

HUBUNGAN HASIL BELAJAR PSIKOMOTOR DENGAN HASIL BELAJAR KOGNITIF PADA PEMBELAJARAN GULING BELAKANG

Johan Pabudi*, Sudarso

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

Universitas Negeri Surabaya

*johanpabudi16060464177@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan adalah salah satu bentuk pembelajaran di sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan bidang kesehatan, keterampilan sosial, berpikir kritis penalaran melalui beberapa aktivitas jasmani. Melalui pembelajaran PJOK siswa diharapkan memperoleh suatu pengalaman yang menyenangkan, kreatif, terampil, dan memelihara kesehatan jasmani. Pada saat pembelajaran siswa harus bisa menguasai beberapa aspek antara lain yaitu sikap psikomotor dan sikap kognitif. Aspek tersebut akan berhubungan satu sama lain. Jika siswa mengalami perubahan di aspek kognitif, maka sikap dan keterampilannya diharapkan akan berubah. Hasil belajar adalah kapasitas atau perubahan perilaku seseorang yang didapatkan setelah mengikuti proses pembelajaran. Oleh sebab itu penelitian ini bertujuan untuk membuktikan apakah ada hubungan hasil belajar psikomotor dengan hasil belajar kognitif pada pembelajaran guling belakang. Peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif non-eksperimental. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 34 siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kebomas yang telah dipilih menggunakan teknik pemilihan *cluster random sampling*. Pengumpulan data penelitian adalah dari nilai psikomotor dan kognitif pada materi guling belakang senam lantai yang dilakukan dengan cara meminta data pada guru yang bersangkutan. Data tersebut dianalisis menggunakan korelasi *product moment* dimana awal perhitungannya dengan mengetahui uji normalitas, *mean*, standar deviasi, koefisien determinasi. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,002 < 0,05$ dan nilai koefisien determinasi sebesar 27,2%, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang kuat antara hasil belajar psikomotor dengan hasil belajar kognitif pada pembelajaran guling belakang.

Kata Kunci: senam lantai; hasil belajar; kognitif; psikomotor

Abstract

Physical Education, Sports, and Health is a form of learning in schools that aims to develop health, social skills, critical thinking, reasoning through several physical activities. Through PE learning, students are expected to have a pleasant, creative, skilled, and maintain physical health experience. At the time of learning students must be able to master several aspects, including psychomotor attitudes and cognitive attitudes. These aspects will be related to one another. If students experience changes in the cognitive aspects, then their attitudes and skills are expected to change. Learning outcomes are the capacity or behavior change of a person obtained after participating in the learning process. Therefore the study aims to verify whether is a relation between psychomotor learning outcomes and cognitive learning outcomes in back roll learning. Researchers used this type of non-experimental quantitative research. The sample used in this study were 34 students of class XI IPS 3 Senior High School 1 Kebomas who had been selected using cluster random sampling technique. The research data collection is from the psychomotor and cognitive values on the back roll material of floor exercise which is done by asking the data from the teacher concerned. The data is analyzed using the product moment correlation where the initial calculation is by knowing the normality test, mean, standard deviation, coefficient of determination. The results of this study indicate a significance value of $0.002 < 0.05$ and a determination coefficient of 27.2%, so it can be concluded that there is a strong relationship between psychomotor learning outcomes and cognitive learning outcomes in backward roll learning..

Keywords: gymnast; learning outcomes; psychomotor; cognitive

PENDAHULUAN

Olahraga memiliki tujuan untuk melakukan pendekatan ke aspek kesejahteraan fisik yang secara dinamis dan juga disertai dengan kemampuan gerak yang memenuhi semua tuntutan gerakan kehidupan sehari-hari. Ini bisa diartikan juga bahwa setiap orang yang melakukan pendidikan melalui kegiatan olahraga akan memiliki kesehatan fisik yang memadai. Menurut Bendikova (2014), bahwa PJOK adalah pendidikan yang berisi kegiatan fisik dan didasarkan pada integrasi pengajaran yang disengaja untuk memberi stimulasi yang memadai dari sistem energi. Tujuan utama pendidikan jasmani dan olahraga adalah untuk memengaruhi motivasi dan sikap internal siswa terhadap kegiatan fisik serta mendorong mereka untuk aktif secara fisik sepanjang hari. Sedangkan menurut Kurniawan (2017), PJOK adalah bagian utuh dari pendidikan yang ada di sekolah, dimana beberapa tujuan dari pendidikan tersebut yaitu untuk meningkatkan kemampuan siswa secara efektif, kognitif, psikomotor dan sosial. Menurut Syarifuddin (2011), faktor yang bisa mendorong agar siswa mengikuti pembelajaran PJOK dengan perasaan senang adalah pembelajaran inovatif yang diberikan pendidik, oleh karena itu siswa dapat memperbaiki bahkan meningkatkan hasil belajarnya khususnya diarahkan psikomotor dan kognitif. Menurut teori Taksonomi Bloom, hasil pembelajaran dalam kerangka pembelajaran dapat ditempuh lewat tiga aspek, yaitu pengetahuan, sikap, dan ketrampilan. Menurut Arpan, Bibi dan Sulistiyarini (2016), istilah *cognitive* berasal dari bahasa Inggris dari kata *cognition* yang bisa diartikan menjadi pengetahuan. Kemampuan kognitif merupakan suatu persepsi, cara berpikir, mengingat, dan mengolah sebuah informasi sehingga seorang individu mendapat pengetahuan. Perkembangan aspek kognitif seseorang berpusat pada otak. Otak juga sebagai pengendali aspek-aspek kejiwaan seperti aspek afektif dan psikomotor. Jika tidak ada aspek kognitif, kemungkinan besar siswa kurang memahami bahan pembelajaran yang diberikan pada saat pembelajaran. Menurut Prawira (2010), komponen kognitif adalah sebuah dimensi mental dan keterampilan intelektual yang bisa diperbaiki dengan cara memahami teori lebih dalam dengan berbagai studi pustaka dan diskusi, serta mengintegrasikan teori yang telah dipelajari dan menerapkan teori tersebut di kehidupan nyata. Menurut Hoque (2016), proses pembelajaran yang mencakup ranah kognitif berisi keterampilan proses yang sebagian besar melibatkan proses berpikir. Ranah kognitif bisa diukur menggunakan tes objektif dan tes subjektif (Nurbudiyani, 2013). Menurut Nurbudiyani (2013), ranah psikomotor adalah ranah yang berhubungan dengan keahlian setelah

akibat dari sebuah pengalaman. Sedangkan tes yang dilakukan untuk mengukur pada ranah psikomotor adalah pengamatan langsung pada saat persiapan pembelajaran, pengamatan proses pembelajaran, dan pengamatan setelah selesai pembelajaran dengan alat yang digunakan dalam pengukuran ranah psikomotor berupa observasi. Adapun aktivitas olahraga yang memacu agar siswa mempunyai motivasi mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan salah satunya adalah senam lantai. Sedangkan menurut Bangun dan Firiyani (2018), hasil belajar merupakan suatu perubahan setelah melakukan proses pembelajaran yang didapat melalui tes-tes tertentu. Sedangkan menurut Harris dan Clayton (2019), hasil belajar merupakan suatu pernyataan dalam bentuk laporan yang dihasilkan dari sebuah pengetahuan atau pemahaman setelah selesai belajar.

Menurut Santoso dan Mudjihartono (2016), suatu proses atau aktivitas pembelajaran tidak bisa lepas dari kurikulum yang merupakan komponen penting yang terdapat pada sistem pendidikan dan terdiri dari regulasi tentang kompetensi yang disesuaikan dengan kemampuan daerah. Pada aktivitas pembelajaran PJOK terdapat sebuah kompetensi tentang senam lantai yang di dalamnya meliputi guling belakang. Menurut Coelho (2010), senam adalah sebuah kegiatan yang dilakukan pada pendidikan olahraga yang mengajarkan sebuah keterampilan motorik dan memberikan kebugaran pada anak-anak dari segala usia. Sedangkan pengertian pembelajaran adalah sebuah proses menciptakan beberapa perubahan sebagai akibat dari stimulasi fisik dan hasil dinamis dari sebuah proses tersebut (Sonmez, 2017). Menurut Agus (dalam Prasetyo dan Sunarti, 2016) fungsi pembelajaran senam di sekolah adalah menjadi alat perangsang pertumbuhan dan perkembangan anak. Menurut Prasetyo dan Sunarti (2016), senam diserap dari bahasa Negara Yunani dari kata "*Gymnos*" yang mempunyai arti telanjang. Senam mempunyai tujuan agar meningkatkan *endurance* (daya tahan), *agility* (kelincahan), *coordination* (koordinasi), *flexibility* (kelentukan), *strength* (kekuatan). Menurut Agus (dalam Prasetyo dan Sunarti, 2016), fungsi pembelajaran senam di sekolah adalah menjadi alat perangsang pertumbuhan dan perkembangan anak.

Senam lantai termasuk kedalam kelompok senam artistik, yaitu gabungan dari sikap *tumbling* dan akrobatik agar mendapatkan efek artistik dari gerakan yang menggunakan alat-alat tertentu. Senam lantai adalah gerakan senam yang dilakukan diatas lantai menggunakan matras, yang bertujuan untuk mengurangi risiko terjadinya cedera pada saat melakukan gerakan senam tersebut. Adapun untuk pertandingan atau perlombaan nya yaitu diadakan diatas matras dengan ukuran 12 meter x 12 meter. Untuk organisasi senam Internasionalnya yaitu

Federation Internationale de Gymnastique (FIG) dan untuk organisasinya di Indonesia sendiri yaitu Persatuan Senam Indonesia (PERSANI). Macam-macam gerakan senam lantai yang biasanya diajarkan antara lain: guling depan, guling belakang kaki tekuk, guling belakang kaki lurus, kayang, meroda, dan lompat harimau.

Menurut Muhajir (dalam Prasetyo dan Sunarti, 2016), guling belakang adalah sebuah gerakan senam lantai mengguling ke arah belakang, kemudian letak badan harus membentuk bulat dengan cara melipat kaki, melekatkan lutut pada dada, menundukkan kepala sampai dagu melekat pada dada. Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik melakukan penelitian terkait dengan hasil belajar psikomotor dan hasil belajar kognitif terhadap pembelajaran guling belakang pada siswa SMAN 1 Kebomas Gresik.

METODE

Peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif non-eksperimental, yang berarti penelitian kuantitatif adalah penelitian dengan cara memahami kondisi kelompok yang tidak sejenis dan bentuk data yang hasilnya adalah angka. Desain penelitian ini menggunakan korelasi dimana desain penelitian ini menggunakan dua variabel atau lebih (Maksum, 2018). Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh kelas XI SMA Negeri 1 Kebomas Gresik yang nantinya dipilih dengan teknik *cluster random sampling*. Teknik *cluster random sampling* merupakan penelitian yang selalu berusaha untuk memasukkan setiap individu ke dalam sampel yang populasinya besar dan tidak ada daftar anggota populasi tersebut (Maksum, 2018:68). Sampel yang digunakan oleh peneliti pada penelitian ini adalah 34 siswa kelas XI IPS 3.

Instrumen pada penelitian ini adalah hasil belajar atau nilai materi senam lantai guling belakang siswa kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Kebomas. Pengumpulan data penelitian didapat dengan cara meminta data pada guru yang bersangkutan. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi. Peneliti akan menggunakan teknik analisis data uji korelasi *product moment*, yang dimana awal perhitungannya dengan mengetahui uji normalitas, *mean*, standar deviasi, koefisien determinasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, peneliti bertujuan untuk membuktikan apakah terdapat hubungan antara hasil belajar psikomotor dengan hasil belajar kognitif pada pembelajaran guling belakang senam lantai.

Tabel 1. Distribusi Data Hasil Belajar Psikomotor dan Hasil Belajar Kognitif

Variabel	N	Mean	SD	Min.	Max.
Psikomotor	34	89,44	4,265	83	98
Kognitif	34	88,56	3,586	83	95

Pada tabel 1 di atas menunjukkan bahwa aspek psikomotor memiliki nilai minimal 83 dan nilai maksimal 98 serta standar deviasi sebesar 4,265 dan *mean* sebesar 89,44. Sedangkan aspek kognitif memiliki nilai minimal 83 dan maksimal 95 serta nilai standar deviasi sebesar 3,586 dan *mean* sebesar 88,56.

Tabel 2. Uji Normalitas

Variabel	N	Sig.	Keterangan
Psikomotor	34	0,175	Normal
Kognitif	34	0,079	Normal

Pada tabel 2 di atas diketahui nilai signifikansi $> 0,05$ yang artinya data tersebut berdistribusi normal. Sehingga analisis yang digunakan pada tahap selanjutnya adalah menggunakan uji korelasi *pearson*.

Tabel 3. Uji Korelasi Data Nilai Psikomotor dan Kognitif

Variabel	N	R	Sig.	Keterangan
Psikomotor	34	0,522	0,002	Signifikan
Kognitif	34	0,522	0,002	Signifikan

Pada tabel 3 diatas menunjukkan bahwa nilai signifikansi aspek psikomotor dan kognitif sebesar $0,002 < 0,05$ dan nilai *r* hitung $0,522 > r$ tabel $0,442$ yang artinya ada hubungan antara hasil belajar psikomotor dan hasil belajar kognitif pada pembelajaran guling belakang siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kebomas Gresik. Menurut Hikmawati, Kusmiyati, dan Sutrio (2019), hasil belajar dari 3 ranah yaitu kognitif, psikomotor dan afektif akan berhubungan satu sama lain. Jika siswa mengalami perubahan di aspek kognitif, maka sikap dan keterampilannya juga akan berubah. Berdasarkan rumusan masalah yang ada, peneliti juga mengumpulkan beberapa referensi dan rujukan yang relevan dengan rumusan masalah yang ada. Hasil penelitian di atas mempertegas penelitian yang dilakukan oleh Arpan, Bibi dan Sulistiyarini (2016), menyatakan bahwa hubungan aspek psikomotor dengan kognitif hasilnya signifikan yaitu dengan nilai $0,00 < 0,05$. Begitu pula dengan riset yang dilakukan oleh Zaky, Nugroho, dan Irawati (2014) hasil penelitiannya menyatakan ada hubungan antara kemampuan psikomotorik dengan kemampuan kognitif yang dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar $0,01 < 0,05$.

Tabel 3. Uji Koefisien Determinasi

Variabel	N	R	R Square	Koefisien Determinasi
Psikomotor	34	0,522	0,272	27,2%
Kognitif	34	0,522	0,272	27,2%

Pada tabel 3 di atas menjelaskan bahwa variabel psikomotor dengan variabel kognitif menunjukkan sumbangan sebesar 27,2%. Hasil nilai R 0,522 menunjukkan bahwa status hubungan antara variabel psikomotor dan variabel kognitif adalah kuat. Hasil uji koefisien determinasi di atas dipertegas dengan riset yang dilakukan oleh Agung Hudi Kurniawan (2012), yang hasil penelitiannya menyimpulkan terdapat hubungan antara kemampuan psikomotorik dengan kemampuan kognitif yang dibuktikan dengan nilai $r_{hitung} 0,73 > r_{tabel} 0,19$. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Surmiyati, Kristayulita, dan Patmi (2014) yang hasil penelitiannya menyatakan bahwa ada hubungan antara kemampuan psikomotorik dengan kemampuan kognitif yang dibuktikan dengan nilai $f_{hitung} 40,293 > f_{tabel} 10,960$.

PENUTUP

Simpulan

Setelah melakukan analisis dari data yang didapat, diketahui bahwa terdapat hubungan dengan nilai korelasi sebesar $0,002 < 0,05$ antara hasil belajar kognitif dan hasil belajar psikomotor pada pembelajaran senam lantai guling belakang dengan koefisien determinasi 27,2% yang berarti hubungan tersebut kuat.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi peneliti, hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi untuk mempertimbangkan pada penelitian berikutnya.
2. Bagi sekolah, dapat memberikan informasi tentang hasil belajar psikomotor dan kognitif.
3. Bagi siswa, dapat memberikan informasi tentang hasil belajar psikomotor dan kognitif sehingga memperoleh hasil belajar yang efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arpan, M., Bibi, S., & Sulistiyarini, D. (2016). Hubungan Kemampuan Kognitif dengan Kemampuan Psikomotorik Mahasiswa dalam Mempersiapkan Diri Untuk Workshop Komputer Prodi PTIK. *Jurnal Pendidikan Informatika*, 5(1), 82-95.
- Bangun, S.Y., & Fitriyani, S. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Guling Belakang Senam Lantai Melalui Gaya Mengajar Pada Pelajar SMA. *Physical Education, Health, and Recreation*, 3(1), 1-11.
- Bendikova, E. (2014). Lifestyle, Physical and Sports Education and Health Benefit of Physical Activity. *European Researcher*, 69(2), 343-348.
- Coelho, J. (2010). Gymnastics and Movement Instruction Fighting the Decline in Motor Fitness. *Journal of Physical Education, Recreation, and Dance*, 81(1), 14-18.
- Hikmawati, H., Kusmiyati, K., & Sutrio, S. (2019). Keterampilan Psikomotor Siswa Dalam Melakukan Kegiatan Percobaan Tentang Suhu dan Kalor Menggunakan Media Tiga Dimensi Dan Simulasi Komputer. *Indonesian Journal of Physics Research and Education*, 1(1), 1-5.
- Harris, R., & Clayton, B. (2019). The Current Emphasis on Learning Outcomes. *International Journal of Training Research*, 17(2), 93-97.
- Hoque, E. (2016). Three Domains of Learning: Cognitive, Affective and Psychomotor. *The Journal of EFL Education and Research (JEFLER)*, 2(2), 45-52.
- Kurniawan, A.H. (2012). *Pengaruh Kemampuan Kognitif Terhadap Kemampuan Psikomotorik Mata Pelajaran Produktif Alat Ukur Siswa Kelas X Jurusan Teknik Kendaraan Ringan di SMK Muhammadiyah Prambanan*. (Online). eprints.uny.ac.id/8549/ Skripsi diunduh dan diakses pada tanggal 10 Juli 2020.
- Kurniawan, A.W. (2017). Development of Interactive Multimedia-Based Gymnastics Floor Techniques Learning Model For Junior High School Students. *JIPES-Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, 3(2), 1-16.
- Maksum, Ali. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: UNESA University Press.
- Nurbudiyani, I. (2013). Pelaksanaan Pengukuran Ranah Kognitif, Afektif, dan Psikomotor pada Mata Pelajaran IPS Kelas III SD Muhammadiyah Palangkaraya. *Anterior Jurnal*, 13(1), 88-93.
- Prasetyo, I.D., & Sunarti. (2016). Meningkatkan Kemampuan Senam Lantai Guling Belakang Melalui Penggunaan Media Video. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 12(1):5-10.
- Prawira, D. (2010). Belajar dari Kegiatan di Luar Kelas (Laboratorium). *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 2(1), 27-29.
- Santoso, P.D., & Mudjihartono. (2016). Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Perkembangan Afektif Kognitif dan Psikomotor Siswa Dalam Pembelajaran Permainan Futsal di SMPN 1 Lembang. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 1(1), 38-47.
- Surmiyati, Kristayulita, & Patmi, S. (2014). Analisis Kemampuan Kognitif dan Kemampuan Afektif Terhadap Kemampuan Psikomotor Setelah Penerapan KTSP. *Jurnal Beta*, 7(1), 1-36.
- Sonmez, V. (2017). Association of Cognitive, Affective, Psychomotor, and Intuitive Domain in Education, Sonmez Model. *Universal Journal of Education Research*, 5(3), 347-356.

- Syarifuddin, A. (2011). Penerapan Model Pembelajaran Cooperative Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. *Tadi*, 16(1), 113-136.
- Zaky, F., Nugroho, D., & Irawati, T. (2014). Hubungan Antara kemampuan Kognitif Dan Kemampuan Psikomotorik di Bidang Teknologi Informasi dan Komunikasi di SMP Negeri 21 Surakarta. *Jurnal TIKomSiN*, 2(2), 1-9.

