

Penerapan Metode Bagian (*Part Method*) Terhadap Hasil Belajar *Round Off* Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo

Amalia Fauziah Nurun Nubuwah*, Sudarso

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,

Universitas Negeri Surabaya

*Amaliafauziah02@gmail.com

Abstrak

Round Off adalah gerakan berkelanjutan dari gerakan meroda yang posisi kakinya merapat diatas dan mendarat dengan kedua kaki bersamaan. Metode bagian merupakan bentuk latihan keterampilan yang dilakukan secara bagian per bagian dari keterampilan yang dipelajari. Bentuk keterampilan yang dipelajari dipilah-pilah ke dalam bentuk gerakan yang lebih mudah dan sederhana. Rumusan masalah dari penelitian ini adalah 1) apakah ada pengaruh penerapan metode bagian (*part-method*) terhadap hasil belajar *round off* pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo. 2) seberapa besar pengaruh penerapan metode bagian (*part-method*) terhadap hasil belajar *round off* pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk 1) mengetahui peningkatan penerapan metode bagian (*part method*) terhadap hasil belajar *round off* pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo. 2) untuk mengetahui seberapa besar penerapan metode bagian (*part method*) terhadap hasil belajar *round off* pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo. Sasaran penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo dengan jumlah sampel dari kelas XI TGB 1 diambil sebanyak 30 siswa dan XI TKR 2 dengan jumlah sampel yang diambil sebanyak 24 siswa. Berdasarkan hasil analisa statistik didapatkan nilai *round off* yaitu Uji T kelompok berbeda pre test memiliki nilai t 0,432 dengan nilai signifikan 0,668, dan untuk Uji T kelompok berbeda post test memiliki nilai t 9,737 dengan nilai signifikan 0,016 yang berarti menunjukkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, sehingga ada pengaruh penerapan metode bagian (*part method*) terhadap hasil belajar *round off* pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo.

Kata kunci: metode bagian, *round off*

Abstract

Round Off is a movement of the merda movement which is the tip of the foot and leg with both legs together. The section method is a form of skill practice performed part-by-part of the learned skill. The skill forms studied are sorted into simpler and simpler movements. The formulation of the problem of this research is 1) is there any influence of part-method application to the learning result of round off on the students of class XI SMK Negeri 1 Sidoarjo? 2) how much influence the application of part-method to the learning result of round off on the students of class XI SMK Negeri 1 Sidoarjo? The purpose of this study is to 1) knowing the increase application of part method the results of learning Round Off studies in class XI SMK Negeri 1 Sidoarjo 2) And find out how much application of part method the results of learning Round Off studies in class XI SMK Negeri 1 Sidoarjo. The target of this research is the students of class XI SMK Negeri 1 Sidoarjo with the number of samples from class XI TGB 1 taken as many as 30 students and XI TKR 2 with the number of samples taken as many as 24 students. Based on the results of statistical analysis got the value of the round off that T test different groups of pre-test has a value of 0.432 t with a significant value of 0.668, and for Test T group different post test has a value of t 9.737 with significant value 0.016 which means that H_0 is accepted and H_a rejected, so there is influence of the application of part method (*part method*) to the results of learning round off on students of class XI SMK Negeri 1 Sidoarjo.

Keywords: *part method*, *round off*

PENDAHULUAN

Menurut Rosdian (2013 : 23) Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan

emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional, karena pendidikan jasmani sangat penting bagi pendidikan.

Menurut Brahim dalam Susanto (2013 : 25) hasil belajar dapat diartikan sebagai tingkat keberhasilan siswa dalam mempelajari materi pelajaran di sekolah yang

dinyatakan dalam skor yang diperoleh dari hasil tes mengenal sejumlah materi tertentu.

Menurut Madijono (dalam Riadi (2017 : 1) senam adalah suatu bentuk latihan jasmani yang sistematis, teratur dan terencana dengan melakukan gerakan-gerakan yang spesifik untuk memperoleh manfaat dalam tubuh. Senam sebagai alat memiliki arti bahwa gerakan yang ada dalam senam digunakan untuk mencapai tujuan pendidikan yaitu pencapaian ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Senam bertujuan untuk pembelajaran pencapaian kompetensi psikomotorik, yang berupa ketrampilan fisik yang meliputi perkembangan neuromuscular dan biomotorik serta ketrampilan gerak (*skill*) senam (Nurkholis 2015 : 11).

Sedangkan senam merupakan gerak badan menyeluruh apapun bentuknya. Keselarasan dan berkesinambungan merupakan salah satu ciri dari gerak senam. Berbagai macam jenis dan bentuk senam telah ada sejak dahulu, karena gerakannya yang ringan, mudah dan dinamis sehingga semua orang bisa melakukan. Senam sendiri dapat diartikan sebagai latihan tubuh yang bertujuan untuk mengaktifkan seluruh anggota tubuh dan persendian agar tidak terjadi kekakuan dan cidera (Nurkholis, 2015 : 2).

Menurut Gani (dalam Firdaus, 2014:365) mengatakan bahwa metode bagian adalah metode yang mengajarkan suatu keterampilan gerak dengan cara memecah-mecah gerak sebelum dijalani menjadi satu rangkaian gerak secara keseluruhan, sehingga dapat disimpulkan bahwa metode bagian (*part-method*) adalah metode yang diterapkan dengan cara memecah suatu pembelajaran menjadi bagian bagian dan menggabungkannya lagi setelah siswa berhasil menguasainya dengan tujuan untuk mempermudah siswa dalam memahami suatu pembelajaran, dan metode keseluruhan. Metode bagian pada umumnya diterapkan untuk mempelajari jenis keterampilan yang cukup sulit atau kompleks. Harsono (1988 : 142) menyatakan, “Pada umumnya guru mengajarkan suatu teknik dengan *part method*, hal ini disebabkan karena :

1. Siswa belum banyak tahu mengenai cara melaksanakan teknik atau keterampilan.
2. Agar siswa melakukan teknik sesuai dengan keinginan guru.

Di senam *round off* salah satu keterampilan yang paling mendasar, keterampilan ini sederhana dan cara efektif bagi pesenam untuk berubah dari rotasi ke depan ke rotasi ke belakang, gerakan sambil bergerak dalam satu arah, sepanjang garis lurus” (Farana, dkk. 2015 : 6). *Round Off* adalah gerakan berkelanjutan dari gerakan meroda yang posisi kakinya merapat di atas dan mendarat dengan kedua kaki bersamaan (Farana, dkk. 2015 : 6).

Gerakan *round off* adalah kemampuan melakukan serangkaian gerakan mengarah ke depan dengan menggunakan awalan kaki terkuat, posisi tangan membentuk huruf T, posisi kaki bertemu di atas dan pada saat pendaratan posisi badan berputar 180° dan mendarat dengan kedua kaki secara bersama.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu karena mekanisme kontrol yang dilakukan kurang memadai, jenis penelitian ini tidak menggunakan random sebagai cara memasukkan subjek ke dalam kelompok, tetapi menggunakan *matching*, yaitu memasangkan subjek satu dengan yang lain berdasarkan variable tertentu (Maksum, 2012 : 100).

Waktu dalam penelitian ini adalah 4 kali pertemuan. 1 kali pertemuan adalah 2x45 menit. Tempat penelitian adalah SMKN 1 Sidoarjo. Tepatnya di jalan Monginsidi No. 71 Sidokumpul, Kec. Sidoarjo, Kab. Sidoarjo Jawa Timur 61218.

Dalam penelitian ini menggunakan teknik *Cluster Random Sampling*. Pengambilan sampel ini dilakukan dengan mengundi seluruh kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo dan hanya diambil dua kelas yang akan diteliti. Peneliti mengumpulkan semua ketua kelas XI, untuk melakukan pengundian *cluster random sampling*, setelah semua ketua kelas terkumpul peneliti melakukan undian dengan cara membuat 12 kertas yang berisi 10 kertas kosong dan 2 kertas bertuliskan kontrol dan eksperimen. Setelah melakukan undian muncullah kelompok kontrol yaitu kelas XI TGB 1, dan kelompok eksperimen yaitu kelas TKR 2. Instrumen penelitian ini menggunakan 2 item tes yaitu:

1. Tes pengetahuan
2. Tes keterampilan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada deskripsi data ini membahas tentang rata-rata, standart deviasi, varian hasil belajar *round off* pada senam dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas XI SMKN 1 Sidoarjo. Sehingga menghasilkan nilai-nilai sebagai berikut:

1. Deskripsi Data

Tabel 1. Hasil Pre test dan Post test Round Off

Variabel		N	Mean	Std.Deviasi	Varian
kontrol	Pre test	30	40,17	12,281	150,83
	Post test	30	50,17	16,582	274,97
Eksperimen	Pre test	24	41,46	8,905	79,30
	Post	24	88,75	11,253	126,6

	test				3
--	------	--	--	--	---

Berdasarkan analisis tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa hasil *pre test round off* dari kelompok kontrol yang berjumlah 30 siswa memiliki nilai rata-rata 40,17, standart deviasi 12,281 dan nilai varian 150,833. Hasil *pre test round off* dari kelompok eksperimen yang berjumlah 24 siswa memiliki nilai rata-rata 41,46, standart deviasi 8,905 dan nilai varian 79,303. Sedangkan hasil *post test round off* dari kelompok kontrol yang berjumlah 30 siswa memiliki nilai rata-rata 50,17, standart deviasi 16,582 dan nilai varian 274,971. Hasil *post test round off* dari kelompok eksperimen yang berjumlah 24 siswa memiliki nilai rata-rata 88,75, standart deviasi 11,253 dan nilai varian 126,630.

Tabel 2. Uji Normalitas *Round Off* menggunakan SPSS Kolmogorov Smirnov Z

Variabel		Uji Normalitas	Signifikan	Kategori
kontrol	<i>Pre test</i>	0,805	0,536	Normal
	<i>Post test</i>	1,030	0,239	Normal
eksperimen	<i>Pre test</i>	1,080	0,194	Normal
	<i>Post test</i>	0,829	0,498	Normal

Berdasarkan hasil tabel 2, maka dapat diketahui bahwa hasil *pre test round off* dari kelompok kontrol yang berjumlah 30 siswa memiliki nilai *Kolmogorov Smirnov Z* 0,805 dan nilai signifikan 0,536. Untuk hasil *post test* pada kelompok kontrol memiliki nilai *Kolmogorov Smirnov Z* 1,030 dan nilai signifikan 0,239. Sedangkan hasil *pre test* gerakan *round off* dari kelompok eksperimen yang berjumlah 24 siswa memiliki nilai *Kolmogorov Smirnov Z* 1,080 dan nilai signifikan 0,194. Untuk hasil *post test* pada kelompok eksperimen memiliki nilai *Kolmogorov Smirnov Z* 0,829 dan nilai signifikan 0,498.

1. Uji Hipotesis

a. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk memastikan bahwa data yang didapatkan berdistribusi normal. Dalam uji normalitas berlaku ketentuan jika *p-value* lebih besar dibanding α (5%) atau 0.05, maka data dinyatakan berdistribusi normal H_a diterima dan H_0 ditolak. Sebaliknya jika *p-value* lebih kecil dibanding α (5%) atau 0.05, maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal H_0 diterima dan H_a ditolak.

Tabel 3. Uji T Kelompok Berbeda *Pre test*

Variabel	N	Mean	Sd	T	Sig
----------	---	------	----	---	-----

round off					
- eksperime		41.4			
n	24	6	8.91	0,432	0,668
- kontrol	30	40.1	12.2		
		7	8		

Berdasarkan hasil tabel 3, bahwa hasil *pre test round off* dari kelompok eksperimen yang berjumlah 24 siswa memiliki rata-rata 41,46 nilai standart deviasi 8,91. Sedangkan dari kelompok kontrol yang berjumlah 30 siswa memiliki rata-rata 40,17 nilai standart deviasi 12,28 dan untuk nilai t dari kelompok kontrol dan eksperimen 0,432 dan nilai signifikan 0,668.

Tabel 4. Uji T Kelompok Berpasangan Kelompok Kontrol

Variabel	N	Mean	Sd	T	Sig
Round Off					
-Pre Test	30	40.17	12.28		
-Post Test		50.17	16.58	-4,42	0,00

Berdasarkan hasil tabel 4, maka dapat dijelaskan bahwa hasil *pre test* dari kelompok kontrol yang berjumlah 30 siswa memiliki rata-rata 40,17 nilai standart deviasi 12,28. Sedangkan hasil *post test* dari kelompok kontrol yang berjumlah 30 siswa memiliki rata-rata 50,17 nilai standart deviasi 16,58 dan untuk nilai t dari kelompok kontrol -4,42 dan nilai signifikan 0,00.

Tabel 5. Uji T Kelompok Berpasangan Kelompok Eksperimen

Variabel	N	Mean	Sd	T	Sig
Round Off					
-Pre Test	24	41,46	8,90		
-Post Test		88,75	11,25	-16,84	0,00

Berdasarkan hasil tabel 5, maka dapat dijelaskan bahwa hasil *pre test* dari kelompok eksperimen yang berjumlah 24 siswa memiliki rata-rata 41,46 nilai standart deviasi 8,90. Sedangkan hasil *post test* dari kelompok eksperimen yang berjumlah 24 siswa memiliki rata-rata 88,75 nilai standart deviasi 11,25 dan untuk nilai t dari kelompok eksperimen -16,84 dan nilai signifikan 0,00.

Tabel 6. Uji T Kelompok Berbeda *Post test*

Variabel	N	Mean	Sd	T	Sig
Round Off					
-Eksperimen	24	41.46	8.91	9,737	0,016
-Kontrol	30	40.17	12.28		

Berdasarkan hasil tabel 4,6, bahwa hasil *post test round off* dari kelompok eksperimen yang berjumlah 24 siswa memiliki rata-rata 41,46 nilai standart deviasi 8,91. Sedangkan dari kelompok kontrol yang berjumlah 30 siswa memiliki rata-rata 40,17 nilai standart deviasi 12,28

dan untuk nilai t dari kelompok kontrol dan eksperimen 9,737 dan nilai signifikan 0,016.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan hasil penelitian tentang penerapan metode bagian (*part method*) terhadap hasil belajar *round off* pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa: 1) ada pengaruh penerapan metode bagian (*part-method*) terhadap hasil belajar *round off* pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo dengan nilai signifikan 0,016. 2) ada pengaruh penerapan metode bagian (*part -method*) terhadap hasil belajar *round off* pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Sidoarjo antara kelompok kontrol dan eksperimen pada *pre test* dan *post test* memiliki selisih sebesar 0,38%.

Saran

Adapun saran yang dapat dikemukakan sesuai hasil penelitian, pembahasan dan simpulan yang telah diuraikan yaitu:

1. Bagi guru PJOK hendaknya memberikan metode mengajar sehingga mampu membuat siswa tertarik dan memperhatikan penjelasan dari guru saat pembelajaran PJOK.
2. Bagi peserta didik agar dapat meningkatkan kemampuan dalam melakukan keterampilan gerakan Round Off.
3. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut lagi agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dan bahan informasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aka. 2009. *Cerdas dan Bugar dengan Senam Lantai*. Surabaya: PT. Gramedia Widiasarana.
- Clayton T. (2013). *The Progressive-Part vs. the Whole Methode of Learning Motor Skills*. Graduate, Scholar, School of Education: Syracuse University.
- Depenas. 2003. *Pendekatan Kontekstual (Contextual Teaching Learning/CTL)*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Pendidikan Lanjutan Pertama.
- Farana, dkk. (2015). *Wrist Joint Loading During The Round-Off Skills In Female Gymnastics*. Jurnal Department Of Human Movement Studies, Human Motion Diagnostic Center, University Of Ostrava, Czech Republic1 Cardiff School Of Sport, Cardiff Metropolitan University, Cardiff, UK.
- Farana. dkk (2017). *Effect of different hand positions on elbow loading during the round off in male gymnastics: a case study*. Jurnal Department Of Human Movement Studies, Human Motion Diagnostic Center, University Of Ostrava, Czech Republic1 Cardiff School Of Sport, Cardiff Metropolitan University, Cardiff, UK.
- Harsono. 1988. *Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma Jakarta.
- Hidir. 2014. *Perbandingan Metode Pembelajaran Bagian (Part Method) dan Metode Pembelajaran Keseluruhan (Whole Method) terhadap Kemampuan Siswa dalam Melakukan Smash Bola Voli*. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Volume 02 Nomor 02 Tahun 2014, 363-369.
- Lutan. 1988. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti.
- Maksum. 2007. *Buku Ajar Matakuliah Statistik Dalam Olahraga*. Universitas Negeri Surabaya.
- Maksum. 2012. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Universitas Negeri Surabaya.
- Mustofa. 2017. *Belajar dan Pembelajaran (Pengembangan Wacana dan Praktik Pembelajaran dalam Pembangunan Nasional)*
- Nurkholis. 2015. *Senam Dasar*. Surabaya: University Press.
- Riadi. 2017. *Pengertian, Manfaat dan Jenis-jenis Senam*.
- Rizki. 2011. *Mengenai Senam Lantai*. Jakarta: Wadah Ilmu.
- Rosdian. 2013. *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*.
- Suardi. 2012. *Pengantar Pendidikan Teoridan Aplikasi*.
- Sugiyanto. 1996. *Belajar Gerak I*. Surakarta: UNS Press.
- Thobroni. 2011. *Belajar dan Pembelajaran Pengembangan Wacana dan Praktik Pembelajaran dalam Pembangunan Nasional*.
- Tim Penyusun. 2016. *Panduan Penulisan Dan Penilaian Skripsi*. Universitas Negeri Surabaya.