**PENERAPAN PERMAINAN KECIL TERHADAP KEAKTIFAN GERAK SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN**

**Pringgo Husodho\*, Sasminta Christina Yuli Hartati**

S1 Pendidikan Jasmani, kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

\*pringgohusodho@ymail.com

**Abstrak**

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktifitas fisik atau jasmani yang dijadikan media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani yang termasuk keterampilan berolahraga.Tujuan dari pendidikan jasmani tidak hanya mengembangkan fisik saja, akan tetapi juga aspek mental, emosional, sosial dan spiritual banyak metode dan materi yang diajarkan dalam PJOK salah satunya yaitu melaui permainan kecil. Banyak sekali nilai-nilai positif yang terjandung di dalam permainan kecil. melalui bermain siswa akan merasa senang dan gembira dengan sendirnya jika permainannya menarik. Jika sudah begitu mereka akan tanpa sadar untuk mengikuti permaianan dan tanpa sadar mereka juga bergerak aktif. Dengan hal tersebut diharapkan mampu merangsang siswa untuk mencukupi kebutuhan geraknya. Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh permainan kecil terhadap keaktifan gerak dalam PJOK pada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya. Dan selain itu juga untuk mengetahui besarnya pengaruh permainan berkarakter terhadap keaktifan gerak siswa dalam PJOK .Sasaran penelitian ini adalah siswa kelas V B SDN Sawahan 1 /340 Surabaya dan jumlah sampel sebanyak 22 siswa. Jenis penelitian ini menggunakan eksperimen semu dengan pendekatan statistic kuantitatif. Sedangkan proses pengambilan data dilakukan dengan menggunakan instrumen APF. Hasil penghitungan menggunakan perhitungan SPSS maupun manual maka didapatkan hasil yaitu didapat jumlah skor rata-rata *pre-test* sebesar 23,31 dan post-test sebesar 24,77 dan untuk uji T yaitu Thitung (0,849) < Ttable (1,721),dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang nyata keaktifan gerak siswa sebelum dan sesudah penerapan permainan Kecil*.* Hal ini dapat disimpulkan bahwa permainan kecil tidak memberikan dampak yang nyata terhadap keaktifan gerak siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya.

**Kata Kunci:** Permainan Kecil*,* Keaktifan Gerak Siswa

**Abstract**

Physical education is basically an education through physical or physical activity that is used as media to achieve individual development as a whole. Through physical education, students are socialized into physical activities that include exercise skills. The purpose of physical education is not only to develop the physical, but also the mental, emotional, social and spiritual aspects of many methods and materials taught in PJOK one of them is through small game .There are so many positive values ​​embodied in the small game. through playing the students will feel happy and happy with itself if the game is interesting. If it had been so they would have unwittingly followed the game and unwittingly they were also active. With it is expected to stimulate students to meet the needs of his motion.The purpose of this study is to determine the effect of small game on the activity of movement in PJOK in grade V students SDN Sawahan 1/340 Surabaya. And also to know the magnitude of the influence of the game characterized on the activeness of student movement in PJOK. Target of this study is the students of grade V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya and the number of samples as many as 22 students. This type of research uses quasi experiment with quantitative statistic approach. While the data retrieval process is done by using APF instruments.The result of calculation using SPSS and manual calculation then got the result that is got the average score of pre-test equal to 23,31 and post-test equal to 24,77 and for T test that is Thitung (0,849) <Ttable (1,721), thus it can be concluded that there is no real difference in the student's motion before and after the small game implementation. It can be concluded that the small game does not give a real impact on the activeness of student movement in learning PJOK in grade V students SDN Sawahan 1/340 Surabaya.

**Keywords:** Small Game, Activity of Student Motion.

**Pendahuluan**

Secara umum fungsi dari pendidikan nasional adalah untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh peserta didik untuk menuju kehidupan masyarakat yang sejahtera dan makmur. Hal tersebut seperti yang telah diatur dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 pada bab II Pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional bahwa, Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, bekahlak mulia, sehat, berilmu, cakep, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dalam upaya untuk mencerdaskan kehidupan bangsa, tentunya pendidikan merupakan hal yang sangat vital peranan dan fungsinya. Pendidikan merupakan suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja dan sadar dengan tujuan agar terjadi adanya perubahan kearahan yang lebih baik sesuai apa yag diinginkannya. Pendidikan dapat diperoleh dari bangku sekolah, hal tersebut merupakan salah satu sarana dalam rangka untuk mewujudkan tujuan dari pendidikan itu sendiri.

Pendidikan formal merupakan suatu tahapan untuk memperoleh pengetahuan yang dilakukan secara sistematis dan teratur. Proses untuk mendapatkan pengetahuan tersebut dinamakan belajar, sedangkan belajar menunjukkan adanya perubahan kearah yang lebih positif sehingga akan diperoleh suatu keterampilan, kecakapan dan pengetahuan. Hasil dari belajar dapat dilihat dari prestasi belajarnya. Prestasi belajar dapat dilihat dari rapor maupun dari besarnya perubahan kearah yang positif yang tercermin dari pengetahuan yang diperolehnya.

Pendidikan merupakan suatu cara untuk membuat suatu perubahan pola pikir maupun perilaku yang lebih baik. Selain itu pendidikan juga bertujuan untuk membentuk pribadi yang berakhlak dan berbudi luhur serta mengembangkan suatu potensi yang ada pada diri siswa baik secara akademik maupun non akademik. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktifitas fisik atau jasmani yang dijadikan media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani yang termasuk keterampilan berolahraga. Tujuan dari pendidikan jasmani tidak hanya mengembangkan fisik saja, akan tetapi juga aspek mental, emosional, sosial dan spiritual.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan pada tanggal 19 Oktober 2017 oleh penulis dengan guru PJOK SDN Sawahan1/ 340 Surabaya yaitu Bapak Atho’ur Rohman S.Pd, ada beberapa masalah yang dihadapi saat pembelajaran PJOK di lapangan. Beberapa masalah yang perlu mendapatkan perhatian dalam pembelajaran pendidikan jasmani yaitu selama pembelajaran berlangsung siswa cenderung kurang aktif bergerak dan kurang tertarik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Maka upaya untuk meningkatkan aktifitas gerak yang dialami pada kegiatan pembelajaran PJOK di SDN Sawahan 1/340 Surabaya guru diharapkan mampu memberikan inovasi dalam mengajar, dengan cara memberikan metode ataupun materi pembelajaran yang dapat merangsang siswa agar tertarik dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar.

Dengan melihat keadaan pembelajaran PJOK di SDN Sawahan 1/340 Surabaya tersebut, maka pada pembelajaran PJOK perlu adanya perubahan yang dapat mendorong siswa untuk lebih aktif bergerak. Dengan adanya tuntutan masalah tersebut maka guru harus mempunyai variasi dan metode-metode serta hal-hal yang baru, harapannya dapat mengatasi masalah yang dialami oleh siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya selama mengikuti kegiatan belajar mengajar. Untuk mengatasi masalah tersebut perlu dilakukan agar siswa dapat memenuhi kebutuhan gerak pada dirinya sendiri. Untuk mengatasi masalah tersebut penerapan permainan kecil diharapkan dapat menumbuhkan motivasi bagi siswa mengikuti kegiatan belajar mengajar lebih aktif lagi. Dengan mendapatkan penerapan dari permainan kecil diharapkan mampu membuat kegiatan belajar mengajar lebih menarik, tidak membosankan serta menjadikan siswa lebih senang saat pembelajaran dan dapat menumbuhkan nilai-nilai yang positif bagi siswa seperti kerja sama, kejujuran, tanggung jawab.

Permainan kecil yang digunakan yaitu menggunakan tiga macam permainan diantaranya, permainan hadang, permainan mencari kelompok dan permainan menjala ikan. Kombinasi permainan-permainan tersebut selain belum pernah diterapkan dalam penelitian sebelumnya juga mempunyai tingkat aktivitas gerak yang tinggi dibandingkan permainan-permainan yang lain.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka untuk mengatasi suatu masalah tersebut yang berhubungan langsung dengan keaktifan belajar siswa pada saat pembelajaran PJOK, maka penulis akan mengadakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Penerapan Permainan Kecil Terhadap Keaktifan Gerak Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa Kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya”.

**METODE**

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian ekperimen semu, dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ekperimen dapat diartikan sebagai penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan (Maksum, 2012: 18). Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah seluruh siswa kelas V SDN Sawahan 1/340 Surabaya yang berjumlah 3 kelas dengan jumlah sisa yaitu sebanyak 94 siswa. Kemudian untuk sampelnya menggunakan *cluster random sampling*. Dari 3 kelas tersebut akan dipilih kelas sampelnya secara acak.

Salah satu cara mengetahui kualitas hasil penelitian dapat dilihat dari instrumen penelitian yang nantinya akan digunakan dalam mengukur nilai-nilai variabel yang akan diteliti. Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen Analisa Proporsi Fokus (APF). Selain instrumen di atas tersebut, instrumen pendukung yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dokumentasi berupa video dan foto dari kegiatan-kegiatan proses pembelajaran yang akan dilakukan. Dokumentasi iniakan berguna sebagai bahan untuk mengetahui validasi dari hasil observasi yang akan dilakukan. Selain itu, hasil dokumentasi foto dan video yang telah didapat juga bisa digunakan sebagai bahan untuk melakukan penilaian peneliti terhadap guru-guru pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan terhadap proses kegiatan pembelajaran PJOK.

Teknik analisis data yang digunakan dapam penelitian meliputi:

1. Rata-rata
2. Standar Deviasi
3. Varian
4. Uji Normalitas
5. Uji T
6. Persentase

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari penelitian disajikan menggunakan analisis statistik deskriptif sebagai berikut:

1. **Deskripsi Data**

**Tabel 1. Hasil Perhitungan ATA dan SDE**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Distribusi data** | ***Pre-test*** | ***Post-test*** | **Selisih** |
| **ATA** | **91%** | **94%** | **3%** |
| **SDE** | **82%** | **85%** | **3%** |
| **Jumlah Siswa** | **22** | **22** | **0** |

Pada deskripsi data ini akan dibahas yaitu nilai rata-rata, standar deviasi, varian*,* rentangan nilai tertinggi dan terendah serta tingkat keaktifan siswa yang diukur dalam bentuk persen (%). Pada deskripsi data ini didapatkan melalui pengamatan-pengamatan dari video-video yang diambil dari berbagai sudut saat pembelajaran berlangsung yaitu saat dilakukan pretest dan pos-test yang dilakukan di SDN Sawahan 1/340 Surabaya guna mengetahui apakah ada pengaruh dari penerapan permainan kecil terhadap keaktifan gerak pada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya.

Berdasarkan dari hasil yang didapat melalui perhitungan berbasis kompoter yaitu *Statistical Package For the Social Sciences* (SPSS) *for Windows release* 21.0 maka hasilnya dapat dijabarkan seperti tabel dibawah ini :

**Tabel 2. Deskripsi Statistik**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | N | Minimum | Maksimum | mean | Std. deviasi | varian |
| *Pre-test\_*apf | 22 | 5,00 | 31,00 | 23,3182 | 4,979 | 24,799 |
| *Post-test\_*apf | 22 | 7,00 | 31,00 | 24,7727 | 4,888 | 23,898 |
| Selisih |  | 2 | 0 | 1.4545 | 0.091 | 0.901 |
| Peningkatan 6.23 % | | | | | | |

Dari tabel 2 dapat diketahui bahwa :

1. Data yang diperoleh sebelum diberikan perlakuan penerapan permainan kecil *(pre-test)* yaitu didapat jumlah skor rata-rata sebesar 23,31 dengan standar deviasi 4,97983 varian sebesar 24,799 dengan nilai minimum yaitu 5 dan nilai maksimumnya adalah 31
2. Data yang diperoleh setelah dilakukan *treatment* melalui permainan-permainan kecil *(post-test)* yaitupada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya yaitu didapat dengan jumlah skor rata-rata yaitu sebesar 24,7727 dengan standar deviasi 4,88859 varian sebesar 23,898 dengan nilai minimum yaitu 7 dan nilai maksimumnya adalah 31.

Berdasarkan dari perhitungan SPSS yang dijabrkan melalui tabel 2 di atas maka tidak ada perbedaan yang signifikan terhadap keaktifan gerak siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya sebelum diberikan *treatment* permainan kecil maupun ssesudahnya.

Pada penelitian yang telah dilakukan peneliti pada siswa kelas V B di SDN Sawahan 1 /340 Surabaya dengan menerapkan permainan kecil terhadap keaktifan gerak siswa terhadap pembelajaran PJOK maka hasil yang telah di dapat melalui perhitungan dengan menggunakan SPSS yaitu mengalami peningkatan sebesar 6,23 %.

**Tabel 3. Tabel Pengujian Normalitas**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Deskripsi | *Pre-test* | *Post-test* |
| N | 22 | 22 |
| *Mean* | 23,3182 | 24,7727 |
| P*-Value* | ,061 | ,377 |
| Normalitas | Normal | Normal |

Berdasarkan tabel 3 dapat dijelaskan bahwa nilai signifikansi dari keaktifan gerak siswa dalam PJOK untuk *pre-test* dan *post-test* diperoleh nilai (p) *pre-test* sebesar 0,061 (p > 0,05), sedangkan untuk uji normalitas nilai signifikansi (p) *post-test* sebesar 0.377 (p > 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa data keaktifan gerak siswa dalam PJOK untuk *pre-test* dan *post-test* tersebut normal.

**Tabel 4. Hasil Perhitungan Uji Perbedaan *Paired Sample* T*-Test***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Variabel | Thitung | Ttabel | Keterangan |
| *Pre-test* dan *Post-test* | 0,849 | 1,721 | Tidak ada pengaruh |

Berdasarkan tabel 4 hasil dari perhitungan uji T maka bahwa nilai maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang nyata antara penerapan permainan kecil terhadap keaktifan gerak siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa V B SDN sawahan 1/340 Surabaya sebelum dilakukan *treatment (pre-test)* maupun sesudah dilakukan *treatment (post-test).* Tidak adanya perbedaan tersebut dapat dilihat dari Thitung (0,849) < Ttabel (1,721).

Pada bagian ini akan dibahas Untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan sebelumnya, maka uji analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji beda rata-rata. Nilai yang digunakan dalam perhitungananalisis ini adalah nilai *pre-test* dan *post-test.* Berdasarkan dari perhitungan dan analisis data yang telah dilakukan pada uji Tbahwa nilai T hitung (0,849) < T tabel (1,721), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan sebelumnya yaitu ada perbedaan yang nyata antara penerapan permainan kecil terhadap keaktifan gerak siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 tidak terbukti.

Pembahasan ini akan membahas penguraian tentang penerapan permainan kecil terhadap keaktifan gerak siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya. Upaya- upaya ini dimaksudkan dan ditujukan mengingat pentingnya pembelajaran PJOK dalam membantu mengembangkan kemampuan motorik siswa, selain itu juga berfungsi untuk mencukupi kebutuhan gerak siswa, melalui inovasi-inovasi harapannya siswa menjadi lebih tertarik dan antusias melakukan gerak dan mengikuti apa yang diinstruksikan oleh guru PJOK.

Selama proses penelitian yang telah dilakukan peneliti pada siswa kelas V B di SDN Sawahan 1 /340 Surabaya dengan menerapkan permainan kecil terhadap keaktifan gerak siswa terhadap pembelajaran PJOK menggunakan 2 lapangan yang berada di depan dan belakang ruang kelas V, hal ini dikarenakan kondisi lapangan yang tidak cukup luas dan berbentuk persegi panjang oleh karea itu menggunakan 2 lapangan yang dimaksudkan agar pembelajaran lebih efektif dan maksimal. Oleh karena itu maka, pada saat penelitian dilaksanakan peneliti harus menggunakan 2 guru yang bertugas selama penelitian dan 2 guru tersebut diperankan oleh 2 orang mahasiswa pendidikan olahraga Unesa. Tugas guru disini ialah menerangkan materi penelitian mengendalikan kondisi siswa di lapangan.

Pada hari pertama saat dilakukan pre-test terlihat secara langsung saat pembelajaran maupun setelah diamati dan dianalisis menggunkan instrumen penelitian APF siswa cenderung tertarik, senang dan bahagia dengan permainan yang diberikan, hal tersebut karena permainan yang diberikan saat pretest yaitu permainan kotak pintar dan permainan mencari kelompok merupakan hal baru yang belum pernah didapatkan selama proses pembelajaran. Pertemuan 2 (*treatment* 1 ) diberikan 2 permainan kecil yatu permainan hitam hijau dan berburu binatang. Sedangkan dipertemuan ketiga (*treatment* 2) siswa diberikan 2 permaina juga yaitu menjala ikan dan estafet bola pada *treatment* 1 dan 2 siswa juga dibagi menjadi 2 kelompok agar siswa mendapat ruang yang maksimal saat melakukan permainan. Selanjutnya pada saat post-test menggunakan permainan sama dengan permainan pre-test yaitu permainan kotak pintar dan mencari kelompok yang juga dibagi menjadi 2 kelompok. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok dengan ketentuan kelompok yang sudah melakukan permainan kotak pintar harus berganti ke permaianan mencari kelompok dan juga sebaliknya dengan ketentuan waktu yang sudah ditentukan oleh peneliti masing-masing permainannya.

Berdasarkan dari uraian data-data yang telah disebutkan di atas dan telah dihitung dengan SPSS dan perhitungan manual dan keduanya menunjukkan hasilnya yang sama dari uji T yaitu signifikan Thitung (0,849) < Ttabel (1,721), artinya tidak ada pengaruh yang nyata dari *treatment* penerapan permainan kecil, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan kecil terhadap keaktifan gerak siswa dalam PJOK pada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya tidak mempunyai dampak yang positif bagi keaktifan gerak siswa.

Penelitian pengaruh dari keaktifan gerak siswa ini pada dasarnya menggunakan permainan yang cukup menarik bagi siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya. Hal ini memiliki dampak yang baik bagi siswa jika dilihat dari faktor keceriaan kegembiraan, hal itu dapat dilihat dari

pelaksanaan selama proses penelitian dilakukan, akan tetapi dari hasil yang perhitungan yang telah dilakukan selama penelitian baik di hitung secara manual ataupun menggunakan program berbasis komputer menggunakan SPSS *windows release* versi 21.0, maka tidak ada perbedaan keaktifan gerak pada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya sebelum ataupun sesudah dilakukan *treatment*. Hal tersebut dikarenakan pemilihan metode dan model pembelajaran yang tidak sesuai dengan karakteristik siswa, oleh karena itu menyebabkan tidak terbuktinya hipotesis yang diajukan oleh peneliti sebelum melakuakan penelitian ini.

**PENUTUP**

**Simpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian penerapan permainan kecil terhadap keaktifan gerak siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh penerapan permainan kecil terhadap keaktifan gerak siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas V B SDN Sawahan 1/340 Surabaya. Hal tersebut dapat dilihat dari Thitung (0.849) < Ttabel (1,721).

**Saran**

1. Pada penelitian selajutnya yang sejenis sebaiknya lebih diperhatikan pemilihan permaianan kecilnya, sehingga hasil yang didapat akan sesuai apa yang diharapkan.
2. Untuk penelitian sejenis juga harus diperhatikan untuk faktor pendukung seperti ketersediaan lahan lapangan dan kesesuaian dengan karakteristik permainan kecilnya sehingga penelitian juga dapat berjalan dengan efektif

.

**DAFTAR PUSTAKA**

Hartati, Sasminta Christina Yuli, dkk. 2013. *Permainan Kecil*. Malang: Wineka Media.

Hartati, Sasminta Christina Yuli, dan Kristyandaru, Advendi. 2011. *Petunjuk Praktis Bermain Softball*. Malang: Wineka Media.

Hartono, Soetanto, dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani.* Surabaya:Unesa University Press.

Mahardika, I Made Sriundy. 2010. Pengantar Evaluasi Pembelajaran. Surabaya: Unesa University Press.

Maksum, Ali 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Maksum, Ali 2018. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya Tanpa penerbit.

Tim Mapel Penjasorkes Depdiknas, 2007. *Buku Model Pembelajaran Penjasorkes Inovatif Untuk Pendidikan Dasar (Model IU-07-1*). Pusat Penelitian Kebijakan dan Inovasi Departemen Pendidikan Nasional.