

**PENGARUH PENDEKATAN BERMAIN TERHADAP HASIL BELAJAR LARI 50
METER SD NEGERI KARANGWINONGAN MOJOAGUNG JOMBANG**

ARTIKEL



Oleh:

YOGA ANAS MAULANA

NIM. 158006

**SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA JOMBANG
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
2020**

**LEMBAR PERSETUJUAN ARTIKEL
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
STKIP PGRI JOMBANG**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ilmul Ma'arif, M.Pd.

Jabatan : Pembimbing Skripsi

Menyetujui artikel ilmiah dibawah ini:

Nama Penulis : **YOGA ANAS MAULANA**

NIM : 158006

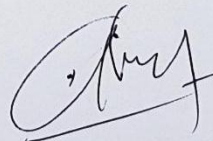
Judul Artikel : **PENGARUH PENDEKATAN BERMAIN TERHADAP
HASIL BELAJAR LARI 50 METER SD NEGERI
KARANGWINONGAN MOJOAGUNG JOMBANG**

Untuk diusulkan agar dapat diterbitkan di jurnal ilmiah sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian persetujuan ini saya berikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jombang, 12 Februari 2020

Pembimbing



Ilmul Ma'arif, M.Pd.

NIK. 0104770074

PENGARUH PENDEKATAN BERMAIN TERHADAP HASIL BELAJAR LARI 50 METER SD NEGERI KARANGWINONGAN MOJOAGUNG JOMBANG

Yoga Anas Maulana

**S-1 Program Studi Pendidikan Jasmani
Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Email : yoga.anas10@gmail.com**

ABSTRAK

Pendidikan jasmani bagian penting dari proses pendidikan, serta pendidikan jasmani dapat diartikan juga suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendekatan bermain terhadap hasil belajar lari 50 meter SD Negeri Karangwinongan Mojoagung Jombang. Pengumpulan data diambil dari tes berupa tes lari 50 meter. Pada saat melaksanakan belajar mengajar atletik lari, guru lebih menekankan pada penguasaan materi teknik dasar, siswa melakukan praktek lari mulai dari sikap start, sikap berlari, dan sikap saat memasuki garis finish, kemudian dilakukan evaluasi

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan perlakuan menggunakan pendekatan bermain. Desain yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri Karangwinongan Mojoagung Jombang yang berjumlah 42 siswa. Jadi peneliti menggunakan penelitian populasi. Teknik analisa yang digunakan adalah Uji T-Test dengan menggunakan SPSS versi 20 *for windows*.

Analisis data menggunakan Uji t pada hasil kecepatan lari 50 meter diperoleh hasil dan besar nilai signifikan probability $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak sedangkan H_1 diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pendekatan bermain terhadap hasil belajar lari 50 meter SD Negeri Karangwinongan Mojoagung Jombang.

Kata Kunci : Hasil belajar, lari 50 meter, pendekatan bermain.

ABSTRACT

Physical education is an important part of the education process, and physical education can also be interpreted as a process of learning through physical activity. This study aims to determine the effect of the play approach to the learning outcomes of running 50 meters SD Karangwinongan Mojoagung Jombang. Data collection was taken from a test in the form of a 50 meter run test. When carrying out teaching and learning of athletic running, the teacher puts more emphasis on mastering basic technical material, students practice running starting from the start attitude, running attitude, and attitude when entering the finish line, then evaluating

This research is an experimental research with treatment using play approach. The design used in this study uses One Group Pretest-Posttest Design. The samples of this study were all fifth grade students of Karangwinongan Mojoagung Jombang State Elementary School with a total of 42 students. So researchers use population research. The analysis technique used is the T-Test using SPSS version 20 for windows.

Data analysis using t test on the results of running speed of 50 meters obtained and a significance value of $0.000 < 0.05$, then H_0 is rejected while H_1 is accepted. The results of this study indicate that there is an influence of the play approach to the results of learning to run 50 meters SD Karangwinongan Mojoagung Jombang.

Keywords: *Learning outcomes, running 50 meters, playing approach.*

PENDAHULUAN

Ditinjau dari sudut hukum dijelaskan dalam UU RI bahwa pendidikan merupakan usaha sadar serta terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kecerdasan, kepribadian, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Sidiknas, 2003).

Nomor lari dalam cabang atletik memperlombakan jarak pendek yang dikenal dengan nomor lari sprint, lari jarak menengah, lari jarak jauh. Nomor lari sprint adalah salah satu nomor dalam cabang atletik yang terdiri dari jarak 50 m sampai 400 m dan bertujuan untuk memaksimalkan kecepatan lari rata-rata dalam perlombaan (Sidik, 2017).

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 mereka (Aji, 2013).

Dari hasil observasi yang saya lakukan pada saat wawancara kepada guru penjaskes pada kelas V di SD Negeri Karangwinongan Mojoagung Jombang yang dilaksanakan pada 23 Juli 2019, bahwa guru di sekolah belum pernah menggunakan pendekatan bermain. Pada saat melaksanakan belajar mengajar atletik lari, guru lebih menekankan pada penguasaan materi teknik dasar, siswa melakukan praktek lari mulai dari sikap strat, sikap berlari, dan sikap saat memasuki garis finish, kemudian dilakukan evaluasi. Dengan demikian bermain dan kesenangan kurang diperhatikan.

Masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut “Adakah Pengaruh Pendekatan Bermain Terhadap Hasil Belajar Lari 50 Meter SD Negeri Karangwinongan Mojoagung. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Pendekatan Bermain Terhadap Hasil Belajar Lari 50 Meter SD Negeri Karangwinongan Mojoagung Jombang. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi dalam ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan jasmani dan kesehatan di cabang atletik Lari (jarak pendek/sprint).

METODE

Dalam menyelesaikan penelitian ini, peneliti menggunakan eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Dan menggunakan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Teknik pengambilan sampel yaitu sampel diambil semua karena jumlah populasinya kurang dari 100 orang. Dengan demikian penelitian ini adalah penelitian populasi.. Cara pengambilan data dalam penelitian ini diperoleh dengan cara tes dan dokumentasi. Tes yang digunakan dalam penelitian ini berupa tes lari 50 meter sebelum dan sesudah diberikan pendekatan bermain. Untuk menganalisis data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan komputer program SPSS 20.0 *for windows Evaluation Version*. Uji Prasyarat Analisis atau Uji Normalitas, Uji homogenitas, Uji hipotesis.

HASIL

Berdasarkan penelitian diperoleh nilai rata-rata (*mean*) *pretest* dari 42 peserta didik yaitu sebesar 9,7302. Nilai rata-rata (*mean*) *posttest* dari 42 peserta didik yaitu sebesar 8,7828.

Uji normalitas :

Berdasarkan perhitungan SPSS diperoleh Asymp. Sig. (2-tailed) pada nilai *pretest* adalah 0,856 sehingga $(0,856) > \alpha : 0,05$ maka terima H_0 jadi data berdistribusi normal. Sedangkan untuk nilai Asymp.Sig. (2-tailed) pada nilai *posttest* adalah 0,573 sehingga $(0,573) > \alpha : 0,05$ maka terima H_0 jadi data berdistribusi normal.

Uji Homogenitas :

Berdasarkan data tabel hasil perhitungan SPSS uji homogenitas dengan $\alpha = 0,05$ didapatkan nilai sig untuk *Based on Mean* sebesar 0,565. Hal ini berarti nilai sig $(0,565) > \alpha : 0,05$ maka terima H_0 . Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai *pretest* dan *posttest* bersifat homogen atau memiliki varian yang sama.

Uji Hipotesis :

Berdasarkan data tabel perhitungan SPSS 20.0 didapatkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000. H_0 diterima jika nilai Sig $\geq \alpha : 0,05$ dan H_0 ditolak jika Sig $< \alpha$. Hal ini berarti nilai sig $(0,000) < 0,05$, maka tolak H_0 . Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendekatan bermain terhadap hasil belajar lari 50 meter SD Negeri Karangwinongan Mojoagung Jombang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data menggunakan uji t SPSS 20.0 diperoleh hasil nilai Sig (2-tailed) sebesar 0,000. H_0 diterima jika nilai Sig $\geq \alpha = 0,05$ dan H_0 ditolak jika Sig $< \alpha = 0,05$. Hal ini berarti nilai Sig $(0,000) < 0,05$, maka tolak H_0 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendekatan bermain terhadap hasil belajar lari 50 meter SD Negeri Karangwinongan Mojoagung Jombang.

Menurut (M. Z. Kurniawan, 2012) Bermain adalah aktifitas jasmani siswa yang dilakukan dengan rasa senang dan mempunyai tujuan pengembangan mempunyai dampak yang positif pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Sehingga melalui bermain dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk siswa. Terdapat juga fungsi dari bermain adalah anak yang bermain akan melakukan aktifitas bermain dengan sukarela dan akan melakukan aktifitas bermain tersebut dengan kesungguhan demi memperoleh kesenangan dari aktifitas tersebut Siswa dan bermain merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Bermain bagi siswa merupakan kebutuhan hidup seperti halnya kebutuhan akan makan, minum, tidur, dan

lain-lain. Melalui bermain anak dapat mempersiapkan diri untuk dewasa dan bermain dengan rasa senang dapat digunakan sebagai wahana untuk mencapai pendidikan.

Pendekatan dapat diartikan sebagai proses, perlakuan, atau cara untuk mendekati sesuatu. 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 harus dipertimbangkan juga faktor usia, perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani mereka. Pendekatan bermain adalah bentuk pembelajaran yang di konsep dalam bentuk permainan, dimana dalam pelaksanaan pembelajaran bermain menerapkan suatu teknik cabang olahraga ke dalam bentuk bermain atau permainan. Pembelajaran melalui pendekatan bermain yang menyenangkan dapat membantu siswa dalam proses belajar, karena dengan melalui pendekatan bermain siswa melakukan dengan kesenangan atau rasa senang dan melakukannya dengan sukarela tanpa adanya paksaan pada saat menjalani pembelajaran. Pendekatan bermain merupakan pendekatan pembelajaran yang di kemas dalam konsep bermain dalam bentuk permainan yang bervariasi yang selalu di ubah-ubah sehingga dapat mendorong siswa untuk terlibat aktif dalam proses belajar mengajar (Octaviana, 2016).

Dari kegiatan pembelajaran yang dibahas di atas dapat dijabarkan bahwa pada pembelajaran lari 50 meter dengan metode pendekatan bermain, siswa mendapat pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan mendapat pengalaman belajar yang berharga sehingga memperoleh hasil belajar yang bisa dikatakan optimal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendekatan bermain terhadap hasil belajar lari 50 meter pada siswa kelas V SD Negeri Karangwinongan Mojoagung Jombang Tahun Pelajaran 2019/2020.

PENUTUP

Sesuai dengan deskripsi sajian analisis data dan pembahasannya, Nilai dari lari 50 meter nilai sig $(0,000) < 0,05$, maka tolak H_0 . Maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendekatan bermain terhadap hasil belajar lari 50 meter pada siswa kelas V SD Negeri Karangwinongan Mojoagung Jombang Tahun Pelajaran 2019/2020.

Untuk mempengaruhi hasil belajar lari 50 meter perlu diterapkan pendekatan bermain dan metode pembelajaran yang lebih efektif. Kelebihan dari pendekatan bermain disamping peralatan yang mudah didapat juga tidak membahayakan para siswa. Bagi guru, dapat menciptakan suasana pembelajaran yang nyaman, kreatif, dan menyenangkan bagi siswa. Sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai. Bagi peneliti selanjutnya, dapat dijadikan bahan masukan dan perbandingan hasil penelitian jika memiliki masalah sejenis sebagai objek penelitiannya.

DAFTAR RUJUKAN

- Aji, L. (2013). Meningkatkan Hasil Belajar Lari Cepat Melalui Pendekatan Permainan Sirkuit Pada Kelas V SD Negeri Klego 04 Kota Pekalongan. *Skripsi*.
- Kurniawan, M. Z. (2012). Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Siswa Kelas V MI Krandon Lor 01.
- Octaviana, R. (2016). Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan asil Bleajar Gerak Dasar Lokomotor Pada Siswa Kelas III SD Negeri Mendak Delanggu Klaten Tahun Pelajaran 2015/2016.
- Sidik, D. Z. (2017). *Mengajar dan melatih atletik*. (A. S. Wardan, Ed.) (5th ed.). Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sidiknas. (2003). UU RI NO. 20, 1–33.