

# PENGARUH MANAJEMEN KEPELATIHAN DAN MOTIVASI BERPRESTASI TERHADAP PRESTASI ATLET BOLA VOLI CLUB SILVAS KECAMATAN CIJULANG KABUPATEN PANGANDARAN

**Ine Rahayu Purnamaningsih**  
Universitas Singaperbangsa Karawang

Inrapuri99@yahoo.co.id

## ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “PENGARUH MANAJEMEN KEPELATIHAN DAN MOTIVASI BERPRESTASI TERHADAP PRESTASI ATLET BOLA VOLI CLUB SILVAS KECAMATAN CIJULANG KABUPATEN PANGANDARAN”. dilatarbelakangi oleh masih rendahnya capaian prestasi atlet bola voli di Klub Silvas Kecamatan Cijulang Kabupaten Pangandaran. Hal ini terkait dengan masih rendahnya kualitas manajemen kepelatihan dan motivasi berprestasi atlet.

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui besarnya pengaruh: 1) Manajemen kepelatihan terhadap prestasi atlet bola voli; 2) Motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet bola voli; dan 3) Manajemen kepelatihan dan motivasi terhadap prestasi atlet bola voli Club Silvas Kecamatan Cijulang Kabupaten Pangandaran. Populasi penelitian ini adalah atlet bola voli di Club Silvas. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Random Sampling*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan angket (kuesioner). Analisis dilakukan menggunakan Analisis Regresi.

Dari penelitian yang dilakukan diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: Terdapat pengaruh positif dan signifikan dari manajemen kepelatihan terhadap prestasi atlet; 2) terdapat pengaruh positif dan signifikan dari motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet; 3) terdapat pengaruh bersama yang positif dan signifikan dari manajemen kepelatihan dan motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet bola voli Club Silvas Kecamatan Cijulang Kabupaten Pangandaran.

Merujuk pada hasil penelitian dan kesimpulan di atas, rekomendasi yang dapat diberikan kepada pihak-pihak terkait adalah: 1) perlu dilakukan penelitian lanjutan tentang prestasi atlet dengan variabel dan sampel yang sama untuk menguji ulang keberlakuan model yang digunakan dalam penelitian ini.; 2) Manajemen Club perlu menciptakan sistem kepelatihan yang berbasis prestasi atlet; dan 3) Manajemen Club diharapkan menaruh perhatian kepada setiap aspek prestasi atlet.

**Kata Kunci:** Manajemen kepelatihan, motivasi berprestasi, prestasi atlet, atlet.

## ABSTRACT

*The title of the research is THE INFLUENCE OF TRAINING MANAGEMENT AND ACHIEVEMENT TOWARD ATHLETE ACHIEVEMENT VOLLEYBALL OF SILVAS CLUB IN CIJULANG SUBDISTRICT PANGANDARAN. The background of the research is the fact that the achievement of volleyball athlete on Silvas Club in Cijulang*

*Subdistrict Pangandaran District still in low conditions. It is caused by the fact that the training management and achievement motivation are in low condition.*

*The goal of the research is to analyze and study of the influence of training management toward athlete achievement; athlete achievement motivation toward athlete achievement; and training management and athlete achievement motivation toward athlete achievement of the Silvas Volleyball Club athlete in Cijulang Subdistrict. The population of the research is the athlete of volleyball Silvas Club. Sampling technique used is Random Sampling. The method of the research is survey with quantitative approach and regression analysis.*

*The result of the research are as follow: 1) there is a positive and significant influence of the training management toward athlete achievement; 2) there is a positive and significant influence of the athlete achievement motivation toward athlete achievement; and 3) there is a positive and significant influence of the training management and athlete achievement motivation toward athlete achievement of the Silvas Volleyball Club athlete in Cijulang Subdistrict.*

*Refers to the result and the conclusion of the research, the recommendation proposed from the research are: 1) its needed to be handled continuous research about athlete achievement with the same sample and variable to re-study the model used in this research; 2) Club management must create training management system based on the athlete achievement through a good budget allocated; 3) the club management must be taken interesting to all athlete achievement athlete aspect.*

**Key words:** *training management, athlete achievement motivation, athlete achievement, athlete.*

## PENDAHULUAN

Persaingan olahraga prestasi dewasa ini makin ketat, prestasi bukan lagi milik perorangan, tetapi juga menyangkut harkat dan martabat suatu bangsa. Itulah sebabnya berbagai daya dan upaya dilakukan oleh suatu negara untuk menempatkan atletnya sebagai juara pada berbagai kegiatan olahraga besar yang melibatkan nama suatu negara. Oleh sebab itu, berbagai daya dan upaya dilakukan untuk mencapai prestasi.

Berbagai permasalahan di dalam pembinaan olahraga merupakan tantangan besar yang harus dihadapi oleh para pembina olahraga di Indonesia. Sentral permasalahan pembinaan olahraganya sendiri di Indonesia menjadi rancu. Sebagian orang berpendapat bahwa atlet kurang termotivasi untuk berprestasi. Sehingga, berbagai upaya diarahkan untuk meningkatkan motivasi atlet termasuk di dalamnya memberdayakan motivator dengan harapan agar atlet lebih termotivasi untuk berprestasi. Hanya sayangnya sampai saat ini dampak pemberdayaan motivator belum juga dirasakan. Karena pertama mungkin rumusan motivasi itu sendiri belum terlalu jelas; seolah-olah dengan sekedar membangkitkan semangat juang seperti Joan of Arc membangkitkan semangat perang para prajuritnya sudah cukup untuk menggerakkan sedemikian banyak orang untuk berperang.

Kedua, motivasi mungkin bukan satu-satunya faktor yang menjadi kendala bagi atlet untuk berprestasi, karena di dalam olahraga setidaknya sejumlah aspek seperti kognisi, emosi, dan perilaku, di samping motivasi memiliki peran yang sama pentingnya dalam mempengaruhi prestasi atlet. Ketiga, motivasi baik itu sifatnya intrinsik maupun ekstrinsik, harus terarah pada suatu sasaran tertentu. Karena, tanpa adanya sasaran tertentu, arah perilaku seseorang menjadi tidak jelas. Keempat, motivasi mengacu pada

adanya kebutuhan seseorang yang dilandasi oleh kepribadian individu yang bersangkutan. Karenanya, motivasi tidak bisa digeneralisasikan bagi semua orang melainkan harus ditinjau secara khusus dari satu individu ke individu lainnya. Selanjutnya, kelima, motivasi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang amat kompleks, termasuk di dalamnya intensitas atau besarnya tekanan (*stress*) yang menghambat seseorang untuk mengembangkan motivasinya. Keenam, aspek komunikasi antara atlet, pelatih dan pengurus berdampak signifikan untuk membangkitkan motivasi atlet untuk berprestasi. Ketujuh, peran berbagai pihak sangat diharapkan untuk meningkatkan kinerja olahraga dari seorang atlet. Sebagai contoh, di dalam program pembinaan olahraga perlu diikuti sertakan secara khusus program latihan mental yang meliputi hal hal seperti relaksasi, peningkatan kinerja olahraga melalui latihan imajeri, latihan konsentrasi dan upaya meningkatkan kinerja olahraga dengan meningkatkan rasa percaya diri. Kedelapan, berbagai fasilitas untuk mengatasi problematik psikologis atlet perlu diadakan, termasuk di antaranya program konseling dan upaya mengatasi kondisi "*burn-out* dan cedera fisik maupun psikis.

Hal yang selama ini mungkin agak terlupakan atau dilupakan adalah pertimbangan bahwa suatu saat karir seorang olahragawan harus berakhir karena berbagai macam alasan. Hal ini perlu menjadi perhatian para pembina olahraga di Indonesia. Atlet serta pelatih yang telah mengakhiri tugasnya di dalam bidang keolahragaan harus tetap dapat hidup di tengah masyarakat. Bahkan jika mungkin, mereka yang telah memiliki jasa membawa nama bangsa dan negara di berbagai gelanggang olahraga perlu memperoleh penghargaan khusus yang dapat memberikan jaminan hidup bagi mereka. Tanpa adanya arah hidup yang jelas se usai karirnya sebagai atlet atau pelatih, seorang olahragawan atau pelatih akan senantiasa dihantui rasa tidak aman untuk menghadapi masa depannya. Rasa tidak amannya ini berdampak signifikan terhadap perilakunya dalam mengikuti kegiatan pembinaan olahraga. Karena sesungguhnya, olahraga juga merupakan sebuah karir yang ditempuh oleh seseorang untuk memperoleh tempat hidup yang layak di masyarakat, baik pada saat kini maupun di masa depan

Dari berbagai kondisi yang ada yang memiliki dampak signifikan di dalam usaha seorang atlet mencapai prestasi puncak, jelaslah bahwa paradigma motivasi tidak bisa diterapkan secara sepihak, searah dan pada konteks yang sempit karenanya, paradigma ini harus diubah dengan cara pandang yang berbeda, dan melalui cara pandang yang berbeda inilah diharapkan akan lebih tampak aspek-aspek tertentu yang perlu mendapat perhatian dari pihak pembina olahraga dalam menerapkan program peningkatan motivasi atlet dalam upaya meningkatkan prestasi mereka di arena kejuaraan nasional maupun internasional. Penampilan seorang atlet tidak bisa dilepaskan dari daya dorong yang dia miliki. Sederhananya, semakin besar daya dorong yang dimiliki, maka penampilan akan semakin optimal, tentu saja jika ditunjang dengan kemampuan teknis dan kemampuan fisik yang memadai. Daya dorong itulah yang biasa disebut dengan motivasi. Menurut Hodgetts dan Richard (2002) motif adalah sesuatu yang berfungsi untuk meningkatkan dan mempertahankan serta menentukan arah dari perilaku seseorang. Sedang motivasi adalah motif yang tampak dalam perilaku. Motif lah yang memberi dorongan seseorang dalam melakukan suatu aktivitas. Hampir semua aktivitas manusia didorong oleh motif-motif tertentu yang bersifat sangat individualis.

Motif seringkali diartikan dengan istilah dorongan. Dorongan atau tenaga tersebut merupakan gerak jiwa dan jasmani untuk berbuat. Jadi motif tersebut merupakan suatu driving force yang menggerakkan manusia untuk bertingkah-laku, dan di dalam perbuatannya itu mempunyai tujuan tertentu. Setiap tindakan yang dilakukan oleh manusia selalu di mulai dengan motivasi (niat). Menurut Wexley & Yukl (dalam As'ad, 1987) motivasi adalah pemberian atau penimbulkan motif, dapat pula diartikan hal atau keadaan

menjadi motif. Sedangkan menurut Mitchell (dalam Winardi, 2002) motivasi mewakili proses- proses psikologikal, yang menyebabkan timbulnya, diarahkannya, dan terjadinya persistensi kegiatan- kegiatan sukarela (volunter) yang diarahkan ke tujuan tertentu. Sedangkan menurut Gray (dalam Winardi, 2002) motivasi merupakan sejumlah proses, yang bersifat internal, atau eksternal bagi seorang individu, yang menyebabkan timbulnya sikap antusiasme dan persistensi, dalam hal melaksanakan kegiatan- kegiatan tertentu.

Salah satu komponen penting yang menentukan motivasi seorang atlet untuk berprestasi adalah program latihan. Tanpa program latihan yang baik, atlet tidak akan berhasil memperoleh motivasi untuk berprestasi walaupun memiliki keterampilan teknik dan taktik yang baik. Kenyataan menunjukkan bahwa program latihan yang baik berhubungan dengan motivasi dan prestasi atlet. Fakta menunjukkan bahwa tingkat program latihan atlet-atlet Indonesia masih berada dibawah standar atlet internasional. Walaupun kelemahan tersebut disadari sepenuhnya oleh para pembina olahraga prestasi, namun rendahnya tingkat program latihan atlet masih merupakan problem yang mendasar, khususnya bagi atlet nasional.

Program latihan atlet harus ditingkatkan atau dipertahankan melalui latihan secara benar, terukur dan berkesinambungan. Konsep ini hanya dapat terwujud apabila pelatih maupun atlet memahami dan menyadari pentingnya program latihan untuk mencapai suatu prestasi, (Iskandar, dkk, 1999: 1). Program latihan memegang peranan penting dalam pencapaian suatu prestasi. Dengan program latihan yang baik maka akan terjadi peningkatan kemampuan siste sirkulasi darah dan jantung, terjadi peningkatan kekuatan, kelentukan, daya tahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan, kelincahan, kecepatan, peningkatan kemampuan gerak secara efesien, peningkatan kemampuan pemulihan organ-organ tubuh setelah latihan, dan peningkatan kemampuan merespon dengan cepat.

Sukses dalam olahraga menuntut keterampilan yang sempurna dalam situasi stress fisik yang tinggi. Di arena pertandingan, atlet akan mengalami intensitas kerja dan segala macam stress, dengan demikian program latihan memegang peranan yang sangat penting dalam meningkatkan prestasi atlet. Program latihan atlet dapat ditingkatkan melalui latihan-latihan fisik secara benar, terukur, dan berkesinambungan, serta dilakukan evaluasi secara berkala. Evaluasi secara berkala sangat penting dilakukan untuk mengetahui kemajuan yang telah dicapai atlet dalam suatu program latihan.

Sebelum melaksanakan latihan, seorang atlet harus menjalani tes terlebih dahulu sebagai dasar penyusunan program latihan. Apabila hasil tes kurang, penekanan latihan diarahkan pada peningkatan dan bila hasil tes baik, maka penekanan latihan diarahkan pada pemeliharaan (Iskandar Z. Adisapoetra dkk, 1999: 64). Melalui program latihan yang diberikan secara sistematis, kualitas para atlet dapat diarahkan pada peningkatan pengendalian diri, tanggung jawab, disiplin, sportivitas yang tinggi yang mengandung transfer bagi bidang lainnya. Sehingga pada akhirnya dapat diperoleh peningkatan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan kebanggaan nasional dan ketahanan nasional secara menyeluruh. Oleh karena itu, program latihan olahraga perlu diperhatikan lebih propesional melalui manajemen, perencanaan dan pelaksanaan yang sistematis dalam pembangunan olahraga nasional (Mulia, 2010:2).

Menurut Richard, (2006: 6) manajemen adalah pencapaian tujuan organisasi dengan cara yang efektif dan efesien melalui perencanaan, pengorganisasian, pengarahan dan pengendalian sumber daya organisasi. Manajemen memiliki tujuan tertentu dan perencanaan yang tidak dapat diraba. Ia berusaha untuk mencapai hasil-hasil tertentu, yang biasanya diungkapkan dengan istilah-istilah *objectives* suatu hal-hal yang nyata. Menurut James (dalam Mohammad Yasin 1986: 19) mengemukakan bahwa manajemen meliputi koordinasi antara manusia dan sumber-sumber bahan mentah untuk mencapai suatu tujuan. Kita sering membicarakan mengenai bagaimana seorang memanage

kegiatannya sendiri, tetapi kita juga biasanya membicarakan mengenai kegiatan kelompok. Empat elemen dasar dari manajemen adalah : (1) Menuju tercapainya suatu tujuan, (2) Melalui orang-orang (3) Dengan teknik-teknik tertentu dan (4) Dalam suatu organisasi.

Di buku lain James (dalam Hasymi Ali 1985: 572) mengemukakan tentang fungsi-fungsi manajemen yaitu dapat dilihat dari sudut fungsi-fungsi yang dilaksanakan untuk mencapai tujuan organisasi. Pada dasarnya fungsi manajemen menyangkut pengambilan keputusan untuk mempertahankan keseimbangan dinamis secara mencapai tujuan yang menunjukkan sukses, yaitu prestasi organisasi. Dalam upaya peningkatan prestasi, manajemen dalam program latihan adalah salah satu proses yang harus dilakukan. Program latihan secara sistematis dengan persepsi yang dianut oleh beberapa kalangan olahraga yang berupaya mengenai prestasi secara instan (Dedi, 2012: 19). Manajemen program latihan yang baik dari suatu klub menjadi peran penting dalam upaya peningkatan prestasi atlet. Fungsi utama manajemen disini adalah untuk mengoptimalkan efisiensi sekaligus efektivitas program latihan. Ini dapat kita lihat dari olahraga bolavoli putri di luar negeri pada saat mengikuti Olimpiade 2012 yang diadakan di London, sebagaimana kita ketahui tim bolavoli putri berhasil mendapatkan medali emas setelah mengalahkan Amerika Serikat dan Jepang.

Salah satu klub bolavoli yang memiliki manajemen program latihan bagi atlet serta menjadikan wadah olahraga bolavoli bagi anak usia dini dan atlet berprestasi adalah klub bolavoli putri Silvas Kabupaten Pangandaran. Klub Silvas ini membina atlet voli putri, telah menjuarai berbagai even turnamen walaupun hanya pada turnamen-turnamen lokal.

Tabel 1  
Prestasi Club Bola Voly Silvas Tahun 2012-2015

Tahun	Prestasi Tertinggi	Level	Keterangan
2012	Juara 1	Ciamis Selatan	
2013	Juara 2	Kab. Ciamis	
2014	Juara 1	Kab. Pangandran	
2015	Juara 1	Turnamen Lokal	

Sumber: Klub Bolavoli Silvas Cijulang

Walaupun pada dasarnya pelatihan kurang maksimal dalam melatih karena berkaitan dengan struktur organisasi yang menjadikan pelatih merangkap peran sebagai ketua umum dan meneger klub, tetapi dengan kemauan yang keras serta keikhlasan yang dimiliki oleh pelatih para atlet selalu semangat untuk mengikuti latihan yang dijadwalkan setiap hari Selasa, Kamis, Sabtu dan pada hari Minggu pagi. Namun dengan semangat yang diberikan pelatih melalui pendekatan dengan sistem kekeluargaan dalam proses pelatihan klub bolavoli Silvas Kabupaten Pangandaran mampu melahirkan atlet-atlet handal yang turun di berbagai event baik daerah maupun regiona. Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang manajemen program latihan olahraga bolavoli putri Silvas Kabupaten Pangandaran dengan judul: **“Pengaruh Manajemen Ke pelatihan dan Motivasi Berprestasi terhadap Prestasi Atlet Bola Voli Club SILVAS Kecamatan Cijulang Kabupaten Pangandaran”**.

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah tersebut di atas, maka rumusan masalah pokok pada penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : “Bagaimanakah pengaruh perencanaan kepelatihan, pelaksanaan kepelatihan, dan evaluasi kepelatihan terhadap motivasi berprestasi atlet bola voli pada Klub SILVAS Kabupaten Pangandaran?”, yang kemudian dijabarkan kembali kedalam beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut: (1) Bagaimanakah pengaruh manajemen kepelatihan terhadap

motivasi berprestasi atlet bola voli? (2) Bagaimanakah pengaruh motivasi berprestasi terhadap motivasi berprestasi atlet bola voli? (3) Bagaimanakah pengaruh manajemen kepelatihan dan motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet bola voli?

Memperhatikan batasan dan rumusan masalah di atas, maka secara umum tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengaruh manajemen kepelatihan dan motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet bola voli pada Klub SILVAS Kabupaten Pangandaran. Sedangkan secara spesifik penelitian ini bertujuan untuk mengetahui besarnya pengaruh : (1) Manajemen kepelatihan terhadap prestasi atlet bola voli; (2) Motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet bola voli; (3) Manajemen kepelatihan dan motivasi terhadap prestasi atlet bola voli;

## METODE

Metode yang digunakan adalah metode deskriptif analitik dengan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian deskriptif adalah jenis penelitian yang dalam pengumpulan datanya dilakukan dengan menggunakan kuesioner, yaitu daftar pertanyaan untuk mengumpulkan jawaban dari sejumlah responden. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain korelasional antara variabel-variabelnya. Menurut Sudjana (1995 : 367). “Studi yang membahas hubungan antara variabel dikenal dengan nama analisis korelasi. Ukuran yang dipakai untuk mengetahui derajat hubungan terutama untuk data kuantitatif dinamakan koefisien korelasi.”

Peneliti mengambil sebagian dari populasi untuk dijadikan sampel penelitian dengan menggunakan teknik random sampling yakni menentukan sampel secara acak dengan sejumlah angka dari jumlah populasi. Hal ini mengacu kepada pendapat Surakhmad (1989: 100) yang menyatakan bahwa: “untuk pedoman umum saja dapat dikatakan bahwa bila populasi cukup homogen, terhadap populasi di bawah 100 dapat diambil sampel sebesar 50% dan di atas seribu dapat diambil 15%, untuk jaminan ada baiknya sampel selalu ditambah sedikit lagi dari jumlah matematik tadi”. Dengan demikian, karena jumlah populasinya hanya 62 orang maka jumlah ini ditetapkan sebagai sampel (sampel penuh).

Adapun teknik pengambilan data penelitian sesuai dengan operasional variabel tersebut di atas, maka digunakan teknik angket penelitian yang disesuaikan dengan dimensi dan indikator yang menunjang terhadap ketercapaian proses pengambilan data sesuai dengan ketentuan tertentu yang akan digunakan dalam penelitian ini yang terdapat pada kajian teori yang digunakan. Kualitas data yang dikumpulkan dapat ditinjau dari uji validitas dan uji reliabilitas. Validitas menunjukkan sejauh mana alat pengukur itu dapat mengukur apa yang ingin diukur sedangkan reliabilitas menunjukkan tingkat konsistensi dari alat ukur. Untuk menguji validitas alat ukur peneliti menggunakan fasilitas software Microsoft Excel 2007 dan program SPSS for Windows Versi 16.0, yang kemudian diperoleh data bahwa semua butir instrument dinyatakan Valid untuk digunakan sebagai alat ukur. Teknik pengolahan data yang digunakan yakni sebagai berikut:

**Deskripsi variabel**, dengan maksud untuk menggambarkan kondisi setiap variabel berdasarkan jawaban dari responden dengan menggunakan pendekatan statistik dengan distribusi sebaran frekuensi sederhana dalam bilangan prosentase kuantitatif, yang mengacu pada pedoman interprestasinya. Adapun proses deskripsi data hasil penelitian yang dilakukan pada bagian ini, diantaranya adalah dengan langkah : 1) Mengungkap hasil uji reliabilitas dan Validitas Instrumen; 2) Mengkaji kondisi kualitas variabel

penelitian; 3) Mengkaji ulang pokok kajian pada setiap item angket/instrumen; 4) Menghitung jumlah frekuensi skor peraian pada setiap item angket/instrumen; 5) Menghitung efektivitas ketercapaian setiap kajian item angket dengan cara membandingkan skor perolehan data hasil penelitian terhadap nilai ideal (skor maksimum) setiap item; Menginterpretasikan nilai efektivitas setiap item sesuai dengan ketentuan baku sebagai berikut :

Tabel 2  
Pedoman Penarikan Interpretasi Efektivitas Kuantitas Jawaban Responden

No	Rentang Efektivitas Nilai /Skor	Kuantitas Jawaban Responden
1	0,01 % - 19,9 %	Sangat Kecil
2	20 % - 39,9 %	Sebagian Kecil
3	40 % - 59,9 %	Sebagian atau setengahnya
4	60 % - 79,9 %	Sebagian Besar
5	80 % - 99,9 %	Sangat Besar
	100%	Seluruhnya

(Sugiyono : 2003)

**Uji Rata-Rata**, Mengukur besarnya kualitas kondisi setiap variabel berdasarkan perhitungan statistik sederhana dengan uji rata-rata dan diinterpretasikan untuk memperoleh gambaran kualitas setiap variable.

**Uji Korelasi**, Pengukuran besarnya hubungan (korelasi) antar variabel berdasarkan rumusan masalah dan hipotesis penelitian dengan menggunakan Uji korelasi ( r ) dan dibantu dengan fasilitas Microsoft Excel ver. 2007 dan program software SPSS ver 16.1. yang kemudian diinterpretasikan berdasarkan teori dari Sugiyono (2003), dimana pedoman untuk menginterpretasikan nilai r terhadap koefisien korelasi adalah: Dengan menggunakan rumusan : Untuk hubungan menghitung hubungan antara X<sub>1</sub> ke Y, X<sub>2</sub> ke Y dan X<sub>3</sub> ke Y :

$$R_{xy} = \frac{n (\sum X.Y) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n.\sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n.\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

untuk menghitung hubungan X<sub>12</sub> ke Y digunakan :

$$R_{X1X2X3-Y} = \sqrt{\frac{r^2_{X1-Y} + r^2_{X2-Y} + r^2_{X3-Y} - 2 (r_{x1y}).(r_{x2y})(r_{x3x2})}{1 - r^2_{x1x2}}}$$

Pedoman untuk menginterpretasikan nilai r terhadap koefisien korelasi adalah:

Tabel 3  
Pedoman Penarikan Interpretasi Nilai Korelasi antar Variabel

No	Rentang Kualitas Nilai /Skor (R)	Interpretasi Nilai Korelasi
1	0,000 – 0,199	Tingkat hubungan sangat rendah
2	0,200 – 0,300	Tingkat hubungan rendah
3	0,400 – 0,599	Tingkat hubungan sedang
4	0,600 – 0,799	Tingkat hubungan kuat
5	0,800 – 1,000	Tingkat hubungan sangat kuat

**Uji Determinasi**, Untuk pengujian besarnya pengaruh digunakan uji determinasi yang yang besarnya menggunakan perumusan  $KD = \beta^2 \times 100\%$

Tabel 4  
Pedoman Penarikan Interpretasi Uji Pengaruh

No	Rentang Determinasi Nilai /Skor (D)	Interpretasi Jawaban Responden
1	0,01 % - 19,9 %	Pengaruhnya sangat rendah
2	20 % - 39,9 %	Pengaruh rendah
3	40 % - 59,9 %	Cukup berpengaruh
4	60 % - 79,9 %	Pengaruh tinggi
5	80 % - 99,9 %	Pengaruh sangat tinggi

(Sugiyono : 2003)

**Uji Regresi Linier**, Hubungan pengaruh ketiga variabel tersebut diuji kembali dengan menggunakan perhitungan dan pembentukan persamaan regresi linier ( $Y = \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + E$ ) dan Uji F sehingga diperoleh  $f_{hitung}$  dan  $f_{tabel}$  untuk membuktikan nilai signifikansi dan koefisien ketergantungan antar variabel, dengan menggunakan fasilitas Microsoft Excel ver. 2007 dan program software SPSS ver 16.0

Jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$  maka hipotesis diterima  
dan jika  $F_{hitung} < F_{tabel}$  maka hipotesis ditolak

Langkah selanjutnya dilanjutkan dengan proses pembahasan hasil pengolahan data penelitian sesuai dengan perumusan permasalahan dan hipotesis yang dikaji dalam penelitian ini, yang diantaranya : 1) Membahas hasil perhitungan korelasi dan determinasi serta ketergantungan variabel  $X_1$ -Y,  $X_2$ -Y,  $X_3$ -Y dan 2) Hasil pembahasan dilanjutkan dengan proses analisis sesuai dengan konteks masalah yang telah ditentukan sebelumnya.

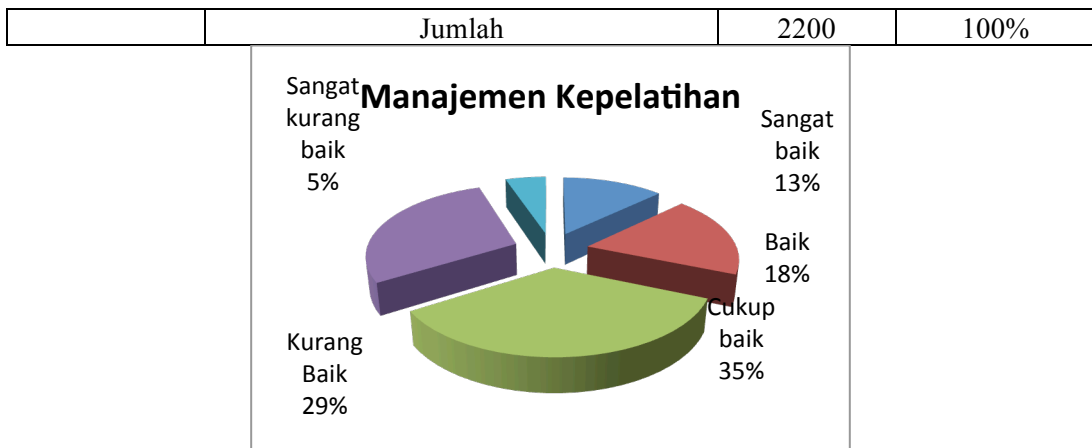
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diperlukan untuk mengukur manajemen kepelatihan (X1) dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner atau angket yang telah diuji validasi dan reliabilitasnya. Jumlah item pertanyaan yang diberikan kepada responden dengan variabel kemampuan manajerial kepala sekolah yang dijabarkan oleh 22 item pernyataan dan dinyatakan item-item tersebut valid dan reliabel. Dari 22 butir pernyataan pada kuesioner tentang manajemen kepelatihan (X1) dengan menggunakan skala likert yaitu 5 (lima) pilihan atau jawaban.

Tabel 5  
Rangkuman Hasil Pengukuran  
Manajemen Kepelatihan (X1)

Variabel	Supervisi Kepala Sekolah	Frekuensi	Prosentase
Kriteria	a. Sangat kurang baik	232	13%
	b. Kurang baik	331	18%
	c. Kurang baik	627	29%
	d. Baik	717	35%
	e. Sangat baik	93	5%



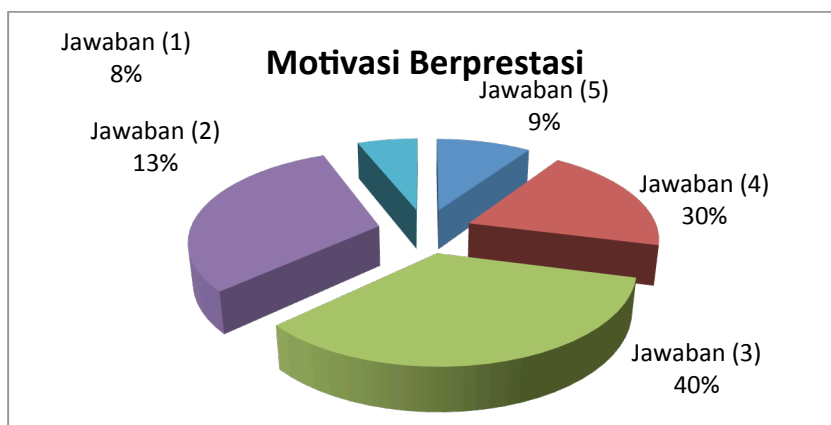


**Gambar 1**  
**Pie Chart Manajemen Kepelatihan (X1)**

Dari tabel dan gambar Pie Chart diatas dapat disimpulkan bahwa variabel Manajemen Kepelatihan pada umumnya berkriteria cukupBaik (35%).

**Tabel 6**  
**Rangkuman Hasil Pengukuran**  
**Motivasi Berprestasi (X2)**

Variabel	Motivasi Berprestasi	Frekuensi	Prosentase
Kriteria	Jawaban (1)	177	8%
	Jawaban (2)	336	13%
	Jawaban (3)	598	30%
	Jawaban (4)	497	40%
	Jawaban (5)	392	9%
	Jumlah	2000	100%

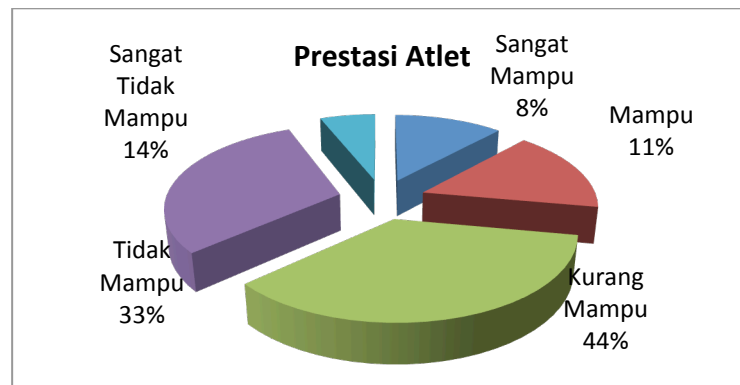


**Gambar 2**  
**Pie Chart Motivasi Berprestasi (X2)**

Dari tabel dan gambar Pie Chart diatas dapat disimpulkan bahwa variabel kompetensi supervisi Kepala SD Negeri di Kabupaten Pangandaran pada umumnya berkriteria mampu (40%).

**Tabel 7**  
**Rangkuman Hasil Pengukuran**  
**Prestasi Atlet (Y)**

Variabel	Prestasi atlit bola voli	Frekuensi	Prosentase
Kriteria	a. Sangat kurang baik	121	14%
	b. Tidak mampu	601	33%
	c. Kurang mampu	721	34%
	d. Mampu	320	18%
	e. Sangat mampu	237	11%
	Jumlah	3000	



**Gambar 3**  
**Pie Chart Prestasi atlit bola voli (Y)**

Dari tabel dan gambar Pie Chart diatas dapat disimpulkan bahwa variabel prestasi atlit bola voli SD Negeri di Kabupaten Pangandaran pada umumnya berkriteria kurang mampu (35%).

**Tabel 4.77**  
**Kontribusi Pengaruh Manajemen kepelatihan**  
**dan Motivasi berprestasi terhadap Prestasi atlit bola voli**

Model Pengaruh	Koefisien regresi	Koefisien Determinasi
X <sub>1</sub> langsung ke Y	0.209	0.0437
X <sub>1</sub> tak langsung ke Y melalui X <sub>2</sub>	0.148	0.0218
<b>Total X<sub>1</sub> terhadap Y</b>		<b>0.0655</b>
X <sub>2</sub> langsung ke Y	0.707	0.4998
<b>Pengaruh bersama X<sub>1</sub>, X<sub>2</sub> terhadap Y</b>	<b>0.808</b>	<b>0.6520</b>
<b>Variabel lain terhadap Y</b>		<b>0.3480</b>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variasi prestasi atlet bola voli dapat dijelaskan oleh variabel Manajemen kepelatihan dan motivasi berprestasi. Variabel yang paling besar pengaruhnya terhadap kinerja mengajar guru adalah variabel motivasi berprestasi, yakni sebesar 23,04%; disusul kemudian secara berurutan variabel prestasi atlet bola voli: 10,69%, variabel motivasi berprestasi: 9,61%, dan variabel Manajemen kepelatihan: 4,08%. Sedangkan pengaruh total dari Manajemen kepelatihan dan motivasi berprestasi yang diterima oleh variabel prestasi atlet bola voli sebesar 88,87%. Sisanya, sebesar 11,13% dipengaruhi oleh variabel yang tidak diteliti.

## KESIMPULAN

Merujuk pada tujuan penelitian dan pembahasan hasil penelitian dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut: (1) Terdapat pengaruh positif dan signifikan dari manajemen kepelatihan terhadap prestasi atlet bola voli. Ini berarti bahwa semakin tinggi efektifitas manajemen kepelatihan maka semakin meningkat prestasi atlet bola voli. (2) Terdapat pengaruh positif dan signifikan dari motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet bola voli. Ini berarti semakin tinggi motivasi guru untuk berprestasi semakin tinggi pula prestasi atlet bola voli. (3) Terdapat pengaruh bersama yang positif dan signifikan dari manajemen kepelatihan dan motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet bola voli.

Artinya variabel manajemen kepelatihan dan motivasi berprestasi atlet mampu meningkatkan prestasi atlet bola voli terutama dalam meningkatkan dimensi-dimensi kematangan pengetahuan, kematangan fisik, dan pencapaian prestasi atlet bola voli Club Silvas Kecamatan Cijulang di Kabupaten Pangandaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- A.P. Pandjaitan. (1986). *Dasar Teori Olahraga dan Organisasi*. Bandung : Rosda Offset.
- Bompa, Tudor O. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Iowa : Kendall/Hunt Publishing Company.
- Broer, Marion R. (1976). *Individual Sport for Women*. Philadelphia : W.B.Saunders Company.
- Conny Semiawan. (1987). *Prinsip Teknik Pengukuran dan Penilaian dalam Dunia Pendidikan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- DEPDIKBUD. (1985). *Prasarana Olahraga Untuk Sekolah dan Hubungannya dengan Lingkungan*. Jakarta : Depdikbud.
- Djoko Pekik I. (2002). *Dasar Kepeleatihan*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dan Hubungannya dengan Lingkungan*. Jakarta : DEPDIKBUD.
- Ibnu Syamsi. (1994). *Pokok – Pokok Organisasi dan Manajemen*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- IKASI. (2002). *Sejarah, Kegiatan, Peraturan*. [www.http//KONI.or.id](http://KONI.or.id).
- Malayu Hasibuan. (1996). *Organisasi dan Motivasi Dasar Peningkatan Produktivitas*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Mangangantung A. (1987). *Pelajaran Anggar*. Jakarta : PB IKASI.
- M. Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta : DEPDIKBUD.
- Ndong Kamtomo. (1986). *Psikologi Olahraga*. Jakarta : DEPDIKBUD.
- Selberg, Charles A. (1976). *FOIL*. California : Addison-Wesley Publishing Company.
- Singgih D. Gunarsa, M.P. Setiadarma & Myrna H.R. Soekasah. (1996). *Psikologi Olahraga Teori & Praktek*. Jakarta : PT. BPK. Gunung Mulia.
- Suharno. HP. (1985). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta : FPOK IKIP Yogyakarta.
- Sukadiyanto. (1997). *Pembinaan Kondisi Fisik Petenis*. Jakarta : PB. PELTI.

## PENERAPAN PERMAINAN MODIFIKASI UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN PASING BAWAH BOLA VOLI

**Muhamad Rifqi**

*Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta*

muhamadrifqi2204@gmail.com

### ABSTRAK

Penelitian ini berupa penelitian tindakan untuk meningkatkan keterampilan pasing bawah bola voli siswa ekstrakurikuler SMP Satap Kabupaten Karawang, dengan jumlah 20 siswa. Penelitian tindakan ini menggunakan model Kemmis dan Taggart yang terdiri dari dua siklus. Dalam latihan pasing bawah ini menggunakan permainan modifikasi untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Data dikumpulkan melalui pengamatan observer berupa tes keterampilan pasing bawah; catatan lapangan; dan dokumen selama penelitian berlangsung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan tindakan menggunakan pendekatan taktis pada siklus I diperoleh hasil 56,75% dengan jumlah 12 siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) dan 43,75% dengan jumlah 8 siswa yang belum mencapai kriteria ketuntasan minimal dengan nilai rata-rata mencapai 74. Pada siklus II diperoleh hasil 81,25% dengan jumlah 13 siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal dan 18,75% dengan jumlah 7 siswa yang belum mencapai kriteria ketuntasan minimal dengan nilai rata-rata mencapai 81 untuk pasing bawah. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan modifikasi dapat meningkatkan keterampilan pasing bawah siswa ekstrakurikuler pasing bawah SMP Satap Kabupaten Karawang.

***Kata kunci: Penelitian Tindakan, Modifikasi Permainan, pasing bawah bola voli.***

### ABSTRACT

*This research was in the form of action research to improve the skill of underwater volleyball of extracurricular students at the SATap Middle School in Karawang Regency, with a total of 20 students. This action research uses the Kemmis and Taggart model which consists of two cycles. In the bottom pasing exercise use a modified game to achieve the desired goal. Data was collected through observer observations in the form of lower pasing skills tests; field notes; and documents during the study. The results showed that after the action using a tactical approach in the first cycle obtained 56.75% results with the number of 12 students who achieved the minimum completeness criteria (KKM) and 43.75% with a total of 8 students who had not reached the minimum completeness criteria with an average score the average reached 74. In the second cycle 81.25% results were obtained with the number of 13 students who achieved the minimum completeness criteria and 18.75% with a total of 7 students who had not reached the minimum completeness criteria with an average value of 81 for the bottom pass. Based on the results of the study, it can be concluded that the application of a tactical approach can improve the skills under the extracurricular pasing under the Karawang District Satap Middle School.*

***Keywords: Action Research, Game Modification, fitting under volleyball***

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang besar manfaatnya bagi manusia. Olahraga dapat berfungsi sarana untuk meningkatkan derajat kesehatan, untuk keterampilan dan juga sebagai alat pendidikan. Olahraga memiliki peranan penting dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, serta emosi yang selaras, serasi dan seimbang. Olahraga dapat membantu meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Olahraga juga dapat menjadi sarana untuk meningkatkan prestise suatu bangsa. Melalui keterampilan olahraga, nama suatu bangsa dapat menjadi harum di mata negara lain.

Bola voli merupakan olahraga yang membutuhkan gerak yang kompleks, seperti power, kelentukan, daya tahan dan koordinasi yang baik. Dalam belajar gerak dasar bola voli tersebut, tiap individu mempunyai kemampuan yang berbeda-beda, seperti memiliki kemampuan koordinasi mata-tangan, antara anak latih yang memiliki koordinasi mata-tangan tinggi dan anak latih yang memiliki koordinasi matatanganan rendah keterampilan juga akan berbeda-beda.

Permainan bola voli adalah permainan tempo cepat, sehingga waktu untuk memainkan bola sangat terbatas, dan bila tidak menguasai teknik dasar yang sempurna akan memungkinkan kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar". Teknik dasar bolavoli meliputi teknik Passing, Serve, Spike dan Block dalam permainan Bola Voli. Permainan dapat didefinisikan sebagai aktivitas yang dibatasi oleh aturan-aturan yang lengkap dan terdapat suatu kontes di antara para pemain agar supaya menghasilkan hasil yang dapat diprediksi. Modifikasi sangat dibutuhkan guru dalam proses kegiatan belajar mengajar. Hal ini sangat membantu guru dalam proses belajar mengajar.

Modifikasi secara umum diartikan sebagai usaha untuk mengubah atau menyesuaikan. Namun secara khusus modifikasi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menciptakan dan menampilkan sesuatu hal yang baru dan menarik. Untuk menghadapi keterlantaran pendidikan jasmani diperlukan upaya yang konstruktif melalui anjakan modifikasi olahraga ke dalam pendidikan jasmani khususnya pada tingkat sekolah dasar. Rancangan modifikasi olahraga ke dalam pendidikan jasmani efektif dalam meningkatkan kualitas pembelajaran melalui aktivitas belajar dan kesenangan, serta dapat mengatasi kekurangan sarana dan prasarana pembelajaran.

Widiastuti berpendapat bahwa keterampilan gerak yaitu gerak yang mengikuti pola atau bentuk tertentu yang memerlukan koordinasi dan kontrol sebagian atau seluruh tubuh yang bisa dilakukan melalui proses belajar. Keterampilan merupakan bagian-bagian penting dari diri manusia dan tidak dapat dipisahkan, bahkan keterampilan sudah ada sejak terlahirnya seorang bayi ke dunia.

Keterampilan *passing* merupakan suatu gerakan untuk mengoper bola atau mengumpan bola dengan menggunakan teknik tertentu kepada teman dalam satu regu. Teknik passing bawah dalam permainan bola voli merupakan teknik yang sangat penting dan wajib dikuasai oleh para pemain bola voli.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian tindakan (*Action Reserch*). Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan dengan desain Kemmis dan Taggart. Pada penelitian ini, peran peneliti adalah sebagai instrumen kunci, meneliti dan terlibat langsung dalam keseluruhan proses penelitian, mulai dari kegiatan praobservasi, perencanaan, sampai pada tahap refleksi dalam setiap siklus. Selain itu, peneliti bertindak sebagai perencana, pengamat, pengolah, dan penganalisis data, oleh karena itu untuk membuktikan keobjektivitasan penelitian maka dokumen-dokumen seperti program latihan, hasil-hasil tindakan serta tes perlu dilampirkan. Metode

penelitian yang digunakan adalah kualitatif dan kuantitatif yang bersifat partisipatif, kualitatif menjelaskan peristiwa yang dilakukan dalam penelitian ini sehingga mendapat gambaran dan penjelasan yang lengkap dalam pelaksanaan penelitian tindakan. Kuantitatif digunakan untuk menganalisa data hasil proses latihan atau membandingkan nilai siswa sebelum dan sesudah penelitian tindakan dilakukan. Nilai ini akan diuji kebenarannya melalui metode tersebut untuk melihat seberapa besar signifikannya nilai sebelum dan sesudah dilakukan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Satap Karawang. Waktu penelitian akan dilaksanakan pada Akhir bulan November sampai Desember tahun 2018. Subyek penelitian dalam penelitian ini sebanyak 20 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli yang ada di SMP Satap Karawang.

**Tabel 1. Data Awal Hasil Ketuntasan Keterampilan Pasing Bawah Bola Voli**

No	Ketuntasan	KKM	Frekuensi	%
1	Tuntas	> 75,00	6	37,5
2	Tidak Tuntas	< 75,00	14	62,5
Jumlah			20	100

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa sebanyak 14 siswa (62,5%) siswa belum mencapai batas ketuntasan minimal 75,00. Sedangkan siswa yang sudah mencapai batas ketuntasan minimal adalah sebanyak 6 siswa (37,5%).

### Tes dan Observasi Siklus I

Berdasarkan hasil observasi terhadap implementasi tindakan pada siklus I selama kegiatan pembelajaran berlangsung, peneliti dan kolablator mengamati jalannya kegiatan melalui observasi untuk melihat apakah tindakan-tindakan tersebut sesuai dengan rencana, bagaimanakah hasil latihan keterampilan *forehand* setelah perlakuan tindakan dilakukan dengan menggunakan pendekatan taktis, sudah sesuai dengan yang diharapkan. Adapun data hasil ketuntasan keterampilan pasing bawah bola voli siklus I adalah sebagai berikut:

**Tabel 2. Data Hasil Ketuntasan Keterampilan Pasing Bawah Bola Voli Siklus I**

No	Ketuntasan	KKM	Frekuensi	%
1	Tuntas	> 75,00	9	56,25
2	Tidak Tuntas	< 75,00	11	43,75
Jumlah			20	100

### Tes dan Observasi Siklus II

Kegiatan latihan pada siklus II ini bertujuan untuk memperbaiki kemampuan yang masih kurang dan belum maksimal sehingga keterampilan pasing bawah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler ini dapat dilakukan dengan baik dan benar. Berdasarkan hasil observasi terhadap implementasi tindakan pada siklus II selama kegiatan latihan dan pembelajaran berlangsung, peneliti dan kolablator mengamati jalannya kegiatan melalui observasi untuk melihat apakah tindakan-tindakan tersebut sesuai dengan rencana, bagaimanakah hasil latihan keterampilan pasing bawah setelah perlakuan tindakan dilakukan dengan menggunakan permainan modifikasi, sudah sesuai dengan yang diharapkan.

**Tabel 3. Data Hasil Ketuntasan Keterampilan Pasing Bawah Bola Voli Siklus II**

No	Ketuntasan	KKM	F	%
1	Tuntas	> 75,00	17	81,25
2	Tidak Tuntas	< 75,00	3	18,75
Jumlah			20	100

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa sebanyak 3 siswa (18,75%) siswa belum mencapai batas ketuntasan minimal 75,00. Sedangkan siswa yang sudah mencapai batas ketuntasan minimal adalah sebanyak 17 siswa (81,25%).

Berdasarkan tabel data di atas hasil latihan keterampilan pasing bawah bola voli siswa ekstrakurikuler SMP Satap Karawang di Kabupaten Karawang secara umum dapat dikatakan baik, karena jumlah persentase ketuntasan hasil latihan dan belajar keterampilan pasing bawah pada siklus I adalah 56,25%, dan siswa yang belum tuntas berjumlah 7 siswa karena belum mencapai nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75,00. Sedangkan pada siklus II jumlah persentase ketuntasan hasil latihan keterampilan pasing bawah mengalami peningkatan yang signifikan yaitu adalah 81,25% dan siswa yang belum tuntas hanya 3 siswa saja. Jadi antara siklus I dan siklus II terjadi peningkatan sebesar 25% setelah diberi perlakuan melalui pendekatan taktis selama 2 siklus atau 16 kali pertemuan.

#### SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan peneliti dan kolaborator maka dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan hasil keterampilan pasing bawah bola voli dengan penerapan permainan modifikasi pada siswa ekstrakurikuler tenis lapangan SMP Satap Karawang. Pada siklus I nilai rata-rata keterampilan pasing bawah siswa sebesar 74 dengan persentase kelulusan 56,75% dimana total siswa yang mendapatkan kriteria ketuntasan minimal berjumlah 10 siswa dari 20 siswa.

Untuk siklus II rata-rata nilai keterampilan pasing bawah siswa sebesar 81 dengan persentase kelulusan 81,25% dimana total siswa yang mendapatkan kriteria ketuntasan minimal berjumlah 17 siswa dari 20 siswa. Oleh karena itu tujuan dari penerapan tindakan ini tercapai dan hasilnya memuaskan. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa dengan penerapan permainan modifikasi dapat meningkatkan keterampilan pasing.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Tangkudung, James. *Macam-macam Metodologi Penelitian dan uraiannya*. Jakarta: PPs, 2015.
- Widiastuti. *Tes dan Pengukuran Olahraga* Jakarta: PT.RajaGrafindo Persada, 2015.
- Budi Prasetyo. "Meningkatkan Hasil Belajar Shooting Pada permainan Bola Basket Menggunakan Modifikasi Bola". *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*. Volume 04 Nomor 09 Tahun 2015.ISSN 2252-6773. h. 2060.
- Budiman Agung Pratama. "Meningkatkan Keterampilan Shooting Sepakbola Dengan Permainan Modifikasi". *Jurnal Sportif*. Volume 02 Nomor 01 Tahun 2016.ISSN 2477-3379. h. 49.
- Dede Nurhuda, "Hasil belajar service atas pada permainan bola voli melalui modifikasi bola karet," 2007.h.3
- Dian Setyo Wibowo dan Hari Setijono, "Profil Kondisi Fisik dan Program Latihan". *Jurnal ILARA* volume II NO.3 Tahun 2011.

Dupri. “Model Latihan Pasing Bawah Bola Voli Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama”, *Journal Sport Area*. Volume 03 Nomor 02 Tahun 2018.ISSN 2527-760X. h. 170.



## PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN PENGENALAN AIR UNTUK SISWA SEKOLAH DASAR

**Setio Nugroho**

PJKR-FKIP Universitas Singaperbangsa Karawang

setio.roket@gmail.com

### ABSTRAK

Secara umum tujuan dari penelitian dan pengembangan ini adalah untuk menghasilkan model pembelajaran pengenalan air untuk siswa sekolah dasar. Rancangan dalam penelitian dan pengembangan model pembelajaran ini menggunakan pendekatan model penelitian dan pengembangan (*Research & Development*) dari Brog dan Gall. Sedangkan subjek dalam penelitian dan pengembangan ini adalah seluruh siswa kelas IV yang mengikuti ekstra kulikuler renang SD Al Azhar Kelapa Gading yang berjumlah 20 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah angket dan kuesioner yang digunakan untuk mengumpulkan data pada tahap: (1) analisis kebutuhan; (2) evaluasi ahli (evaluasi produk awal); (3) uji coba terbatas (uji coba kelompok kecil); dan (4) uji coba utama (*field testing*). Untuk uji efektifitas model menggunakan rubrik penilaian kebenaran gerakan renang gaya bebas (*crawl*). Untuk melihat hasil efektifitas model digunakan uji statistik dengan menggunakan rumus uji-t amatan ulangan dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Berdasarkan hasil pengembangan dapat disimpulkan bahwa: (1) model pembelajaran yang inovatif untuk siswa Sekolah Dasar sangat dibutuhkan oleh guru pendidikan jasmani; (2) secara keseluruhan produk ini efektif dilaksanakan oleh guru pendidikan jasmani; (3) Berdasarkan hasil uji efektifitas model, terbukti secara empiris bahwa hasil produk berupa model pembelajaran Pengenalan air untuk siswa Sekolah Dasar memiliki efektifitas yang sangat baik.

**Kata kunci:** Efektivitas, renang, pengenalan air

### ABSTRACT

*In common aim of research and this development is subject to be result recognition learning model water for elementary school student. Design in observational and developmental model this learning utilize observational model approaching and developmental( Research & Development ) from Brog and Gall. Meanwhile subjek in observational and developmental it is exhaustive student braze IV. which follow extra kulikuler SD Al Azhar's bathing Ivory it total 20 person. Instrument that is utilized in research and this development is questionnaire and kuesioner which is utilized to gather data on phase: (1 ) analisis the need; (2 ) pro evaluations (evaluate early product); (3 ) circumscribed test-drivings (little agglomerate test-driving); and (4 ) main test-drivings( field testing ). To test model effectiveness utilize estimation rubric levels with another crawl movement( crawl ). To see model effectiveness result utilized by statistic quiz by use of quiz formula t amatan replicates with signifikasi's level  $\alpha = 0,05$ . Base developmental result gets to be concluded that: (1 ) innovative learning model for indispensable Elementary School student by physical education teacher; (2 ) as a whole this product is effective executed by physical education teacher; (3 ) base model effectiveness quiz results, evident that empirical ala yielding product as model as water Recognition learning for Elementary School student have pretty good effectiveness.*

**Key word:** Effectiveness, bathing, water recognition

## PENDAHULUAN

Olahraga renang merupakan salah satu kegiatan yang sangat disenangi oleh anak-anak atau siswa sekolah dasar, hal ini dapat dilihat pada waktu pelaksanaan pembelajaran renang mereka melakukannya dengan sangat bersemangat karena bagi mereka olahraga renang adalah olahraga menyenangkan, karena karakteristik anak usia sekolah dasar memang menyenangi dunia permainan. Hal di atas sebenarnya sudah menjadi awal yang sangat baik dalam pembelajaran, ketika motifasi yang besar yang dimiliki siswa transfer ilmu menjadi lebih mudah dan efektif, namun proses pembelajaran renang bisa menjadi kurang efektif dan menyenangkan bahkan membuat anak tersebut merasa sulit dalam melakukan pembelajaran hal ini disebabkan kurangnya kreatifitas guru dalam membuat desain pembelajaran yang menarik bagi siswa namun tetap efektif dalam mencapai tujuan yang dirancang dalam setiap pembelajaran.

Disamping menggunakan metode yang efektif yang dirancang dalam setiap pembelajaran, pembelajaran renang pada setiap tahapan materi harus disesuaikan dengan kemampuan, karakteristik, dan perkembangan gerak siswa. Setiap tingkatan perkembangan tentunya memiliki karakteristik yang berbeda-beda, sama halnya dengan pembelajaran renang harus disesuaikan dengan karakteristik siswa artinya desain pembelajaran renang harus mengacu pada kemampuan keterampilan sesuai teori fase-fase perkembangan gerak manusia. karena kemampuan gerak manusia mulai dari masa bayi, anak-anak, remaja, dan dewasa selalu mengalami perubahan dari waktu ke waktu sepanjang hidup. Gallahue dan Ozmun (2006: 46-53) membagi perkembangan motorik menjadi 4 fase, yaitu (1) fase gerakan refleks, (2) fase gerak dasar awal, (3) fase gerak dasar fundamental, dan (4) fase gerakan khusus (spesialis). merujuk dari pendapat ahli di atas karakteristik kemampuan gerak siswa usia sekolah dasar adalah berada pada fase gerak dasar fundamental tahap matang dan fase gerak khusus (spesialisasi) tahap transisi. Hal ini berarti desain pembelajaran renang harus sesuai dengan karakteristik perkembangan kemampuan gerak siswa itu sendiri, tujuan pembelajaran dapat dicapai bila disesuaikan dengan fase-fase perkembangan gerak siswa.

Kurangnya kreatifitas guru dalam mendesain pembelajaran renang yang sesuai dengan perkembangan siswa tersebut di atas bisa menjadikan siswa kurang memiliki minat dan motivasi atau bahkan hilangnya motifasi, apalagi bagi mereka yang memiliki trauma air, jadi seorang guru dituntut memiliki kreatifitas, dengan kreatifitas yang dimiliki berbagai model pembelajaran yang menarik dan inovatif dapat diciptakan sehingga siswa akan memiliki minat dan motivasi dan kondisi seperti ini akan membuat pembelajaran renang menjadi lebih efektif dan sasaran dari pembelajaran yaitu pengetahuan dan keterampilan dapat dicapai secara optimal.

Banyak cara yang dapat dilakukan para guru untuk mengantarkan siswa mendapatkan keterampilan renang, di samping model pembelajaran yang menarik dan inovatif yang sesuai dengan perkembangan dan pertumbuhan gerak manusia juga didisain untuk menumbuh kembangkan aspek mental siswa seperti keberanian dan aspek kesenangan yang nantinya akan memberikan motivasi yang tinggi terhadap siswa, karena tidak semua siswa memiliki rasa percaya diri yang kuat ketika berada di kolam renang, berdasarkan pengalaman penulis dalam sebuah kelas ekstrakurikuler renang, terdapat anak yang bisa dikatakan nakal dan bandel siswa tersebut sangat agresif dan energik, namun ketika berada di kolam renang siswa tersebut hanya bisa duduk di pinggir kolam renang melihat teman-temannya yang sangat asik bermaian di kolam renang bahkan ketika dibujuk siswa tersebut sama sekali tidak mau beranjak walaupun hanya menyentuh air. Hal tersebut menjelaskan bahwa dalam setiap pembelajaran terdapat berbagai macam karakter dan keunikan yang dimiliki siswa, kasus-kasus aspek mental tersebut misalnya kurangnya keberanian, rasa malu, kurangnya rasa percaya diri, trauma air dan lain-lain.

Keberanian, percaya diri dan merasa mampu, rasa senang merupakan aspek psikologis yang dikembangkan dan menjadi sasaran dari tahap pengenalan air. Tidak hanya aspek psikologis, pembelajaran pengenalan air juga bertujuan mengenalkan bentuk-bentuk gerak dasar dan teknik-teknik dasar seperti: menggerakkan kaki dengan kaki point atau sering disebut jinjit, memasukan kepala kedalam air, meniup di dalam air, mengambil nafas dengan mulut dan mengeluarkannya dengan hidung, terapung, memutar tangan di dalam air, dan lain-lain. Teknik-teknik dasar ini yang akan menjadi fondasi yang kokoh dalam setiap tahap pembelajaran renang selanjutnya. Melalui tahap pengenalan air siswa juga berkesempatan untuk mengenal dan memahami lingkungan kolam renang seperti terdapat lantai yang licin, kolam yang dalam, kolam dangkal, macam-macam peralatan keamanan renang, adanya etika renang, air yang dingin, dan lain-lain.

Berdasarkan Permasalahan dalam latar belakang tersebut, penulis mengambil kesimpulan bahwa perlu dirancang model pembelajaran renang yang dirumuskan dengan baik kreatif dan inovatif disesuaikan dengan fase-fase perkembangan gerak siswa, oleh karena itu peneliti ingin berkontribusi membuat penelitian pengembangan model pengenalan air untuk siswa sekolah dasar.

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan (*research and development*). Penelitian ini merupakan model penelitian yang bertujuan membuat desain pembelajaran pengenalan air untuk sekolah dasar, desain pembelajaran yang dirancang inovatif dan efektif yang disesuaikan dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Penerapan dan pengembangan proses pembelajaran renang untuk sekolah dasar adalah membuat panduan model pembelajaran pengenalan air yang dirancang melalui bentuk-bentuk permainan yang dirumuskan pada model-model pembelajaran dirumuskan aman, menyenangkan dan efektif sangat sesuai bagi para pemula atau bahkan bagi mereka yang memiliki trauma di air sehingga bentuk pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan akan sangat efektif untuk mendapatkan keterampilan dasar yang dibutuhkan dalam renang, penguasaan keterampilan dasar akan menjadi pondasi yang kuat sebelum memulai belajar untuk menguasai berbagai gaya renang. Model-model pembelajaran ini oleh khalayak juga dapat disesuaikan dengan tujuan pembelajaran baik disederhanakan bentuk permainannya atau bahkan ditingkatkan kesulitan atau dimodifikasi bentuk permainannya sesuai dengan karakteristik siswa dan tujuan keterampilan yang ingin dicapai.

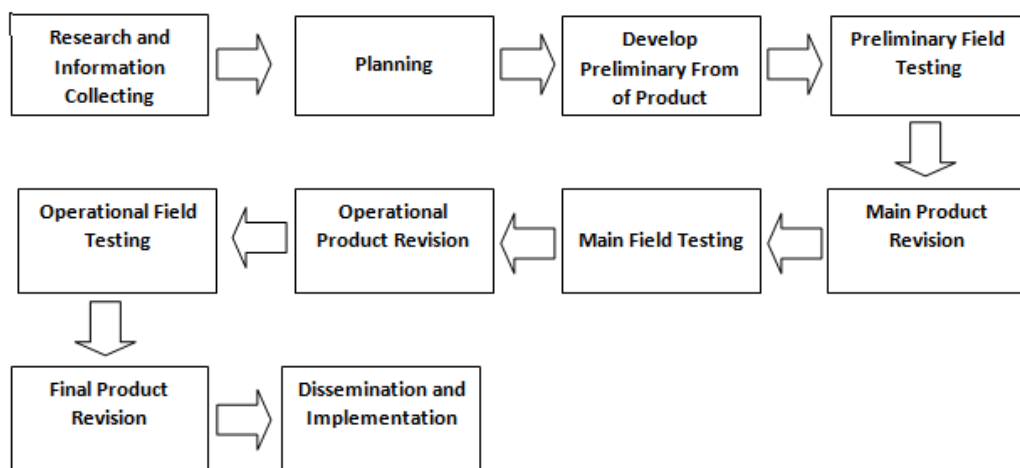
Model pembelajaran pengenalan air juga dirumuskan sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani karena menyentuh seluruh aspek yang ada dalam diri manusia, tidak hanya aspek psikomotor melalui bentuk-bentuk Pengenalan fisik yang ada dalam permainan saja namun aspek mental, sosial, dan kognitif juga dibentuk dan dikembangkan melalui berbagai bentuk peraturan dan tata cara dalam permainan, karena didalam peraturan dan tatacara permainan dirumuskan mengandung nilai-nilai bekerjasama, cerdas dalam menyusun tak-tik dan setrategi, sikap disiplin, kejujuran dalam kompetisi, gigih dalam mencapai tujuan, penyelesaian tujuan, tanggung jawab, sportifitas, menghargai kawan, menghormati lawan bermain, persahabatan, dan nilai-nilai penting lain yang ada dalam pendidikan.

Penelitian dan pengembangan pembelajaran pengenalan air untuk siswa sekolah dasar ini secara khusus ada beberapa tujuan antara lain: (1) Untuk memperoleh informasi secara mendalam tentang proses pelaksanaan pembelajaran renang siswa Sekolah Dasar. (2) Bagaimana merancang model pembelajaran renang untuk siswa sekolah dasar yang sesuai dengan karakteristik anak yaitu model pembelajaran pengenalan air.

(3)Memperoleh data empiris tentang efektivitas, efisiensi dan daya tarik hasil pengembangan pembelajaran renang untuk siswa Sekolah Dasar.

Tujuan akhir dari penelitian pengembangan ini adalah menghasilkan produk berupa model pembelajaran pengenalan air, sehingga dapat membantu proses pembelajaran yang ada pada saat ini secara lebih efektif dan efisien, serta menambah semangat siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. (1)Efektif, artinya merupakan kelengkapan belajar dalam meningkatkan efektivitas atau kemudahan bagi siswa dalam menguasai keterampilan dasar sebelum belajar teknik gaya dalam renang. (2)Efisiensi, maksudnya merupakan kelengkapan bantuan belajar, dimana dengan biaya dan waktu yang minimal sehingga dapat diperoleh hasil yang optimal dalam penguasaan berbagai keterampilan dasar renang. (3)Menarik, artinya merupakan kelengkapan belajar yang memiliki daya tarik sehingga siswa dapat termotivasi untuk memanfaatkannya dan dapat berlatih lebih optimal.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif dengan menggunakan metode penelitian dan pengembangan (*research and development*) Borg and Gall. Penelitian ini memfokuskan pada pengembangan suatu model latihan teknik, maka pendekatan dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian dan pengembangan (*research and development/ R&D*), dengan desain pengembangan yang dipilih adalah merujuk pada pengembangan yang dikemukakan oleh Borg and Gall. Menurut Borg and Gall (1983: 775) prosedur/langkah-langkah penelitian dan pengembangan terdiri atas 10 langkah pelaksanaan yakni sebagai berikut: (1) Meneliti dan mengumpulkan informasi, (2) Perencanaan, (3) Mengembangkan produk awal, (4) Uji coba awal, (5) Revisi produk utama, (6) Uji coba lapangan utama, (7) Revisi produk operasional, (8) Uji coba produk operasional, (9) Revisi produk akhir, dan (10) Diseminasi dan implementasi. Secara lebih jelas, dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 2. Tahap Pengembangan Model Borg and Gall

### Rancangan Model

Perencanaan dan penyusunan model pembelajaran dibuat agar dapat memberikan tuntunan secara jelas dalam pelaksanaan penelitian dan pengembangan. Perencanaan dan penyusunan model pembelajaran terkait dengan strategi pembelajaran yang akan direncanakan dan disusun secara sistematis, agar proses pembelajaran dapat berlangsung secara optimal. Dalam proses pembelajaran perencanaan dan penyusunan model pembelajaran merupakan faktor yang menentukan keberhasilan program. Perencanaan

dan penyusunan model pembelajaran merupakan bagian dari strategi pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pada materi renang untuk siswa sekolah dasar. Model pengembangan olahraga renang bagi siswa Sekolah Dasar direncanakan sebagai berikut:

**Balap Kereta Berjalan**

Sasaran dan tujuan: a) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengenal dan memahami lingkungan kolam. b) Dengan permainan yang mengasikan diharapkan dapat Menumbuhkan rasa senang sehingga dapat memberikan motifasi kepada siswa untuk mengikuti pembelajaran renang. c) Kerjasama dan kekompakan kelompok akan menghilangkan rasa takut dan rasa malu bagi karakter siswa yang introvert sehingga akan menyenangkan pembelajaran renang seperti teman-temannya yang lain. d) Mengenalkan alat bantu belajar yaitu papan pelampung kepada siswa

**Balap Memindah Batang Kayu**

Sasaran dan Tujuan: a) Melatih kekompakan dan kerja sama siswa. b) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengenal dan memahami lingkungan kolam. c) Dengan permainan yang mengasikan diharapkan dapat Menumbuhkan rasa senang sehingga dapat memberikan motifasi kepada siswa untuk mengikuti pembelajaran renang. d) Kerjasama dan kekompakan kelompok akan menghilangkan rasa takut dan rasa malu bagi karakter siswa yang introvert sehingga akan menyenangkan pembelajaran renang seperti teman-temannya yang lain

**Kereta Berjalan satu roda**

Sasaran dan Tujuan: a) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengenal dan memahami lingkungan kolam. b) Dengan permainan yang mengasikan diharapkan dapat Menumbuhkan rasa senang sehingga dapat memberikan motifasi kepada siswa untuk mengikuti pembelajaran renang. c) Kerjasama dan kekompakan kelompok akan menghilangkan rasa takut dan rasa malu bagi karakter siswa yang introvert sehingga akan menyenangkan pembelajaran renang seperti teman-temannya yang lain. d) Mengenalkan alat bantu belajar yaitu kacamata renang kepada siswa

**Jalan Melangkah Miring**

Sasaran dan Tujuan: a) Melatih kerja sama dan kekompakan. b) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengenal dan memahami lingkungan kolam. c) Dengan permainan yang mengasikan diharapkan dapat Menumbuhkan rasa senang sehingga dapat memberikan motifasi kepada siswa untuk mengikuti pembelajaran renang. d) Kerjasama dan kekompakan kelompok akan menghilangkan rasa takut dan rasa malu bagi karakter siswa yang introvert sehingga akan menyenangkan pembelajaran renang seperti teman-temannya yang lain

**Jalan Merunduk**

Sasaran dan Tujuan: a) Melatih kerja sama dan kekompakan. b) Melatih siswa menerima instruksi dari guru dengan benar. c) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengenal dan memahami lingkungan kolam. d) Dengan permainan yang mengasikan diharapkan dapat Menumbuhkan rasa senang sehingga dapat memberikan motifasi kepada siswa untuk mengikuti pembelajaran renang. e) Kerjasama dan kekompakan kelompok akan menghilangkan rasa takut dan rasa malu bagi karakter siswa yang introvert sehingga akan menyenangkan pembelajaran renang seperti teman-temannya yang lain

**Balap Jalan Jinjit**

Sasaran dan Tujuan: a) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengenal dan memahami lingkungan kolam. b) Mengenalkan salahsatu teknik gerakan kaki gaya bebas yaitu kaki point atau jinjit. c) Dengan permainan yang mengasikan diharapkan dapat Menumbuhkan rasa senang sehingga dapat memberikan motifasi kepada siswa untuk mengikuti pembelajaran renang. d) Kerjasama dan kekompakan kelompok

akan menghilangkan rasa takut dan rasa malu bagi karakter siswa yang introvert sehingga akan menyenangkan pembelajaran renang seperti teman-temannya yang lain.  
e) Mengenalkan alat bantu belajar yaitu kacamata renang kepada siswa

#### **Kereta Zig Zag**

Sasaran dan Tujuan: a) Dengan permainan yang mengasikan diharapkan dapat Menumbuhkan rasa senang sehingga dapat memberikan motifasi kepada siswa untuk mengikuti pembelajaran renang. b) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengenal dan memahami lingkungan kolam. c) Melatih koordinasi dan fleksibilitas gerakan kaki. d) Melatih keberanian memasukan kepala ke air. e) Melatih Kerjasama dan kekompakan

#### **Jalan Meloncat-Loncat**

Sasaran dan Tujuan: a) Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengenal dan memahami lingkungan kolam. b) Melatih kelincahan kaki. c) Melatih kekuatan kaki. d) Melatih keberanian memasukan kepala ke dalam air membuat gelembung udara. e) Dengan permainan yang mengasikan diharapkan dapat Menumbuhkan rasa senang sehingga dapat memberikan motifasi kepada siswa untuk mengikuti pembelajaran renang

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil pengembangan model disajikan dalam tujuh aspek meliputi: (1) Hasil Analisis Kebutuhan, (2) Hasil Uji ahli (*Expert Judgement*), (3) Uji Coba Kelompok kecil, (4) Uji Coba Kelompok Besar, dan (5) Uji Efektifitas

#### **Hasil Analisis Kebutuhan**

Hasil dari data yang telah dikumpulkan peneliti melalui wawancara dan observasi di lapangan, kemudian diolah dan dideskripsikan dalam tulisan dan ditarik sebuah kesimpulan, adapun beberapa kesimpulan dari hasil wawancara dan observasi lapangan dapat diuraikan sebagai berikut:

Sebenarnya pada materi pembelajaran renang, siswa sudah sangat antusias dan memiliki motivasi yang tinggi namun bila inovasi model-model pembelajaran renang kurang dikembangkan pada akhirnya siswa hanya bermain-main di kolam renang tanpa arah dan tujuan pembelajaran yang jelas. Selanjutnya juga selama ini guru kurang kreatif dan inovatif dalam membuat desain pembelajaran padahal guru pendidikan jasmani bisa memanfaatkan kemajuan teknologi dengan melihat, meniru, dan memodifikasi bentuk-bentuk model pembelajaran renang yang terdapat di internet

Berdasarkan analisis kebutuhan tersebut, peneliti melakukan diskusi dengan dosen ahli, secara umum guru membutuhkan model pembelajaran yang menarik, inovatif dan disesuaikan dengan karakteristik siswa sekolah dasar sehingga proses belajar dapat secara optimal membentuk keterampilan, terobosan dan kreatifitas guru sangat berperan dalam membuat desain pembelajaran yang efektif dan efisien mengembangkan kemampuan siswa dalam pembelajaran renang.

#### **Hasil Uji Ahli (*Expert Judgement*)**

Evaluasi ahli atau evaluasi produk awal dilakukan untuk mengevaluasi produk awal, memberikan masukan untuk perbaikan dengan melakukan analisis konseptual yang selanjutnya dilakukan revisi. Dalam penelitian ini *expert judgement* dilakukan untuk mendapatkan masukan tentang rancangan model pembelajaran renang. Rancangan awal ini diujicobakan kepada beberapa siswa (kelompok kecil), yang kemudian diuji oleh 3 orang ahli pembelajaran renang (dosen dan pelatih) serta 1 orang guru pendidikan jasmani. Untuk mendapatkan masukan tentang rancangan model pembelajaran renang yang akan dikembangkan, maka digunakan kusioner yang hasilnya dijadikan landasan untuk memperbaiki produk awal yang akan digunakan pada uji coba kelompok kecil.

Berdasarkan data pada tabel di atas dapat dijelaskan bahwa hasil evaluasi produk awal berupa model pembelajaran renang untuk siswa Sekolah Dasar yang dievaluasi oleh 4 orang ahli yang terdiri dari ahli pembelajaran renang (2 dosen renang dan 1 pelatih renang), dan 1 orang guru pendidikan jasmani diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Penggunaan model pembelajaran 1 memperoleh skor hasil 14 dari skor maksimal 16 atau sebesar 87,5%, sehingga dapat dikategorikan valid sebagai model pembelajaran bagi siswa-siswa Sekolah Dasar agar secara optimal mencapai sasaran pembelajaran yaitu mengenalkan lingkungan kolam, menumbuhkan percaya diri dan keberanian.
2. Penggunaan model pembelajaran 2 untuk melatih kekuatan, kerjasama dan menghilangkan rasa takut memperoleh skor hasil 14 dari skor maksimal 16 atau sebesar 87,5%, sehingga dapat dikategorikan valid sebagai model pembelajaran renang bagi siswa-siswa Sekolah Dasar.
3. Penggunaan model pembelajaran 3 untuk mengenalkan lingkungan kolam, mengenalkan alat bantu belajar kacamata renang, melatih kelincuhan kaki, memberikan motivasi memperoleh skor hasil 13 dari skor maksimal 16 atau sebesar 81,25%, sehingga dapat dikategorikan valid sebagai model pembelajaran renang untuk siswa Sekolah Dasar.
4. Penggunaan model pembelajaran 4 untuk melatih mengenalkan lingkungan kolam, melatih kelincuhan dan fleksibilitas gerakan kaki, menumbuhkan rasa senang memperoleh skor hasil 14 dari skor maksimal 16 atau sebesar 87,5%, sehingga dapat dikategorikan valid sebagai model pembelajaran renang untuk siswa Sekolah Dasar.
5. Penggunaan model pembelajaran 5 untuk melatih mengenalkan lingkungan kolam, mengenalkan papan pelampung, memberikan rasa senang, memperoleh skor hasil 9 dari skor maksimal 16 atau sebesar 56,25%, sehingga dapat dikategorikan tidak valid sebagai model pembelajaran renang bagi siswa-siswa Sekolah Dasar.
6. Penggunaan model pembelajaran 6 untuk melatih mengenalkan lingkungan kolam, melatih kaki point, memberikan rasa senang dan motivasi yang tinggi memperoleh skor hasil 15 dari skor maksimal 16 atau sebesar 93,75%, sehingga dapat dikategorikan valid sebagai model pembelajaran renang untuk siswa Sekolah Dasar.
7. Penggunaan model pembelajaran 7 untuk melatih mengenalkan lingkungan kolam, melatih fleksibilitas, kelincuhan, kekuatan kaki, dan kerjasama memperoleh skor hasil 14 dari skor maksimal 16 atau sebesar 87,5%, sehingga dapat dikategorikan valid sebagai model pembelajaran renang untuk siswa Sekolah Dasar.
8. Penggunaan model pembelajaran 8 untuk melatih mengenalkan lingkungan kolam, memberikan rasa senang, dan melatih kelincuhan dan kekuatan kaki memperoleh skor hasil 1 dari skor maksimal 16 atau sebesar 81,25%, sehingga dapat dikategorikan valid sebagai model pembelajaran renang untuk siswa Sekolah Dasar.

#### **Uji Coba Kelompok kecil**

Uji coba terbatas dilakukan dengan melibatkan beberapa kelompok siswa, tujuan langkah ini adalah untuk mengetahui apakah desain model yang dikembangkan dapat dikembangkan benar oleh guru pendidikan jasmani dan mudah untuk dilakukan oleh siswa sebagai sasaran klien (*target clientele*). Pengumpulan data dalam langkah ini dilakukan melalui observasi dan kuesioner yang kemudian dianalisis secara deskriptif. Langkah dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Berikut ini adalah hasil uji terbatas yang diterapkan kepada 10 orang siswa Sekolah Dasar.

Berdasarkan evaluasi ujicoba kelompok kecil yang dilakukan oleh 4 orang ahli dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Penyusunan model dari mudah ke jenjang yang lebih sulit, para ahli menyatakan sudah tersusun dengan baik sesuai kebutuhan dan sasaran keterampilan yang harus dicapai.
2. Ahli menyatakan efektivitas penyusunan model pembelajaran renang untuk siswa Sekolah Dasar dirasakan sudah efektif dalam membantu guru pendidikan jasmani untuk mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran akuatik.
3. Antusiasme siswa akan mengalami peningkatan jika model pembelajaran renang diberikan berupa model-model permainan yang tidak mengurangi inti pembelajaran itu sendiri terutama pada tahap pengenalan air yang merupakan menjadi pondasi untuk tahap pembelajaran selanjutnya.
4. Penggunaan sistematis tahapan model pembelajaran sudah tersusun baik, para ahli menilai bahwa sistematis yang digunakan dalam pengembangan model pembelajaran renang untuk siswa Sekolah Dasar sudah cukup baik.
5. Tingkat keamanan dalam pelaksanaan pembelajaran harus diperhatikan untuk menghindari terjadinya trauma hal-hal yang menyebabkan trauma antara lain: air masuk melalui hidung, air terseduk, atau bahkan kecelakaan yang menyebabkan siswa tenggelam karena faktor kurangnya pengawasan dari guru, kecelakaan yang dialami siswa akan menyebabkan trauma yang pada akhirnya siswa enggan mengikuti pembelajaran renang, dalam hal ini para ahli menyatakan model yang dibuat sangat baik dan layak untuk digunakan.

#### Uji Coba Kelompok Besar

Setelah hasil pengembangan produk pembelajaran renang gaya bebas untuk siswa Sekolah diujicobakan dalam skala kecil dan telah direvisi, maka tahap selanjutnya adalah melakukan uji coba utama (*field testing*). Berdasarkan hasil uji coba terbatas (uji coba kelompok kecil) yang telah dievaluasi oleh para ahli, kemudian peneliti melakukan revisi produk awal dan memperoleh **7 model** yang akan digunakan dalam uji coba utama (*field testing*). Uji coba utama (*field testing*) ini langsung dilakukan terhadap 7 model sebagai hasil dari revisi uji coba terbatas (uji coba kelompok kecil). Pengujian ini tetap dilakukan oleh para ahli yang terdiri dari 2 dosen renang, 1 pelatih renang serta 1 ahli pendidikan jasmani.

Berdasarkan hasil uji coba utama (*field testing*) yang dilakukan terhadap model yang berjumlah 7 yang tertuang pada tabel di atas, diperoleh skor hasil;

Tabel 1. Uji Coba Utama

No	Butir Pertanyaan	Skor Maks	Skor Hasil	Persentase (%)	Kriteria
1	Menurut pendapat Bapak/Ibu apakah pengembangan model pembelajaran renang model 1 cocok untuk digunakan oleh siswa Sekolah Dasar?	16	14	87,5	Valid
2	Menurut pendapat Bapak/Ibu apakah pengembangan model pembelajaran renang model 2 cocok untuk digunakan oleh siswa Sekolah Dasar?	16	15	93,75	Valid
3	Menurut pendapat Bapak/Ibu apakah pengembangan model pembelajaran renang model 3 cocok untuk digunakan	16	13	81,25	Valid



No	Butir Pertanyaan	Skor Maks	Skor Hasil	Perse ntase (%)	Kriteria
	oleh siswa Sekolah Dasar?				
4	Menurut pendapat Bapak/Ibu apakah pengembangan model pembelajaran renang model 4 cocok untuk digunakan oleh siswa Sekolah Dasar?	16	14	87,5	Valid
5	Menurut pendapat Bapak/Ibu apakah pengembangan model pembelajaran renang model 5 cocok untuk digunakan oleh siswa Sekolah Dasar?	16	15	93,75	Valid
6	Menurut pendapat Bapak/Ibu apakah pengembangan model pembelajaran renang model 6 cocok untuk digunakan oleh siswa Sekolah Dasar?	16	14	87,5	Valid
7	Menurut pendapat Bapak/Ibu apakah pengembangan model pembelajaran renang model 7 cocok untuk digunakan oleh siswa Sekolah Dasar ?	16	13	81,25	Valid

### Uji Efektivitas

Berdasarkan hasil uji coba terbatas kemudian dilakukan perbaikan terhadap desain model yang dikembangkan. Uji coba ini dilakukan dua kali, sesuai dengan hasil yang ditunjukkan dalam uji coba terbatas, sehingga diperoleh model yang siap untuk di uji lagi dalam uji coba utama. Kemudian model yang dinyatakan sudah valid dan menjadi produk akhir dilakukan uji efektifitas model yang melibatkan khalayak lebih luas dengan tujuan utama untuk mengetahui seberapa efektifkah hasil penerapan desain model tersebut terhadap tujuan penelitian. Penelitian pada tahap ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengungkap tujuan dalam penelitian ini, dengan rancangan penelitian pra-eksperimen berbentuk *the one group pretest-postest design*.

Berdasarkan hasil penghitungan terhadap hasil penilaian kebenaran gerakan renang (uji signifikansi), diperoleh t hitung sebesar - 384,54 yang memiliki nilai lebih besar dari t tabel 5% sebesar 2,09302 ( $t \text{ hitung} = 366,89 > t \text{ tabel } 5\% = 2,09302$ ) dengan derajat kebebasan =  $20 - 1 = 19$ . Hasil t hitung lebih besar dari t tabel pada taraf signifikansi 0,05 maka hipotesis nihil ditolak. Kesimpulannya, ada perbedaan yang signifikan antara tes awal dan tes akhir. Model pembelajaran renang efektif untuk meningkatkan kebenaran gerak dasar renang.

### Pembahasan

Produk pengembangan ini merupakan alat yang digunakan untuk membelajarkan renang pada siswa, dalam pemanfaatannya sangat perlu mempertimbangkan situasi dan kondisi masing-masing sekolah, tingkat keberagaman, pengalaman dan kompetensi pengguna, artinya produk ini tidak harus diterapkan secara sama, bentuk dan waktu permainan yang sama pula, jadi generalisasi tidak berlaku dalam pemanfaatan produk ini, yang ada adalah produk ini hanya merupakan sebuah umpan bagi guru pendidikan jasmani untuk mengembangkan bentuk model lain untuk mendapatkan tujuan pembelajaran renang.

## SIMPULAN

Berdasarkan data yang diperoleh, dari hasil uji coba lapangan dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Model Pembelajaran renang penegnalan air untuk siswa Sekolah Dasar sangat dibutuhkan oleh guru. Secara umum guru sangat membutuhkan berbagai macam model pembelajaran yang efektif sesuai dengan karakteristik siswa, namun tidak hanya itu model pembelajaran yang inovatif dan variatif harus terus dikembangkan. Hal ini dikarenakan ketergantungan para guru pada sarana yang standar serta pendekatan pembelajaran pada penyajian teknik-teknik dasar juga standar sesuai dengan kurikulum yang ditetapkan, sehingga menyebabkan pola pembelajaran yang kurang variatif dan cenderung membosankan siswa peserta didik.
2. Berdasarkan pentahapan penelitian dan pengembangan yang menghasilkan produk berupa model pembelajaran pengenalan air untuk siswa Sekolah Dasar, didapatkan bahwa secara keseluruhan produk ini efektif dilaksanakan oleh guru dalam membelajarkan renang. Hal ini bisa dilihat dari pembahasan hasil analisis uji coba produk, bahwasannya dari segi keberadaan produk (tingkat urgensi, kebermanfaatan dan kepraktisannya) dan tingkat efisiensi ( waktu, tenaga dan biaya), serta tingkat kejelasannya, maka produk ini merupakan solusi yang tepat atas masalah yang dihadapi oleh guru dalam membelajarkan renang kepada siswa yang bertujuan mendapatkan keterampilan dasar renang.
3. Berdasarkan hasil uji efektifitas model, terbukti secara empiris bahwa hasil produk berupa model pembelajaran pengenalan air untuk siswa sekolah dasar memiliki efektifitas yang sangat baik. Hal ditunjukkan dengan hasil uji t amatan ulangan terhadap tes kebenaran gerakan yang menunjukkan bahwa t hitung pada kedua tes tersebut lebih besar dari t tabel. Dengan kata lain, model pembelajaran renang efektif untuk mendapatkan keterampilan dasar renang pada siswa sekolah Dasar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asim. *"Langkah-langkah Penelitian Pengembangan"* Disajikan dalam Lokakarya Nasional Angka II, Metodologi Penelitian Pengembangan Bidang Pendidikan dan Pembelajaran. Malang: Universitas Negeri Malang, 2002.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*, Jakarta: PT Asdi Maharaya. 2002
- Borg, W.R. & Gall, M.D. *Educational research: an introduction*. Fourth edition. New York: Longman, 1983.
- Cheryl A Coker. *Motor Learning and Control Practitioners*. New Mexico: McGrawHill, 2004.
- David L. Gallahue and John C. Ozmun, *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults* New York: McGraw-Hill, 2006
- NN. *Cara Belajar dan Mengajar Renang*. (Jakarta. Proyek Pembinaan Permasalahan dan Pembibitan Olahraga. 1983
- Maglischo, Ernest W. *Swimming Faster-A Comprehensive Guide to the Science of Swimming*. California: May Field Publihing Company, 1993
- Robert C. Bogdan and Biklen Sari Knopp, *Qualitative and Research for Education; An introduction to Theory and Method* (Boston;: Allyn and Bacon, 1992
- Rita. C. Richey and Jamaes D. Klein, *Design and Development Research, Methede Strategies, and Issues* (New Jersey Laurence Erlbaum Associates Publissers, 2007
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* . Bandung: Alfabeta, 2008.

Thomas. David G, *Renang Tingkat Pemula*, Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 1996  
Vander Zanden, James Wilgfrid. *Human Developmen*; New York: Alfred A Knopr: 1985

## PENGARUH PEMBELAJARAN *OUTDOOR EDUCATION* PENDIDIKAN JASMANI DALAM PEMBENTUKAN KECERDASAN EMOSIONAL PADA SISWA MAN 3 KARAWANG

Tedi Purbangkara<sup>1</sup>

Nana Suryana Nasution<sup>2</sup>

PJKR- FKIP Universitas Singaperbangsa Karawang

tedi.purbangkara@fkip.unsika.ac.id

nanappmfkip@gmail.com

### ABSTRAK

“Pengaruh Pembelajaran *Outdoor Education* Pendidikan Jasmani dalam Pembentukan Kecerdasan Emosional pada Siswa MAN 3 Karawang.” Penelitian ini bertujuan (1) Untuk mengetahui pengaruh pembelajaran *outdoor education* terhadap pembentukan kecerdasan emosional siswa di MAN 3 Karawang (2) Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pembelajaran *outdoor education* terhadap pembentukan kecerdasan siswa di MAN 3 Karawang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen, eksperimen adalah suatu cara untuk mengungkapkan suatu hubungan antara dua variabel atau lebih dan juga untuk mencari pengaruh suatu variabel terhadap variabel lainnya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI di MAN 3 Karawang Kecamatan Batujaya Kabupaten Karawang. Untuk menjawab rumusan masalah penelitian yang telah dirumuskan, penulis menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Penelitian ini dilakukan Di MAN 3 Karawang. Dengan mengambil satu kelas sebagai sampel penelitiannya itu kelas XI 2 yang berjumlah 35 siswa, dari jumlah keseluruhan 10 kelas XI. Terdapat tiga tahapan pada penelitian ini : penyebaran angket dilakukan pada siswa yang mengikuti pembelajaran Penjas untuk mengetahui keterampilan social siswa sebelum mendapatkan perlakuan. Setelah dilakukan pengisian angket, peneliti memberikan perlakuan berupa pembelajaran *outdoor education* di dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Setelah diberikan perlakuan, selanjutnya peneliti melakukan *post-test* untuk mengetahui pengaruh pembelajaran *outdoor education* terhadap perkembangan kecerdasan emosional siswa. Penelitian diolah menggunakan rumus t-hitung dan dibandingkan dengan t-tabel. Hasil t-hitung 2,137 dan t-tabel 2.329 jadi pembelajaran *outdoor education* berpengaruh terhadap kecerdasan emosional siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di MAN 3 Karawang.

**Kata Kunci:** Pembelajaran *Outdoor Education*, Pendidikan Jasmani, Kecerdasan Emosional

### ABSTRACT

“*Learning influence Outdoor Education Physical education in Formation Emotional intelligence on MAN'S Student 3 Karawang.*” This research intent (1) To know learning influences outdoor education to formation students emotional intelligence at MAN 3 Karawang (2) To know how big learning influences outdoor education to formation student intelligence at MAN 3 Karawang. This research utilize experiment research type, experiment is someway to reveal a relationship among two variable or more and also to look for influence a variable to variable another. Population in

*observational it is student braze XI at MAN 3 Karawang Batujaya's districts Karawang's Regencies. To answer observational problem formula already been formulated, writer utilizes quantitative approaching with experiment method. This research is done At MAN 3 Karawang. By takes one class as experiment sample that brazes XI 2 total one 35 students, of all told 10 XI. There is classes three steps on observational it: questionnaire broadcast done on student that follow Physical Education learning to know social's skill student before gets conduct. After been done questionnaire inlay , researcher gives conduct as learning outdoor edocation in physical education learning process. After been given conduct, hereafter researcher does post essays t to know learning influence outdoor edocation to emotional intelligence developing student. Research at o utilize formula t computing and as compared to t table. Result t computing 2,137 and t table 2.329 so learning outdoor edocation having for to students emotional intelligence in follow physical education learning at MAN 3 Karawang.*

**Keywords :** *Learning Outdoor Education , Physical education, Emotional intelligence*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sebuah dasar yang penting bagi kemajuan sebuah bangsa, karena dengan pendidikan sebuah bangsa akan mencapai sebuah kemajuan, baik dalam pengembangan sumber daya manusia maupun pada pengelolaan sumber daya alam. Pendidikan merupakan suatu sistem yang terdiri dari beberapa komponen diantaranya komponen yang pertama yaitu input, yang terdiri dari peserta didik dan guru sebagai pendidik, komponen yang kedua adalah proses yang dipengaruhi oleh lingkungan dan instrument pengajaran, sedangkan komponen yang ketiga adalah hasil, yaitu dampak dari interaksi antara pendidik dengan peserta didik dan didukung oleh proses.

Fungsi pendidikan adalah membimbing siswa kearah suatu tujuan yang ingin dicapai. Pendidikan yang baik adalah suatu usaha yang berhasil membawa semua siswa/i ataupun semua peserta didik kepada tujuan tersebut. Seperti pengertian fungsi Pendidikan Nasional berdasarkan Pancasila dan UUD 1945 Pendidikan berfungsi untuk mengembangkan kemampuan serta meningkatkan mutu kehidupan dan martabat manusia Indonesia dalam rangka upaya mewujudkan tujuan nasional yang bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, mengetahui pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap mandiri serta rasa tanggungjawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Kemajuan di era modern sekarang ini, karakter dan ruang lingkup pendidikan telah berubah, pendidikan tidak hanya terbatas oleh kurikulum formal melainkan diperluas dengan pendidikan di luar sekolah. Dengan melihat potensi yang ada pada kegiatan rekreasi, maka rekreasi melalui kegiatan-kegiatannya kemungkinan untuk dijadikan mediasi untuk mencapai tujuan pendidikan.

Menelaah tujuan dan fungsi pendidikan jasmani adalah untuk mengembangkan keterampilan gerak dan fisik, sosial, emosional dan kepribadian yang didalamnya dilaksanakan adalah pembelajaran melalui aktivitas jasmani. Media yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya melalui kegiatan yang berkaitan dengan olahraga prestasi yang populer saja, akan tetapi dapat juga dengan menggunakan media permainan-permainan tradisional. Dari permainan-permainan itu sendiri diajarkan filosofi permainan itu sebagai bagian pembelajaran sosial dan emosional. Yang mengajarkan nilai-nilai sosial dan emosional seperti kerjasama, saling menghargai, *fairplay*, keberanian, kejujuran dan nilai-nilai lainnya.

Pembelajaran *outdoor education* dikembangkan akan memberikan nafas baik dan di deskripsikan sebagai hal penting dalam pembentukan sikap siswa dalam kegiatan

pembelajaran. Dapat menjadi salah satu sarana yang dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental siswa seutuhnya sehingga terwujud pembelajaran yang bermakna. Artinya, siswa mampu membangun fisik dan mentalnya dengan belajar sambil bermain karena melalui pembelajaran *outdoor education* akan terbangun suasana yang lepas, bebas, menyenangkan dan atraktif serta makna dalam belajar siswa.

*Outdoor education* merupakan salah satu metode pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru di sekolah. Dengan konsep interaksi antar siswa dan alam melalui kegiatan simulasi di alam terbuka. Hal tersebut diyakini dapat memberikan suasana yang kondusif untuk membentuk sikap, cara berfikir serta persepsi yang kreatif dan positif dari setiap siswa guna membentuk jiwa kepemimpinan, kebersamaan, keterbukaan, toleransi dan kepekaan yang mendalam, yang pada harapannya akan mampu memberikan semangat, inisiatif, dan pola pemberdayaan baru dalam suatu sekolah.

Permasalahan sosial telah menjadi kompleks akibat dari globalisasi dan informasi media yang sangat cepat, hubungan sosial menjadi individualistik, kepentingan kelompok berubah menjadi kepentingan pribadi dan diperlukan sebuah usaha untuk dapat meningkatkan kecerdasan emosional dengan baik, peningkatan kecerdasan emosional harus menjadi pemecahan masalah rendahnya kepedulian sosial khususnya siswa di MAN 3 Karawang.

Realitas proses pembelajaran di MAN 3 Karawang, siswa kurang didorong untuk mengembangkan kemampuan berpikir, proses pembelajaran didominasi oleh kegiatan belajar yang hanya mengarahkan siswa untuk menghafal informasi saja dan siswa dipaksa untuk mengingat dan menimbun berbagai informasi. Siswa tidak dituntut untuk memahami dan menghubungkan informasi yang di ingatnya itu dengan kehidupan sehari-hari siswa. Masih banyak siswa yang keterampilan sosial kurang seimbang sehingga sulit dibimbing dan diarahkan. Hal ini juga menyebabkan kemampuan bersosialisasi siswa menjadi rendah.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dan menuangkannya dalam bentuk skripsi dengan judul: "Pengaruh Pembelajaran *Outdoor Education* Pendidikan Jasmani dalam Membentuk Kecerdasan Emosional Siswa kelas XI di MAN 3 Karawang"

## **METODE**

### **Jenis Penelitian**

Jenis pendekatan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, Karena yang dibutuhkan berupa angka yang signifikan untuk kemudian di deskripsikan oleh peneliti dan untuk menguji perbedaan hasil belajar yang diperoleh kelompok eksperimen dengan kelompok pembandingan atau kelompok kontrol. Menurut Arikunto (2013 :27) penelitian kuantitatif banyak dituntut menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan terhadap hasilnya. Sejalan dengan hal tersebut Sugiyono (2015: 7) menegaskan bahwa data penelitian kuantitatif berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.

### **Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. (Sugiyono, 2015: 215). Dari penjelasan yang telah di kemukakan maka peneliti memilih untuk menjadikan siswa kelas XI yang berjumlah 10 kelas di MAN 3 Karawang sebagai populasi di dalam penelitian ini. Teknik sampling pada penelitian ini adalah *cluster sampling*, karena dalam *cluster sampling* yang dipilih bukan individu melainkan kelompok atau area. Maksim (2009: 43). Disamping itu

menurut sugiyono (2015: 83) yang dimaksud *cluster sampling (Area Sampling)* adalah teknik sampling daerah digunakan untuk menentukan sampel bila obyek yang diteliti atau sumber data sangat luas. Sampel dari penelitian ini diambil 1 kelas dari 10 kelas XI di MAN 3 Karawang. Pemilihan sampel di undi secara acak dari seluruh kelas di ambil 4 kelas, kemudian dari 4 kelas tersebut di undi secara acak kembali dan diambil satu kelas yang akan di jadikan subyek penelitian. Dari hasil pengundian tersebut kelas XI 2 yang berjumlah 35 orang yang berhasil dijadikan sampel.

#### **Teknik Pengumpulan Data**

Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan cara observasi, angket dan dokumentasi. Dalam penelitian berupa jawaban dari skala motivasi belajar yang diberikan kepada responden, jumlah skala motivasi siswa yang diberikan kepada responden 20 soal tentang pengaruh permainan *outbound* terhadap keterampilan sosial siswa. Instrumen yang dinyatakan valid dan reliabel dapat digunakan sebagai pengumpul data dalam penelitian ini oleh penulis di perbanyak untuk disebarakan kepada populasi penelitian yang merupakan sumber data dalam penelitian ini.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *pre-tes* dan *pos-test* dengan indikator penilaian sebagai berikut : Sugiyono (2015: 222) Mengemukakan bahwa “Pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrumen penelitian”. Jadi instrumen penelitian adalah semua alat yang digunakan dalam penelitian.

Adapun jenis skala yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah skala tertutup, menurut arikunto (2013: 194), angket atau kuesioner adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui. Sehingga kuesioner yang disusun dengan menyediakan pilihan jawaban lengkap, sehingga pengisi hanya tinggal memberi tanda pada jawaban yang dipilih.

Kategori penilaian diberikan skor berdasarkan skala *likert*, hal ini sesuai dengan Sugiyono (2015: 93) bahwa ”Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.” Dengan skala *likert*, variabel yang akan di ukur diuraikan menjadi indikator-indikator variabel tersebut. indikator tersebut dijadikan titik tolak untuk menyusun item-item instrument yang berupa pertanyaan atau pernyataan yang nantinya akan dijawab oleh responden.

#### **Analisis Data**

Untuk mengetahui atau memperoleh hasil pengolahan data sehingga dapat menggambarkan masalah yang diungkap, maka penulis menggunakan teknik perhitungan data dari suudjana (1996: 91) dengan rumus sebagai berikut:

Mencari nilai rata-rata atau *mean* dari setiap variabel dengan menggunakan rumus:

$$\bar{X} = \frac{\sum Xi}{n}$$

Keterangan:

$\bar{X}$  : mean atau nilai rata-rata.

$\sum$  : jumlah

$X_1$  : skor yang diperoleh sampel

n : Jumlah sampel

Mencari simpangan baku (standar deviasi) dari setiap variabel dengan menggunakan rumus:

$$S = \sqrt{\frac{\sum (X_i - \bar{X})^2}{n}}$$

Keterangan:

- S : simpangan baku yang dicari
- $X_i$ : skor X kel, kel 2.. dan ke 40
- $\bar{X}$  : rata-rata skor
- n : jumlah banyaknya sampel

Langkah-langkah yang ditempuh adalah : (1)Menentukan nilai rata-rata dari kelompok responden (2)Mencari  $X_i$  dengan cara mengurangi skor yang didapat dengan nilai rata-rata. (3)Harga  $X_i$  (4)Dikuadratkan, kemudian di jumlahkan (5)Menarik akar kuadrat setelah dibagi jumlah responden.

**Uji Normalitas Distribusi Data Setiap Variabel**

Uji normalitas ini bertujuan untuk mengetahui bahwa data yang diambil berdistribusi normal. Pendekatan statistik yang penulis gunakan adalah rumus Liliefors dengan langkah-langkah sebagai berikut :

Mencari nilai Z dengan rumus

$$Z = \frac{X_i - \bar{X}}{S}$$

Keterangan:

- $X_i$  : skor yang diperoleh siswa
- $\bar{X}$  : Nilai rata-rata kelompok
- S : simpangan baku

Mencari F( $Z_i$ ) dengan rumus :

Kalau F( $Z_i$ ) nya negatif, maka 0,5 - Z table

Kalau F( $Z_i$ ) nya positif, maka 0,5 + Z table

Menghitung proporsi S ( $Z_i$ ) dengan Rumus :

$$S (Z_i) = \frac{\text{Kedudukan Urutan}}{n}$$

Mencari selisih harga mutlak, dengan rumus :

$$F (Z_i) - S (Z_i)$$

Menentukan harga mutlak yang paling besar, ( $L_0$ ) datanya diperoleh dari hasil selisih harga mutlak.

Membandingkan ( $L_0$ ) dengan table Lilliefors dalam taraf nyata 0,01.

Jika  $L_0 > L$  table, maka distribusi skor tersebut tidak normal.

**Menguji Homogenitas**

Dalam menguji homogenitas memiliki dua kelompok perlakuan yang berbeda.

Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut :

Pendekatan statistik menggunakan rumus :

$$F = \frac{\text{Varian terbesar } (s^2b)}{\text{Varian terkecil } (s^2k)}$$

Keterangan :

- F : nilai homogenitas variansi
- $s^2b$  : variansi terbesar
- $s^2k$  : variansi terkecil



Batas penerimaan atau penolakan hipotesis

Dk pembilang :  $dk = N - 1$

Dk penyebut :  $dk = N - 1$

Keterangan : Dk = derajat kebebasan dengan taraf nyata ( $\alpha$ ) 0,01.

Kriteria uji homogenitas

Ho diterima jika  $F_{hitung} < F_{tabel}$  (variansi Homogen)

Ho ditolak jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$  (variansi tidak homogen) mengujihipotesis/uji signifikan.

#### Uji kesamaan dua rata-rata (uji data berpasangan)

Uji ini digunakan untuk mengetahui peningkatan setelah dan sebelum diberikan perlakuan dengan cara sebagai berikut :

Pendekatan pengujian dengan menggunakan rumus :

$$t = \frac{\bar{B}}{S_b/\sqrt{N}} \quad \text{dengan} \quad \bar{B} = \frac{\sum B}{N}$$

Keterangan :

$t$  : skor yang dicari

$\bar{B}$  : nilai rata-rata beda

$S_b$  : simpangan baku

$\sum B$  : jumlah total skor beda

$N$  : jumlah responden

Menetapkan kriteria penerimaan atau penolakan hipotesis

Jika  $t \left(1 - \frac{1}{2} \alpha\right) < t \left(1 - \frac{1}{2} \alpha\right)$ ,  $dk = N - 1$

Ho diterima jika  $t_{hitung} < t_{table}$

Ho ditolak jika  $t_{hitung} > t_{table}$

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Sebelum melakukan analisis data, dilakukan terlebih dahulu uji normalitas dari tes. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah jika  $p \text{ value (Sig.)} > 0.05$  maka dinyatakan normal. Adapun hasil uji normalitas dalam penelitian ini antara lain:

**Tabel 1.**  
**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pembelajaran Outdoor dalam Pembentukan Kecerdasan Emosional	,161	35	,022	,778	35	,000

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil di atas dapat dilihat bahwa *pvalue* (Sig.) > 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa dapat berdistribusi normal. Selanjutnya, data yang diperoleh dalam penelitian berupa hasil tes Pengaruh Pembelajaran Outbond Education dalam Pembentukan Kecerdasan Emosional dandisajikan distribusi frekuensinya sebagai berikut.

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi**

Kelas Interval	Batas Bawah	Batas Atas	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
72 – 82	71,5	82,5	10	28,5%
83 – 93	82,5	93,5	17	48,6%
94 – 104	93,5	104,5	5	14,3%
105 – 115	104,5	115,5	1	2,9%
116 – 126	115,5	126,5	1	2,9%
127 – 137	126,5	137,5	1	2,9%
<b>Jumlah</b>			<b>35</b>	<b>100%</b>

Tabel di atas menunjukkan distribusi Frekuensinya yang berada pada kategori sedang sebanyak 10 orang (28,5%), kategori baik sebanyak 17 orang (48,6%), kategori sangat baik (22,9%), dan kategori buruk tidak ada. Langkah selanjutnya adalah pengujian hipotesis. Hipotesis Nol (H0) dalam penelitian ini berbunyi “tidak ada peningkatan secara signifikan dari pembelajaran outdoor education dalam pembentukan kecerdasan emosional,” dan Hipotesis Alternatif (H1) berbunyi “ada peningkatan secara signifikan dari pembelajaran outdoor education dalam pembentukan kecerdasan emosional”. Untuk melihat apakah H0 atau H1 yang diterima, berikut ini disajikan tabel hasil uji t terhadap hasil penelitian.

**Tabel.3**  
**Uji t hasil tes pembelajaran outdoor dalam pembentukan kecerdasan emosional**  
**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		

1	(Constant)	10,749	7,358		1,503	,152
	Outdoor	,898	,136	,812	2,329	,000

a. Dependent Variable: Kecerdasan

Berdasarkan nilai probabilitas, jika  $\text{sig} > \alpha$  maka  $H_0$  diterima, dan jika  $\text{sig} < \alpha$  maka  $H_0$  ditolak. Nilai  $\alpha$  0.05 pada t tabel adalah 2.329. Artinya, jika  $\text{sig} > 2.329$  maka  $H_0$  diterima, dan jika  $\text{sig} < 2.329$  maka  $H_0$  ditolak. Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil tes kardiovaskuler tubuh lebih kecil dari 2.329, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan secara signifikan dari pembelajaran outdoor education dalam pembentukan kecerdasan emosional.

### Pembahasan

Sebaran data tersebut menunjukkan bahwa pengaruh pembelajaran outdoor education terbukti berdampak positif terhadap pembentukan kecerdasan emosional. Pembelajaran outdoor dilaksanakan pada saat mata pelajaran pendidikan kesehatan dan olahraga sehingga tidak mengganggu terhadap matapelajaran yang lainnya di sekolah selain itu guru juga dapat memantau bagaimana perubahan peserta didik di luar jam pelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga positif untuk kesehatan, hal ini disebabkan kecerdasan emosional peserta didik kan lebih terlihat pada saat diluar jam pelajaran, bagaimana ia bergaul dan berinteraksi dengan lingkungannya dan bagaimana peserta didik memperlakukan peserta didik yang lainnya.

### SIMPULAN

Adapun simpulan dalam penelitian ini adalah pembelajaran *outdoor education* memberikan pengaruh terhadap pembentukan kecerdasan emosional.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Ancok, Djameludin. (2003). *Outbound Management Training*. Yogyakarta: UIIPress.
- Azzet, Akhmad Muhaimin. (2010). *Kecerdasan Sosial bagi Anak*. Jogjakarta: katahati.
- Husamah. (2013). *Pembelajaran Luar Kelas Outdoor Learning*. Jakarta. Prestasi pustakaraya.
- Kharisman, Indra. (2015). "Pengaruh Aktivitas Outdoor Education Terhadap Kepercayaan Diri Siswa". (Skripsi) FPOK UPI. Tidak diterbitkan.
- Kusumawati, Mia. (2015). *Penelitian pendidikan PENJASORKES*. Bandung: CV Alfabeta.
- Nasution, Nana Suryana. (2016). *Outdoor activities*. Karawang: samadiru.
- Sanusi, A. Esnoe. (2010). *Panduan outbound 2 LAND BASE*. Yogyakarta: Kansius
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*.
- Riskomar, Dandan. (2004). "Pedoman Praktis Pelaksana Outdoor & Fun Games Activities". Jakarta : mu:3 books.
- Sumber Online:  
 Rahma, Salsabila. "Pengertian Disiplin, macam macam disiplin dan manfaat disiplin" Di unduh dari [https://www.academia.edu/8980066/Pengertian\\_Disiplin\\_macam\\_macam\\_disiplin\\_dan\\_manfaat\\_disiplin](https://www.academia.edu/8980066/Pengertian_Disiplin_macam_macam_disiplin_dan_manfaat_disiplin) (di akses 27 oktober 2016)

- Indriana D, Yeniar. dan Windarti, Tri. “*MENGEMBANGKAN KEMATANGAN SOSIAL PADA ANAK MELALUI OUTBOUND*” di unduh dari [http://eprints.undip.ac.id/34680/1/jurnal\\_sekolah\\_dasar.pdf](http://eprints.undip.ac.id/34680/1/jurnal_sekolah_dasar.pdf) (di akses 28 November 2016)
- Suherman, Ayi (2011). “*Pengembangan Model Pembelajaran Outdoor Education Pendidikan Jasmani Berbasis Kompetensi di Sekolah Dasar*”. [http://jurnal.upi.edu/file/9\\_ayi.pdf](http://jurnal.upi.edu/file/9_ayi.pdf) (di akses 13 mei 2017)
- Alwansyah.Purnomo, Edi dan Pargito. “*MENINGKATKAN KETERAMPILAN SISWA DENGAN MENGGUNAKAN MODEL SIMULASI*” Di unduh dari <https://media.neliti.com/media/publications/41024-ID-meningkatkan-keterampilan-sosial-siswa-dengan-menggunakan-model-simulasi> (di akses 3 agustus 2017)