

UPAYA MENINGKATKAN HASIL PEMBELAJARAN LARI JARAK PENDEK DENGAN PENDEKATAN PERMAINAN PETANI DAN KANCIL

Muhammad Soleh Fudin

STKIP PGRI Trenggalek

Mengimplikasikan pendekatan permainan yaitu permainan petani dan kancil dalam pembelajaran lari jarak pendek salah satu cara meningkatkan karakter siswa dalam pembelajaran dan mampu meningkatkan hasil belajar. Jenis penelitian adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian dilakukan dalam 3 siklus masing-masing siklus melalui tahapan perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Metode pengumpulan data penelitian menggunakan observasi dan tes. Analisis data penelitian menggunakan statistik deskriptif dengan software SPSS 21, diperoleh hasil 1) hasil belajar siswa (lari jarak pendek) dari siklus I sampai siklus III meningkat 0,29889 meter/detik; 2) ketuntasan kelas, pada siklus I nilai rata-rata kelas 70 dan ketuntasan kelas 72%, pada siklus II nilai rata-rata kelas 70 dan ketuntasan kelas 84% dan pada siklus III nilai rata-rata 71,67 dan ketuntasan kelas 89%; 3) Karakter siswa dalam pembelajaran secara klasikal mencapai motivasi 90% berarti tingkat motivasi tinggi, kerjasama 81% berarti tingkat kerjasama cukup tinggi, sportifitas 93% berarti tingkat sportifitas tinggi. Berdasarkan hasil tersebut disimpulkan bahwa pendekatan permainan petani dan kancil dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran lari jarak pendek.

Kata Kunci: lari jarak pendek, permainan petani dan kancil, hasil pembelajaran

Implies approach to the game is the game farmers and mouse deer in learning sprint one way to improve the character of students in learning and improve learning outcomes. This type of research is classroom action research (PTK). The study was conducted in three cycles each cycle through the stages of planning, action, observation and reflection. Methods of data collection research using observation and tests. Research data analysis using descriptive statistics with SPSS 21 software, the result 1) student learning outcomes (sprints) from the first cycle to the third cycle increased 0.29889 meters/second; 2) completeness of the class, in the first cycle the average value of grade 70 and grade completeness 72%, the second cycle of the average value of grade 70 and grade completeness 84% and the third cycle the average value of 71.67 and completeness class 89%; 3) The character of students in learning motivation in the classical achieve 90% means a high level of motivation, cooperation means 81% fairly high level of cooperation, sportsmanship means 93% higher levels of sportsmanship. Based on these results concluded that the approach to the game farmers and mouse deer can improve student learning outcomes in learning sprint.

Keywords: sprint, game farmers and mouse deer, learning outcomes

PENDAHULUAN

Hakikat belajar sebagai inti dari proses pengajaran. Bahwa dalam proses pengajaran atau interaksi belajar-mengajar yang menjadi persoalan utama adalah adanya proses belajar pada siswa yakni proses perubahan tingkah laku siswa melalui berbagai pengalaman yang diperolehnya (Nana Sudjana, 2009:29). Dan menurut pengertian secara psikologis, belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Perubahan-perubahan tersebut akan nyata dalam seluruh aspek tingkah laku, dan pengertian belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh

suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungan (Slameto, 2010:2). Sedangkan menurut Djamarah (2002:13), belajar adalah serangkaian kegiatan jiwa raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam interaksi dalam lingkungannya yang menyangkut kognitif, afektif, dan psikomotor.

Pembelajaran merupakan suatu proses yang terjadi antara guru dan peserta didik. Proses pembelajaran yang baik akan dapat menghasilkan kualitas pendidikan yang baik. Pembelajaran sebagai proses belajar yang dibangun oleh guru untuk mengembangkan kreatifitas berfikir yang dapat meningkatkan kemampuan berfikir siswa. Pembelajaran juga berguna untuk mengkonstruksikan pengetahuan baru sebagai upaya meningkatkan penguasaan yang baik terhadap materi pembelajaran, (Syaiful Sagala, 2010:12). Sedangkan menurut Sudjana yang dikutip dari Sugiharto, dkk. (2007:80), mengemukakan bahwa "pembelajaran merupakan setiap upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik yang dapat menyebabkan peserta didik melakukan kegiatan belajar". Seorang guru harus mampu mengorganisasikan untuk menciptakan system lingkungan untuk mengoptimalkan belajar.

Menurut Drowatzky yang dikutip oleh Sugiyanto (1989:25), belajar gerak adalah belajar yang diwujudkan melalui respon-respon maskular yang diekspresikan dalam gerakan tubuh atau bagian tubuh. Kedudukan belajar gerak di dalam pendidikan jasmani juga bisa ditinjau dari domain tujuan belajar dalam pendidikan jasmani.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, belajar dan bergerak merupakan bagian dari kajian proses pembelajaran yang berkaitan erat dengan proses belajar motorik dan proses mengajar keterampilan motorik. Istilah belajar gerak digunakan sebagai terjemahan dari "Motor Learning". Belajar gerak juga belajar, tetapi mengandung karakteristik yang mengandung domain tujuan belajar yang menjadi sarannya yaitu menyangkut penguasaan keterampilan gerak tubuh.

Dimiyati dan Mudjiono (2006:20) mengemukakan bahwa hasil belajar adalah suatu puncak proses belajar. Hasil belajar tersebut terjadi terutama berkat evaluasi guru. Hasil belajar dapat berupa dampak pengajaran dan dampak pengiring. Kedua dampak tersebut bermanfaat bagi guru dan siswa. Perilaku siswa juga merupakan hasil proses belajar. Perilaku tersebut dapat berupa perilaku yang tak dikehendaki dan yang dikehendaki. Hanya perilaku-perilaku yang dikehendaki diperkuat. Penguatan perilaku yang dikehendaki tersebut dilakukan dengan pengulangan, latihan, drill atau aplikasi.

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan sekaligus merupakan proses pendidikan untuk meningkatkan kemampuan jasmani, (Adang Suherman, 2000:22). Pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani dan olahraga. Bahan kajian pendidikan jasmani dan olahraga dimaksudkan untuk membentuk karakter siswa agar sehat jasmani dan rohani. Pencapaian pendidikan jasmani dan olahraga dapat berdampak positif terhadap pendidikan akademik yang lain dalam lembaga sekolah. Siswa akan lebih siap untuk berprestasi apabila mental dan fisiknya sehat.

Menurut Suparno dan Suwandi (2008:28) "Lari jarak pendek adalah semua perlombaan lari dengan kecepatan penuh sepanjang jarak yang harus di tempuh". Sedangkan menurut Eddy Purnomo dan Dapan (2011:32), bahwa: "lari jarak pendek adalah lari yang menempuh jarak antara 50 meter sampai dengan 400 meter. Oleh karena itu kebutuhan utama untuk lari jarak pendek adalah kecepatan. Kecepatan dalam lari jarak pendek adalah hasil kontraksi yang kuat dan cepat dari otot otot yang di robah menjadi gerakan halus lancar dan efisien".

Lari menjadi salah satu kegiatan primadona dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga. Dalam setiap kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga,

guru selalu menggunakan lari sebagai pembuka dan inti kegiatan belajar mengajar. Kenyataan ini memberi bukti bahwa lari memiliki nilai lebih khususnya dalam pembentukan kualitas fisik seseorang agar lebih prima dan dinamis.

Dalam proses pembelajaran lari mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan olahraga, dan internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, percaya diri, tanggung jawab, disiplin, keberanian, semangat). Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat teoritis namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial. Aktifitas yang diberikan dalam pembelajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik yang menyenangkan, sehingga siswa termotivasi mengikuti pembelajaran lari dari awal sampai akhir pembelajaran dan aktifitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pembelajaran.

Sebagai upaya meningkatkan keberhasilan dalam mencapai tujuan pendidikan baik tujuan dalam lembaga pendidikan sekolah atau yang lebih luas yaitu tujuan pendidikan nasional, guru dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan dan melatih dituntut untuk lebih profesional, berkompeten dan kreatif dalam melaksanakan tugas pembelajaran. Dan dengan minimnya sarana dan prasarana yang dimiliki pada sebagian besar sekolah, guru hendaknya mampu mengatasi permasalahan pembelajaran yang terjadi pada siswa melalui modifikasi pembelajaran dan strategi pembelajaran yang menarik dan menyenangkan sesuai tujuan yang ingin dicapai sehingga dapat menarik minat belajar siswa dan dapat mengembangkan potensi siswa secara optimal.

Berdasarkan wawancara dengan guru mata pelajaran penjasorkes MI Plus Darunnajah, keadaan tersebut terjadi pada saat pembelajaran lari jarak pendek di MI Plus Darunnajah kelas III, siswa mengikuti pembelajaran lari jarak pendek dengan tidak semangat malah terkesan malas-malasan, sehingga perkembangan gerak siswa rendah. Siswa kelihatan kecewa ketika guru menyampaikan materi yang diajarkan adalah lari. Siswa beranggapan bahwa lari itu sudah biasa karena sering dilakukan setiap hari. Karena keadaan pembelajaran yang seperti itu akan berdampak pada hasil pembelajaran yang kurang memuaskan. Hasil pembelajaran lari jarak pendek pada semester ganjil tahun pelajaran 2014/2015 yang pernah dilakukan, yaitu secara klasikal hanya 67% yang tuntas dalam pembelajaran atau mencapai KKM yang ditentukan 70. Sedangkan guru mata pelajaran menentukan ketuntasan secara klasikal sebesar 85%.

Hal ini disebabkan oleh beberapa hal diantaranya kurang adanya sarana yang mendukung, untuk itu perlu menerapkan model dan pendekatan pembelajaran yang baik dan tepat, direncanakan dengan baik, disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik siswa, aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan, maka pembelajaran pendidikan jasmani akan berjalan dengan baik dan tujuan pembelajaran akan tercapai. Di samping itu juga, siswa akan termotivasi dalam belajarnya, merasa senang karena bentuk pembelajaran yang dilakukan sesuai dengan kondisi dirinya. Tetapi sebaliknya, jika pembelajaran tidak sesuai dengan kondisi dan karakteristik siswa, maka siswa akan merasa bosan dan jenuh, sehingga siswa akan malas melaksanakan tugas ajar, sehingga penguasaan materinya menurun.

Salah satu pendekatan dalam pembelajaran yang dapat digunakan dalam hal ini adalah pendekatan pembelajaran melalui permainan yang dimodifikasi yaitu suatu pendekatan yang dapat membantu siswa mempelajari keterampilan dasar dalam mempelajari teknik dasar. Dengan pendekatan permainan tersebut dapat mengubah suasana menjadi lebih santai dan menyenangkan, bahkan siswa bisa tertarik untuk saling berkompetisi melalui media pembelajaran tersebut. Keadaan ini akan membantu menumbuhkan motivasi dan antusiasme terhadap materi ajar gerak dasar lari jarak pendek karena para siswa cenderung lebih menyukai suasana yang santai dari pada yang serius.

Proses pembelajaran menuntut guru untuk merancang berbagai metode pembelajaran yang memungkinkan terjadinya proses pembelajaran aktif. Model pembelajaran dengan pendekatan bermain merupakan salah satu bentuk pembelajaran jasmani yang disenangi siswa. Model pembelajaran dengan pendekatan bermain dapat diberikan kepada peserta didik di segala jenjang pendidikan. Dengan bermain imajinasi perilaku pemain dapat dikembangkan oleh bimbingan guru, sehingga permainan jauh lebih menarik, menyenangkan, dan meriah.

Pendekatan bermain merupakan bentuk pembelajaran yang dikonsepsi dalam bentuk permainan. Menurut Sukintaka (1992:11), kalau anak bermain atau diberi permainan dalam rangka pembelajaran pendidikan jasmani, maka anak akan melakukan permainan itu dengan rasa. Karena rasa senang inilah maka anak akan mengungkapkan keadaan pribadinya yang asli pada saat mereka bermain, baik itu berupa watak asli, maupun kebiasaan yang telah membentuk kepribadiannya. Sedangkan Yoyo Bahagia dan Adang Suherman (2000:35) berpendapat, "strategi pembelajaran permainan berbeda dengan strategi pembelajaran skill, namun bisa dipastikan bahwa keduanya harus melibatkan modifikasi atau pengembangan agar sesuai dengan prinsip DAP (*developmentally appropriate practice*) dan *body scaling* (ukuran fisik termasuk kemampuan fisik)".

Menurut Eddy Purnomo dan Dapan (2011:32) bahwa: "lari jarak pendek adalah lari yang menempuh jarak antara 50 meter sampai dengan 400 meter. Oleh karena itu kebutuhan utama untuk lari jarak pendek adalah kecepatan. Kecepatan dalam lari jarak pendek adalah hasil kontraksi yang kuat dan cepat dari otot-otot yang dirobah menjadi gerakan halus dan lancar dan efisien". Menurut Suparno dan Suwandi (2008:28) "lari jarak pendek/lari cepat adalah semua perlombaan lari dengan kecepatan penuh sepanjang jarak yang harus di tempuh".

Pendekatan diartikan sebagai proses, metode atau cara untuk menyampaikan sesuatu. Dalam penelitian ini pendekatan diartikan dengan metode mengajar adalah suatu pengetahuan tentang cara-cara mengajar yang dipergunakan oleh seorang guru atau instruktur. Pendekatan bermain adalah salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani yang dapat diberikan di segala jenjang pendidikan. Hanya saja, porsi dan bentuk pendekatan bermain yang akan diberikan harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Selain itu harus dipertimbangkan juga faktor usia, perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh mereka. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan permainan yaitu permainan petani dan kancil.

Permainan petani dan kancil ini permainan tradisional yang modifikasi penggabungan permainan bentengan dan permainan kasti. Permainan petani dan kancil adalah permainan berkelompok yang membutuhkan ketangkasan, kecepatan berlari dan strategi. Jadi permainan petani dan kancil erat kaitannya dengan perkembangan imajinasi perilaku yang sedang bermain, karena melalui daya imajinasi, maka permainan yang akan berlangsung akan jauh lebih meriah. Oleh karena itu sebelum melakukan kegiatan, maka guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sebaiknya memberikan penjelasan terlebih dahulu kepada siswanya imajinasi tentang permainan yang akan dilakukannya. Sehingga tidak terjadi kesalahan pemahaman dalam melakukan permainan tersebut.

Dalam permainan petani dan kancil ini dibutuhkan peraturan agar tercipta kompetisi antar kelompok, sehingga antar individu dalam permainan menjadi lebih menyenangkan dan antusias untuk memenangkan permainan tersebut. Adapun diskripsi permainan petani dan kancil ini adalah sebagai berikut:

1. Pemain

Permainan ini dimainkan minimal 6 orang pemain tiap kelompoknya dan makin banyak pemain maka semakin meriahlah permainan ini. Permainan ini dibagi menjadi 2

kelompok yaitu kelompok kancil dan kelompok petani yang sama banyak anggotanya, sehingga dalam permainan petani dan kancil ini seimbang.

2. Persiapan

Yang perlu dipersiapkan dalam permainan ini adalah sebagai berikut: 1) lapangan ukurannya \pm 30 meter x 15 meter; 2) penjara untuk menawan kancil yang tertangkap; 3) tempat penyimpanan timun berupa keranjang atau garis yang dibentuk misalnya lingkaran atau persegi; 4) bola kecil (bola tenis atau seukurannya); 5) benda plastik yang menyerupai timun atau bola plastik kecil sebagai timun yang disimpan di tempat penyimpanan, jumlahnya adalah sebanyak orang yang mengikuti permainan; 6) roll meter untuk mengukur lapangan permainan; 7) kapur atau sejenisnya untuk memberi batas lapangan permainan dan batas pos pemain yang sebagai petani agar pemain tidak boleh berlari melewati batas yang ditentukan.

3. Aturan Permainan

Sebelum memulai permainan ini sebaiknya menentukan peraturan-peraturan yang harus ditentukan. Beberapa peraturan yang diterapkan adalah: 1) pertama personil dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok sebagai kancil dan kelompok sebagai petani atau pemburu kancil. Tiap kelompok anggotanya minimal terdiri dari 6 orang pemain yang sama banyaknya; 2) kemudian salah satu perwakilan kelompok tos untuk menentukan kelompok mana yang sebagai kancil dan kelompok mana yang menjadi petani; 3) timun (bola kecil) yang dicuri kancil diletakkan dikeranjang tempat penyimpanan petani yang jumlahnya ditentukan; 4) setelah sudah ditentukan kelompoknya, permainan dimulai dengan aturan yang ditetapkan sebagai berikut:

1) Kelompok kancil

- Tugasnya mencuri timun yang ada tempat penyimpanan petani dengan cara lari dan menghindari lemparan bola dari petani jangan sampai terkena bola dan larinya tidak boleh melampaui garis batas lapangan permainan.
- Apabila kancil terkena lemparan bola harus masuk penjara dan apabila sebelum menempatkan timun ke tempat persembunyian kancil terkena lemparan bola maka kancil harus mengembalikan timun ke tempat penyimpanan dulu lalu masuk penjara.
- Kancil akan memulai lari dari tempat persembunyiannya dikendalikan seorang pengadil permainan.
- Kancil yang berada di penjara bisa bebas apabila dibebaskan oleh teman sesama kancil yang masih aktif dalam permainan.
- Kelompok kancil menang apabila mencuri keseluruhan timun yang ada di tempat penyimpanan petani.

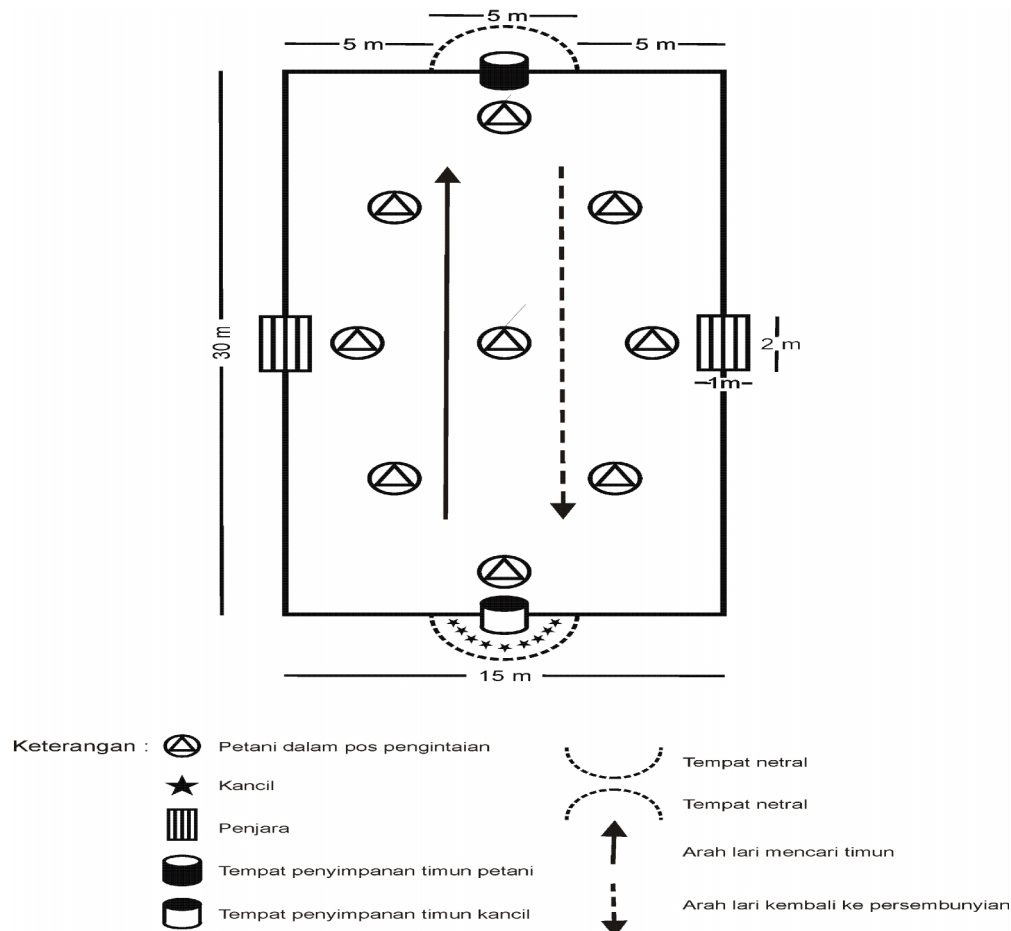
2) Kelompok petani

- Tugasnya adalah melempari kancil dengan bola kecil yang sudah keluar dari tempat persembunyian sampai kena.
- Caranya petani melempari kancil dengan bola harus pada pos-pos yang ditentukan. Apabila bola keluar dari pos, petani tidak boleh langsung melempar kancil tapi harus dikasihkan ke petani yang lain atau membawa ke posnya sendiri baru boleh melempari kancil lagi. Agar mudah terkena bola dilemparkan ke teman sesama petani yang lebih dekat dengan kancil yang keluar dari persembunyian. Oleh karena itu petani menempatkan diri ke seluruh pos-pos yang ditentukan di lapangan permainan agar mudah melempar dan mengenai kancil.
- Petani yang sudah mengenai kancil dengan lemparan bola tetapi melemparnya di luar pos yang ditentukan maka kancil dianggap tidak terkena lemparan. Petani tidak boleh melempari kancil kalau sudah di daerah persembunyian atau di daerah

penyimpanan timun yang diberi tanda setengah lingkaran di masing-masing ujung lapangan.

- Kelompok petani menang apabila semua kancil terkena lemparan bola dan berada di penjara dengan catatan timun yang ada di tempat penyimpanan belum habis di curi kancil.

4. Lapangan Permainan Petani dan Kancil



Dalam pembelajaran lari jarak pendek ini menggunakan pendekatan permainan petani dan kancil. Pendekatan permainan petani dan kancil dalam pembelajaran lari jarak pendek ini bertujuan menumbuhkan motivasi dan antusiasme terhadap materi ajar gerak dasar lari jarak pendek dengan suasana yang santai dan menyenangkan. Sehingga dengan keadaan tersebut hasil belajar siswa akan meningkat dan ketuntasan belajar siswa juga tuntas sesuai kriteria ketuntasan minimal (KKM).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan (*classroom action research*), karena penelitian dilakukan untuk memecahkan masalah pembelajaran di kelas. Penelitian tindakan adalah salah satu strategi pemecahan masalah yang memanfaatkan tindakan nyata dalam bentuk proses pengembangan inovatif yang “dicoba sambil jalan” dalam mendeteksi dan memecahkan masalah (Suharsimi Arikunto, 2006:90).

Penelitian tindakan kelas (PTK) merupakan penelitian yang memiliki tujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. Pelaksanaan PTK dilakukan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi di sekolah masing-masing, (Winarno, 2011:74). Penelitian tindakan kelas ini menggunakan 3 siklus dalam pembelajaran lari dengan permainan petani dan

kancil, untuk meningkatkan hasil pembelajaran lari jarak pendek. Model yang dikembangkan oleh Kurt Lewin didasarkan atas konsep pokok bahwa penelitian tindakan terdiri dari empat komponen pokok yang juga menunjukkan langkah, yaitu:

1. Perencanaan atau *planning*,
2. Tindakan atau *acting*,
3. Pengamatan atau *observing*, dan
4. Refleksi atau *reflecting*, (Winarno, 2011:71-72).

Penelitian ini juga termasuk penelitian deskriptif, karena menggambarkan bagaimana suatu teknik pembelajaran diterapkan dan bagaimana hasil yang diinginkan dapat dicapai. Dalam penelitian tindakan ini dalam perencanaan, tindakan dan refleksi dilakukan peneliti dan sebagai pengamatan adalah teman sejawat sebagai guru penjasorkes MI Plus Darunnajah dan dosen penjasorkes SKIP PGRI Trenggalek. Dengan cara ini diharapkan adanya kesungguhan dari seluruh siswa dan bisa didapatkan data yang subyek mungkin demi kevalidan dari data yang diperlukan.

Penelitian ini dilakukan di MI Plus Darunnajah Kelutan kabupaten Trenggalek. Sedangkan subyek penelitian ini adalah siswa kelas III MI Plus Darunnajah Kelutan kabupaten Trenggalek semester genap tahun pelajaran 2014/2015 berjumlah 18 siswa terdiri 10 siswa putra dan 8 siswa putri.

Menurut Ibnu, (2003:71) instrumen penelitian memegang peranan penting dalam upaya mencapai tujuan penelitian, (Winarno, 2011:93). Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk memperoleh atau mengumpulkan data dalam rangka memecahkan masalah penelitian atau mencapai tujuan penelitian. Jadi untuk menentukan kualitas penelitian yang bermutu dinilai dari instrumen yang digunakan. Dalam penelitian ini menggunakan instrumen observasi dan tes.

Observasi ini menggunakan observasi sistematis yaitu dilakukan oleh pengamat dengan menggunakan pedoman sebagai instrumen pengamatan. Pedoman observasi berisi sebuah daftar jenis kegiatan yang mungkin timbul dan akan diamati dalam proses pembelajaran. Instrumen observasi ini meliputi observasi karakter siswa dan observasi analisis gerak lari.

Menurut Kirkendall (1980), mengemukakan tes adalah instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang individu atau objek, (Winarno, 2011:94). Menurut Arikunto dalam Winarno (2011:95), tes prestasi (*achievement test*) yaitu tes yang digunakan untuk mengukur pencapaian prestasi seseorang setelah mempelajari sesuatu. Instrumen tes dalam penelitian ini menggunakan tes kecepatan lari 30 meter.

Pada penelitian ini dalam pengolahan data hasil belajar menggunakan statistik deskriptif. Pengolahan data hasil belajar pada program komputer statistik yaitu program *statistical product and service solution 21* (SPSS 21). Dalam SPSS 21 menganalisis hasil belajar penelitian ini menggunakan uji paired sample t test untuk mengetahui peningkatan hasil belajar tiap siklus dan uji F (anova) untuk mengetahui perbedaan hasil belajar antar siklus.

Sedangkan untuk menganalisa ketuntasan hasil belajar per-siklus ini dihitung dengan menggunakan statistik sederhana yaitu:

1. Ketuntasan hasil belajar individual

Untuk mengetahui ketuntasan belajar siswa secara individual, peneliti melakukan perhitungan jika siswa telah tuntas belajar minimal mencapai persentase 70% ke atas atau nilai lebih dari sama dengan 70 (mencapai KKM). Dalam mengetahui ketuntasan individu, peneliti menggunakan pendekatan penilaian acuan norma (PAN). Jadi kriteria ditentukan setelah hasil penelitian mentah sudah diketahui. Pada penelitian acuan norma (PAN) peneliti menggunakan penilaian standar lima dan kriteria penilaian antara siswa putra dan siswa putri dibedakan.

2. Ketuntasan hasil belajar klasikal

Secara klasikal suatu kelas dinyatakan tuntas belajar jika 85% siswa telah mencapai KKM (nilai lebih dari sama dengan 70).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian Per-siklus

Dari hasil observasi analisis gerak lari dalam permainan petani dan kancil pada siklus I penguasaan teknik gerak lari jarak pendek secara klasikal menunjukkan 74% dan hasil observasi karakter siswa pada siklus I aspek motivasi cenderung sedang, aspek kerjasama cenderung sedang, sedangkan aspek sportifitas cenderung cukup. Hasil tes kecepatan lari jarak pendek 30 meter rata-rata kelas 4,25 meter/detik dan menunjukkan ketuntasan kelas 72% dari 18 siswa, dengan rincian 13 siswa tuntas dan 5 siswa belum tuntas. Refleksi siklus I sebagai berikut: 1) diperjelas penyampaian peraturan permainan petani dan kancil kepada siswa, 2) memberi evaluasi pada gerak lari siswa dalam permainan saat proses pembelajaran, 3) mengubah sebagian peraturan permainan kancil petani dan kancil yaitu: start kancil kedua dan seterusnya memulai start setelah kancil yang di depannya sampai area penyimpanan timun, cara membebaskan teman sekelompok kancil yang berada di penjara yaitu satu persatu (satu kancil membebaskan satu kancil dalam satu rute balikan ke tempat persembunyian kancil). Berdasarkan refleksi untuk memperbaiki proses pembelajaran sudah didiskusikan sama teman sejawat dan disimpulkan, maka direkomendasikan untuk melakukan perencanaan pada siklus berikutnya.

Dari hasil observasi analisis gerak lari dalam permainan petani dan kancil pada siklus II penguasaan teknik gerak lari jarak pendek secara klasikal menunjukkan 79% dan hasil observasi karakter siswa pada siklus II aspek motivasi cenderung cukup, aspek kerjasama cenderung cukup, sedangkan aspek sportifitas cenderung baik. Hasil tes kecepatan lari jarak pendek 30 meter rata-rata kelas 4,87 meter/detik dan menunjukkan ketuntasan kelas 83% dari 18 siswa, dengan rincian 15 siswa tuntas dan 3 siswa belum tuntas. Refleksi siklus II sebagai berikut: 1) memberi kesempatan dan membimbing pada siswa untuk mengembangkan ide menyelesaikan masalah dalam proses pembelajaran, 2) memberi *assessment* tersendiri atau *reward* kepada semua siswa yang mendapatkan timun lebih banyak dari temannya, 3) menambah peraturan permainan petani dan kancil yaitu: a) diberi batasan waktu untuk menyelesaikan atau memenangkan permainan yaitu 8 menit, b) menambah media bola kecil sebagai senjata petani menjadi dua buah bola kecil. Berdasarkan refleksi untuk memperbaiki proses pembelajaran sudah didiskusikan sama teman sejawat dan disimpulkan, maka direkomendasikan untuk melakukan perencanaan pada siklus berikutnya.

Dari hasil observasi analisis gerak lari dalam permainan petani dan kancil pada siklus III penguasaan teknik gerak lari jarak pendek secara klasikal menunjukkan 85% dan hasil observasi karakter siswa pada siklus III aspek motivasi cenderung baik, aspek kerjasama cenderung baik, sedangkan aspek sportifitas cenderung baik. Hasil tes kecepatan lari jarak pendek 30 meter rata-rata kelas 5,07 meter/detik dan menunjukkan ketuntasan kelas 89% dari 18 siswa, dengan rincian 16 siswa tuntas dan 2 siswa belum tuntas. Berdasarkan hasil pembelajaran yang didapatkan dari siklus III yang sudah mencapai atau melebihi hasil pembelajaran yang tentukan peneliti yaitu pencapaian KKM 70 secara klasikal 85% ketuntasan. Maka peneliti menghentikan sementara perbaikan perencanaan pembelajaran berikutnya, meskipun masih ada beberapa kekurangan atau kelemahan dalam proses pembelajaran.

Peningkatan Hasil Pembelajaran Per-Siklus

Penghitungan peningkatan hasil pembelajaran per-siklus dalam penelitian ini menggunakan *Paired Sample t Test* pada program *Statistical Product dan Service Solutions 21* (SPSS 21). Hasil perhitungan per-siklus sebagai berikut:

Tabel 1. Siklus I dengan Siklus II

Tabel Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Siklus 1	4,5417	18	,33532	,07904
Siklus 2	4,6639	18	,30904	,07284

Sumber: SPSS 21

Berdasarkan output pertama menunjukkan bahwa setelah melakukan pembelajaran lari jarak pendek dengan pendekatan permainan petani dan kancil pada siklus I rata-rata kelas mencapai hasil kecepatan lari 30 meter 4,5417 meter/detik. Sedangkan setelah melakukan pembelajaran lari jarak pendek dengan pendekatan permainan petani dan kancil pada siklus II rata-rata kelas mencapai hasil kecepatan lari 30 meter 4,6639 meter/detik.

Tabel Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Siklus 1 & Siklus 2	18	,986	,000

Sumber: SPSS 21

Berdasarkan output kedua menunjukkan hasil korelasi antara siklus I dengan siklus II yang menghasilkan angka 0,986 dengan nilai probabilitas jauh di bawah 0,05 (lihat nilai signifikansi output 0,000). Hal ini menyatakan bahwa korelasi antara siklus I dengan siklus II sangat erat dan benar-benar secara nyata.

Tabel Paired Samples Test

		Pair 1	
		Siklus 1 - Siklus 2	
Paired Differences	Mean	-,12222	
	Std. Deviation	,05946	
	Std. Error Mean	,01402	
	95% Confidence Interval of the Difference	Lower	-,15179
		Upper	-,09265
t		-8,720	
df		17	
Sig. (2-tailed)		,000	

Sumber: SPSS 21

Hipotesis untuk kasus ini:

Ho = Kedua rata-rata populasi adalah identik (rata-rata populasi siklus I dan siklus II adalah tidak berbeda secara nyata).

Hi = Kedua rata-rata populasi adalah tidak identik (rata-rata populasi siklus I dan siklus II adalah memang berbeda secara nyata).

Dasar keputusan dengan nilai probabilitas:

- Jika probabilitas $> 0,05$ maka H_0 diterima.
- Jika probabilitas $< 0,05$ maka H_0 ditolak.

Terlihat dari output ketiga bahwa t hitung adalah $- 8,720$ dengan probabilitas $0,000$. Karena $- 8,720 < 0,05$ maka H_0 ditolak. Dapat disimpulkan bahwa siklus I dan siklus II memang berbeda secara nyata.

1. Siklus II dan Siklus III

Tabel Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Siklus 2	4,6639	18	,30904	,07284
Siklus 3	4,8406	18	,32661	,07698

Sumber: SPSS 21

Berdasarkan output pertama menunjukkan bahwa setelah melakukan pembelajaran lari jarak pendek 30 meter dengan pendekatan permainan petani dan kancil pada siklus II rata-rata kelas mencapai hasil kecepatan lari 30 meter 4,6639 meter/detik. Sedangkan setelah melakukan pembelajaran lari jarak pendek 30 meter dengan pendekatan permainan petani dan kancil pada siklus III rata-rata kelas mencapai hasil kecepatan lari 30 meter 4,8406 meter/detik.

Tabel Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Siklus 2 & Siklus 3	18	,991	,000

Sumber: SPSS 21

Berdasarkan output kedua menunjukkan hasil korelasi antara siklus II dengan siklus III yang menghasilkan angka $0,991$ dengan nilai probabilitas jauh di bawah $0,05$ (lihat nilai signifikansi output $0,000$). Hal ini menyatakan bahwa korelasi antara siklus II dengan siklus III sangat erat dan benar-benar secara nyata.

Tabel Paired Samples Test

		Pair 1	
		Siklus 2 - Siklus 3	
Paired Differences	Mean	-,17667	
	Std. Deviation	,04589	
	Std. Error Mean	,01082	
	95% Confidence Interval of the Difference	Lower Upper	-,19949 -,15385
	t		-16,333
df		17	
Sig. (2-tailed)		,000	

Sumber: SPSS 21

Hipotesis untuk kasus ini:

Ho = Kedua rata-rata populasi adalah identik (rata-rata populasi siklus II dan siklus III adalah tidak berbeda secara nyata).

Hi = Kedua rata-rata populasi adalah tidak identik (rata-rata populasi siklus II dan siklus III adalah memang berbeda secara nyata).

Dasar keputusan dengan nilai probabilitas:

- Jika probabilitas > 0,05 maka Ho diterima.
- Jika probabilitas < 0,05 maka Ho ditolak.

Terlihat dari output ketiga bahwa t hitung adalah - 16,333 dengan probabilitas 0,000. Karena - 16,333 < 0,05 maka Ho ditolak. Dapat disimpulkan bahwa siklus II dan siklus III memang berbeda secara nyata.

Perbedaan Hasil Pembelajaran Semua Siklus

Penghitungan perbedaan rata-rata hasil belajar pada tiga siklus pembelajaran lari jarak pendek menggunakan uji *One-Way Anova* dalam program *Statistical Product dan Service Solutions 21* (SPSS 21). Hasil perhitungan perbedaan rata-rata semua siklus sebagai berikut:

Tabel Descriptives

	Siklus 1	Siklus 2	Siklus 3	Total
N	18	18	18	54
Mean	4,5417	4,6639	4,8406	4,6820
Std. Deviation	,33532	,30904	,32661	,34096
Std. Error	,07904	,07284	,07698	,04640
95% Confidence Lower Bound	4,3749	4,5102	4,6781	4,5890
Interval for Upper Bound	4,7084	4,8176	5,0030	4,7751
Minimum	3,88	3,99	4,17	3,88
Maximum	5,06	5,11	5,29	5,29

Sumber: SPSS 21

Berdasarkan output pertama terlihat ringkasan statistik dari tiga siklus. Hasil ringkasan statistik per-siklus sebagai berikut:

Siklus I

- 1) Rata-rata hasil belajar adalah 4,5417 meter/detik.
- 2) Hasil belajar minimum adalah 3,88 meter/detik dan maksimum 5,06 meter/detik.
- 3) Dengan tingkat kepercayaan 95% atau signifikan 5%, rata-rata hasil belajar ada pada range 4,3749 meter/detik sampai 4,7084 meter/detik.

Siklus II

- 1) Rata-rata hasil belajar adalah 4,6639 meter/detik.
- 2) Hasil belajar minimum adalah 3,99 meter/detik dan maksimum 5,11 meter/detik.
- 3) Dengan tingkat kepercayaan 95% atau signifikan 5%, rata-rata hasil belajar ada pada range 4,5102 meter/detik sampai 4,8176 meter/detik.

Siklus III

- 1) Rata-rata hasil belajar adalah 4,8406 meter/detik.
- 2) Hasil belajar minimum adalah 4,17 meter/detik dan maksimum 5,29 meter/detik.
- 3) Dengan tingkat kepercayaan 95% atau signifikan 5%, rata-rata hasil belajar ada pada range 4,6781 meter/detik sampai 5,0030 meter/detik.

Tabel Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,096	2	51	,909

Sumber: SPSS 21

Hipotesis: H_0 = Ketiga varians populasi adalah identik.

H_1 = Ketiga varians populasi adalah tidak identik.

Dasar pengambilan keputusan:

➤ Jika probabilitas $> 0,05$, maka H_0 diterima.

➤ Jika probabilitas $< 0,05$, maka H_0 ditolak.

Keputusan:

Berdasarkan output kedua terlihat levene test hitung adalah 0,096 dengan nilai probabilitas 0,909. Karena probabilitas $> 0,05$, maka H_0 diterima atau ketiga varians adalah sama. Dengan demikian, asumsi varians untuk uji anova sudah terpenuhi.

Tabel ANOVA

	Between Groups	Within Groups	Total
Sum of Squares	,813	5,349	6,161
df	2	51	53
Mean Square	,406	,105	
F	3,876		
Sig.	,027		

Sumber: SPSS 21

Setelah ketiga varians terbukti sama, lalu dilakukan uji anova (*analysis of variance*) untuk menguji apakah ketiga siklus mempunyai rata-rata (*mean*) yang sama.

Analisis memakai anova

Hipotesis: H_0 = Ketiga rata-rata populasi adalah identik.

H_1 = Ketiga rata-rata populasi adalah tidak identik.

Dasar pengambilan keputusan berdasar nilai probabilitas:

➤ Jika probabilitas $> 0,05$, maka H_0 diterima.

➤ Jika probabilitas $< 0,05$, maka H_0 ditolak.

Keputusan:

Terlihat bahwa F hitung adalah 3,876 dengan probabilitas 0,027. Karena probabilitas $< 0,05$, maka H_0 ditolak atau rata-rata hasil belajar ketiga siklus tersebut memang berbeda.

	(I) Siklus	(J) Siklus	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
Tukey HSD	Siklus 1	Siklus 2	-,12222	,10795	,499	-,3828	,1384
		Siklus 3	-,29889*	,10795	,021	-,5595	-,0383
	Siklus 2	Siklus 1	,12222	,10795	,499	-,1384	,3828
		Siklus 3	-,17667	,10795	,240	-,4372	,0839
	Siklus 3	Siklus 1	,29889*	,10795	,021	,0383	,5595
		Siklus 2	,17667	,10795	,240	-,0839	,4372
Bonferroni	Siklus 1	Siklus 2	-,12222	,10795	,788	-,3894	,1450

	(I) Siklus	(J) Siklus	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
		Siklus 3	-,29889*	,10795	,023	-,5661	-,0317
	Siklus 2	Siklus 1	,12222	,10795	,788	-,1450	,3894
		Siklus 3	-,17667	,10795	,324	-,4439	,0906
	Siklus 3	Siklus 1	,29889*	,10795	,023	,0317	,5661
		Siklus 2	,17667	,10795	,324	-,0906	,4439

*The mean difference is significant at the 0.05 level.

Sumber: SPSS 21

Untuk mengetahui siklus mana yang berbeda dan mana yang tidak berbeda dengan membedakan mean antar ketiga siklus. Caranya menggunakan uji *Turkey* dan *Bonferroni*, Sedangkan untuk uji signifikansi perbedaan mean antar siklus berdasar pada nilai probabilitas sebagai berikut:

- a. Jika probabilitas $> 0,05$, maka H_0 diterima.
- b. Jika probabilitas $< 0,05$, maka H_0 ditolak.

Selain itu hasil uji signifikansi dengan mudah dapat dilihat pada output dalam kolom *mean difference* jika ada tanda * di angka *mean difference* maka perbedaan tersebut signifikan, sebaliknya jika tidak ada tanda * di angka *mean difference* maka perbedaan tersebut tidak signifikan.

Keputusan:

Berdasarkan output keempat pada hasil uji *Tukey-HSD* yang menguji siklus I dan siklus II, *mean difference* atau perbedaan rata-rata diperoleh adalah $- 0,12222$ dan nilai probabilitas menunjukkan $0,499$, karena $> 0,05$ maka H_0 diterima, atau perbedaan rata-rata hasil belajar siklus I dan siklus II tidak signifikan. Selain itu dapat dilihat pada pada kolom *mean difference*, menunjukkan tidak ada tanda * di angka *mean difference* maka perbedaan hasil belajar tersebut tidak signifikan.

Perbedaan rata-rata hasil belajar siklus II dan siklus III adalah $- 0,17667$ dan nilai probabilitas menunjukkan $0,240$, karena $> 0,05$ maka H_0 diterima, atau perbedaan rata-rata hasil belajar siklus II dan siklus III tidak signifikan. Selain itu dapat dilihat pada pada kolom *mean difference*, menunjukkan tidak ada tanda * di angka *mean difference* maka perbedaan hasil belajar tersebut tidak signifikan. Sedangkan perbedaan rata-rata hasil belajar siklus I dan siklus III adalah $- 0,29889^*$ dan nilai probabilitas menunjukkan $0,021$ karena $< 0,05$ maka H_0 ditolak, atau perbedaan rata-rata hasil belajar siklus I dan siklus III signifikan. Selain itu dapat dilihat pada pada kolom *mean difference*, menunjukkan ada tanda * di angka *mean difference* maka perbedaan rata-rata hasil belajar tersebut signifikan. Sedangkan berdasarkan output keempat pada hasil uji *Bonferroni* yang menguji siklus I dan siklus II, *mean difference* atau perbedaan rata-rata diperoleh adalah $- 0,12222$ dan nilai probabilitas menunjukkan $0,788$, karena $> 0,05$ maka H_0 diterima, atau perbedaan rata-rata hasil belajar siklus I dan siklus II tidak signifikan. Selain itu dapat dilihat pada pada kolom *mean difference*, menunjukkan tidak ada tanda * di angka *mean difference* maka perbedaan hasil belajar tersebut tidak signifikan.

Perbedaan rata-rata hasil belajar siklus II dan siklus III adalah $- 0,17667$ dan nilai probabilitas menunjukkan $0,324$, karena $> 0,05$ maka H_0 diterima, atau perbedaan rata-rata hasil belajar siklus II dan siklus III tidak signifikan. Selain itu dapat dilihat pada pada kolom *mean difference*, menunjukkan tidak ada tanda * di angka *mean difference* maka perbedaan hasil belajar tersebut tidak signifikan. Sedangkan perbedaan rata-rata hasil belajar siklus I dan siklus III adalah $- 0,29889^*$ dan nilai probabilitas menunjukkan $0,023$ karena $< 0,05$ maka H_0 ditolak, atau perbedaan rata-rata hasil belajar siklus I dan siklus III

signifikan. Selain itu dapat dilihat pada pada kolom *mean difference*, menunjukkan ada tanda * di angka *mean difference* maka perbedaan rata-rata hasil belajar tersebut signifikan.

SIMPULAN

Dalam pembelajaran lari jarak pendek dengan menggunakan pendekatan permainan petani dan kancil yang telah dilakukan dengan menggunakan siklus I, siklus II dan siklus III maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Pembelajaran lari jarak pendek dengan pendekatan permainan petani dan kancil, akan membawa dampak positif untuk meningkatkan minat belajar siswa, karena siswa tidak merasa terkekang dengan komando dari guru, sehingga bebas mengembangkan kemampuan mereka tanpa ada paksaan melakukannya tapi dengan senang gembira dengan teman sejawatnya dan mendapatkan hasil pembelajaran sesuai kompetensinya.
2. Dari hasil pembelajaran tersebut tidak lepas dari proses pembelajaran yang dilakukan peneliti, yaitu dengan memperhatikan dan membimbing teknik berlari siswa dan karakter siswa dalam proses pembelajaran dengan pendekatan permainan petani dan kancil. Dapat dibuktikan dengan peningkatan hasil pengamatan analisis gerak dan karakter siswa diiringi dengan hasil belajar siswa mengalami peningkatan juga.
3. Siswa yang belum mencapai KKM yang ditentukan oleh guru mata pelajaran, dikarenakan salah satu siswa mengalami gangguan mental dan sebagian siswa kurang berani dalam melakukan aktifitas lebih di lapangan, dikarenakan trauma akan penyakit yang diderita siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. PT. Rineka Cipta.
- Bahagia, Y. & Suherman, A. 2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Dimiyati & Mudjono. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rinika Cipta.
- Djamarah, & Bahri S. 2002. *Psikologi Belajar*. Cet. I. Jakarta: Rineka Cipta.
- Mu'arifin, dkk. 2011. *Penjaskes SD: Modul Pengembangan Model Pembelajaran*. Malang. Kementerian Pendidikan Nasional Universitas Negeri Malang.
- Purnomo, Eddy & Dapan. 2011. *Dasar-Dasar Gerak Atletik dalam Bermain*. Yogyakarta: Alfabeta.
- Sagala, Syaiful. 2010. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Santoso, Singgih. 2010. *Mastering SPSS 18*. Jakarta. PT. Elex Media Komputindo.
- Slameto. 2010. *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sudjana, Nana. 2009. *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sugiharto, dkk. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyanto. 1989. *Belajar Gerak*. Solo: Sebelas Maret University Press.
- Suherman, Adang. 2000. *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Departemen Pendidikan Nasional.
- Suparno & Suwandi. 2008. *Penjas Orkes*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Winarno, M., E. 2011. *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani: Media Universitas Negeri Malang*. Malang: Cakrawala Utama Press.