

PENERAPAN PERMAINAN KECIL UNTUK MENINGKATKAN KEAKTIFAN GERAK SISWA DALAM PEMBELAJARAN PJOK PADA SISWA DI SMPN 26 SURABAYA

Moh Yahya*, Sasminta Christina Yuli Hartati

S1-Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*yahya.18012@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Secara umum, Pendidikan Jasmani Olahraga serta Kesehatan (PJOK) yakni suatu mata pelajaran dimana terdapat di sekolah. Pada Pembelajaran PJOK terdapat beberapa kegiatan fisik dimana dilibatkan untuk memenuhi kebutuhan gerak. Menindaklanjuti surat edaran dari Pemerintahan Kota Surabaya mengenai Panduan Terselenggaranya Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19. Sekolah mulai menerapkan Pembelajaran Tatap Muka secara terbatas. Pembelajaran PJOK sangat berperan penting apalagi pada masa pandemi seperti ini. Permainan kecil bisa menjadi salah satu pilihan untuk dimasukkan dalam kegiatan pembelajaran. Tujuan dari penelitian ini ialah Penerapan Permainan Kecil Untuk Meningkatkan Keaktifan Gerak Siswa Pada Kegiatan Belajar PJOK Terhadap Siswa di SMPN 26 Surabaya. Metode penelitian berikut dengan jenis eksperimen semu melalui pendekatan kuantitatif, serta desain yang digunakan *One Group pre-test-post-test*, jumlah sampel yang digunakan sebanyak 35 siswa. Data terkumpul dengan menggunakan analisis video melalui instrumen Analisa Proporsi Fokus (APF). Berdasarkan hasil menerapkan permainan kecil untuk meningkatkan keaktifan gerak pada kegiatan belajar PJOK terhadap siswa SMPN 26 Surabaya menunjukkan adanya peningkatan aktivitas belajar gerak dalam waktu belajar setelah dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 9,098%. Melalui hitungan statistik manual serta program IBM *Statistical Package For the Social Sciences* (SPSS), didapat nilai Z yang merupakan salah satu uji statistik yang pengujiannya didekati dengan distribusi normal diperoleh nilai sebesar -4,999. Sig. diperoleh nilai 0,00 maka dinyatakan 0,00 0,05, sehingga terdapat pengaruh secara signifikan pada keaktifan gerak siswa saat mengikuti pembelajaran PJOK sebelum serta setelah diberi perlakuan. Kesimpulannya dalam pemberian perlakuan penentuan permainan kecil yang diterapkan sangat menentukan aktivitas belajar gerak dalam alokasi waktu belajar yang diberikan.

Kata Kunci: permainan kecil, keaktifan gerak, pandemi

Abstract

Physical Education, Sports and Health (PJOK) is a school subject. In PJOK learning, several physical activities are involved in fulfilling movement needs. The Covid-19 pandemic has changed the world of National Education. They are following up on a circular letter from the Surabaya City Government regarding the Guidance for The Implementation of Learning during the Covid-19 Pandemic. Schools began to implement Face-to-Face Learning on a limited basis. PJOK learning plays a very important role, especially during a pandemic like this. Small games can be one of the options to include in learning activities. The purpose of this study is the Application of Small Games to Increase The Activeness of Student Movement in PJOK Learning Activities towards Students at SMPN 26 Surabaya. The following research methods with pseudo-experimental types through quantitative approaches, and the design used by *One Group pre-test-post-test*, the number of samples used as many as 35 students. Data is collected using video analysis through the Focus Proportion Analysis (APF) instrument. The results of applying small games to increase the activeness of movement in PJOK learning activities for SMPN 26 Surabaya students showed an increase in motion learning activities in study time after and after being given treatment by 9.098%. Through manual statistical calculations and the IBM *Statistical Package For the Social Sciences* (SPSS) program, a Z value was obtained one of the statistical tests whose tests were approached with a normal distribution obtained a value of -4,999. Sig. Obtained a value of 0.00 then stated 0.00 0.05, so that

there is a significant influence on the activeness of student movement when taking PJOK learning before and after being given treatment. The conclusion is that determining the small game that is applied will determine the movement learning activities in the allocation of the given learning time.

Keywords: small game, mobile activity, pandemic

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang terdapat di semua jenjang Pendidikan mulai dari SD-SMA. Pada Pembelajaran PJOK terdapat berbagai aktivitas fisik yang dilibatkan untuk memenuhi kebutuhan gerak, maka dari itu dirancang dengan banyak pemanfaatan aktivitas fisik untuk mengembangkan kemampuan siswa. Menurut Hartono, *et al.*, (2013:2) dalam jurnal yang dibuat oleh Susanto dan Hartati (2016). Pendidikan Jasmani pada hakikatnya adalah proses Pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani ialah salah satu bidang studi yang berhubungan dengan perkembangan manusia, yang berkaitan dengan perubahan fisik serta mental.

Menurut Kristiyandaru *et. al.* (2020) Pendidikan jasmani sangat penting untuk pengajaran berbicara secara umum dimana berfokus pada kegiatan jasmani serta menumbuhkan kehidupan yang sehat untuk perkembangan jasmani secara serasi dan seimbang, termasuk perkembangan mental, sosial, emosional, intelektual serta spiritual secara optimal. PJOK adalah mata pelajaran secara wajib dan harus tercantum dalam kurikulum sekolah, maka senang atau tidak siswa tersebut harus tetap mengikutinya. Sebab dalam PJOK dibiasakan sejak dini dibudayakan untuk berolahraga, membuat siswa aktif gerak, mengenal berbagai macam kegiatan olahraga (memasyarakatkan olahraga), menyalurkan bakat dan minat siswa yang tidak bisa dipungkiri bisa menjadi seorang atlet profesional (Kristiyandaru *et. al.* 2020) . Melaksanakan ketercapaian tujuan dari mata pelajaran PJOK harus dirancang dengan matang dan diperlukan adanya pengembangan perangkat pembelajaran.

Penyakit yang terus menular pada masa pandemi Covid-19 telah mengubah setiap aspek kehidupan kita, khususnya cara kita mendidik. Sebagian besar lembaga pendidikan, termasuk sekolah ditutup, di bawah kebijakan "jarak sosial" global yang kuat (Kim dan Park 2021). Guru merupakan komponen yang sangat penting, sebagai tenaga pendidik menjadi faktor utama untuk mengelola kegiatan pembelajaran dalam kelas apalagi di masa pandemi Covid-19, pendidik diharuskan tetap bisa mengelola pembelajaran di dalam kelas. Penyakit yang terus menular pada masa pandemi Covid-19 telah mengubah setiap aspek kehidupan kita, khususnya cara kita mendidik. Undang-

undang Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan dosen (Kristiyandaru *et al.*, 2020). Pada bab 1 menerangkan dimana pendidik merupakan guru yang cakap dengan tugas utama mengajar, menginstruksikan, mengarahkan, mengkoordinasikan, mempersiapkan, menyurvei, serta menilai siswa di sekolah dimulai dari usia dini melalui pendidikan formal, pendidikan mendasar serta pelatihan menengah (Kristiyandaru *et al.*, 2020). Pada masa yang sulit seperti yang terjadi sekarang, seluruh dunia yang terdampak Pandemi Covid-19. Dunia Pendidikan Nasional sangat terdampak dalam hal ini apa lagi mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga serta Kesehatan. Pembelajaran *online* dimana diterapkan dalam seluruh jenjang Pendidikan formal adalah suatu kemampuan Pemerintah dalam memutus rantai menyebarnya Covid-19 (Kemendikbud, 2020). Seiring berjalannya waktu dampak pandemi semakin menurun, maka dari itu dunia Pendidikan mulai berjalan normal dengan beradaptasi dengan kondisi dan keadaan yang ada. Adaptasi yang dilakukan di masa pandemi dari berbagai sektor pemerintahan, tenaga pendidikan, siswa, serta orang tua sangat dibutuhkan dalam mengatasi sesuatu tersebut.

Selanjutnya berdasarkan surat edaran dari Dinas Kota Surabaya (2021) Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, Dan Pendidikan Menengah Nomor: 8617C.CI/AS.01.00/2021, tanggal 25 Juni 2021, hal: Pemantauan Pembelajaran Tatap Muka terbatas terkait Keputusan Bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Agama, Menteri Kesehatan, dan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 03/KB/2021, Nomor 384 Tahun 2021. Nomor HK.01.08/MENKES/4242/2021, Nomor 440-717 Tahun 2021 tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19, maka perlu memastikan status perkembangan satuan Pendidikan di wilayah masing-masing. Sekolah mulai menerapkan Pembelajaran Tatap Muka (PTM) secara terbatas, agar pembelajaran yang ada di dalam kelas bisa berjalan dengan normal (Dinas Kota Surabaya 2021) . Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga sangat berperan penting apalagi pada masa pandemi seperti ini. Memberikan pembelajaran untuk bisa dapat dipahami, dilaksanakan oleh siswa, agar kebugaran dan aktivitas dari siswa dapat terpenuhi melalui pembelajaran PJOK sehingga turut memajukan Pendidikan Indonesia di tengah masa pandemi seperti ini. Menurut Hartati *et al.*, (2013) PJOK memainkan peran penting

karena memberikan peluang terbuka bagi siswa untuk secara langsung terlibat dengan berbagai pengalaman belajar melalui tugas-tugas Jasmani. Sebelum pandemi, para siswa menjalani kehidupan yang menyenangkan dan mengejar tujuan akademis mereka sambil menikmati kehidupan yang penuh dengan interaksi sosial (Karasmanaki dan Tsantopoulos 2021). Pada masa seperti ini Pendidikan Jasmani Olahraga serta Kesehatan berperan penting agar imun kekebalan tubuh bisa naik dan bisa stabil, tidak mudah terkena penyakit ataupun virus yang dapat mengganggu aktivitas.

Menurut Savage *et al.*, (2020) Studi saat ini menemukan kesejahteraan mental dan aktivitas gerak fisik yang terganggu, selain itu stres juga dirasakan dan perubahan perilaku keduanya meningkat selama Pandemi Covid-19. Maka kebutuhan gerak dari siswa harus diperhatikan dengan baik sehingga dalam melakukan aktivitas pembelajaran siswa bisa mengikuti dengan semangat dan juga aktif, karena kebutuhan gerak yang terpenuhi dan pemahaman tentang kebugaran jasmani yang di dapatkan oleh peserta didik akan membuat peserta didik lebih menyiapkan dan memperhatikan kondisi tubuhnya sebelum melakukan aktivitas. Menurut Susanto dan Hartati (2016). Dalam proses pembelajaran PJOK dibutuhkan komunikasi agar tercipta pembelajaran yang dinamis, menyenangkan serta mengandung komponen karakter. Selain itu untuk keterlaksanaan pembelajaran yang aktif dan menyenangkan dibutuhkan inovasi perangkat pembelajaran untuk mengelola kelas. Sehingga aktivitas gerak siswa bisa diamati dan ditingkatkan keaktifan gerakannya. Menurut Kristianto dan Hartati (2019) Arti dari aktif sendiri artinya, siswa dikaitkan dengan sistem pembelajaran serta mematuhi arahan ataupun tugas pengembangan yang diberikan oleh pendidik, siswa harus dikaitkan dengan tiap pembelajaran, artinya siswa hanya mengikuti selaku pengembangan atau tugas materi, namun terlihat efektif bertanya dan membalas serta berusaha secara konsisten maksimal mungkin disetiap pembelajaran.

Pada masa seperti ini siswa lebih banyak menjalankan aktivitas di rumah. Menurut Adnan *et al.*, (2020) Dalam pembelajaran *online* ternyata siswa bisa menjadi sangat kurang aktif dalam belajar dan menyampaikan aspirasinya berupa pemikirannya, sehingga akan mengakibatkan suasana pembelajaran yang menjenuhkan dan membosankan. Selain itu, kurangnya aktivitas fisik terkait dengan risiko kesehatan yang lebih besar seperti keaktifan gerak dan obesitas yang dapat menurunkan kualitas hidup (Siong dan John 2021). Menurut Lukita dan Sudibjo (2021) berdasarkan hasil survei motivasi belajar siswa tahun 2017-2020 didapatkan adanya penurunan motivasi belajar, hal ini diperoleh dari 4 skala yang masing-masing ada poinnya. Pada tahun 2017-2018 mendapatkan poin

3,15. Pada tahun 2018-2019 mendapatkan poin 3,3. Pada tahun 2019-2020 diperoleh 2,94. Sehingga dapat disimpulkan dari data yang didapatkan adanya penurunan berkisar 9 persen ataupun berkisar 0,36 poin dari skala 4 apabila berbanding. Menurut Siong dan John (2021) Oleh karena itu, penting untuk mengkaji isi tujuan dan sikap anak-anak terhadap aktivitas fisik untuk meningkatkan frekuensi partisipasi mereka dalam aktivitas fisik untuk mempertahankan aktivitas fisik dan kesehatan pada jangka waktu cukup lama dimasa pandemi Covid-19 sekarang ini.

Hal tersebut juga diperkuat berdasarkan pengamatan penulis pada saat melaksanakan kegiatan dalam minggu awal pelaksanaan observasi dan praktik mengajar secara langsung, hal ini juga diungkapkan oleh Bapak Sandiko, S.Pd, M.Pd selaku guru PJOK SMPN 26 Surabaya dan juga beberapa siswa yang mengeluhkan bahwasanya kegiatan belajar mengajar yang kurang menarik dan interaktif dalam kelas, sehingga kurang aktifnya siswa dalam melakukan aktivitas gerak.

Dengan adanya Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Terbatas diperlukan adanya inovasi sehingga keaktifan gerak dari siswa dapat terlaksana dengan baik. Menurut Samadhi dan Riastini (2017) Tindakan aktifnya siswa dapat memberi lebih banyak kesempatan untuk mendapatkan pertemuan wawasan baru. Pembelajaran yang sudah dirancang harusnya banyak aktivitas yang dilakukan oleh siswa, karena keaktifan siswa menjadi poin penting tercapainya tujuan pembelajaran. Pendapat Wibowo (2016) Aktivitas fisik adalah pengembangan dimana dilaksanakan oleh siswa dengan membuat suatu hal dengan pengembangan, bermain ataupun melakukan aktivitas di dalam ataupun di luar kelas. Menurut Hartati *et al.*, (2013) Permainan kecil ialah permainan dimana tidak memiliki pedoman standar mengenai jenis permainan, instrumen yang digunakan, ukuran lapangan, serta panjang permainan. Permainan kecil bisa diterapkan dalam pembelajaran PJOK, sehingga gerak ataupun aktivitas dalam pembelajaran dapat terpenuhi.

Dalam permainan terdapat berbagai manfaat untuk meningkatkan keaktifan dalam melakukan aktivitas gerak. Menurut Hartati *et al.*, (2013) Pada permainan ada berbagai permainan yang memaksa anak untuk memutar, meliuk, memilin serta mengayunkan kaki mereka. Hal tersebut dapat memperluas kemampuan beradaptasi anak sehingga sangat membantu dalam mengerjakan perkembangan gerakan dengan hebat. Permainan kecil bisa menjadi salah satu alternatif untuk dimasukkan dalam kegiatan pembelajaran PTM terbatas. Dalam permainan kecil terdapat unsur-unsur ataupun karakteristik yang sangat penting untuk diketahui dan dilaksanakan, sehingga aktivitas dan keaktifan gerak dapat tercipta bahkan pelaksanaan kegiatan pembelajaran menjadi menarik dan interaktif bagi siswa.

Diterapkannya permainan kecil dalam pembelajaran PJOK bisa mengatasi mobilitas ataupun sentuhan antar siswa, karena keadaan yang masih mengkhawatirkan tentang adanya pandemi. Menurut Khan dan Shah (2020) Tentunya aktivitas yang memiliki resiko tinggi tertularnya dimana sementara digantikan dengan materi lain dimana *relative* sangat aman. Permainan yang digunakan oleh penulis ialah Bola tangan, berburu binatang versi 1, dan berburu binatang versi 2, sifat dari permainan sendiri yang menyenangkan, didalam permainan tersebut juga terdapat komponen-komponen dalam kebugaran jasmani yaitu daya tahan tubuh, kekebalan, kelincahan, ketangkasan, kelenturan, komposisi tubuh, koordinasi, keseimbangan, keakuratan serta kecepatan reaksi. Bukan hanya itu siswa juga akan mendapatkan nilai-nilai karakteristik dan norma yang ada dalam masyarakat di antaranya nilai kejujuran dari setiap individu, percaya diri, bertanggung jawab, bekerja sama, semangat serta pantang mundur. permainan bola tangan, berburu binatang versi 1 dan berburu binatang versi 2 ini diharapkan dapat meningkatkan keaktifan gerak siswa sehingga kebutuhan gerak dan aktivitas kebugaran jasmani bisa terpenuhi.

Dari penjelasan uraian latar belakang di atas dimana berkaitan langsung dengan keaktifan gerak siswa di saat pembelajaran PJOK yang dilaksanakan secara terbatas. Oleh sebab itu penulis melaksanakan penelitian dengan judul “ Penerapan Permainan Kecil Untuk Meningkatkan Keaktifan Gerak Siswa Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa kelas IX di SMPN 26 Surabaya.”

METODE

Penelitian berikut menggunakan jenis penelitian eksperimen semu melalui pendekatan kuantitatif. Pendapat Maksum Ali (2018) Penelitian eksperimen merupakan sebuah penelitian yang dilaksanakan dengan ketat guna mengetahui keterkaitan sebab akibat antara variabel. Desain penelitian berikut yakni dengan jenis eksperimen semu karena tidak memenuhi empat ciri dari eksperimen itu sendiri, di antaranya terdapat perlakuan (*treatment*), *randomisasi*, tata cara kontrol, serta tingkat kesuksesan. Desain yang akan diterapkan dalam penelitian berikut yakni *One Group pretest-posttest*. Pendapat Maksum Ali (2018) Pada desain berikut tidak adanya kelompok kontrol, serta subjek tidak ditetapkan dengan acak. Kondisi sekolah masih menerapkan Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Terbatas yang tidak memungkinkan untuk memilih subjek secara acak, adapun kelebihanannya dalam desain berikut ialah dilaksanakannya *pretest* serta *posttest* dimana mampu diketahui secara pasti perbedaan hasil akibat tindakan yang diberikan.

Populasi yang dipergunakan ialah siswa kelas IX SMPN 26 Surabaya dengan kelas yang berjumlah 12 kelas. Menurut Maksum Ali (2018) *Non-probability sampling*

ialah teknik *sampling* dimana tidak memungkinkan setiap anggota populasi berkesempatan serupa untuk dijadikan sampel. Pengambilan data sampel pada penelitian berikut akan menggunakan *quota sampling*. *Quota Sampling* merupakan metode pemeriksaan dengan memutuskan terlebih dahulu bagian ataupun jumlah orang, tanpa memperhatikan siapa pun yang nantinya diteliti (Maksum Ali 2018). Pihak sekolah SMPN 26 Surabaya yang masih menerapkan PTM terbatas telah menetapkan kelas IX-D dengan jumlah 40 siswa sebagai sampel.

Menurut Maksum Ali (2018) Variabel bebas ialah variabel yang mempengaruhi, kemudian variabel terikat ialah variabel yang dipengaruhi, jadi pada hal ini dikonsentrasikan pada pemanfaatan permainan-permainan kecil yaitu berburu binatang versi 1 dan 2 ialah variabel bebasnya, sedangkan terikatnya ialah peningkatan keaktifan gerak pada siswa.

Pada saat pengumpulan data dan penilaian diperlukan adanya sebuah instrumen untuk mengetahui hasil dari penelitian bahkan untuk memperkuat dari hasil yang sudah diteliti. Instrumen yang nantinya dipergunakan pada penelitian berikut ialah Analisa Proporsi Fokus (APF) (Depdiknas 2008).

Tabel 1. Instrumen Analisa Proporsi Fokus (APF)

Episode	Stopwatch	Alokasi Fokus	Σ Siswa Fokus
1	00:01:00		
2	00:02:00		
3	00:03:00		
4	00:04:00		
5	00:05:00		

(Depdiknas 2008)

Instrumen pendukung lainnya ialah berupa dokumentasi video dan foto pada saat pembelajaran dilakukan untuk sebagai bahan validasi dan hasil observasi yang dilakukan. Jadi bukan hanya Instrumen Analisa Proporsi Fokus (APF) dimana dipergunakan pada penelitian berikut. Pengambilan dokumentasi juga dilakukan agar tidak ada ketimpangan data, maka siswa akan diberikan nomor dada sehingga mempermudah penulis menganalisis secara langsung maupun lewat rekaman ulang dari dokumentasi. Dalam penelitian ini penulis memakai 3 *observer*, yang bertujuan agar data yang diambil dapat lebih akurat dan valid. Dimana penulis sebagai guru dan dibantu 3 *observer* lainnya. Penelitian ini juga memakai 5 *dokumenter*, agar pada saat *observer* menganalisis data, dapat melihat ulang kejadian yang terjadi melalui video maupun foto.

Tahapan dalam penelitian ini ada 3 langkah yaitu, pelaksanaan pertemuan pertama diawali dengan mengambil data awal melalui *pre-test* terlebih dahulu, mengambil data pertama ini dilakukan melalui cara

pemberian pembelajaran PJOK yakni permainan bola besar bola tangan dengan sub tema permainan kecil berburu binatang versi 1 dan versi 2 dan pengambilan agar mengetahui keaktifan gerak awal siswa. Pelaksanaan pertemuan kedua adalah permainan bola besar bola tangan dengan sub tema permainan kecil yang sudah dimodifikasi dan mengambil dokumen sebagai video yang bermanfaat karena dapat mengetahui perkembangan siswa setelah diberikan *treatment*. Pelaksanaan terakhir, lebih tepatnya *post test*, adalah tempat dimana siswa diberi pembelajaran melalui materi, misalnya dalam pertemuan awal serta mengambil dokumen sebagai video yang dirancang untuk mengetahui tindakan perkembangan terakhir siswa setelah diberi *treatment*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui penerapan permainan kecil dalam peningkatan keaktifan gerak siswa pada pembelajaran PJOK terhadap siswa SMPN 26 Surabaya, maka peneliti menyajikan hasil analisis nilai *pre-test* dan *pos-test* dimana didapat melalui analisis video pembelajaran PJOK dengan menerapkan permainan kecil terhadap siswa kelas 12 SMPN 26 Surabaya dimana jumlah siswa 35. Pada perhitungan analisis data berikut menggunakan statistik manual serta program IBM *Statistical Package For the Social Sciences* (SPSS). Analisis hasil penelitian berikut selanjutnya dihubungkan berdasarkan tujuan penelitian yang telah diungkapkan, dimana dapat digambarkan melalui deskripsi data, pengujian hipotesis, serta pembahasan. Berikut deskripsi datanya:

1. Deskripsi Data APF

Dalam deskripsi data berikut membahas mengenai Analisa Proporsi Fokus (APF) untuk mengetahui *Active Time Allotment* (ATA) yaitu proporsi alokasi waktu pembelajaran gerak, serta *Student's Direct Engagement* (SDE) yaitu sejauh mana kuantitas siswa dalam kegiatan pembelajaran gerak. Jadi dapat diartikan dimana ATA ialah penunjukan waktu yang diberikan oleh pengajar kepada siswa untuk melakukan kegiatan gerak. Selanjutnya SDE ialah total siswa dimana langsung terkait pada kegiatan gerak pembelajaran per total siswa, dimana mampu dijelaskan data hasil penelitian pada bentuk persentase ialah:

Tabel 2. Hasil Perhitungan *Active Time Allotment* and *Student's Direct Engagement*

Distribusi Data		Jumlah Siswa	ATA	SDE
Pre-test dan Pos-test	Pre-test	35	66,67%	62,93%
	Pos-test	35	68,33%	66,97%
	Selisih	0	1,66%	4,04%

Berlandaskan tabel 2 tersebut dimana telah terlampir hasil *pre-test* proporsi alokasi waktu pembelajaran gerak (*Active Time Allotment*) berkisar 66,67%, proporsi total siswa pada proses pembelajaran gerak (*Student's Direct Engagement*) berkisar 62,93% terlebih lagi hasil *post-test* besarnya proporsi waktu untuk pembelajaran gerak adalah 68,33%, tingkat siswa dalam kegiatan pembelajaran gerak adalah 66,97%. Selisih diantara *pre-test*, *post-test* dalam besaran alokasi waktu dalam gerak pembelajaran (*Active Time Allotment*) ialah 1,66% serta proporsi siswa yang mengerjakan kegiatan *moving learning* (*Student's Direct Engagement*) adalah 4,04%. Sejalan dengan itu, terjadi perluasan alokasi waktu untuk pembelajaran gerak serta kegiatan pembelajaran gerak sebelum serta sesudah diberi tindakan permainan bola tangan.

2. Deskripsi Data Statistik

Berlandaskan deskripsi data berikut dapat membahas Rata-rata (*mean*), standar deviasi (SD), varian (s), rentangan nilai tertinggi sampai terendah dan peningkatannya. Berlandaskan perhitungan statistik manual, dimana dikategorikan data hasil penelitian yakni:

Tabel 3. Hasil Perhitungan Statistik Manual

Deskripsi	Pre-test	Pos-test	Beda
Rata-rata	25,17	27,46	2,29
Standar Deviasi	1,55	2,5	0,95
Varian	2,412	6,25	3,75
Nilai Minimum	21	23	2
Nilai Maksimum	28	33	5
Peningkatan	9,098%		

Berlandaskan tabel 3 tersebut dimana mampu terlihat hasil Analisa Proporsi Fokus (APF) sebelum pemberian perlakuan yaitu permainan berburu binatang versi 1 dan versi 2 pada pembelajaran PJOK (*pre-test*) yakni nilai rata-rata yang didapat adalah 25,17 dengan standar deviasi 1,55, selisihnya 2,412, dengan nilai terkecil 21, serta nilai tertinggi 28. Mengenai hasil setelah pemberian perlakuan, khususnya bermain bola tangan pada pembelajaran PJOK (*post-test*) nilai rata-rata adalah 27,46 standar deviasi 2,5, selisih 6,25 nilai paling rendah 23, serta nilai tinggi 33. Pemanfaatan permainan kecil untuk peningkatan perkembangan gerakan dalam pembelajaran PJOK terhadap siswa SMPN 26 Surabaya menunjukkan adanya peningkatan aktivitas belajar gerak dalam waktu belajar sebesar 9,098%. Sehingga untuk meningkatkan keaktifan gerak siswa dalam pembelajaran PJOK, penentuan permainan kecil yang diterapkan sangat menentukan aktivitas belajar gerak dalam alokasi waktu belajar yang diberikan.

3. Syarat Uji Hipotesis

Berikut data yang dibutuhkan dalam mengetahui uji hipotesis terhadap analisis penelitian berikut ialah:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilaksanakan agar mengetahui apakah data yang dianalisis terdistribusi normal ataukah tidak. Berlandaskan hitungan program IBM *Statistical Package For the Social Sciences (SPSS)* dengan uji normalitas *One Sampel Kolmogorov-Smirnov Test* melalui penetapan pengujian apabila nilai signifikansi berdasarkan nilai hitung *Kolmogorov-Smirnov* ada dibawah nilai alpha 0,05 ataupun 0,01 dimana data dikatakan tidak normal. Kemudian apabila nilai signifikan berdasarkan nilai perhitungan *Kolmogorov-Smirnov* diatas nilai alpha 0,05 ataupun 0,01 dimana data dikatakan normal. Selanjutnya hipotesis dari pengujian:

Tabel 4. Hasil Pengujian Hipotesis

Deskripsi	Test Statistic	Sig. (2-tailed)	Normal / Tidak Normal
Pre-test	2,27	0,00	Tidak Normal
Pos-test	1,46	0,58	Normal

Berlandaskan tabel 4 mampu dilihat dimana nilai dari keaktifan gerak siswa pada pembelajaran PJOK guna mengetahui seberapa signifikan perbedaan data *pre-test* serta *pos-test* didapat nilai *Test Statistic* dan *Sig. (2-tailed)*. *Test Statistic* diperoleh nilai *pre-test* 2,27 dan *pos-test* 1,46. Sedangkan *Sig. (2-tailed)* diperoleh nilai *pre-test* 0,00 serta *pos-test* 0,58. Kesimpulannya jika nilai alpha dibawah 0,05 ataupun 0,01 data tidak normal, apabila data diatas 0,05 atau 0,01 data normal. Setelah diuji statistik dengan *Kolmogorov-Smirnov* data *pre-test* tidak normal karena dibawah 0,05 atau 0,01, sedangkan nilai *post-test* normal karena diatas 0,05 atau 0,01.

4. Pengujian Hipotesis

Dengan ini diuraikan pengujian hipotesis berdasarkan dari hasil data yang diperoleh dari tes yang telah diberikan. Selanjutnya hasil data diolah dan dianalisis secara statistik bertujuan menguji hipotesis yang sudah diajukan oleh peneliti sebelumnya. Untuk menjawab hipotesis yang telah diajukan maka uji analisis yang dipakai dalam penelitian ini adalah uji beda rata-rata dengan menggunakan analisis Z yang merupakan salah satu uji statistik yang pengujiannya didekati dengan distribusi normal. Nilai yang dipakai untuk perhitungan uji *Wilcoxon* adalah nilai *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 5. Hasil Perhitungan Wilcoxon

Variabel	Tes	Mean	Selisih	Z	Sig.
Keaktifan gerak	Pre	25,17	2,29	-4,999	0,00
	Post	27,46			

Berdasarkan dari tabel 5 hasil perhitungan *Wilcoxon* dapat dijelaskan nilai rata-rata *pre-test* 25,17 dan *pos-test* 27,46

yang memiliki selisih 2,29. Perhitungan nilai Z yang merupakan salah satu uji statistik yang pengujiannya didekati dengan distribusi normal diperoleh nilai sebesar -4,999. *Sig.* diperoleh nilai 0,00 maka dinyatakan $0,00 < 0,05$, sehingga terdapat pengaruh secara signifikan pada keaktifan gerak siswa dalam mengikuti belajar PJOK sebelum serta setelah diberi perlakuan.

5. Persentase

Untuk mengetahui besar pengaruh antara *pre-test* dengan *pos-test*, berikut tabel hasil perhitungan persentase:

Tabel 6. Persentase Pengaruh

Pre-test dan Pos-test	MD	MPre	Persentase
	2,29	25,17	9,098%

Berdasarkan tabel 6 diperoleh MD (*Mean* beda setiap pasangan skor) dengan nilai 2,29, sedangkan M *Pre* (*Mean* jumlah dari *Pre-test*) dengan nilai 25,17. Pengaruh persentase peningkatan keaktifan gerak siswa pada pembelajaran PJOK setelah serta sebelum diberi perlakuan melalui nilai *pre-test* dan *pos-test* sebesar 9,098%. Penerapan permainan kecil untuk meningkatkan keaktifan gerak pada kegiatan belajar PJOK terhadap siswa SMPN 26 Surabaya menunjukkan adanya peningkatan aktivitas belajar gerak dalam waktu belajar sebesar 9,098%. Sehingga untuk meningkatkan keaktifan gerak siswa dalam pembelajaran PJOK, penentuan permainan kecil yang diterapkan sangat menentukan aktivitas belajar gerak dalam alokasi waktu belajar yang diberikan.

Pada pembelajaran PJOK yang memanfaatkan aktivitas gerak untuk menghasilkan suatu perubahan pada setiap individu dari kualitas fisik, mental, dan emosional. Kegiatan pembelajaran dimana semestinya dilaksanakan melalui tatap muka dengan langsung sehingga berubah disebabkan pandemi Covid-19. Sehingga mengakibatkan penurunan dalam kegiatan belajar siswa. Menurut (Lukita and Sudibjo 2021) berdasarkan hasil survei motivasi belajar siswa tahun 2017-2020 didapatkan adanya penurunan motivasi belajar, hal ini diperoleh dari 4 skala yang masing-masing ada poinnya. Pada tahun 2017-2018 mendapatkan poin 3,15. Pada tahun 2018-2019 mendapatkan poin 3,3. Pada tahun 2019-2020 diperoleh 2,94. Sehingga dapat disimpulkan dari data yang didapatkan adanya penurunan berkisar 9 persen ataupun berkisar 0,36 poin dari skala 4 apabila berbanding.

Sekolah mulai menerapkan Pembelajaran Tatap Muka (PTM) dengan terbatas, agar pembelajaran dimana terdapat di dalam kelas bisa berlangsung dengan normal. Dengan keadaan yang semakin membaik dan mulai diterapkannya Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Terbatas, diperlukan adanya inovasi pembelajaran sehingga

keaktifan gerak dari siswa dapat terlaksana dengan baik. Permainan kecil bisa menjadi salah satu alternatif untuk dimasukkan dalam kegiatan pembelajaran PTM terbatas. Dalam permainan kecil terdapat unsur-unsur ataupun karakteristik yang sangat penting untuk diketahui dan dilaksanakan, sehingga aktivitas dan keaktifan gerak dapat tercipta bahkan pelaksanaan kegiatan pembelajaran menjadi menarik dan tidak membosankan. Diterapkannya permainan kecil dalam pembelajaran PJOK bisa mengatasi mobilitas ataupun sentuhan antar siswa, karena keadaan yang masih mengkhawatirkan tentang adanya pandemi. Menurut (Khan dan Shah 2020) Tentunya aktivitas yang memiliki resiko tinggi tertularnya dimana sementara digantikan dengan materi lain dimana *relative* sangat aman. Permainan yang digunakan oleh penulis ialah bola tangan, berburu binatang versi 1, dan berburu binatang versi 2. Dalam permainan terdapat nilai-nilai karakter diantaranya kejujuran, percaya diri, bekerja keras, menghargai, bertanggung jawab, kerja sama, semangat dan pantang menyerah. Selain itu permainan yang menyenangkan terdapat komponen-komponen dalam kebugaran jasmani yaitu daya tahan tubuh, kekebalan, kelincahan, ketangkasan, kelenturan, komposisi tubuh, koordinasi, keseimbangan, ketepatan serta kecepatan reaksi. Berdasarkan hasil temuan di lapangan pada saat penelitian dapat dilihat pengaruh perubahan dalam data yang sudah diuraikan dan didapatkan dari selisih nilai *pre-test* serta *pos-test*. Hal tersebut ditunjukkan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Untuk mengetahui tersebut digunakan perhitungan analisis data menggunakan statistik manual serta program IBM *Statistical Package For the Social Scinces* (SPSS). Selama proses penelitian dimulai didapatkan siswa cenderung pasif dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Disamping siswa pasif dalam menerima materi pembelajaran yang diberikan guru, ternyata faktor dari Pandemi Covid-19 juga mempengaruhi siswa. Pada saat pertemuan pertama permainan yang diberikan permainan berburu binatang versi 1 dan versi 2 banyak siswa yang kebingungan dengan cara bermain maupun peraturan permainan. Setelah itu pada saat diberikan perlakuan dengan permainan bola tangan terdapat perbedaan yang terlihat dari aktivitas gerak dan antusias dari siswa. Menerapkan permainan kecil untuk meningkatkan keaktifan gerak pada pembelajaran PJOK terhadap siswa SMPN 26 Surabaya menunjukkan adanya peningkatan aktivitas belajar gerak dalam waktu belajar. Penentuan permainan kecil yang diterapkan sangat menentukan aktivitas belajar gerak dalam alokasi waktu belajar yang diberikan. Perbedaan karakteristik permainan yang berbeda antara permainan bola tangan dan berburu binatang versi 1 dan versi 2 menjadi faktor yang membedakannya. Dari hasil statistik

manual serta program IBM *Statistical Package For the Social Scinces* (SPSS) diperoleh persentase peningkatan keaktifan gerak siswa pada pembelajaran PJOK setelah serta sebelum diberi perlakuan melalui nilai *pre-test* dan *pos-test* sebesar 9,098%.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian :

1. Nugroho Heri Susanto S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, serta Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya “ Pengaruh Menerapkan Permainan Berkarakter dalam Partisipasi Aktif Siswa Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, serta Kesehatan (Terhadap Siswa Kelas V SDN Mojorejo III, Kec. Modo, Kab. Lamongan)” dengan hasil terdapat pengaruh pemanfaatan permainan karakter dalam dinamika kerja sama siswa terhadap kegiatan belajar PJOK siswa kelas V SDN Mojorejo III Kec. Modus, Kab. Lamongan cenderung ditunjukkan melalui Z hitung 3,581 > Z tabel - 1,96 dengan signifikansi 0,05. Penelitian ini memiliki kesamaan menggunakan permainan kecil yang diterapkan dalam pembelajaran untuk mengetahui apakah ada peningkatan aktivitas gerak siswa dalam alokasi waktu belajar yang diberikan. Perbedaannya peneliti terdahulu melakukan penelitian dengan Pembelajaran Tatap Muka secara langsung, sedangkan sekarang diterapkannya Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Terbatas. Pemilihan permainan kecil yang dipilih dan diterapkan juga berbeda, peneliti terdahulu menggunakan permainan kecil diantaranya menjala ikan dan *go back to door*.
2. Kristianto Panjaitan S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, serta Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya “ Pengaruh Permainan Kecil dalam Partisipasi Aktif Siswa Terhadap Kegiatan Belajar PJOK Terhadap Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Sidoarjo” dengan hasil Pengaruh permainan kecil dalam partisipasi aktif siswa terhadap kegiatan belajar PJOK mampu memberi pengaruh ke arah positif yakni berkisar 5,168%. Penelitian ini memiliki kesamaan menggunakan permainan kecil yang diterapkan dalam pembelajaran untuk mengetahui apakah ada peningkatan aktivitas gerak siswa dalam alokasi waktu belajar yang diberikan. Perbedaannya peneliti terdahulu melakukan penelitian dengan Pembelajaran Tatap Muka secara langsung, sedangkan sekarang diterapkannya Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Terbatas. Adanya perbedaan Pemilihan permainan kecil yang diterapkan dalam PJOK, peneliti terdahulu menggunakan permainan kecil diantaranya melacak kelompok, banjir-gempa-tsunami, benteng-bentengan, gobak sodor, serta mencari ikan.

3. Berlandaskan hasil penelitian dimana dilaksanakan peneliti terdahulu sesuai dengan hasil penelitian yang dilaksanakan peneliti bisa dikatakan penerapan permainan kecil dapat meningkatkan keaktifan gerak siswa, selain itu harus memperhatikan permainan kecil yang akan diterapkan karena penentuan permainan kecil yang diterapkan akan mempengaruhi aktivitas belajar gerak dalam alokasi waktu belajar yang diberikan. Permainan kecil yang diterapkan peneliti diantaranya berburu binatang versi 1 dan versi 2, dan bola tangan.

PENUTUP

Simpulan

Hasil penelitian dari Penerapan Permainan Kecil Untuk Meningkatkan Keaktifan Gerak Siswa Dalam Pembelajaran PJOK Terhadap Siswa kelas IX-D di SMPN 26 Surabaya, dapat disimpulkan:

1. Adanya persamaan pengaruh peningkatan aktivitas gerak dalam alokasi waktu belajar yang diberikan antara penelitian terdahulu dengan peneliti. Namun terdapat perbedaan pada saat penerapan permainan kecil yang diterapkan sehingga mendapatkan perolehan nilai yang berbeda. Dapat dilihat dari selisih diantara *pre-test*, *post-test* dalam proporsi alokasi waktu belajar gerak berkisar (*Active Time Allotment* pembelajaran 1,66% serta proporsi jumlah siswa pada aktivitas belajar gerak (*Student's Direct Engagement*) berkisar 4,04 %. Selanjutnya terjadi peningkatan alokasi waktu untuk pembelajaran gerak serta kegiatan gerak pembelajaran saat diberi perlakuan permainan bola tangan.
2. Menerapkan permainan kecil untuk meningkatkan keaktifan gerak pada kegiatan belajar PJOK terhadap siswa SMPN 26 Surabaya menunjukkan adanya peningkatan aktivitas belajar gerak dalam waktu belajar yang mengarah ke arah yang positif yaitu sebesar 9,098%. Sehingga untuk meningkatkan keaktifan gerak siswa dalam pembelajaran PJOK, penentuan permainan kecil yang diterapkan sangat menentukan aktivitas belajar gerak dalam alokasi waktu belajar yang diberikan. Selaras dengan penelitian terdahulu juga adanya peningkatan setelah diterapkannya permainan kecil, tetapi permainan kecil yang diterapkan berbeda sehingga dapat mempengaruhi hasil dari aktivitas belajar gerak dalam alokasi waktu belajar yang diberikan.
3. Selaras dengan penelitian terdahulu, dalam penelitian ini juga terdapat adanya pengaruh permainan kecil untuk meningkatkan keaktifan gerak pada pembelajaran PJOK terhadap siswa SMPN 26 Surabaya, hal ini dibuktikan melalui menghitung

statistik manual serta program IBM *Statistical Package For the Social Sciences* (SPSS), didapat nilai Z yang merupakan salah satu uji statistik yang pengujiannya didekati dengan distribusi normal diperoleh nilai sebesar -4,999. *Sig.* diperoleh nilai 0,00 maka dinyatakan $0,00 < 0,05$, sehingga terdapat pengaruh secara signifikan pada keaktifan gerak siswa dalam mengikuti belajar PJOK sebelum serta setelah diberi perlakuan.

Saran

1. Berdasarkan temuan di lapangan pemilihan dari permainan kecil yang akan diterapkan menentukan dari tingkat aktivitas belajar gerak dalam alokasi waktu belajar yang diberikan, karena adanya perbedaan karakteristik antar permainan kecil.
2. Permainan kecil sebaiknya lebih banyak dikenalkan dalam pembelajaran PJOK, dimana siswa mengetahui serta memahami nilai-nilai karakteristik disetiap permainan. Dalam hal penyampaian dari peneliti ataupun guru harus jelas sampai siswa paham dan tepat melakukan permainan yang akan dimainkan.
3. Hasil dari penelitian ini bisa menjadi bahan dalam penelitian berikutnya, dimana saat mengambil data *pre-test* serta *pos-test* peneliti harus mempersiapkan tim dan peralatan yang memadai, dimana di saat menganalisis data tidak ada kesalahan dan penghindaran memanipulasi data.

Daftar Pustaka

- Adnan, Mazuin, Shazlin Shaharudin, Baidruel Hairiel Abd Rahim, and Siti Musyriifah Ismail. 2020. "Quantification of Physical Activity of Malaysian Traditional Games for School-Based Intervention among Primary School Children." *Journal of Taibah University Medical Sciences* 15(6): 486–94. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jtumed.2020.09.006>.
- Depdiknas, Tim Peneliti Balitbang. 2008. "Pengembangan Model Pembelajaran Kecerdasan Kinestetik Untuk Pendidikan Dasar." *Pengembangan Model Pembelajaran*: 28.
- Hartati, Sasmina Christina Yuli, Anung Priambodo, and Advendi Kristiyandaru. 2013. *Buku Permainan Kecil*. Surabaya.
- Karasmanaki, Evangelia, and Georgios Tsantopoulos. 2021. "Impacts of Social Distancing during COVID-19 Pandemic on the Daily Life of Forestry Students." *Children and Youth Services Review* 120(December 2020): 105781. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105781>.
- Khan, Salahuddin, and Muhammad Shah. 2020.

“ Development Of Professional Attitudes Scale For College Directors Of Physical Education In NWFP Province.” : 102– 18.

Education) 1(2): 128– 39.

Kim, Sin Hyang, and Sihyun Park. 2021. “ Influence of Learning Flow and Distance E-Learning Satisfaction on Learning Outcomes and the Moderated Mediation Effect of Social-Evaluative Anxiety in Nursing College Students during the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study.” *Nurse Education in Practice* 56(January): 103197. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2021.103197>.

Kristianto, and Sasmina Christina Yuli Hartati. 2019. “ Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Partisipasi Aktif Siswa Dalam Pembelajaran PJOK Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Sidoarjo.” *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* 7: 227– 33.

Kristiyandaru, Advendi et al. 2020. *Pendidikan Jasmani Sadarkan Arti Kehidupan*. Surabaya.

Lukita, Dyah, and Niko Sudibjo. 2021. “ Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Di Era Pandemi Covid-19.” *Jurnal Teknologi Pendidikan* 10(1): 145– 61.

Maksum Ali. 2018. Jawa Barat: CV Jejak *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.

Pemerintah Kota Surabaya. 2021. “ Dinas Pendidikan Pemerintah Kota Surabaya Nomor 800/12465/436.7.1/2021.”

Samadhi, Ni Nyoman Nitha, and Putu Nanci Riastini. 2017. “ Pengaruh Pembelajaran Quantum Berbantuan Permainan Dalam Pembelajaran Terhadap Keaktifan Dan Hasil Belajar Kognitif Ipa Siswa Kelas V.” *International Journal of Elementary Education* 1(3): 228.

Savage, Matthew J. et al. 2020. “ Mental Health and Movement Behaviour during the COVID-19 Pandemic in UK University Students: Prospective Cohort Study.” *Mental Health and Physical Activity* 19(September): 100357. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2020.100357>.

Siong, Chin Ngien, and Jeswenny Fresshila John. 2021. “ Goal Content and Attitudes toward Physical Activity among Primary School Students during COVID-19 Conditional Movement Control Order.” *Asian Journal of Sport and Exercise Psychology* 1(2– 3): 103– 7. <https://doi.org/10.1016/j.ajsep.2021.09.005>.

Susanto, Nugroho Heri, and Sasmina Christina Yuli Hartati. 2016. “ Pengaruh Penerapan Permainan Berkaraker Terhadap Partisipasi Aktif Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehaan.” : 339– 44.

Wibowo, Nugroho. 2016. “ Upaya Peningkatan Keaktifan Siswa Melalui Pembelajaran Berdasarkan Gaya Belajar Di Smk Negeri 1 Saptosari.” *Elinvo (Electronics, Informatics, and Vocational*