

**PENGARUH PEMBERIAN PERMAINAN KECIL DALAM PEMANASAN TERHADAP MINAT SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLARAHGA DAN KESEHATAN (STUDI PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 3 KAMAL, BANGKALAN)**

**Alief Maulana Zulkarnain**

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Surabaya, madurabergetar@gmail.com

**Sasminta Christina Yuli Hartati**

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

**Abstrak**

Pembelajaran penjasorkes tidak akan berjalan selaras jika tidak adanya interaksi yang seimbang antara guru dan siswa. Seperti halnya pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, tidak akan bisa berjalan lancar jika siswa tidak melakukan tugas gerak yang diberikan oleh guru dengan semangat. Hal itu dikarenakan metode dan pembelajaran yang monoton dan itu-itu saja. Untuk memberikan suntikan semangat itu seorang guru harus mampu membuat pembelajaran menjadi menarik dan tidak monoton, karena pembelajaran yang monoton akan membuat siswa menjadi bosan dan malas berinteraksi sehingga tujuan pembelajaran menjadi tidak tersampaikan. Salah satu metode agar siswa menjadi berminat ialah memberikan permainan kecil dalam pemanasan yang digunakan dalam pembelajaran juga.

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh pemberian permainan kecil dalam pemanasan terhadap minat siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan kelas VIII SMP Negeri 3 Kamal, Bangkalan dan seberapa besar pengaruh itu. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Subyek dalam penelitian ini berjumlah 29 siswa yaitu kelas VIII A. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah angket minat siswa. Untuk analisis datanya menggunakan *t test* atau uji *t (dependent)*.

Berdasarkan hasil penghitungan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian permainan kecil dalam pemanasan terhadap minat siswa dalam pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kamal, Bangkalan yang dibuktikan dari hasil nilai  $t_{hitung} 9,498 > t_{tabel} 2,048$  dengan taraf signifikan 0,05. Besarnya pengaruh adalah 7,11%.

**Kata Kunci:** Permainan Kecil Dalam Pemanasan, Minat Siswa, Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.

**Abstract**

Learning physical education, sport and health will not run well if there is not a balance interaction between the teacher and student. Either Learning physical education, sport and health will not go well if the students do not do the movement assignment given by the teacher enthusiastically. It is because the monotonous and bored methods and learning process. To give the student enthusiasm, the teacher must make the interesting learning process for the student. The monotonous and bored learning will make the students boring and reluctant to interact so the goal of teacher learning will fail. One of the methods to make students have enthusiasm to have lesson is by giving a traditional game in warming up.

The aim of this research is to know the impacts of giving traditional game in warming up to the student interests in the learning physical education, sport and health, 8<sup>th</sup> grade SMPN 3 Kamal, Bangkalan and how big the impacts are. This research is the appearance experimental research with quantity descriptive approach. The subject of this research is 29 students of VIII A. The interpretation of technique sample is cluster random sampling. The instrument used is student interest questionnaire. Data analysis uses *t (test)* or *uji t (dependent)*

Based on the results of calculation can be concluded that there is a significant impact of giving traditional game in warming up to the student interests in the learning physical education, sport and health to the 8<sup>th</sup> grade students of SMPN 3 Kamal, Bangkalan that proved by  $t_{count} 9,498 > t_{table} 2,048$  with significance level 0,05. The amount of effect was 7,11%.

**Keywords:** traditional game in warming up, student interests, learning physical education, sport and health

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan nasional secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilisasi emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.

Pendidikan jasmani memberikan peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan olahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Pendidikan jasmani memegang peran penting dalam pembentukan manusia seutuhnya. Namun demikian, keberadaan pendidikan jasmani masih dianggap kurang penting dibanding bidang studi yang lain (Nurhasan dkk, 2005:1). Maka dari itu orang dewasa atau pendidik harus mengubah paradigma ini, sehingga akhirnya pendidikan jasmani tidak lagi dianggap kurang penting. Adanya naluri untuk bergerak inilah yang menjelma menjadi perbuatan yang disebut “bermain” yang sesuai dengan kebutuhan anak. (Soemitro, 1992:3).

Sekolah merupakan lembaga yang mengindahkan nilai-nilai kebudayaan manusia baik masa lalu, masa kini bahkan masa yang akan datang. Pendidikan jasmani sebagai bagian kurikulum yang diberikan dari mulai pendidikan tingkat dasar hingga pada tingkat tinggi. Hal ini karena pendidikan jasmani merupakan bagian dari sistem pendidikan yang bertujuan untuk mewujudkan manusia Indonesia seutuhnya.

Guru dituntut memiliki kompetensi terutama dalam mengelola proses pembelajaran untuk dapat mengantarkan siswa mencapai tujuan yang diharapkan. Guru harus mampu merancang dan mengelola kegiatan pembelajaran yang efektif, sesuai dengan tujuan pendidikan yang mengacu kepada tujuan umum pendidikan yaitu meningkatkan kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia, serta keterampilan untuk hidup mandiri dan mengikuti pendidikan lebih lanjut.

Pada dasarnya semua siswa tidak mengindahkan adanya kebosanan dalam hidupnya, karena pembelajaran yang membosankan adalah sesuatu yang tidak menyenangkan. Hal ini disebabkan dengan proses belajar mengajar yang tidak diawali dengan sesuatu yang

menarik minat siswa terhadap pembelajaran penjasorkes, dan akibatnya tujuan pembelajaran tidak tercapai. Untuk mencapai tujuan pembelajaran diharapkan guru mengawali proses pembelajaran dengan pemanasan yang dibuat semenarik mungkin seperti pemberian permainan kecil dalam pemanasan, dan nantinya akan membuat siswa lebih meningkatkan minat dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes. Menurut Michael, (1996: 16) Aktivitas pemanasan merupakan salah satu bagian dasar dari program latihan permulaan (*conditioning program*). Latihan permulaan terdiri dari sekelompok latihan (gerakan) yang dilakukan pada saat hendak melakukan kegiatan olahraga.

Sesuai dengan pengalaman peneliti selama mengajar di SMP Negeri 3 Kamal, Bangkalan, kemudian juga ketika observasi ke sekolah-sekolah dan pada program pengalaman lapangan (PPL), minat siswa dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes sangat rendah. Berdasarkan hasil observasi yang pernah dilakukan peneliti ternyata ada beberapa masalah yang muncul salah satunya menurunnya minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, hal ini disebabkan karena tidak ada variasi dalam pemanasan yang masih menggunakan pemanasan statis. Masalah ini terjadi pada siswa kelas VIII, maka dalam menghadapi permasalahan tersebut, maka perlu upaya pemecahannya menggunakan cara tepat berupa pemberian permainan kecil dalam pemanasan.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti akan membuat karya tulis dengan judul : “Pengaruh Pemberian Permainan Kecil dalam Pemanasan Terhadap Minat Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Rekreasi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kamal, Bangkalan”.

## Minat dan Pembelajaran Penjasorkes

Menurut Komalasari, (2010:3) Pembelajaran dapat didefinisikan sebagai suatu system atau proses membelajarkan subjek didik/pembelajar yang direncanakan atau didesain, dilaksanakan, dan dievaluasi secara sistematis agar subjek didik/pembelajar dapat mencapai tujuan-tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien.

Menurut Sagala, (2011:61) Pembelajaran ialah membelajarkan siswa menggunakan asas pendidikan maupun teori belajar merupakan penentu utama keberhasilan pendidikan.

Menurut Subini, dkk (2012:8) Pembelajaran ialah suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh suatu perubahan perilaku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya

Menurut Kristiandaru, (2010:33) Pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktifitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang.

Menurut Hartono, dkk (2013:2) Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistic dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional.

Menurut Hartono, dkk (2013:2) Pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang berkaitan dengan gerak manusia, perkembangan fisik dan psikis.

Menurut Hartono, dkk (2013:2) Pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang berkaitan dengan gerak manusia, perkembangan fisik dan psikis.

Dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu aktivitas olahraga yang dibuat semenarik mungkin dan menyenangkan yang bertujuan membentuk keseimbangan fisik dan jiwa, baik jasmani dan rohani serta pembentukan karakter.

Menurut Kristiandaru (2010:39), tujuan pendidikan jasmani, kesehatan, dan rekreasi adalah sebagai berikut:

- 1) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
- 2) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama.
- 3) Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar pendidikan jasmani.
- 4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani, permainan dan olahraga.
- 5) Mengembangkan ketrampilan gerak dan ketrampilan berbagai macam permainan dan olahraga seperti; permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri/senam, aktivitas ritmik, akuatik, dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*).
- 6) Mengembangkan ketrampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat.
- 7) Mengembangkan ketrampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
- 8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat.

- 9) Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat kreatif.

Menurut Hartono, dkk (2013:3), fungsi pendidikan jasmani, kesehatan, dan rekreasi adalah Aspek organic, neuromuskuler perceptual, kognitif, sosial, emosional.

Menurut Slameto (2010: 180), minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri.

Menurut Djamarah (2011: 166), minat adalah kecenderungan yang menetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa aktivitas. Seseorang yang berminat terhadap suatu aktivitas akan memperhatikan aktivitas itu secara konsisten dengan rasa senang.

Menurut London (dalam Djaali 2009: 122), minat dibagi menjadi 6 jenis yaitu Realitas, *Investigative*, Artistik, Sosial, *Enterprising*, *Konvensional*.

### **Pemanasan dan Permainan Kecil**

Menurut Slameto, (2010: 54) Faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar banyak jenisnya, dapat digolongkan menjadi dua faktor internal dan eksternal.

Permainan kecil adalah suatu bentuk permainan yang tidak mempunyai peraturan baku, baik mengenai peraturan permainannya, alat-alat yang digunakan, ukuran lapangan, maupun lama permainannya. (Hartati dkk, 2013:27)

Menurut Soemitro (1992:41), dengan adanya permainan kecil anak-anak didik akan merasa lebih senang dan gembira dalam mengikuti gerakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

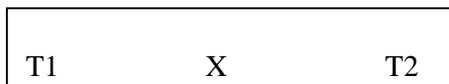
Menurut Michael, (1996: 16) Aktivitas pemanasan merupakan salah satu bagian dasar dari program latihan pemulaan (*conditioning program*).

### **METODE**

Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian menggunakan jenis penelitian eksperimen semu dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (*treatment*) yang dikenakan kepada subjek atau objek penelitian. (Maksum, 2009: 14). Ada empat prinsip dasar yang harus diperhatikan dalam penelitian eksperimen, yaitu penempatan subjek secara acak, adanya perlakuan, adanya kelompok kontrol dan adanya ukuran keberhasilan.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pre-test –Post-test Design*. Dalam desain ini tidak ada kelompok kontrol, dan subjek tidak ditempatkan secara acak. Kelebihan desain ini adalah dilakukannya *pre-test* dan *post-test* sehingga dapat diketahui dengan pasti perbedaan hasil akibat perlakuan yang diberikan. (Maksum, 2009: 47). Desain penelitian

One Group Pre-test Post-test Design adalah sebagai berikut:



Keterangan :

T1 : Pre-test

X : Perlakuan (treatment)

T2 : Post-test

(Maksum, 2009: 48)

Menurut Maksum (2007:3) variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabilitas atau keragaman yang menjadi fokus penelitian. Sedangkan konsep sendiri ialah abstraksi atau penggambaran suatu fenomena atau suatu gejala tertentu. Variabel penelitian ini ialah :

1. Variabel bebas : permainan kecil dalam pemanasan
2. Variabel terikat : Minat siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket minat. Angket atau kuesioner adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang dia ketahui. (Arikunto, 2010: 194).

Angket minat yang digunakan dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian terdahulu yaitu Eko Andrian Irmansyah Jurusan Pendidikan Olahraga angkatan 2005 dengan judul “Minat Siswa MTs. Kanjeng Sepuh Sidayu Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani (Studi Pada Siswa Kelas VII MTs. Kanjeng Sepuh Sidayu) yang telah dilakukan uji validitas dengan nilai antara 0,320 – 0,63. Dan perhitungan indeks reliabilitas angket minat yaitu untuk nilai r hitung sebesar 0,82972499, sehingga angket minat pada angket penelitian dinyatakan reliabel dan layak untuk digunakan dalam penelitian selanjutnya.

Pengukuran jawaban yang terdapat pada angket menggunakan skala likert. Ciri dari bentuk ini adalah pernyataan yang diberikan akan dijawab dengan cara memberi tanda pada kolom yang tersedia

### Hasil dan Pembahasan

Analisa hasil penelitian akan dikaitkan dengan tujuan penelitian sebagaimana yang telah dikemukakan pada bab 1, maka dapat diuraikan dengan deskripsi data dan hasil pengujian hipotesis. Deskripsi data yang akan disajikan berupa data nilai pre-test dan post-test yang diperoleh dari pengisian angket minat tentang pengaruh pemberian permainan kecil dalam pemanasan terhadap minat siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada sampel yang telah dipilih secara acak. Adapun yang menjadi sampel pada penelitian

ini berjumlah 29 siswa. Penghitungan data dilakukan dengan dua cara yaitu penghitungan statistik manual dan menggunakan program komputer IBM Statistical Package for the Social Science (SPSS) Statistics 20 yang dilakukan untuk pengecekan kembali terhadap hasil data penelitian.

Data angket minat ini diperoleh dari hasil pengisian angket pada sampel, sebelum pemberian permainan kecil dalam pemanasan (pre – test) dan sesudah pemberian permainan kecil dalam pemanasan (post – test). Pada deskripsi data ini membahas tentang rata-rata, standar deviasi, varian, nilai minimum dan nilai maksimum, dan besar perbedaan berdasarkan hasil olah data angket minat yang telah diisi oleh responden. Berdasarkan hasil perhitungan manual selanjutnya deskripsi data dari hasil penelitian dapat dijabarkan lebih lanjut. Data hasil pre-test dan post-test adalah sebagai berikut:

**Tabel 1 Deskripsi Hasil Skor Sampel.**

Deskripsi	Pre-test	Post-test	Beda
Jumlah	2568	2961	-393
Mean	88.55	102.10	13.55
SD	9.07	4.86	-4.20
Varian	82.26	23.67	-58.59
Min	71	93	22
Max	105	113	8

Berdasarkan Tabel 1 diatas dapat dilihat bahwa :

- a. Hasil skor pengisian angket tentang minat siswa pada sampel sebelum pemberian permainan kecil dalam pemanasan (pre-test) didapat jumlah skor sebesar 2568; skor rata-rata sebesar 88,55 dengan varian 82,26; standar deviasi 9,07; skor terendah adalah 71 dan tertinggi 105.
- b. Hasil skor pengisian angket minat siswa pada sampel sesudah pemberian permainan kecil dalam pemanasan (post-test) didapat jumlah skor sebesar 2961; skor rata-rata sebesar 102,10 dengan varian 23,67; skor terendah 93 dan tertinggi adalah 113.
- c. Perbedaan skor antara sebelum dan sesudah pemberian permainan kecil dalam pemanasan adalah sebagai berikut: total beda skor sebesar 393; beda mean sebesar 13,53; varian 58,59; standar deviasi 4,20; skor terendah 22 dan tertinggi 8.

### Uji Hipotesis

#### Syarat Uji Hipotesis

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

homogenitas kelompok. Untuk menguji kenormalan sebaran data, digunakan perhitungan *chi-square* ( $x^2$ ) sebagai uji kenormalan. Untuk menentukan apakah sebaran data normal atau tidak maka hasil hitung ( $x^2$ ) dikonsultasikan pada tabel ( $x^2$ ) dengan ketentuan sebagai berikut:

Distribusi ( normal ) jika hasil ( $x^2$ ) hitung  $< (x^2)$  tabel.

Distribusi ( tidak normal ) jika ( $x^2$ ) hitung  $> (x^2)$  tabel.

Hasil uji kenormalan data dari masing-masing kelompok sebagai berikut:

**Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Distribusi Data**

Distribusi Nilai	N	$x^2$ hitung	$x^2$ tabel	Keterangan
Pre Test	29	7,6092	7,8150	Normal
Post Test	29	1,7597	7,8150	Normal

Tabel 2 di atas memberikan informasi bahwa harga  $x^2$  hitung pada distribusi data *pre test* kelompok sampel lebih kecil daripada  $x^2$  tabel yaitu  $7,6092 < 7,8150$  maka distribusi termasuk dalam kategori normal sehingga data tersebut dapat dianalisis menggunakan uji parametrik. Sedangkan harga  $x^2$  hitung pada distribusi data *post test* kelompok sampel juga lebih kecil daripada  $x^2$  tabel yaitu  $1,7597 < 7,8150$ , maka distribusi termasuk dalam kategori normal sehingga data tersebut dapat dianalisis menggunakan uji parametrik.

### Analisis Uji Beda Dengan Uji T

Pada 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*).

**Tabel 3 Hasil Uji Beda dengan Uji T**

Uji <i>dependent T-test</i>	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	Sig	Keterangan
Nilai <i>Post-Test</i> dan <i>Pretest</i>	9,498	2,048	0,05	Ada perbedaan

Data yang akan diuji adalah data dari hasil *pre test* dan *post test* angket minat siswa pada kelompok sampel.

Dengan mengkonsultasikan nilai  $t_{hitung}$  pada tabel maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima karena nilai  $t_{hitung} 9,498 > t_{tabel} 2,048$  dengan taraf signifikan 0,05. Dengan kata lain bahwa ada perbedaan yang signifikan nilai minat siswa sebelum dan sesudah penerapan pemberian permainan kecil dalam pemanasan. Hal ini dapat dikatakan bahwa permainan kecil dalam pemanasan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap minat siswa dalam pembelajaran penjasorkes.

Berdasarkan analisis menggunakan rata-rata dapat diketahui peningkatannya sebesar 7,11% dengan penyajian data.

Pengaruh tersebut yang dimaksud adalah dilihat dari hasil *pre test* dan *post test* dengan menggunakan angket minat siswa. Dari data *pre test* kelompok sampel diperoleh rata-rata sebesar 88.55 dengan standar deviasi sebesar 9.070. Dari data *post test* kelompok sampel diperoleh rata-rata sebesar 102.10 dengan standar deviasi 4.865.

Untuk melihat apakah ada pengaruh yang signifikan antara minat siswa dalam pembelajaran penjasorkes kelompok sampel yang diberi perlakuan dengan pemberian permainan kecil dalam pemanasan dilakukan *T-Test dependent sample* sebagai uji beda. Kriteria pengujiannya adalah jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$   $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sedangkan jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$   $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  (9,498) dan  $t_{tabel}$  (2,048) dengan taraf signifikan 0,05 yang bermakna bahwa nilai  $t_{hitung}$  lebih besar daripada  $t_{tabel}$ . Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan berarti hipotesis  $H_a$  diterima.

Selanjutnya untuk mengetahui berapa besar peningkatan hasil minat siswa dalam pembelajaran penjasorkes dengan pemberian permainan kecil dalam pemanasan 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 minat siswa dalam pembelajaran penjasorkes kelompok sampel sebesar 7,11%.

Penelitian lain tentang pemberian permainan kecil dalam pemanasan untuk meningkatkan minat siswa adalah penelitian karya Imam Yulias Supriadi yang berjudul “Pengaruh Penerapan Permainan Kecil Dalam Pemanasan Terhadap Minat Siswa Dalam Pembelajaran Bolabasket” yang dilakukan pada siswa kelas VIII SMP Negeri Tanjungbumi, Bangkalan. Berdasarkan analisa penelitiannya dapat diketahui adanya perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Hal ini dapat diketahui berdasarkan hasil penghitungan uji t bahwa nilai  $t_{hitung} 9,572 > t_{tabel} 1,990$  dan besarnya pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa sebesar 19,49%. (Supriadi, 2012: 41).

Penelitian lainnya tentang pemberian permainan kecil dalam pemanasan untuk meningkatkan minat siswa adalah penelitian karya Fiki Finalosa dengan judul “Pengaruh Pemberian Permainan Kecil Dalam Pemanasan Terhadap Minat Siswa Dalam Pembelajaran Bolabasket” yang dilakukan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Babadan, Ponorogo. Berdasarkan penelitiannya bahwa pengaruh pemberian permainan kecil dalam

pemanasan ternyata efektif untuk meningkatkan minat siswa dengan hasil nilai  $t_{hitung} 2,246 > t_{tabel} 2,201$  dengan besar pengaruh sebesar 5,12%. (Finalosa, 2014:4).

## PENUTUP

Setelah dilakukan proses penelitian, makadarihasilpenelitiandapatdisimpulkan :

1. Ada pengaruh yang signifikan dalam pemberian permainan kecil dalam pemanasan terhadap minat siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3Kamal, Bangkalan. Dibuktikan dengan hasil hitung uji hipotesis menunjukkan bahwa karena nilai  $t_{hitung} 9,498 > t_{tabel} 2,048$  dengan taraf signifikan 0,05.
2. Besarnya pengaruh pemberian permainan kecil dalam pemanasan terhadap minat siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah sebesar 7,11%

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan, dikemukakan beberapa saran kepada guru, pemerhati pendidikan, dan peneliti sebagai upaya tindak lanjut dari hasil penelitian ini supaya dapat benar-benar bermanfaat.

1. Berdasarkan hasil penelitian bahwa upaya penerapan pemberian permainan kecil dalam pemanasan memberikan pengaruh terhadap minat siswa dalam pembelajaran penjasorkes, maka sebaiknya pemberian permainan kecil dalam pemanasan terhadap minat siswa dalam pembelajaran penjasorkes ini dijadikan acuan bagi para guru pendidikan jasmani, dalam usaha untuk bisa membuat siswa menjadi berminat dan bersemangat dalam mengikuti proses belajar mengajar.
2. Agar mendapatkan hasil yang lebih baik dalam pembelajaran khususnya pemberian permainan kecil dalam pemanasan, maka hendaknya bentuk permainan yang bervariasi dan disesuaikan dengan kemampuan dan kondisi siswa, sehingga siswa dapat meningkatkan minatnya dan dengan mudah menyerap materi pembelajaran dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Djaali. 2009. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Djamarah. 2011. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Finalosa, Fiki. Pengaruh Pemberian Permainan Kecil Dalam Pemanasan Terhadap Minat Siswa Dalam

Pembelajaran Bolabasket. Skripsi tidak diterbitkan. FIK UNESA.

- Hartati, Sasminta, dkk. 2013. *Permainan Kecil (cara efektif mengembangkan fisik, motorik, keterampilan social dan emosional)*. Surabaya: Wineka Media.
- Hartono, Soetanto, dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani (sebuah pengantar)*. Surabaya. Universitas Negeri Surabaya University Press.
- Irmansyah, Eko Andrian, 2010. Minat Siswa MTs. Kanjeng Sepuh Sidayu Terhadap Pembelajaran Pendidikan jasmani. Skripsi tidak diterbitkan. FIK Unesa.
- Komalasari, Kokom. 2010. *Pembelajaran Kontekstual Konsep dan Aplikasi*. Bandung: Refika Aditama.
- Kristiandaru, Advendi. 2010. *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya University Press.
- Maksum, Ali. 2007. *Diktat Mata Kuliah Statistik*. Surabaya: Tanpa penerbit
- Maksum, Ali. 2009. *Diktat Mata Kuliah Metodologi Penelitian*. Surabaya: Tanpa penerbit
- Maksum, Ali. 2012 *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.
- Michael J. Alter, MS. *Teknik Peregangan Olahraga*. terjemahan oleh Jamal Habib. 2003. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Nurhasan, dkk. 2005. *Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani (Bersatu Membangun Manusia yang Sehat Jasmani dan Rohani)*. Surabaya: Unesa University Press.
- Sagala, Syaiful. 2011. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Soemitro. 1992. *Permainan Kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Renika Cipta.
- Subini, Nini. 2012. *Psikologi Pembelajaran*. Yogyakarta: Mentari Pustaka.
- Supriadi, Imam Yulias. Pengaruh Penerapan Permainan Kecil Sebagai Bentuk Pemanasan Terhadap Minat Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Bolabasket. Skripsi tidak diterbitkan. FIK UNESA.