

PENGARUH PERMAINAN SIRKUIT TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN SISWA DISABILITAS RUNGU

Sigit Ansori*, Abdul Rachman Syam Tuasikal

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*sigitansori@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Motivasi belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) bagi siswa disabilitas rungu perlu diperhatikan guna memenuhi hak kesetaraan warga negara dalam menerima pembelajaran. Permainan diperlukan untuk menerapkan aktivitas jasmani dalam pembelajaran PJOK. Permainan sirkuit merupakan permainan yang terdiri atas beberapa pos yang terangkai secara berurutan dan setiap pos memiliki tugas gerak yang berbeda. Motivasi belajar harus dibangun oleh pendidik kepada siswa agar kegiatan pembelajaran berjalan sesuai tujuan. Motivasi belajar PJOK adalah sebuah dorongan baik dari dalam maupun dari luar diri seseorang untuk melakukan pembelajaran aktivitas fisik guna meningkatkan kualitas gerak. Disabilitas rungu merupakan kondisi individu yang kehilangan fungsi panca pendengaran. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh permainan sirkuit terhadap motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu dan mengetahui seberapa besar pengaruhnya, penelitian dilakukan pada siswa kelas 4, 5, 6 SDLB Karya Mulia I Surabaya. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif, desain penelitian *one group pre-test post-test design*. Proses pengambilan data dengan angket motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh permainan sirkuit terhadap motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu sebesar 8,53 %. Dibuktikan dengan dari nilai $t_{hitung} 4,881 \geq t_{tabel} 1,725$ dengan $Sig = 0,000 \leq \alpha 0,05$ yang mana menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak.

Kata Kunci: permainan sirkuit, motivasi belajar, disabilitas rungu

Abstract

Learning Motivation for Physical Education (PE) for deaf students need to be considered in order to fulfill citizens' equal rights to receive education. The game is needed to apply physical activities in PE learning. Circuit game consists of several posts which were arranged in sequence and each post has a different movement task. Learning motivation must be built by educators to the students in order to run the learning activities according to terms. The Motivation in PE learning can be both from intrinsic and extrinsic to conduct physical activities to improve the quality of movement. Deaf is an individual condition that loses the function of hearing. This research aims to study the effect of circuit game to the PE learning motivation in deaf students and to find out the magnitude. The subjects of this study were the students of grades 4, 5, 6 in Karya Mulia 1 Special Elementary School of Surabaya. This research was an experimental research with a quantitative approach, using research design one group pre-test post-test design. The Process of data retrieval employed motivational questionnaire in PE learning on deaf student. Based on the results of the study, it can be concluded that there was an effect of circuit game on motivation to learn PE in deaf students. The effect was 8.53%, it was proven by the value of $T_{count} 4.881 \geq t_{table} 1.725$ with $Sig = 0.000 \leq \alpha 0.05$ it indicated that H_a was accepted and H_o was rejected.

Keyword: circuit game, learning motivation, deaf

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan pintu untuk mewujudkan tujuan negara yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa yang tertuang dalam maklumat UUD 1945 alinea keempat butir ketiga. Pendidikan pada umumnya merupakan inisiatif terencana yang terkait dengan proses belajar mengajar untuk menghasilkan siswa yang aktif dalam mengembangkan potensi mereka dan untuk memenuhi kebutuhan sendiri maupun masyarakat (Chunningham, 2014). Menurut teori *Human Capital* (Becker dalam Perez, 2012: 2), mengemukakan bahwa "Pendidikan merupakan investasi yang meningkatkan produktivitas dan kompetitif, yang mengakibatkan upah lebih tinggi dalam pasar tenaga kerja". Komponen-komponen pendidikan harus dipersiapkan secara matang pada setiap satuan pendidikan dan dalam masing-masing mata pelajaran, salah satunya mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Sebagai warga negara Indonesia memiliki hak untuk mendapatkan layanan pendidikan dan pembelajaran yang sama baik siswa normal ataupun disabilitas, hal ini diatur dalam UU RI no. 19 tahun 2019. Ada beberapa jenis penyandang disabilitas diantaranya disabilitas rungu, grahita, netra, *down syndrome* dan sebagainya. Pembelajaran pendidikan jasmani adaptif merupakan sarana pembelajaran bagi anak berkebutuhan khusus, dalam penelitian ini dikhususkan hanya untuk anak disabilitas rungu. Menurut Atmaja (2018: 62) disabilitas rungu adalah kondisi terganggunya pendengaran seseorang yang meliputi seluruh gradasi ringan, sedang, berat yang menyebabkan terganggunya proses perolehan informasi dalam komunikasi. Motivasi belajar adalah dorongan dalam diri seseorang maupun dari luar diri siswa yang sedang belajar dalam usaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhannya (Uno, 2013: 23). Ada dua aspek teori motivasi belajar menurut Sardiman (2014: 89) yaitu motivasi intrinsik yang muncul dari dalam diri seseorang tanpa adanya rangsangan dari luar dan motivasi ekstrinsik yang muncul karena adanya dorongan atau rangsangan dari luar. Motivasi belajar memiliki peranan yang sangat penting dalam ketercapaian tujuan pembelajaran, oleh karena itu pendidik dituntut harus lebih kreatif dalam menyampaikan pembelajaran agar motivasi siswa muncul dalam proses pembelajaran. Memunculkan motivasi belajar bisa dilakukan dengan menyampaikan materi pembelajaran yang menarik, pemberian apresiasi, pemberian hukuman, adanya kompetisi dan lain sebagainya terhadap siswa. Menurut Chuang, et al. (2012) dalam jurnalnya menyebutkan bahwa belajar tidak bisa dipisahkan dari kelompok pembelajaran

bukan hanya perseorangan atau individu, akan tetapi belajar adalah mencakup pengetahuan yang benar dan metodologi untuk mendapat pengetahuan.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, ketrampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga (Hartati, dkk 2013: 21). Pembelajaran PJOK merupakan pembelajaran yang mengutamakan aktivitas gerak, oleh karena itu banyak macam permainan yang bisa diberikan dalam pelaksanaan pembelajaran. Salah satu permainan yang dapat diberikan ialah permainan sirkuit, menurut Kasih (2016), permainan sirkuit adalah model pelatihan yang terdiri dari beberapa stasiun yang disusun dalam lingkaran agar kelompok otot bekerja secara berurutan dari stasiun ke stasiun. Menurut penelitian Mayorga, et al. (2013: 153) menunjukkan permainan sirkuit efektif untuk meningkatkan dan mempertahankan daya tahan otot dan kardiovaskular dikalangan anak-anak sekolah. Penelitian lain juga menunjukkan dampak positif, dalam penelitian Pertiwi, et al. (2018: 26) dimana hasil penelitian menunjukkan pelaksanaan pengembangan metode pembelajaran sirkuit untuk *down syndrome* terlaksana sangat baik, respon guru sangat baik dan pendapat sangat mendukung, dan pengembangan pola gerak dasar terlaksana dengan baik, oleh karena itu produk pengembangan perangkat model pembelajaran sirkuit pendidikan jasmani adaptif bagi anak *down syndrome* untuk mengembangkan pola gerak dasar masuk kategori sangat baik.

Dari hasil observasi di SDLB Karya Mulia 1 Surabaya memiliki lapangan dengan Panjang 14,6 meter dan lebar 9,56 meter dimana kegiatan olahraga dilaksanakan pada hari Kamis. Di sekolah tersebut kegiatan olahraga dilaksanakan oleh guru kelas dikarenakan tidak adanya guru khusus mata pelajaran PJOK. Disitulah peran guru sangat diharapkan untuk membuat suasana pembelajaran PJOK itu menarik sehingga siswa akan termotivasi dalam mengikuti pembelajaran, karena selama ini kegiatan olahraga diisi dengan senam gembira setelah itu siswa bebas melakukan kegiatan olahraga. Keterbatasan siswa dalam hal pendengaran dan berbicara yang membuat pembelajaran PJOK kurang berjalan dengan baik, diharapkan dengan inovasi pembelajaran melalui permainan sirkuit siswa lebih termotivasi dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Dari latar belakang masalah yang sudah dipaparkan di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan sirkuit terhadap motivasi belajar

PJOK siswa disabilitas rungu dan mengetahui seberapa besar pengaruhnya.

METODE

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian eksperimen semu (*quast-experiment*) dengan pendekatan kuantitatif, penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab akibat diantara variabel-variabel, adapun ciri dari penelitian eksperimen ialah adanya perlakuan (*treatment*) yang diberikan kepada subyek penelitian (Maksum, 2018: 79). Desain penelitian yang digunakan adalah desain pra eksperimen (*Pre Experimental Design*) dengan menggunakan prinsip *One group Pretest-Posttest Design*.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa di SDLB B Karya Mulia 1 Surabaya yang berjumlah 39 siswa. Dalam penelitian ini pemilihan sampel menggunakan *purposive sampling* atau sampel bertujuan dimana teknik pengambilan sampel yang ciri atau karakteristiknya sudah diketahui lebih dulu berdasarkan ciri atau sifat populasi. Penulis mengambil sampel kelas atas yaitu kelas 4, 5, 6 yang berjumlah 21 siswa atas dasar saran dari guru yang mana kelas atas sudah mampu baca dan tulis untuk mengerjakan angket yang diberikan dengan panduan guru. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan angket motivasi belajar PJOK khusus siswa disabilitas rungu yang sudah tervalidasi. Variabel bebas dari penelitian ini adalah permainan sirkuit, dan variabel terikatnya adalah motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu. Pada penelitian ini untuk mengetahui pengaruh permainan sirkuit terhadap motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu dengan cara pengambilan data *pre-test* dan *post-test*. Pengolahan data menggunakan IBM SPSS 22.0 dan manual untuk mengetahui analisis deskriptif, T-test sampel sejenis, uji normalitas dan persentase peningkatan atau uji beda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini akan disajikan berbentuk data yang diambil dari instrumen motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu. Berikut adalah hasil dari analisis data yang mewakili semua nilai dalam penelitian ini:

Tabel 1. Data Hasil Uji Statistik Deskriptif

Deskripsi	Pre-test	Post-test	Selisih
Mean	55,809	60,571	4,762
Standar Deviasi	4,445	3,325	1,12
Varian	19,762	11,057	8,705
Min	46	52	7
Mak	64	67	3
Peningkatan	8,53 %		

Berdasarkan analisis dari tabel di atas diketahui hasil dari data *pre-test* yang diperoleh sebelum diberikan perlakuan/*treatment* berupa permainan sirkuit terhadap sampel penelitian dan *post-test* diketahui adanya pengaruh permainan sirkuit terhadap motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu. Dari pemberian perlakuan terhadap siswa kelas 4, 5, 6 di SDLB Kaya Mulia 1 diketahui ada peningkatan motivasi belajar PJOK sebesar 8,53 %.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Distribusi Data

Deskripsi	p value	Keterangan
Pretest	0,136	Normal
Posttest	0,175	Normal

Dari tabel di atas, dapat dijelaskan bahwa nilai signifikansi dari motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu untuk *pre-test* dan *post-test* diperoleh nilai signifikansi P-value lebih besar dari nilai aplha (5%) sehingga H_0 diterima yang berarti data normal. Sehingga tahap selanjutnya, menggunakan uji parametrik tes dengan Uji T sampel sejenis.

Tabel 3. Uji T Sampel Sejenis

Variabel	T hitung	T tabel	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Pre-Test dan Post-test	4,881	1,725	0,000	Ada pengaruh

Berdasarkan tabel di atas dengan nilai $T_{hitung} 4,881 > T_{tabel} 1,725$ hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga hasilnya ada pengaruh penerapan permainan sirkuit terhadap motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu di SDLB Karya Mulia 1 Surabaya.

Penelitian dilaksanakan selama 3 kali pertemuan, dimana adanya dua kali pemberian perlakuan berupa permainan sirkuit. Permainan sirkuit terbagi menjadi *step 1* dan *step 2* dimana memiliki tingkat kesulitan yang berbeda, dan setiap *step* memiliki 4 pos yang memiliki tugas gerak berbeda-beda. Permainan sirkuit ini diberikan karena dalam permainan ini dimasukkan unsur kebugaran jasmani dan permainan disusun secara berurutan, selain itu konsep permainan dibuat semenarik mungkin dengan penggunaan berbagai media serta adanya apresiasi kepada siswa berupa hadiah. Siswa sangat antusias karena banyaknya media baru dan siswa saling berkompetisi untuk memenangkan permainan sehingga mendapatkan hadiah. Setelah dilakukan perhitungan dengan analisis data peningkatan motivasi belajar PJOK sebesar 8,53%, penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan Pertiwi, et al. (2018) bahwa permainan sirkuit sangat baik untuk mengembangkan pola gerak dasar anak *down syndrome* dalam pembelajaran PJOK meskipun dalam penelitian

ini bedanya subyek yang diambil adalah disabilitas rungu di SDLB Karya Mulia I Surabaya.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan dari rumusan masalah diatas, maka diambil kesimpulan dari penelitian ini adalah:

1. Adanya pengaruh permainan sirkuit terhadap motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu SDLB Karya Mulia I Surabaya (p value $< 0,05$).
2. Besar dari pengaruh permainan sirkuit terhadap motivasi belajar PJOK siswa disabilitas rungu SDLB Karya Mulia 1 Surabaya, sebesar 8,53%.

Saran

Dengan perolehan hasil data penelitian yang telah dilakukan maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Permainan sirkuit dapat dikembangkan oleh guru dengan inovasi sesuai materi pembelajaran yang ingin disampaikan dengan komposisi tugas gerak yang sesuai dengan tujuan pembelajaran yang akan dicapai.
2. Harusnya dalam pelaksanaan penelitian sejenis ini di SDLB Karya Mulia 1 Surabaya dibutuhkan minimal 4 kali pertemuan, agar seluruh proses pelaksanaan terlaksana dengan maksimal, dan harusnya menggunakan lapangan secara penuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Atmaja, Jati Rinakri. (2018). *Pendidikan dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Chuang, P.J., Chiang, M.C., Yang, C.S., & Tsai, C.W. (2012). Social Network Based Adaptive Pairing Strategy for Cooperative Learning. *Educational Technology & Society*, 15(3): 226-239.
- Chunningham, Ian. (2014). Strategic Interaction in Player-Sport Official Encounters. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 155(6): 304-311.
- Hartati, S.C.Y., Priambodo, Anung., Kristiyandaru, Advendi. (2013). *Permainan Kecil (cara efektif mengembangkan fisik, motorik keterampilan sosial dan emosional)*. Malang: Wineka Media.
- Kasih, Indra. (2016). Development of Learning Model Smash Volleyball Based Circuit. *International Journal of Science and Research*, 7(5): 293-295.
- Maksum, Ali. (2018). *Metodelogi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press
- Mayorga, V.D., Viciano, Jesus., Cocca, Armando. (2013). Effect of Circuit Training Program on Muscular and Cardiovascular Endurance and

their Meintenance in schoolchildren. *Journal of Humam Kinetics*, 37: 153-160.

Perez, S. R. (2012). Higher Education and Efficiency in Europe: A Comparative Analysis. *Research in Higher Education Journal*, 18: 1-13.

Pertiwi, R.M., Nurhasan., & Tuasikal, A.R.S. (2018). Pengembangan Model Pembelajaran Sirkuit Untuk Membantu Pola Gerak Lokomotor, Non Lokomotor, Manipulatif Anak Down Syndrome. *Jendela Olahraga*, 3(2): 26-36.

Sardiman, A. M. (2014). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Uno, Hamzah B. (2013). *Teori motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.