

**PENGARUH PERMAINAN LARI ESTAFET TERHADAP KERJASAMA SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN
(Studi pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 4 Kota Blitar)**

Mutho Ahmad Dien

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Surabaya, m.ahmaddien13@yahoo.co.id

Vega Candra Dinata

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Dalam pembelajaran penjasorkes materi ajar yang disampaikan sangat berpengaruh terhadap hasil belajar siswa baik dari segi fisik maupun pendidikan karakter. Materi ajar harus sesuai dengan kondisi sarana dan prasarana yang tersedia di sekolah dan kemudahan siswa dalam menerima materi perlu diperhatikan. Salah satu cara untuk membuat materi lebih mudah diterima siswa adalah dengan menerapkan permainan dalam pembelajaran. Diharapkan dengan menerapkan permainan dalam pembelajaran penjasorkes mampu memaksimalkan pendidikan karakter pada siswa terutama kerjasama antar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 4 Kota Blitar berjumlah 79 siswa, yang terdiri dari 40 siswa kelas XI IPS1 menjadi kelompok eksperimen dan 39 siswa kelas XI IPS3 menjadi kelompok kontrol dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan angket kerjasama dan analisis data menggunakan *t test* atau uji *t (independent)*. Dari hasil perhitungan statistik dapat menyimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan terbukti dari nilai $t_{hitung} 2,197 > t_{tabel} 1,990$ dengan taraf signifikan 0,05. Sedangkan besar pengaruhnya sebesar 6,02%.

Kata Kunci: Permainan Lari Estafet, Kerjasama Siswa, Pembelajaran Penjasorkes

Abstract

In Physical education learning teaching material which delivered is very influential on student learning outcomes in terms of both physical and character education. Teaching materials should be in accordance with the conditions of the facilities and infrastructure available in schools and ease students receive materials need to be considered. One way to make the material more easily accepted for the students is to implement game in learning. The game are expected to apply in Physical education are able to maximize learning character education to students, especially cooperation among students. This study aimed to determine the effect of a relay race game against the cooperation of student in learning physical education, sport and health. This research is experiment with descriptive quantitative approach. The samples in this study were students of SMA Negeri 4 Kota Blitar totaling 79 students, which consisted of 40 students of class XI IPS1 into the experimental group and 39 students of class XI IPS3 a control group using a random cluster sampling technique. The study instrument is using a questionnaire cooperation and data analysis using *t test* or independent *t test*. From the results of statistical calculations it can be concluded that there is a significant effect of a relay race game against the cooperation of students in learning physical education, sport and health as proven from the value of t count $2,197 > t$ table $1,990$ with a significance level of 0.05. While the effect of 6.02%.

Keywords: Relay race game, Student Cooperation, Physical education.

PENDAHULUAN

Salah satu tujuan pendidikan jasmani adalah mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani, permainan, dan olahraga (Kristiyandaru, 2010: 39). Upaya untuk meningkatkan kerjasama siswa harus dimulai sejak dini. Oleh karena itu perlu dirancang dan dikondisikan secara

sadar, terarah, terukur, dan tetap mempertimbangkan kemampuan siswa secara menyeluruh, sehingga siswa tetap dapat tumbuh dan berkembang secara sempurna.

Hal ini banyak diupayakan melalui berbagai cara, salah satu usaha untuk memenuhinya adalah melalui permainan. Dimana nilai yang terkandung dalam permainan dapat menunjang tercapainya visi serta misi dari sebuah kelompok yaitu suatu kerjasama dan prestasi

yang prima. Menurut John Locke (dalam Soemitro, 1992: 3) melalui permainan siswa dapat diajak untuk bermain ketika mendapatkan pembelajaran jasmani. Karena dengan bermain dapat membantu dalam usaha mencapai tujuan pendidikan. Situasi tersebut dapat dimanfaatkan guru pendidikan jasmani dalam pembelajaran di sekolah.

Permainan merupakan salah satu komponen pokok pada tiap program pendidikan jasmani, oleh sebab itu guru pendidikan jasmani harus mengenal secara mendalam tentang seluk beluk permainan. Banyak permainan yang dapat diberikan kepada siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, salah satunya adalah dengan memberikan permainan lari sambung atau lari estafet. Karena dalam permainan lari estafet terdapat salah satu unsur yang berkaitan erat dengan pencapaian proses belajar yang efektif yaitu kerjasama.

Kerjasama adalah suatu bentuk interaksi sosial di mana tujuan anggota kelompok yang satu berkaitan erat dengan tujuan anggota kelompok yang lain atau tujuan kelompok secara keseluruhan sehingga seseorang individu hanya dapat mencapai tujuan bila individu lain juga mencapai tujuan (Santosa, 2012). Suatu pembelajaran dikatakan berhasil bila pembelajaran tersebut menghasilkan proses belajar yang efektif. Dari hal tersebut di atas, kerjasama khususnya antara satu siswa dengan siswa lainnya dalam sebuah pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Suatu kelompok yang baik tentu saja mampu melaksanakan tugasnya dengan baik dan lancar. Tanpa kemampuan ini, sebuah kelompok tidak akan mampu mengerjakan tugas dan tanggung jawabnya. Kelompok pada dasarnya merupakan sebuah tim yang independen, karena setiap anggota kelompok menyadari tujuan, tugas, dan tanggung jawabnya akan mampu dan mau menempatkan dirinya sebagai bagian dari sebuah kelompok (Wijaya, 2008: 99).

Berkurangnya kerjasama siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani berdampak negatif pada keberhasilan tujuan belajar seperti, pendidikan karakter tidak tercapai, siswa akan bersifat egois dan tidak percaya pada teman, antar siswa tidak saling menghargai, suasana pembelajaran pendidikan jasmani tidak kondusif, siswa yang merasa kurang dalam hal psikomotor akan malu dan malas untuk melakukan aktifitas gerak sehingga kebugaran siswa tidak akan meningkat (Mahardika, 2010: 40). Hal tersebut tidak sesuai Permendiknas No. 22 tahun 2006 yang menyatakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani SMA/SMALB/SMK/MAK dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta membudayakan sikap sportif, disiplin, kerjasama, dan hidup sehat.

Berangkat dari pemikiran tersebut di atas dan observasi yang dilakukan peneliti di SMAN 4 Blitar, maka akan dilakukan penelitian dengan judul "Pengaruh

Permainan Lari Estafet terhadap Kerjasama Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan" di SMA Negeri 4 Blitar. Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan di atas, maka dapat dirumuskan rumusan masalah dalam penelitian adalah sebagai berikut: 1. Apakah ada pengaruh permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 4 Blitar?, 2. Seberapa besar pengaruh permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 4 Blitar.

Penelitian ini bertujuan sebagai berikut: 1. Untuk mengetahui pengaruh permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 4 Blitar, 2. Untuk mengetahui besarnya pengaruh permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 4 Blitar.

Santosa (2012), menyatakan bahwa kerjasama adalah suatu bentuk interaksi sosial di mana tujuan anggota kelompok yang satu berkaitan erat dengan tujuan anggota kelompok yang lain atau tujuan kelompok secara keseluruhan sehingga seseorang individu hanya dapat mencapai tujuan bila individu lain juga mencapai tujuan. Menurut Agoes (2004: 30), Permainan yang bersifat tim merupakan induk dari segala permainan, hal tersebut dikarenakan dalam suatu masalah yang ada di dalam tim pasti akan membicarakan kepemimpinan, komunikasi, pengambilan keputusan, pemecahan masalah bahkan juga pengenalan diri. Sedangkan menurut Suherman (2000: 1) pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan kedalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan olahraga.

Faktor yang terpenting dari setiap bentuk permainan kelompok ialah kerjasama dari setiap individunya, dengan terjaganya kerjasama yang bagus maka kelompok tersebut akan lebih mudah menyelesaikan maupun memecahkan permasalahan yang sedang dialami kelompok. Kerjasama dalam penelitian ini adalah sebuah bentuk saling mempercayai teman kelompok mereka untuk saling mengisi posisi atau tugas sesuai dengan kemampuan mereka, dan saling bertanggung jawab dengan peran yang telah dipercayakan teman kelompok mereka. Serta saling mengisi kekurangan dari setiap individu untuk menyelesaikan tujuan dari kelompok bukan melainkan untuk kepentingan salah satu individu (Wijaya, 2008: 99).

Menurut kamus wikipedia (dalam Hartati, dkk., 2012: 2) bermain merujuk serangkaian aktivitas sukarela yang dilakukan berdasarkan motivasi intrinsik yang secara normal berhubungan dengan kesenangan dan kenikmatan. Permainan bisa dikelompokkan berdasarkan karakteristik dan fungsinya. Lari estafet merupakan salah satu cabang olahraga yang dikenal oleh masyarakat dalam olahraga atletik dan termasuk olahraga yang disenangi kalangan siswa saat pembelajaran pendidikan jasmani. Menurut Iwan Ridwan (2008: 40), lari sambung sering disebut dengan lari estafet. Lari sambung atau lari estafet biasanya dilaksanakan oleh empat orang pelari yang bergantian membawa tongkat dengan jarak 100 meter, dan 400 meter. Dalam lari estafet terdapat beberapa teknik, yaitu teknik melakukan start, teknik pergantian tongkat, teknik pemberian dan penerimaan tongkat, dan teknik memasuki garis finish.

METODE

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen murni dengan pendekatan kuantitatif, dengan menggunakan desain penelitian *randomized control group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas XI IPS SMA Negeri 4 Kota Blitar yang terdiri dari 5 kelas, yakni XI IPS 1, XI IPS 2, XI IPS 3, XI IPS 4, XI IPS 5 dengan jumlah siswa 197 siswa. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampelnya menggunakan *cluster random sampling* untuk menentukan dua kelas yang menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Teknik ini dilakukan dengan cara menyiapkan undian yang berupa lima potongan kertas dan dari lima potongan kertas tersebut dua diantaranya diberi tulisan sampel. Kemudian memanggil lima siswa dari perwakilan masing-masing kelas untuk mengambil undian. Dua siswa yang mendapatkan potongan kertas bertuliskan sampel maka dua kelas tersebut menjadi sampel dalam penelitian ini. Kemudian membuat undian untuk menentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Undian tersebut menggunakan dua potongan kertas yang bertuliskan eksperimen dan kontrol. Kemudian dua kelompok yang terpilih menjadi sampel penelitian mengambil undian untuk menentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok yang mendapatkan kertas bertuliskan eksperimen adalah kelas XI IPS1 yang berjumlah 40 siswa dan kelompok yang mendapatkan kertas bertuliskan kontrol adalah siswa kelas XI IPS3 yang berjumlah 39 siswa. Jadi sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 79 siswa.

Dalam penelitian ini instrumen penelitian yang digunakan adalah sebuah angket atau kuesioner. Instrumen penelitian ini dengan menggunakan skala likert dapat dibuat dalam bentuk pilihan ganda atau

checklist. Setiap butir pertanyaan berupa angket, disediakan lima butir jawaban yang tersedia, dari lima butir jawaban tersebut memiliki skor tersendiri yaitu: 1, 2, 3, 4, dan 5. Deskripsi skor tersebut adalah skor 5 Sangat Sesuai dengan diri anda (SS), skor 4 Sesuai dengan diri anda (S), skor 3 Kadang sesuai Kadang tidak dengan diri anda (KK), skor 2 Tidak Sesuai dengan diri anda (TS), dan skor 1 Sangat Tidak Sesuai dengan diri anda (STS).

Tabel 1. Tabel Skala Likert

Jenis Soal	Nilai				
	SS	S	KK	TS	STS
Soal Positif	5	4	3	2	1
Soal Negatif	1	2	3	4	5

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

Data angket diperoleh dari pengisian angket kerjasama yang dilakukan sebelum pemberian permainan lari estafet (*pre test*) dan sesudah pemberian permainan lari estafet (*post test*). Berdasarkan hasil perhitungan manual selanjutnya deskripsi data dari hasil penelitian dapat dijabarkan lebih lanjut sebagai berikut:

a. Data kelompok eksperimen

Tabel 2. Deskripsi Data Kelompok Eksperimen

Deskripsi	Pre-test	Post-test	Beda
Jumlah	5414	5740	-326
Rata-rata	135.35	143.50	8.15
Standar Deviasi	10.69	8.35	-2.34
Varian	114.34	69.74	-44.59
Nilai Minimum	115	122	7
Nilai Maksimum	161	160	-1
Besar Peningkatan	6.02%		

- Berdasarkan tabel 2 di atas dapat dilihat bahwa kelompok eksperimen memiliki rata-rata *pre test* sebesar 135,35, standar deviasi sebesar 10,69 dengan varian sebesar 114,34 serta nilai minimum sebesar 115 dan nilai maksimum sebesar 161. Sedangkan untuk *post test* didapatkan nilai rata-rata sebesar 143,50, standar deviasi sebesar 8,35 dengan varian sebesar 69,74 serta nilai minimum sebesar 122 dan nilai maksimum sebesar 160.
- Nilai beda rata-rata *pre test* dan *post test* adalah sebesar 8,15, standar deviasi sebesar 2,34 dengan varian sebesar 44,59 dan nilai beda antara nilai minimum *pre test* dan *post test* sebesar 7, sedangkan nilai beda antara nilai *pre test* dan *post test* sebesar 1. Dari hasil tersebut maka dapat diketahui bahwa permainan lari estafet pada kelompok eksperimen antara *pre test* dan *post test* memberikan peningkatan sebesar 6,02%.

b. Data kelompok kontrol

Tabel 3. Deskripsi Data Kelompok Kontrol

Deskripsi	Pre-test	Post-test	Beda
Jumlah	5424	5460	-36
Rata-rata	139.08	140.00	0.92
Standar Deviasi	6.33	5.47	-0.86
Varian	40.07	29.95	-10.13
Nilai Minimum	126	129	3
Nilai Maksimum	154	149	-5
Besar Peningkatan	0.66%		

- a) Berdasarkan tabel 3 di atas dapat dilihat bahwa kelompok kontrol memiliki rata-rata *pre test* sebesar 139,08 standar deviasi sebesar 6,33 dengan varian sebesar 40,07 serta nilai minimum sebesar 126 dan nilai maksimum sebesar 154. Sedangkan untuk *post test* didapatkan nilai rata-rata sebesar 140,00 standar deviasi sebesar 5,47 dengan varian sebesar 29,95 serta nilai minimum sebesar 129 dan nilai maksimum sebesar 149.
- b) Nilai beda rata-rata *pre test* dan *post test* adalah sebesar 0,92 standar deviasi sebesar 0,86 dengan varian sebesar 10,13 dan nilai beda antara nilai minimum *pre test* dan *post test* sebesar 3, sedangkan nilai beda antara nilai *pre test* dan *post test* sebesar -5. Dari hasil tersebut maka dapat diketahui bahwa permainan lari estafet pada kelompok kontrol antara *pre test* dan *post test* memberikan peningkatan sebesar 0,66%.

Uji Hipotesis**1. Syarat Uji Hipotesis**

Sebelum hipotesis diuji maka data harus memenuhi prasyarat uji parametrik yaitu normalitas distribusi dan homogenitas kelompok.

a. Uji Normalitas

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Distrusi Data

Variabel	N	χ^2 hitung	χ^2 tabel	Ket
Pre Test Kelompok Eksperimen	40	4,250	5,992	Normal
Post Test Kelompok Eksperimen	40	0,816	5,992	Normal
Pre Test Kelompok Kontrol	39	4,053	5,992	Normal
Post Test Kelompok Kontrol	39	4,037	5,992	Normal

Tabel 4 di atas memberikan informasi bahwa χ^2 hitung pada distribusi data *pre test* kelompok eksperimen lebih kecil daripada χ^2 tabel

yaitu $4,250 < 5,99146$, maka distribusi termasuk dalam kategori normal sehingga data tersebut dapat dianalisis menggunakan uji parametrik. Sedangkan harga χ^2 hitung pada distribusi data *post test* kelompok eksperimen juga lebih kecil daripada χ^2 tabel yaitu $0,816 < 5,99146$, maka distribusi termasuk dalam kategori normal sehingga data tersebut dapat dianalisis menggunakan uji parametrik.

Kemudian χ^2 hitung pada distribusi data *pre test* kelompok kontrol lebih kecil daripada χ^2 tabel yaitu $4,053 < 5,99146$, maka distribusi termasuk dalam kategori normal sehingga data tersebut dapat dianalisis menggunakan uji parametrik. Sedangkan harga χ^2 hitung pada distribusi data *post test* kelompok kontrol juga lebih kecil daripada χ^2 tabel yaitu $4,037 < 5,99146$, maka distribusi termasuk dalam kategori normal sehingga data tersebut dapat dianalisis menggunakan uji parametrik.

b. Uji Homogenitas

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas

Kelompok	F_{hitung}	F_{tabel}	Keterangan
Eksperimen dan Kontrol	2,33	3,962	Homogen

Tabel 5 di atas memberikan informasi bahwa harga F_{hitung} lebih kecil dari F_{tabel} yaitu $2,33 < 3,962$ sesuai dengan kriteria dapat dikatakan bahwa data kedua kelompok bersifat homogen.

2. T – Test sebagai uji beda

Setelah data terbukti memiliki distribusi normal dan mempunyai *variant* yang homogen, maka selanjutnya data tersebut dianalisis dengan melakukan uji hipotesis. Dalam bagian ini akan disajikan pengujian hipotesis berdasarkan hasil data yang telah diperoleh. Uji beda yang akan digunakan adalah *T-Test* untuk sampel yang sejenis (*dependent sample*) dan *T-Test* untuk sampel yang berbeda (*Independent sample*).

a. T-Test Independent data Pre test

Tabel 6. Hasil T-Test Independent data Pre test

t_{hitung}	t_{tabel}	Keterangan
-1,8807	1,990	Tidak ada beda

Dengan mengkonsultasikan nilai t_{hitung} pada tabel maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada beda data awal terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran penjasorkes.

b. T-Test Dependent Sample Kelompok Eksperimen

Tabel 7. Hasil *T-Test Dependent Sample* Kelompok Eksperimen

t_{hitung}	t_{tabel}	Keterangan
4,248	2,0315	Ada beda

Dengan mengkonsultasikan nilai pada tabel maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan nilai kerjasama siswa sebelum dan sesudah penerapan permainan lari estafet. Hal ini dapat dikatakan bahwa permainan lari estafet memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran penjasorkes. Berdasarkan analisis menggunakan rata-rata dapat diketahui peningkatannya sebesar 6,02.

c. *T-Test Dependent Sample* Kelompok Kontrol

Tabel 8. Hasil *T-Test Dependent Sample* Kelompok Kontrol

t_{hitung}	t_{tabel}	Keterangan
0,861	2,0315	Tidak ada beda

Dengan mengkonsultasikan nilai pada tabel maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan nilai kerjasama siswa dalam pembelajaran penjasorkes sebelum dan sesudah pembelajaran lari estafet. Berdasarkan analisis menggunakan rata-rata dapat diketahui peningkatannya sebesar 0,66%.

d. *T-Test Independent Sample* data Post test

Table 9. Hasil *T-Test Independent Sample* data Post test

t_{hitung}	t_{tabel}	Keterangan
2,197	1,990	Ada beda

Dengan mengkonsultasikan nilai pada tabel maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran penjasorkes.

Pembahasan

Dalam bagian ini akan dibahas tentang perbedaan pengaruh permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran penjasorkes antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengaruh tersebut yang dimaksud adalah dilihat dari hasil *pre test* dan *post test* dengan menggunakan angket kerjasama siswa. Dari data *pre test* kelompok eksperimen diperoleh rata-rata sebesar 135,35, standar deviasi sebesar 10,69 sedangkan kelompok kontrol memiliki rata-rata *pre test* sebesar 139,08 standar deviasi sebesar 6,33. Dari data *post test* kelompok eksperimen diperoleh rata-rata sebesar 143,50, standar deviasi sebesar 8,35 sedangkan untuk *post test*

kelompok kontrol didapatkan nilai rata-rata sebesar 140,00 standar deviasi sebesar 5,47.

Untuk melihat apakah ada pengaruh yang signifikan antara kerjasama siswa dalam pembelajaran penjasorkes kelompok eksperimen yang diberi perlakuan dengan permainan lari estafet dan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan dengan permainan lari estafet dilakukan *T-Test independent sample* sebagai uji beda. Sehingga dapat dikatakan bahwa untuk kelompok eksperimen terdapat pengaruh yang signifikan sedangkan untuk kelompok kontrol tidak ada pengaruh yang signifikan yang berarti hipotesis yang diajukan H_0 ditolak dan H_a diterima.

Selanjutnya untuk mengetahui berapa besar peningkatan hasil kerjasama siswa dalam pembelajaran penjasorkes kelompok eksperimen dengan permainan lari estafet dihitung dengan cara rata-rata selisih hasil *pre test* dan *post test* dibagi rata-rata hasil *pre test* dikalikan 100%. Dari hasil penghitungan diperoleh peningkatan kerjasama siswa dalam pembelajaran penjasorkes kelompok eksperimen sebesar 6,02%. Hasil pengujian dapat disimpulkan bahwa kerjasama siswa pada kelompok eksperimen yang diberi perlakuan permainan lari estafet lebih baik daripada kerjasama kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan permainan lari estafet, sesuai dengan yang dikatakan John Locke (dalam Soemitro, 1992: 3) ia meyakini bahwa bermain dapat membantu dalam usaha mencapai tujuan pendidikan.

PENUTUP

Simpulan

Pada bab ini akan dijelaskan kesimpulan dan saran dari semua yang ada pada penelitian ini. Sesuai dengan penjelasan pada bab I, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 4 Kota Blitar. Dari hasil penelitian secara umum dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada pengaruh yang signifikan pengaruh permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 4 Kota Blitar. Dibuktikan dengan hasil hitung uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} 2,197 > t_{tabel} 1,990 dengan taraf signifikan 0,05.
2. Besarnya pengaruh permainan lari estafet terhadap kerjasama siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 4 Kota Blitar berdasarkan analisis menggunakan rata-rata dapat diketahui sebesar 6,02% untuk kelompok eksperimen dan 0,66% untuk

kelompok kontrol. Jadi kenaikan keseluruhan sebesar 5,36%.

Saran

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan sebelumnya, maka beberapa saran yang diajukan adalah sebagai berikut:

1. Penerapan permainan lari estafet ini dijadikan acuan bagi para guru pengajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan untuk usaha meningkatkan pengembangan pembelajaran dan karakter siswa khususnya kerjasama siswa.
2. Agar mendapat hasil belajar yang lebih baik khususnya dalam pendidikan karakter siswa, maka hendaknya permainan dapat diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan materi atletik lari estafet yang disesuaikan dengan kondisi sekolah serta keadaan siswa sehingga memudahkan siswa untuk menyerap materi ajar yang disampaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes, Susilo JP. 2004. *Bola tangan Itu Menyesatkan*. Jakarta : Bumi Cendikia.
- Hartati,Sasminta Christina Yuli, dkk. 2012. *Permainan Kecil cara efektif mengembangkan fisik, motorik, keterampilan sosial dan emosional*. Malang: Wineka Media.
- Kristiyandaru, Advendi. 2010. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Mahardika, I Made Sriundy. 2010. *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya: Unesa University Press.
- Santosa. 2012. *Teori Kerjasama dan Persaingan Kelompok*.(Online), (<http://www.imadiklus.com/2012/07/teori-kerjasama-dan-persaingan-kelompok.html>, diakses 28 Januari 2014 pukul 20:36 WIB).
- Soemitro. 1992. *Permainan kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Bimbingan Tenaga Kependidikan.
- Suherman, Adang. 2000. *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdiknas Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru Sltp Setara D-III.
- Wijaya, JE. 2008. *Bekerjasama*. Bandung: ARMICO.