



Pengaruh Permainan Tradisional Galasin Terhadap Kelincahan Pada Siswa Kelas VII MTs Mathla'ul Anwar Sabajaya Karawang

Hana Nuryana^{1*}, Muhammad Mury Syafei², Irfan Zinat Achmad³

Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singaperbangsa Karawang, Jalan H.S. Ronggowaluyo Telukjambe Timur, Karawang, Jawa Barat 41361, Indonesia.

*Korespondensi Penulis. E-mail: Hananuryana11@gmail.com,

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berapa besar pengaruh permainan tradisional galasin terhadap kelincahan pada siswa kelas VII MTs Mathlaul Anwar Sabajaya Karawang. Kurangnya kelincahan siswa pada saat pembelajaran penjas, maka penulis dalam hal ini akan meneliti seberapa pengaruh permainan tradisional galasin terhadap kelincahan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode penelitian kuasi eksperimen (Quasi Experimental Research). Desain yang digunakan adalah pretest-posttest kontrol group design. Populasi seluruh siswa kelas VI yang berjumlah 62 orang dibagi menjadi dua kelas yaitu kelas VIIA dan Kelas VII.B yang masing-masing berjumlah 31 orang. Karena jumlah populasi dibawah 100 orang dalam keadaan homogen karena berasal dari strata kelas yang sama, maka seluruh populasi dijadikan sampel. Pengumpulan data ini menggunakan tes dan pengukuran. Teknik analisis data yang digunakan yaitu Uji Normalitas, Uji Homogenitas, Uji Perbedaan Dua Rerata dan Analisis Data Gain. Hasil yang didapat dari pengujian hipotesis dengan uji kesamaan dua rerata tes akhir pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ didapat P-Value = 0,000 dengan demikian H_0 ditolak, artinya peningkatan kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin menggunakan pelatihan lari zig-zag lebih tinggi dibandingkan dengan kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin dengan tidak menggunakan pelatihan lari zig-zag Hal tersebut dapat dilihat dari hasil nilai rerata kelincahan siswa (Gain) dengan nilai rerata kelas eksperimen sebesar 21,53 dan nilai rerata kelas kontrol sebesar 12,20.

Kata Kunci: Permainan Tradisional Galasin, Kelincahan

The Influence of Galasin Traditional Games on Private Vocational School in Class VII MTs Mathla'ul Anwar Sabajaya Karawang

Abstract

This study aims to determine how much influence the traditional galasin game has on agility in class VII students of MTs Mathlaul Anwar Sabajaya Karawang. The lack of students' agility during Physical Education learning, so the writer in this case will examine how the influence of traditional galasin games on agility using quantitative approaches and quasi-experimental research methods (Quasi Experimental Research). The design used was the pretest-posttest control group design. The population of all students in class VI, totaling 62 people, was divided into two classes, namely class VII.A and class VII.B, each of which consisted of 31 people. Because the population is below 100 people in a homogeneous state because they come from the same class strata, the entire population is sampled. This data collection uses tests and measurements. The data analysis technique used was the Normality Test, Homogeneity Test, Two-Mean Difference Test and Gain Data Analysis. The results obtained from hypothesis testing with the two mean similarity test at the level of significance $\alpha = 0.05$ obtained P-Value = 0.000 thus H_0 is rejected, meaning that the increase in student agility in traditional galasin games using zig-zag running training is higher than student agility in traditional galasin games by not using zig-zag running training. This can be seen from the results of the mean value of student agility (Gain) with the experimental class mean score of 21.53 and the control class mean value of 12.20.

Keywords: Traditional Galasin Performance, Agility

PENDAHULUAN

Mengingat zaman semakin maju, sekarang ini banyak sekali bermunculan permainan-permainan yang beraneka ragam. Seiring dengan kemajuan tersebut membawa dampak terkikisnya aneka permainan tradisional, Disamping untuk melestarikan budaya nenek moyang, permainan tradisional perlu dilestarikan karena memberikan banyak manfaat edukatif bagi peserta didik sangat signifikan dengan perkembangan permainan secara fisik, sosial, emosional, dan kognitif.

Permainan/olahraga tradisional merupakan aktivitas positif yang menjadi sarana dalam meningkatkan kesehatan jasmani, mental dan rohani. Maka dari itu permainan tradisional sengaja ditentukan untuk mengembangkan intelektual, kreatifitas, ketangkasan, kelincahan dan sebagainya. Namun permainan dilakukan tidak hanya sekedar memperoleh hal yang tersebut diatas tetapi juga untuk melatih bersikap jujur, disiplin. Permainan tradisional galasin adalah salah satu permainan tradisional Indonesia yang biasa dimainkan pada anak-anak jaman dahulu tetapi pada jaman modern akan dikembangkan atau dilestarikan di sekolah-sekolah ataupun perguruan tinggi khususnya program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi.

Khamdani (2010:7) menyatakan bahwa: "Olahraga merupakan kegiatan jasmani untuk memperkaya dan meningkatkan kemampuan, keterampilan, dan kelincahan atas cabang olahraga yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang memadai dapat dibedakan menurut masanya yang terdiri atas olahraga modern dan olahraga tradisional".

Permainan tradisional hadang juga disebut dengan olahraga tradisional merupakan salah satu jenis olahraga daerah di Indonesia yang dilakukan oleh dua regu yang tiap-tiap regu terdiri atas lima orang atau lebih. Satu regu berperan sebagai penjaga, sementara regu lainnya berperan sebagai regu lawan. Inti permainan galasin adalah menghadang atau melakukan penjagaan terhadap lawan, hal ini dilakukan agar lawan tidak dapat melewati garis hingga baris terakhir secara bolak-balik. Regu yang dinyatakan sebagai pemenang adalah regu yang anggotanya secara lengkap dapat melakukan proses bolak-balik dalam area lapangan yang telah ditentukan.

Kelincahan itu sendiri dapat diartikan kemampuan seorang dapat melakukan

perubahan arah dengan cepat dan tanpa kehilangan keseimbangan. Harsono (2010:172) mengungkapkan bahwa "kelincahan itu sendiri dapat diartikan "kemampuan seseorang untuk melakukan perubahan arah dengan cepat dan tanpa kehilangan keseimbangan".

Pada saat meneliti disana masih banyak siswa yang kurang paham terhadap permainan hadang ini semakin majunya teknologi sekarang permainan tradisional ini mulai terkikis dimakan jaman.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas, semua pemain harus bisa dan siap dalam permainan hadang, tetapi memiliki tingkat kesulitan jika pemain kurang menguasai tingkat kelincahan, kecepatan, kemampuan dan ketenangan dalam melakukan permainan tersebut

Dari permasalahan tersebut menggugah saya untuk mencoba meneliti tentang pengaruh permainan tradisional hadang terhadap kelincahan di MTs Mathla'ul Anwar Sabajaya Karawang oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis bermaksud mengadakan penelitian dengan judul "**Pengaruh Permainan Tradisional Hadang Terhadap Kelincahan Pada Siswa Kelas VII MTs Mathla'ul Anwar Sabajaya Karawang**".

Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui berapa besar pengaruh permainan tradisional galasin terhadap kelincahan pada siswa kelas VII MTs Mathlaul Anwar Sabajaya Karawang. Manfaat Penelitian Penelitian ini, diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait dalam penelitian ini, yaitu diharapkan peserta didik tidak lagi mengalami kesulitan dalam melakukan permainan tradisional hadang, peserta didik dapat memiliki kemampuan kelincahan dalam permainan hadang, peserta didik bisa lebih termotivasi .

METODE

Pendekatan metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif (Sugiyono,2010:14) dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme yang memandang realita yang dapat diklasifikasikan, relatif tetap, kongkrit, teramati, terukur dan hubungan gejala bersifat sebab-akibat dan metode penelitian kuasi eksperimen (*Quasi Experimental Research*) adalah kegiatan penelitian yang bertujuan untuk menilai pengaruh suatu perlakuan (*treatment*) pendidikan terhadap tingkah laku siswa dan menguji hipotesis tentang ada tidaknya pengaruh tindakan itu bila dibandingkan dengan tindakan

lain. Hal ini senada diungkapkan Sugiyono (2010:72) yang menyatakan bahwa: “Metode penelitian kuasi eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali”.

Desain yang digunakan adalah *pretest-posttest control group design*. Penelitian ini melibatkan dua kelompok subjek yang diberikan perlakuan berbeda, satu diberikan perlakuan eksperimental (kelas eksperimen) dan yang satu diberikan pembelajaran seperti biasa (kelas kontrol). Dengan kegiatan desain ini suatu perlakuan terhadap variabel yang akan diuji dengan cara membandingkan pengaruh dari dengan variabel bebas yang ada pada kelas eksperimen setelah memperoleh perlakuan dengan kelas kontrol yang menerima perlakuan seperti biasa (*konvensional*). Pada penelitian ini terdapat dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen (kelas eksperimen) dan kelompok kontrol (kelas kontrol).

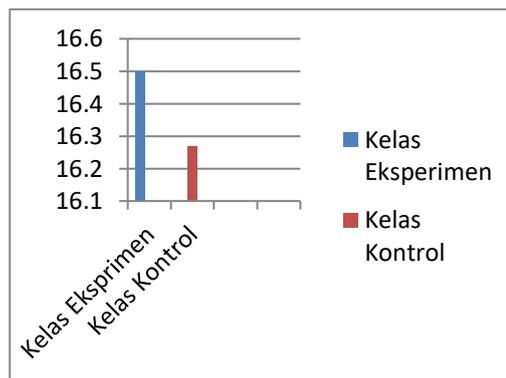
Populasi seluruh siswa kelas VI yang berjumlah 62 orang dibagi menjadi dua kelas yaitu kelas VII.A dan Kelas VII.B yang masing-masing berjumlah 31 orang. Tetapi pada waktu penelitian ada satu siswa dari kelas VII.A dan VII.B yang sakit, maka jumlah sampel adalah 30 orang. Karena jumlah populasi dibawah 100 orang dalam keadaan homogen karena berasal dari strata kelas yang sama, maka seluruh populasi dijadikan sampel.

Pengumpulan data ini menggunakan tes dan pengukuran. Teknik analisis data yang digunakan yaitu Uji Normalitas, Uji Homogenitas, Uji Perbedaan Dua Rerata dan Analisis Data Gain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diperoleh dari hasil penelitian ini adalah data kuantitatif yang diperoleh dari tes awal dan tes akhir yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional galasin terhadap kelincahan siswa.

Berdasarkan nilai tes awal kelas eksperimen diperoleh rata-rata mencapai 16,50 sedangkan untuk kelas kontrol diperoleh nilai rata-rata 16,27. Untuk besarnya nilai rata-rata kelas eksperimen dan kelas kontrol diperlihatkan pada gambar di bawah ini:



Gambar 1 Nilai Rata-rata Tes Awal Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Pada pengolahan tes awal digunakan data yang terdapat pada gambar 4.1 kemudian akan dianalisis sifat kenormalannya, homogenitas serta ada tidaknya perbedaan kemampuan awal dari masing-masing kelas eksperimen dan kelas kontrol.

Uji Normalitas Tes Awal Kelas Eksperimen

Pada uji normalitas tes awal kelas eksperimen, hipotesis yang akan diujikan adalah sebagai berikut :

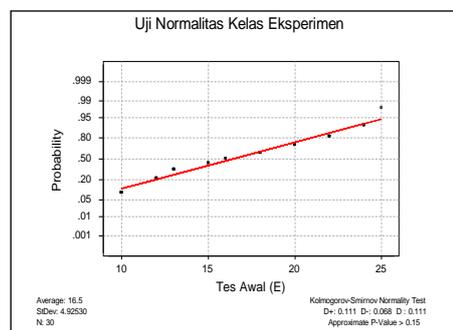
H_0 : Data berdistribusi normal

H_1 : Data tidak berdistribusi normal

Adapun kriteria pengujian :

- Jika $P\text{-value} \geq \alpha$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak
- Jika $P\text{-value} < \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima

Pengujian hipotesis tersebut menggunakan Program SOFTWARE MINITAB 13 FOR WINDOW dengan uji Kolmogorov-Smirnov, dengan tampilan sebagai berikut :



Gambar 2 Uji Normalitas Tes Awal Kelas Eksperimen

Jika melihat pada hasil uji normalitas tes awal kelas eksperimen di atas, dengan mengambil taraf signifikan $\alpha = 0,05$ maka hasil pengujian diperoleh $P\text{-Value} > 0,15$ disimpulkan bahwa

hipotesis nol (H_0) diterima. Artinya data hasil tes awal kelas eksperimen berdistribusi normal.

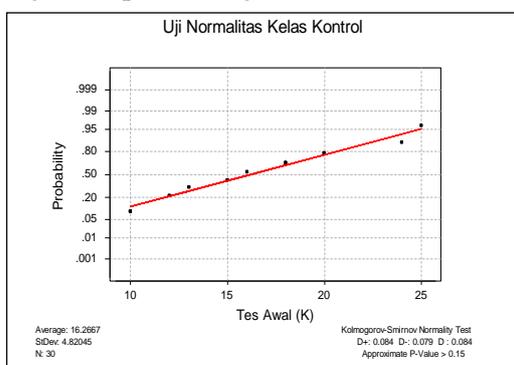
Uji Normalitas Tes Awal Kelas Kontrol

Pada uji normalitas tes awal kelas kontrol, hipotesis yang akan diujikan adalah sebagai berikut :

H_0 : Data hasil tes awal berdistribusi normal
 H_1 : Data hasil tes awal tidak berdistribusi normal
 Adapun kriteria pengujian :

- Jika $P\text{-value} \geq \alpha$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak
- Jika $P\text{-value} < \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima

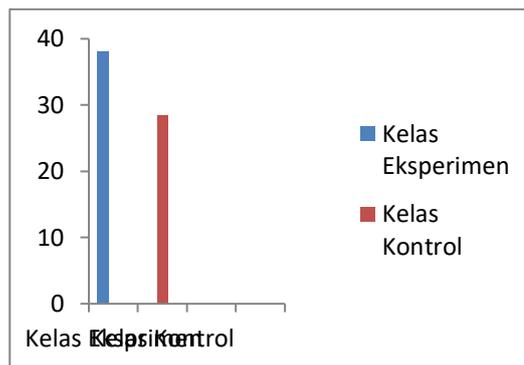
Pengujian hipotesis tersebut menggunakan program *SOFTWARE MINITAB 13 FOR WINDOW* dengan uji *Kolmogorov-Smirnov*, dengan tampilan sebagai berikut :



Gambar 3. Uji Normalitas Tes Awal Kelas Kontrol

Jika melihat pada hasil uji normalitas tes awal kelas kontrol di atas, dengan mengambil taraf signifikan $\alpha = 0,05$ maka hasil pengujian diperoleh $P\text{-Value} > 0,15$ disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) diterima. Artinya data hasil tes awal kelas kontrol berdistribusi normal.

Berdasarkan nilai tes akhir kelas eksperimen diperoleh rata-rata mencapai 38,03 sedangkan untuk kelas kontrol diperoleh nilai rata-rata 28,47. Untuk besarnya nilai rata-rata tes akhir kelas eksperimen dan kelas kontrol diperlihatkan pada diagram di bawah ini:



Gambar 4. Nilai Rata-rata Tes Akhir Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Uji Normalitas Tes Akhir Kelas Eksperimen

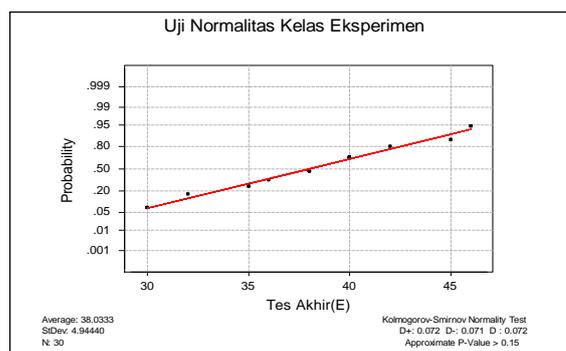
Pada uji normalitas tes akhir kelas eksperimen, hipotesis yang akan diujikan adalah sebagai berikut :

H_0 : Data berdistribusi normal
 H_1 : Data tidak berdistribusi normal

Adapun kriteria pengujian :

- Jika $P\text{-value} \geq \alpha$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak
- Jika $P\text{-value} < \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima

Pengujian hipotesis tersebut menggunakan Program *SOFTWARE MINITAB 13 FOR WINDOW* dengan uji *Kolmogorov-Smirnov*, dengan tampilan sebagai berikut :



Gambar 5. Uji Normalitas Tes Akhir Kelas Eksperimen

Jika melihat pada hasil uji normalitas tes akhir kelas eksperimen di atas, dengan mengambil taraf signifikan $\alpha = 0,05$ maka hasil pengujian diperoleh $P\text{-Value} > 0,15$ disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) diterima. Artinya data hasil tes akhir kelas eksperimen berdistribusi normal.

Uji Normalitas Tes Akhir Kelas Kontrol

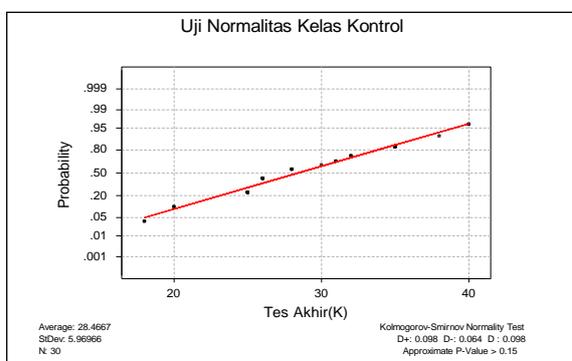
Pada uji normalitas tes akhir kelas kontrol, hipotesis yang akan diujikan adalah sebagai berikut :

- H₀ : Data berdistribusi normal
- H₁ : Data tidak berdistribusi normal

Adapun kriteria pengujian :

- Jika P-value $\geq \alpha$ maka H₀ diterima dan H₁ ditolak
- Jika P-value $< \alpha$ maka H₀ ditolak dan H₁ diterima

Pengujian hipotesis tersebut menggunakan program *SOFTWARE MINITAB 13 FOR WINDOW* dengan uji *Kolmogorov-Smirnov*, dengan tampilan sebagai berikut :



Gambar 6. Uji Normalitas Tes Akhir Kelas Kontrol

Jika melihat pada hasil uji normalitas tes akhir kelas kontrol di atas, dengan mengambil taraf signifikan $\alpha = 0,05$ maka hasil pengujian diperoleh P-Value $> 0,15$ disimpulkan bahwa hipotesis nol (H₀) diterima. Artinya data hasil tes akhir kelas kontrol berdistribusi normal.

Uji Homogenitas Tes Awal

Untuk menguji homogenitas kedua kelompok dengan tujuan untuk mengetahui masing-masing data yang diperoleh dari kedua kelas, yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol memiliki variansi populasi yang sama atau berbeda.

Rumus hipotesis :

$H_0 : \sigma_1^2 = \sigma_2^2$; Kedua variansi homogen

$H_1 : \sigma_1^2 \neq \sigma_2^2$; Kedua variansi tidak homogen

Dengan $\sigma_1^2 =$ Variansi kelompok eksperimen

$\sigma_2^2 =$ Variansi kelompok kontrol

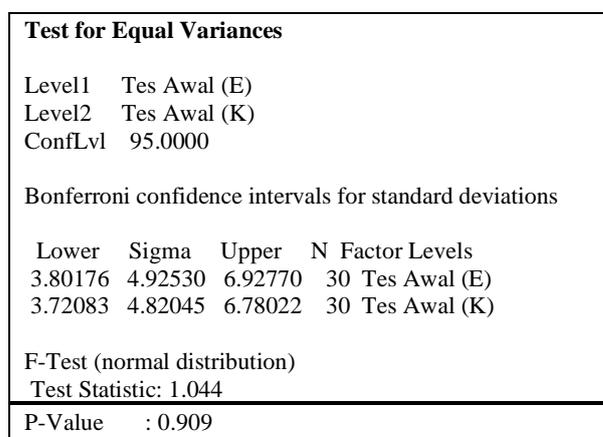
Kriteria pengujian:

H₀ : Rerata kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin pada tes awal kelas eksperimen sama dengan rerata kelas kontrol

H₁ : Rerata kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin pada tes awal kelas eksperimen tidak sama dengan rerata kelas kontrol.

- Jika P-value $\geq \alpha$ maka H₀ diterima dan H₁ ditolak
- Jika P-value $< \alpha$ maka H₀ ditolak dan H₁ diterima

Pengujian hipotesis ini menggunakan program *SOFTWARE MINITAB 13 FOR WINDOW*, dengan tampilan sebagai berikut :



Gambar 7. Uji Homogenitas Tes Awal

Jika melihat pada hasil uji homogenitas tes awal di atas, maka dapat disimpulkan dengan menggunakan uji F taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan membandingkan dengan kuantitas P-value = 0,909 disimpulkan bahwa hipotesis nol (H₀) diterima artinya data hasil tes awal kelas eksperimen dan kelas kontrol adalah homogen.

Tes Akhir

Rumus hipotesis :

$H_0 : \sigma_1^2 = \sigma_2^2$; Kedua varians homogen

$H_1 : \sigma_1^2 \neq \sigma_2^2$; Kedua varians tidak homogen

Dengan $\sigma_1^2 =$ Varians kelompok eksperimen

$\sigma_2^2 =$ Varians kelompok kontrol

Kriteria pengujian:

- Jika P-value $\geq \alpha$ maka H₀ diterima dan H₁ ditolak
- Jika P-value $< \alpha$ maka H₀ ditolak dan H₁ diterima

Pada pengujian hipotesis tersebut menggunakan program *SOFTWARE MINITAB*

13 FOR WINDOW, dengan tampilan sebagai berikut :

ConfLvl 95.0000				
Bonferroni confidence intervals for standard deviations				
Lower	Sigma	Upper	N	Factor Levels
3.81650	4.94440	6.95456	30	Tes Akhir(E)
4.60788	5.96966	8.39663	30	Tes Akhir(K)
F-Test (normal distribution)				
Test Statistic: 0.686				
P-Value : 0.316				

Gambar 8. Uji Homogenitas Tes Akhir

Jika melihat pada hasil uji homogenitas tes akhir di atas, maka dapat disimpulkan dengan menggunakan uji F taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan membandingkan dengan kuantitas P-value = 0,316 disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) diterima artinya data hasil tes akhir kelas eksperimen dan kelas kontrol adalah homogen.

Uji Perbedaan Dua Rerata

Skor Awal

Berdasarkan pada hasil uji normalitas dan homogenitas, maka dapat disimpulkan bahwa sampel penelitian berasal dari populasi yang berdistribusi normal serta memiliki variansi populasi yang homogen. Dengan demikian syarat untuk menghitung uji perbedaan rerata telah terpenuhi.

Pasangan hipotesis nol (H_0) dan hipotesis tandingan (H_1) adalah :

Pasangan hipotesis terbuka jika dirumuskan ke dalam hipotesis statistik sebagai berikut:

$H_0 : \mu_1 = \mu_2$: Rerata kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin siswa kelas eksperimen sama dengan rerata kelas kontrol

$H_1 : \mu_1 \neq \mu_2$: Rerata kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin siswa kelas eksperimen tidak sama dengan rerata kelas kontrol

Dengan $\mu_1 =$ Rerata skor kelompok eksperimen
 $\mu_2 =$ Rerata skor kelompok kontrol

Kriteria pengujian :

- Jika P-value $\geq \alpha$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak
- Jika P-value $< \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima

Untuk menghitung uji perbedaan dua rerata tes awal digunakan program *Minitab 13 for window*, dengan tampilan sebagai berikut :

Two-Sample T-Test and CI: Tes Awal (E), Tes Awal (K)				
Two-sample T for Tes Awal (E) vs Tes Awal (K)				
	N	Mean	StDev	SE Mean
Tes Awal	30	16.50	4.93	0.90
Tes Awal	30	16.27	4.82	0.88
Difference = mu Tes Awal (E) - mu Tes Awal (K)				
Estimate for difference: 0.23				
95% CI for difference: (-2.29, 2.75)				
T-Test of difference = 0 (vs not =): T-Value = 0.19 P-Value = 0.854 DF = 57				

Gambar 9. Uji Perbedaan Dua Rerata Tes Awal

Jika melihat pada hasil uji perbedaan dua rerata tes awal di atas, maka dapat disimpulkan dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan diperoleh P-value = 0,854 maka cukup alasan menerima H_0 artinya dengan taraf kepercayaan = 0,95 rerata kemampuan tes awal siswa pada kelas eksperimen dan kelas kontrol adalah tidak berbeda.

Skor Akhir

Pasangan hipotesis nol (H_0) dan hipotesis tandingan (H_1) adalah sebagai berikut :

H_0 : Rerata kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin pada tes akhir kelas eksperimen sama dengan rerata kelas kontrol

H_1 : Rerata kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin pada tes akhir kelas eksperimen lebih tinggi dari rerata kelas kontrol.

Pasangan hipotesis terbuka jika dirumuskan ke dalam hipotesis statistik :

$H_0 : \mu_1 = \mu_2$: Rerata kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin pada tes awal kelas eksperimen sama dengan rerata kelas kontrol

$H_1 : \mu_1 > \mu_2$: Rerata kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin pada tes awal kelas eksperimen lebih besar dari rerata kelas kontrol.

Dengan μ_1 = Rerata skor kelompok eksperimen

μ_2 = Rerata skor kelompok kontrol

Kriteria pengujian :

- Jika P-value $\geq \alpha$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak
- Jika P-value $< \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima

Untuk menghitung uji perbedaan dua rerata tes akhir digunakan program *SOFTWARE MINITAB 13 FOR WINDOW*, dengan tampilan sebagai berikut :

Two-Sample T-Test and CI: Tes Akhir(E), Tes Akhir(K)

Two-sample T for Tes Akhir(E) vs Tes Akhir(K)

	N	Mean	StDev	SE Mean
Tes Akhi	30	38.03	4.94	0.90
Tes Akhi	30	28.47	5.97	1.1

Difference = mu Tes Akhir(E) - mu Tes Akhir(K)
 Estimate for difference: 9.57

95% lower bound for difference: 7.20
 T-Test of difference = 0 (vs >): T-Value = 6.76 P-Value = 0.000 DF = 56

Gambar 10. Uji Perbedaan Dua Rerata Tes Akhir

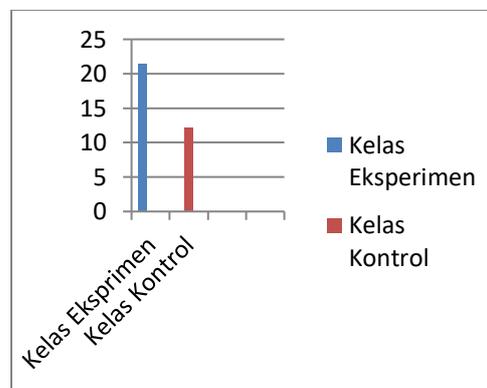
Jika melihat pada hasil uji perbedaan dua rerata tes akhir di atas, maka dapat disimpulkan dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan diperoleh P-value = 0,00 maka cukup alasan menolak H_0 artinya dengan taraf kepercayaan = 0,95 terdapat perbedaan rerata kemampuan akhir siswa pada kelas eksperimen lebih tinggi dari pada kelas kontrol

Uji Perbedaan Rata-rata (Gain)

Deskriptif Statistik Uji Perbedaan Rata-rata (Gain)

Data gain merupakan peningkatan kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin yang didapatkan dari selisih nilai tes akhir dengan tes awal.

Berdasarkan rata-rata gain kelas eksperimen mencapai 21,53 sedangkan untuk rata-rata gain kelas kontrol mencapai 12,20. Untuk besarnya nilai rata-rata gain kelas eksperimen dan kelas kontrol diperlihatkan pada diagram di bawah ini:



Gambar 11. Nilai Rata-rata Gain Tes Awal Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Dengan menggunakan program *SOFTWARE MINITAB 13 FOR WINDOW*, maka gambaran deskriptif statistik kelas eksperimen adalah sebagai berikut :

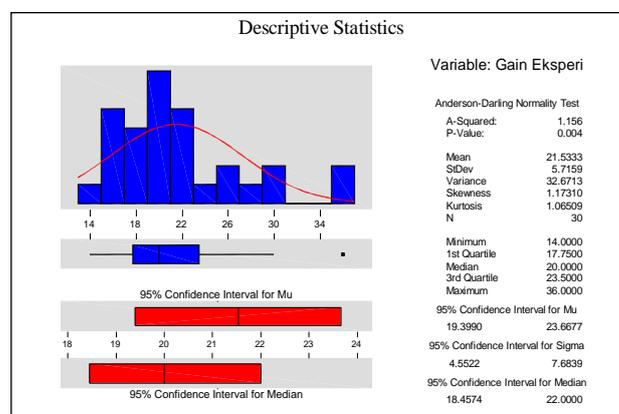
Descriptive Statistics: Gain Eksperimen

Variable	N	Mean	Median	TrMean
Gain Eks	30	21.53	20.00	20.96

StDev	SE
5.72	1.04

Variable	Minimum	Maximum	Q1	Q3
Gain Eks	14.00	36.00	17.75	23.50

Descriptive Statistics Graph: Gain Eksperimen



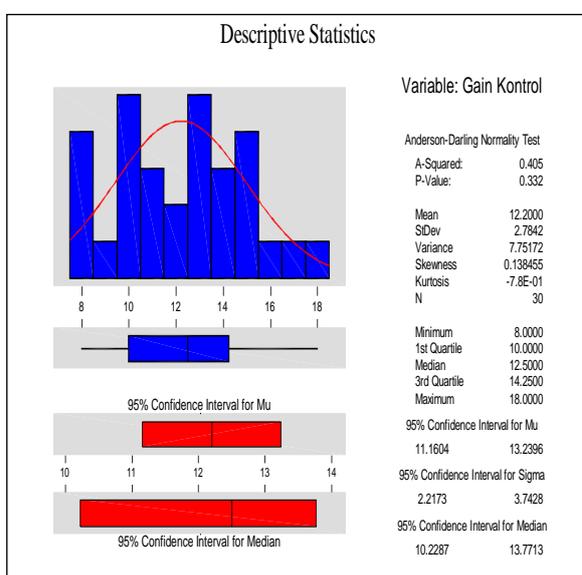
Gambar 12. Deskriptif Statistik Data Gain Kelas Eksperimen

Adapun gambaran deskriptif statistik kelas kontrol dengan menggunakan program

SOFTWARE MINITAB 13 FOR WINDOW adalah sebagai berikut:

Descriptive Statistics: Gain Kontrol					
Variable	N	Mean	Median	TrMean	
StDev	SE Mean				
Gain Kon	30	12.200	12.500	12.115	2.784
		0.508			
Variable	Minimum	Maximum	Q1	Q3	
Gain Kon	8.000	18.000	10.000	14.250	

Descriptive Statistics Graph: Gain Kontrol



Gambar 13. Deskriptif Statistik Data Gain Kelas Kontrol

Setelah melihat deskriptif statistik data gain di atas, nilai rerata gain kelas eksperimen sebesar 21,53 dan nilai rerata gain kelas kontrol sebesar 12,200 maka dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin pada kelas eksperimen, yaitu sebesar 9,33.

Uji Perbedaan Dua Rerata Gain

Dengan membandingkan hasil yang diperoleh dari tes awal dan tes akhir, terdapat peningkatan kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin. Setelah dilihat dari deskriptif statistik ternyata rerata skor kelas eksperimen mengalami pencapaian yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelas kontrol. Rerata pencapaian skor yang diperoleh kelas eksperimen adalah 21,53 sedangkan kelas kontrol adalah 12,20.

Selanjutnya akan diuji tingkat signifikan dari peningkatan kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin (gain).

Rumus hipotesis :

$H_0 : \mu_1 = \mu_2$: Tidak terdapat peningkatan kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin antara siswa yang mendapatkan pelatihan lari zig-zag dengan siswa yang tidak mendapatkan pelatihan lari zig-zag

$H_1 : \mu_1 > \mu_2$: Peningkatan kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin yang mendapatkan pelatihan lari zig-zag lebih besar dari siswa yang tidak mendapatkan pelatihan lari zig-zag.

Kriteria pengujian :

- Jika $P\text{-value} \geq \alpha$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak
- Jika $P\text{-value} < \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima

Untuk menghitung uji perbedaan dua rerata gain digunakan program *SOFTWARE MINITAB 13 FOR WINDOW*, dengan tampilan sebagai berikut :

Two-Sample T-Test and CI: Gain Eksperimen, Gain Kontrol				
Two-sample T for Gain Eksperimen vs Gain Kontrol				
	N	Mean	StDev	SE Mean
Gain Eks	30	21.53	5.72	1.0
Gain Kon	30	12.20	2.78	0.51
Difference = mu Gain Eksperimen - mu Gain Kontrol				
Estimate for difference: 9.33				
95% lower bound for difference: 7.38				
T-Test of difference = 0 (vs >): T-Value = 8.04 P-Value = 0.000 DF = 4				

Gambar 14. Uji Perbedaan Dua Rerata Gain

Jika melihat pada hasil uji perbedaan dua rerata gain di atas, maka dapat disimpulkan dengan menggunakan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ diperoleh $P\text{-Value} = 0,00$ maka cukup alasan menolak H_0 . Artinya pada taraf kepercayaan 0,95 terdapat perbedaan yang signifikan tentang rerata gain peningkatan kelincahan siswa dalam

permainan tradisional galasin antara kelas eksperimen dengan kelas kontrol, dan gain kelas eksperimen lebih tinggi 9,33 daripada kelas kontrol.

Hasil penelitian yang dianalisis dengan menggunakan program *SOFTWARE MINITAB 13 FOR WINDOW* diperoleh kesimpulan bahwa kemampuan awal kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin kelas eksperimen dan kelas kontrol tidak berbeda. Hal ini dapat dilihat dari pengujian hipotesis dengan uji kesamaan dua rerata tes awal pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ didapat P-Value = 0,85. Dengan demikian hipotesis H_0 diterima artinya kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin antara kelas eksperimen dan kelas kontrol adalah sama atau tidak berbeda. Karena kedua kelas belum mendapatkan pelatihan lari zig-zag.

Hasil yang didapat dari pengujian hipotesis dengan uji kesamaan dua rerata tes akhir pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ didapat P-Value = 0,000 dengan demikian H_0 ditolak, artinya peningkatan kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin menggunakan pelatihan lari zig-zag lebih tinggi dibandingkan dengan kelincahan siswa dalam permainan tradisional galasin dengan tidak menggunakan pelatihan lari zig-zag. Selain itu juga berdasarkan hasil analisis data gain diperoleh bahwa siswa yang mendapat pelatihan lari zig-zag siswanya memiliki tingkat kelincahan yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang tidak mendapatkan pelatihan lari zig-zag. Hasil tersebut dilihat dari jumlah rerata gain kelas eksperimen sebesar 21,53 sedangkan rerata gain kelas kontrol sebesar 12,20.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan, maka peneliti menyimpulkan secara keseluruhan hasil penelitian. Kesimpulan dari penelitian ini secara umum bahwa permainan tradisional galasin dapat meningkatkan kelincahan siswa kelas VII MTs Math'lau Anwar Sabajaya Karawang.

Secara khusus terdapat perbedaan pencapaian antara kelas eksperimen dan kelas kontrol. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil nilai rerata kelincahan siswa (Gain), didapat nilai rerata kelas eksperimen sebesar 21,53 dan nilai rerata kelas kontrol sebesar 12,20 maka dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan pencapaian kelincahan siswa, siswa yang

mendapatkan pelatihan lari zig-zag lebih baik dibandingkan dengan siswa yang tidak mendapatkan pelatihan lari zig-zag. Hasil angket menggambarkan siswa banyak yang merespon positif. Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi guru, siswa, dan dunia pendidikan. Peneliti menyarankan agar adanya perbaikan proses pembelajaran yang berkesinambungan, dan kepada guru Penjas khususnya agar lebih mampu mengatur suasana kelas yang kondusif sehingga bisa dicapai hasil belajar yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisasmita, M. Yusuf. 1989. *Hakekat, Filsafat Dan Peranan Pendidikan Jasmani Dalam Masyarakat*. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Ateng, Abdul Kadir. 1989. *Pengantar Asas-asas dan Landasan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Rekreasi*. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Bahagia, Yoyo dan A. Suherman. 2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah, Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.