boyolali field. Based on the results of interviews with coaches and researchers' observations, it was concluded that the results of Motor Ability in athletes were not yet optimal because so far the athletes' training had only been limited to general physical condition components and had not addressed the specific biomotor components of Rugby. All athletes in this club do not yet know the level of Motor Ability they have. The research method used is a quantitative descriptive research method, namely research carried out to answer existing problems regarding the situation or conditions in the field. According to (Barrow, 1954) the instruments used to collect data from this research sample were Standing Board Jump, Softball Throw, Zig-zag Run, Wall Pass, Medicine Ball Put, and 50 meter sprint. Each test result is viewed and compared with the t-score table. Next, the Motor Ability categorization of the Boyolali Barbarian Rugby Club athletes uses a categorization formula. Next, data analysis was carried out using quantitative descriptive methods with percentages using SPSS. Based on the results of data analysis, it was concluded that the majority of Boyolali Barbarian rugby athletes' Motor Ability profiles were in the medium category (41.67%).*

**Keywords:** Rugby, *Motor Ability*.

## 1. PENDAHULUAN

Perkembangan olahraga, pendidikan olahraga di *club* mempunyai peranan penting. Menurut (Abduljabar, 2011) pendidikan jasmani sangat memungkinkan untuk sepadan dengan istilah gerak insani (*human movement*), karena menggunakan aktivitas jasmani sebagai alat untuk mendapatkan perkembangan yang menyeluruh dalam hal kualitas fisik, mental, dan emosional seseorang. Pendidikan jasmani memperlakukan individu sebagai kesatuan utuh, makhluk total daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Faktanya, pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sangat luas. Fokusnya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih spesifik lagi, pendidikan jasmani berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya. Hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya.

Menurut (Parwata, 2021) gerak adalah suatu penampilan yang ditampilkan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati. Proses terjadinya gerak merupakan hal mendasar dalam aktivitas sehari-hari dua jenis gerak yang sering kita lakukan. Proses terjadinya gerak merupakan hal mendasar yang dipahami dimana proses terjadinya gerak pada manusia dimulai dari stimulus (S), ke reseptor (R), menuju otak (O). Dari otak ke syaraf motorik atau efektor (E), ke otot, tulang dan sendi sehingga terjadi gerak.

Dalam pendidikan jasmani dan olahraga di suatu *club*, kemampuan gerak (*Motor Ability*) merupakan kemampuan dasar berfungsi sebagai awalan seseorang untuk membawakan berbagai macam gerak dalam kegiatan olahraga. Kemampuan gerak (*Motor Ability*) yang baik sangat menunjang bagi keterampilan gerak olahraga yang lebih atlet. Untuk meningkatkan kemampuan gerak (*Motor Ability*) atlet dibutuhkan suatu proses latihan yang sesuai dengan karakter atlet. Untuk memperoleh keterampilan dasar yang baik perlu didukung oleh kemampuan gerak (*Motor Ability*) yang baik pula. (Asnaldi, 2019) *Motor Ability* merupakan unsur yang penting dan menjadi dasar dalam mengembangkan teknik, taktik, maupun strategi selanjutnya *Motor Ability* adalah salah satu persyaratan yang sangat diperlukan dalam usaha peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan sebagai landasan titik tolak suatu awalan olahraga prestasi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih dan observasi peneliti, disimpulkan hasil yang belum maksimal *Motor Ability* pada atlet dikarenakan sejauh ini latihan atlet hanya terbatas pada komponen kondisi fisik umum dan belum mengarah pada komponen biomotor khusus Rugby. Pada waktu latihan masih terdapat beberapa atlet yang kurang antusias sehingga mengakibatkan atlet mengalami kesulitan dan belum optimal untuk melakukan gerakan-gerakan dasar pada olahraga Rugby seperti: *passing*, menangkap, berlari, menghindar, dan tackle.

Seluruh atlet pada *club* ini belum diketahui tingkat *Motor Ability* yang mereka miliki. *Motor Ability* sangat diperlukan dalam permainan Rugby agar seorang atlet dapat bermain dengan maksimal. Berdasarkan pemaparan latar belakang tersebut, peneliti menganggap penting untuk membahas

masalah ini dalam penelitian dengan harapan hasil dari penelitian ini bermanfaat bagi seluruh anggota *club* Rugby Boyolali, sebagai acuan untuk mengikuti event-event yang akan datang untuk meraih juara. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti lebih lanjut tentang tingkat *Motor Ability* anggota club Rugby Boyolali. Selain itu, atlet Rugby di club Rugby Boyolali belum memiliki catatan *Motor Ability* pada setiap anggota sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui tingkat *Motor Ability* anggota club Rugby Boyolali.

## **2. METODE**

### **Jenis Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif kuantitatif, yaitu penelitian yang dilakukan untuk menjawab permasalahan-permasalahan yang ada tentang keadaan atau kondisi dilapangan dalam kejadian yang akan diteliti menggunakan tes dan pengukuran olahraga (TPO).

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Mliwis Boyolali. Waktu penelitian dilaksanakan pada 02 September 2023.

### **Subjek Penelitian**

Dalam penelitian ini populasinya adalah Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Rugby *Club* Barbarian Boyolali dan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Rugby *Club* Barbarian Boyolali yang berjumlah 20 orang. Penelitian ini menggunakan teknik total *sampling*

### **Prosedur**

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian *Barrow Motor Ability Test* diambil dari jurnal (Barrow, 1954) yang mana instrumen ini masih digunakan sampai sekarang untuk meneliti *Motor Ability*.

### **Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data**

Data dalam penelitian ini di ambil dari hasil pengambilan dari instrumen tes *Motor Ability* Menurut (Barrow, 1954) instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dari sampel penelitian ini adalah dengan *Standing Board Jump, Softball Throw, Zig-zag Run, Wall Pass, Medicine Ball Put*, dan lari cepat 50 meter.

### **Teknik Analisis Data**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif yang menjelaskan fakta yang ada di lapangan. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh atlet Rugby *Club* Barbarian Boyolali yang berjumlah sebanyak 20 orang, sedangkan sampel pada penelitian ini adalah *Total Sampling*. Setiap hasil tes dilihat dan dibandingkan dengan tabel *t-score*. Selanjutnya pengkategorian

*Motor Ability* dari atlet Rugby Club Barbarian Boyolali menggunakan rumusan kategorisasi.

Tabel 1. Kategori *Motor Ability*

Kategori	Interval Score
Sangat tinggi	$X \geq M + 1.5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X < M - 1,5 SD$

Sumber : (Kamarudin & Zulrafli, 2021)

Selanjutnya, analisis data dilakukan menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan persentase menggunakan SPSS.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

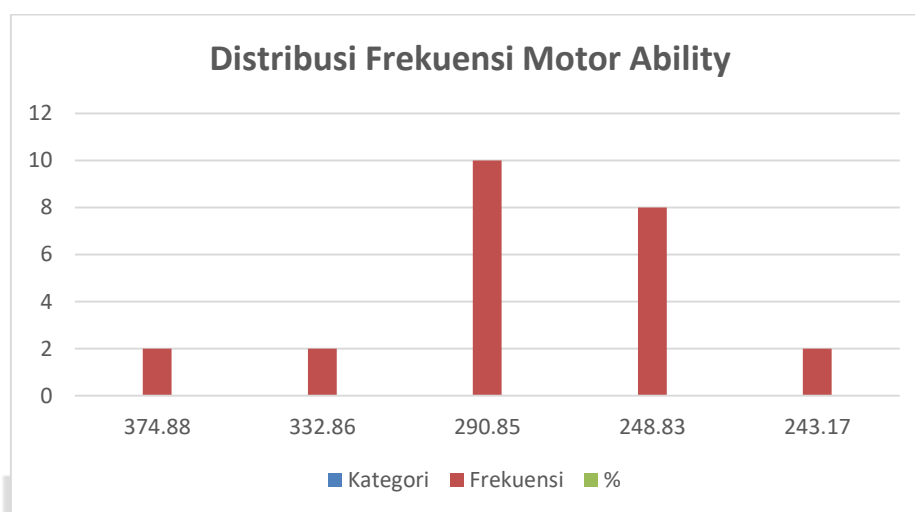
Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel norma penilaian dan disajikan dalam bentuk diagram sebagai berikut :

#### Profil Motor Ability Atlet Rugby Barbarian Boyolali

Tabel 2. Distribusi Frekuensi hasil T-score profil motor ability atlet rugby barbarian boyolali

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	374.88	Sangat Tinggi	2	8.33%
2.	332.86	Tinggi	2	8.33%
3.	290.85	Sedang	8	41.67%
4.	248.83	Kurang	6	33.33%
5.	243.17	Sangat Kurang	2	8.33%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 2 diatas, frekuensi *motor ability* pada atlet Rugby Barbarian Boyolali dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1 Diagram batang *Motor Ability* atlet rugby Barbarian Boyolali.

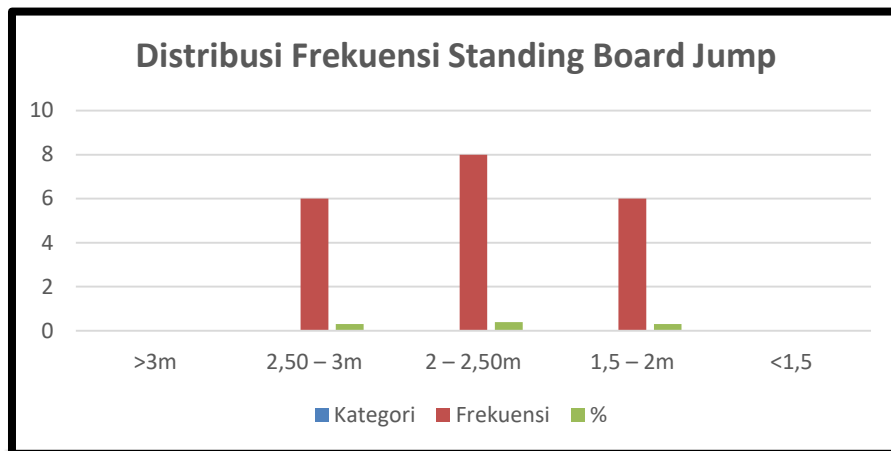
Berdasarkan tabel 2 di atas yang menggunakan T skor, menunjukkan bahwa distribusi frekuensi hasil *Motor ability* berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 8,33% (2 orang), “kurang” sebesar 33,33% (6 orang), “sedang” sebesar 41,67% (8 orang), “tinggi” sebesar 8,33% (2 orang), dan “sangat tinggi” sebesar 8,33% (2 orang).

### ***Standing Board Jump***

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Standing Board Jump

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	>3m	Sangat Baik	0	0%
2.	2,50 – 3m	Baik	6	30%
3.	2 – 2,50m	Cukup	8	40%
4.	1,5 – 2m	Kurang	6	30%
5.	<1,5	Sangat Kurang	0	0%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 3 diatas, frekuensi *Standing Board Jump* pada atlet Rugby Barbarian Boyolali dapat disajikan pada gambar 4.1 sebagai berikut:



Gambar 2 Diagram batang Standing Board Jump Atlet Rugby Barbarian Boyolali

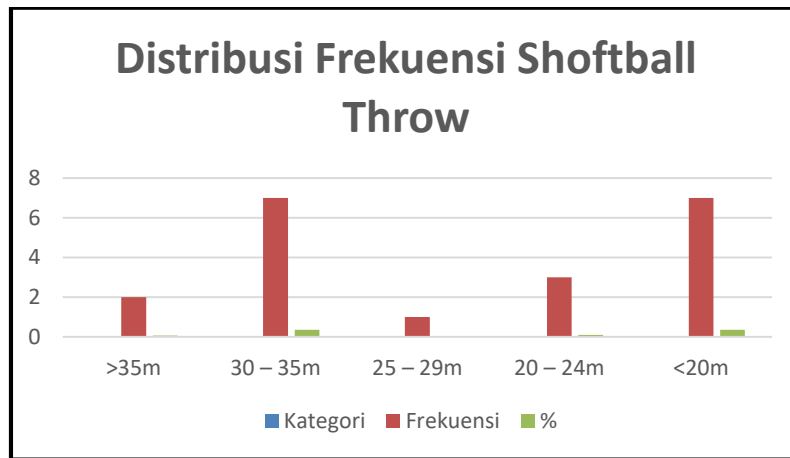
Berdasarkan tabel 3 di atas yang menggunakan T skor, menunjukkan bahwa distribusi frekuensi hasil *Standing Board Jump* berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 orang), “kurang” sebesar 30% (6 orang), “cukup” sebesar 40% (8 orang), “baik” sebesar 30% (6 orang), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 2,27 Frekuensi Hasil Standing Board Jump dalam kategori “cukup”.

#### *Softball Throw*

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Softball Throw

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	>35m	Sangat Baik	2	7%
2.	30 – 35m	Baik	7	35%
3.	25 – 29m	Cukup	1	3%
4.	20 – 24m	Kurang	3	10%
5.	<20m	Sangat Kurang	7	35%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 4 diatas, frekuensi *shoftball throw* pada atlet Rugby Barbarian Boyolali dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 3 Diagram batang shoftball throw Atlet Rugby Barbarian Boyolali

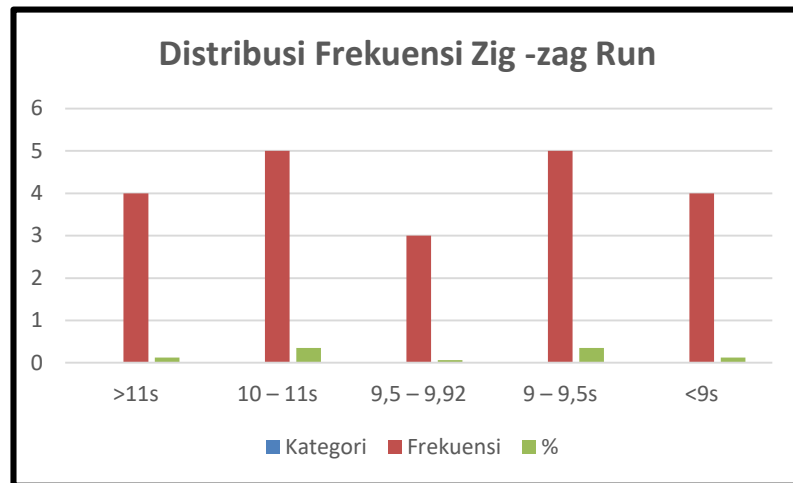
Berdasarkan tabel 4 di atas yang menggunakan T skor, menunjukkan bahwa distribusi frekuensi hasil *Shoftball Throw* berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 35% (7 orang), “kurang” sebesar 10% (3 orang), “cukup” sebesar 3% (1 orang), “baik” sebesar 35% (7 orang), dan “sangat baik” sebesar 7% (2 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 27.50 Frekuensi Hasil Shoftball Throw dalam kategori “cukup”.

### ***Zig-zag Run***

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Zig-zag Run

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	>11s	Sangat Baik	4	12%
2.	10 – 11s	Baik	5	35%
3.	9,5 – 9,92	Cukup	3	6%
4.	9 – 9,5s	Kurang	5	35%
5.	<9s	Sangat Kurang	4	12%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 5 diatas, frekuensi *zig zag run* pada atlet Rugby Barbarian Boyolali dapat disajikan pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4 Diagram batang zig-zag run Atlet Rugby Barbarian Boyolali

Berdasarkan tabel 5 di atas yang menggunakan T skor, menunjukkan bahwa distribusi frekuensi hasil *Zig-zag Run* berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 12% (4 orang), “kurang” sebesar 35% (5 orang), “cukup” sebesar 6% (3 orang), “baik” sebesar 35% (5 orang), dan “sangat baik” sebesar 12% (4 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 10 Frekuensi Hasil *Zig-zag Run* dalam kategori “Baik”.

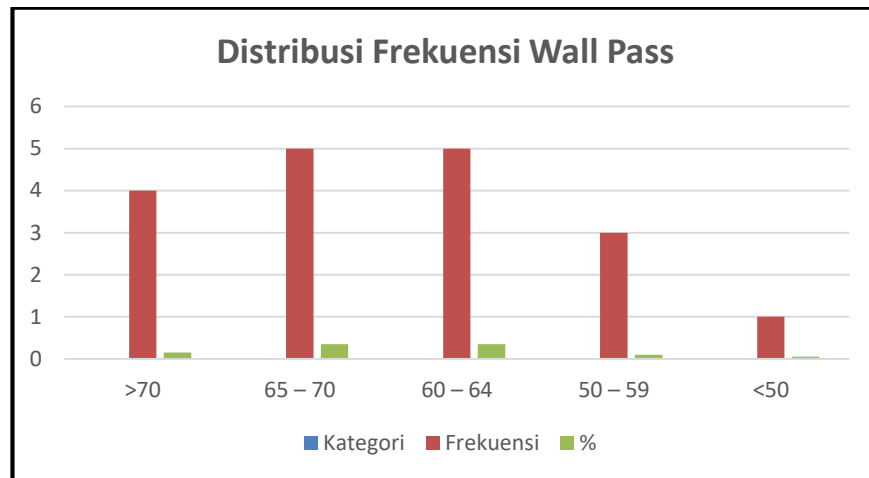
#### Wall Pass

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Wall Pass

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	>70	Sangat Baik	4	15%
2.	65 – 70	Baik	5	35%
3.	60 – 64	Cukup	5	35%
4.	50 – 59	Kurang	3	10%
5.	<50	Sangat Kurang	1	5%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 6 diatas, frekuensi *wall pass* pada atlet Rugby Barbarian Boyolali dapat disajikan pada gambar 5 sebagai berikut:





Gambar 5 Diagram batang wall pass Atlet Rugby Barbarian Boyolali

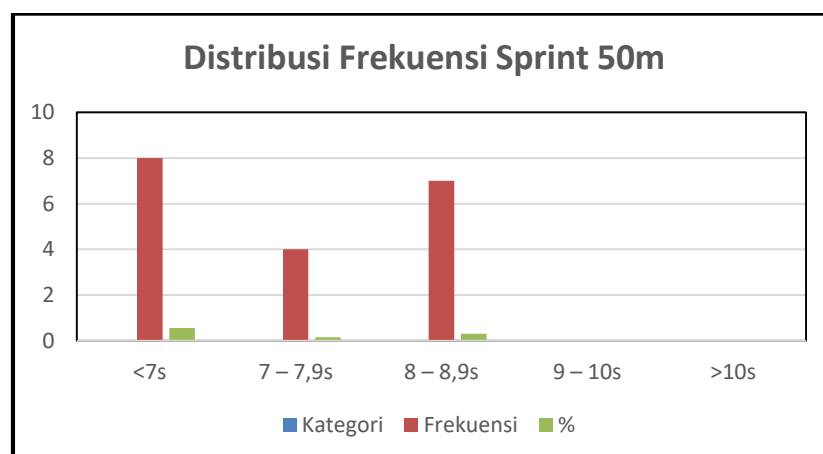
Berdasarkan tabel 6 di atas yang menggunakan T skor, menunjukkan bahwa distribusi frekuensi hasil *Wall Pass* berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 5% (1 orang), “kurang” sebesar 10% (3 orang), “cukup” sebesar 35% (5 orang), “baik” sebesar 35% (5 orang), dan “sangat baik” sebesar 15% (4 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 65,25 Frekuensi Hasil *Wall Pass* dalam kategori “Baik”.

### *Sprint 50m*

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Sprint 50m

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	<7s	Sangat Baik	8	55%
2.	7 – 7,9s	Baik	4	15%
3.	8 – 8,9s	Cukup	7	30%
4.	9 – 10s	Kurang	0	0%
5.	>10s	Sangat Kurang	0	0%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 7 diatas, frekuensi *sprint 50m* pada atlet Rugby Barbarian Boyolali dapat disajikan pada gambar 6 sebagai berikut:



Gambar 6 Diagram batang sprint 50m Atlet Rugby Barbarian Boyolali

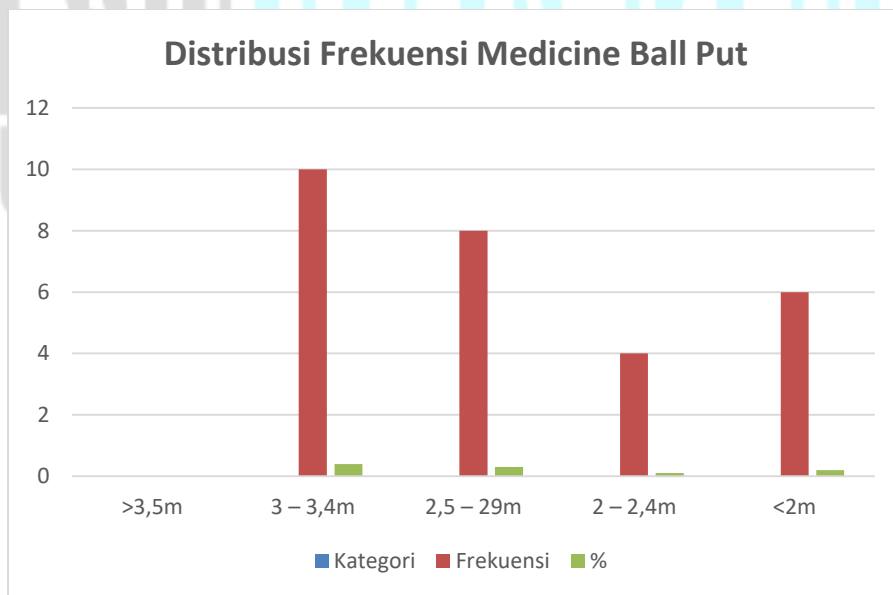
Berdasarkan tabel 7 di atas yang menggunakan T skor, menunjukkan bahwa distribusi frekuensi hasil Sprint 50m berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 orang), “kurang” sebesar 0% (0 orang), “cukup” sebesar 30% (7 orang), “baik” sebesar 15% (4 orang), dan “sangat baik” sebesar 55% (8 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 7,48s Frekuensi Hasil Sprint 50m dalam kategori “cukup”.

**Medicine Ball Put**

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Medicine Ball Put

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1.	>3,5m	Sangat Baik	0	0%
2.	3 – 3,4m	Baik	10	40%
3.	2,5 – 2m	Cukup	8	30%
4.	2 – 2,4m	Kurang	4	10%
5.	<2m	Sangat Kurang	6	20%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 8 diatas, frekuensi *medichine ball put* pada atlet Rugby Barbarian Boyolali dapat disajikan pada gambar 7 sebagai berikut:



Gambar 7 Diagram batang medicine ball put Atlet Rugby Barbarian Boyolali

Berdasarkan tabel 8 di atas yang menggunakan T skor, menunjukkan bahwa distribusi frekuensi hasil Medicine Ball Put berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 20% (6 orang), “kurang” sebesar 10% (4 orang), “cukup” sebesar 30% (8 orang), “baik” sebesar 40% (10 orang), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 2,40m Frekuensi Hasil Medishine Ball Put dalam kategori “cukup”.

#### 4. PENUTUP

##### Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa profil *Motor Ability* atlet rugby Barbarian Boyolali mayoritas berada pada kategori sedang (41,67 %). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik atau kemampuan gerak dasar yang merupakan gambaran umum kemampuan atlet dalam melakukan aktivitasnya berada pada kategori sedang.

##### Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini peneliti memberikan beberapa saran yaitu :

1. Pelatih dapat memberikan program latihan mandiri yang termonitoring oleh pelatih untuk meningkatkan kemampuan motorik setiap atlet.
2. Pelatih disarankan memberikan tes *Motor Ability* secara berkala untuk memantau kemampuan motorik atlet apakah mengalami penurunan ataupun meningkat.

Setiap atlet disarankan mampu latihan mandiri untuk meningkatkan kemampuan motorik yang nantinya akan berdampak pada diri sendiri maupun pada tim.

##### PERSANTUNAN

1. Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) yang telah memberikan ilmu dan pengalaman.
2. Kaprodi Pendidikan Olahraga Bapak Nur Subekti S.Pd, M.Or. yang sudah banyak memberikan ilmu dan juga pengalaman selama masa perkuliahan, sehingga bisa memberikan wawasan yang lebih kepada penulis.
3. Bapak Nur Subekti S.Pd, M.Or. Sebagai pembimbing akademik yang telah banyak membimbing dan memberikan pengetahuan kepada penulis, sehingga penulis mampu melewati masa perkuliahan mulai dari awal masuk sebagai mahasiswa baru hingga saat ini, serta menjadi pembimbing yang selalu sabar mengarahkan, membimbing, serta banyak memberikan masukan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi.

##### DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Ilmu Pendidikan*, 1991, 36. [http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG\\_ABDULJABAR/Pengertian\\_Penjas.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG_ABDULJABAR/Pengertian_Penjas.pdf)
- Asnaldi, A. (2019). Panduan Pelatihan Komponen Motor Ability Bagi Pelatih Lemkari Dojo Angkasa Lanud Padang. *ResearchGate*, April, 1–30. [https://www.researchgate.net/publication/332709190\\_Panduan\\_Pelatihan\\_Komponen\\_Motor\\_Ability\\_Bagi\\_Pelatih\\_Lemkari\\_Doj\\_Angkasa\\_Lanud\\_Padang](https://www.researchgate.net/publication/332709190_Panduan_Pelatihan_Komponen_Motor_Ability_Bagi_Pelatih_Lemkari_Doj_Angkasa_Lanud_Padang)

- Barrow, H. M. (1954). Test of motor ability for college men. *Research Quarterly of the American Association for Health, Physical Education and Recreation*, 25(3), 253–260.  
<https://doi.org/10.1080/10671188.1954.10624966>
- Kamarudin, & Zulraflı. (2021). The Analysis of Motor Ability Of Physical Education Students. *Journal Sport Area*, 6(1), 1–9.
- Parwata, I. M. Y. (2021). Pembelajaran Gerak Dalam Pendidikan Jasmani Dari Perspektif Merdeka Belajar. *Indonesian Journal of Educational Development*, 2(2), 219–228.  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.5233331>

