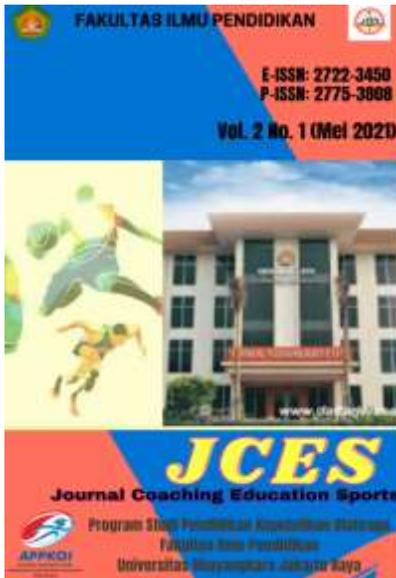


Pengembangan Multimedia Interaktif Sport Messase Untuk Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Ari Wibowo Kurniawan.....	1-16
Penggunaan Google Classroom Terhadap Efektifitas Pembelajaran, Aser Paul Nainggolan, Rizki Bastanta B Manalu.....	17-30
Minat Belajar Siswa Dalam Mempraktekkan Pembelajaran Penjas di Rumah Pada Masa Covid-19, Bella Nugraha, Akhmad Dimiyati, Resti Gustiawati.....	31-40
Penggunaan Media Pembelajaran Google Classroom Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mata Kuliah Atetik Kanjutan, Jan Boby Nesra Barus.....	41-54
Hubungan Motivasi dan Media Pembelajaran Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Tio Ahmad Maulana, Rekha Ratri Jullianti, Akhmad Dimiyati.....	55-64
Pengembangan Prototype Leg Split Machine 2in1, Filli Azandi, Mawardinur, Ade Ros Riza, Fany Rahmasari.....	65-76
Analisis Survei Kemampuan Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Usia 14-17 Pergutuan Tunas Nusantara Se-Aceh, Irfandi, Zikrur Rahmat, Munzir.....	77-86
Analisis Konsepsi Manajerial dan Kompetensi Kepala Sekolah Berlatar Belakang Guru Olahraga Se-Kota Banda Aceh, Zikrur Rahmat, Irfandi,, Munzir.....	87-100
Pengaruh Latihan Fisik Terhadap Peningkatan Vo2MaxPemain Futsal STKIP BBG Banda Aceh, Munzir, Irfandi, Zikrur Rahmat.....	101-112
Kemampuan Gerak Dasar Renang gaya Dada Pada Siswa Menegah Pertama, Anak Agung Ngurah Putra Laksana, I Wayan Adnyana, I Kadek Yudha Pranata, Ida Ayu Kade Arisanthi Dewi.....	113-122

E-ISSN : 2722-3450

P-ISSN : 2775-3808

Volume 2 Nomor 1



Redaksi menerima artikel yang belum pernah dimuat di media lain. Ditulis oleh dosen maupun penulis lain, baik dari dalam maupun luar Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Redaksi tidak bertanggungjawab atas semua konten isi dalam artikel terkait isu copyrights, plagiarism, dan lain-lain. Penulis

DARI REDAKSI

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Alhamdulillahirobbiláalamiin...

Jurnal Education Coaching Sports Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021 akan terbit. Jurnal Education Coaching Sports (JCES) yang menyajikan hasil karya ilmiah baik secara teori dan empiris dari berbagai bidang ilmu yang mendukung pembangunan pendidikan keolahragaan Indonesia.

Penerbitan jurnal ini tentu tidak lepas dari kelemahan dan kekurangan, oleh karena itu Dewan Redaksi dengan senang hati menerima masukan, kritik, dan saran yang membangun demi kebaikan jurnal ini di edisi yang akan datang. Dewan Redaksi menerima kiriman naskah dari pembaca melalui proses review oleh penyunting ahli. Jika telah memenuhi syarat maka naskah akan diterbitkan.

Akhir kata, Dewan Redaksi mengucapkan selamat membaca dan besar harapan kami terbitan ini dapat berguna bagi pembaca sekalian.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Penerbit:

Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIP UBJ

Sekretariat:

Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIP UBJ

Jl. Perjuangan No. 81, Marga Mulya, Bekasi Utara
Bekasi Jawa Barat 17143 Telp/Fax: (021)
88955882 e-mail: Jcesports@ubharajaya.ac.id
<http://ejurnal.ubharajaya.ac.id/index.php/JCESPO>
[RTS/index](http://ejurnal.ubharajaya.ac.id/index.php/JCESPO)

EDITORIAL TEAM

E-ISSN : 2722-3450

P-ISSN : 2775-3808

Volume 2 Nomor 1



Nama	Jabatan	Afiliasi
Dr. Ahmad Muchlisin Natas Pasaribu, S.Pd, M.Pd.	Editor in Chief	Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia
Herlawati	Managing Editor	Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia
Dr. Zahara Tussoleha Rony, S.Pd, M.M.	Editorial Board Member	Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia
Prof. Tatang Ary Gumanti,	Editorial Board Member	Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia
Prof. Dr. M.E. Winarno, M.Pd	Editorial Board Member	Universitas Negeri Malang, Indonesia
Syarief Fajaruddin	Editorial Board Member	Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia
Dr. Nurkadri, M.Pd.	Editorial Board Member	Universitas Negeri Medan, Indonesia
Dr. Hendra Mashuri, M.Pd.	Editorial Board Member	Universitas PGRI Kediri, Indonesia
Dr. Anak Agung Ngurah Putra Laksana, M.Pd.	Editorial Board Member	IKIP PGRI Bali, Indonesia
Dr. Drs. Imam Marsudi, M.Si.	Editorial Board Member	Universitas Negeri Surabaya, Indonesia
Dr. Sahabuddin, M.Pd.	Editorial Board Member	Universitas Negeri Makassar, Indonesia
Dr. Febi Kurniawan, M.Or.	Editorial Board Member	Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia
Dr. Budiman Agung Pratama, M.Pd.	Editorial Board Member	Universitas PGRI Kediri, Indonesia

REVIEWER TEAM

E-ISSN : 2722-3450

P-ISSN : 2775-3808

Volume 2 Nomor 1



Berikut ini adalah mitra bestari/reviewer Jurnal JCESprots (Journal Coaching Education Sports) UBJ:

Nama	Afiliasi
Mohd. Izwan Shahril, Ph.D	Universitas Pendidikan Sultan Idris, Malaysia
Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd	Universitas Negeri Jakarta, Indonesia
Dr. Syahrudin, M.Si.	Universitas Negeri Makassar, Indonesia
Nur Azis Rohmansyah, Ph.D.	Universitas PGRI Semarang, Indonesia
Ika Novitaria marani	Universitas Negeri Jakarta, Indonesia
Yulingga Nanda Hanief, M.Or.	Universitas PGRI Kediri, Indonesia
Agus Rusdiana, Ph.D.	Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia
Dr. Benny Badaru, M.Pd.	Universitas Negeri Makassar, Indonesia
Dr. Sandey Tantra Paramitha, S.Si, M.Pd.	Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia
Dr. Agus Sulaeman, M.Pd.	Universitas Muhammadiyah Tangerang, Indonesia
Silvy Juditya	Universitas Pasundan Cimahi, Indonesia
Dr. Drs. Albadi Sinulingga, M.Pd.	Universitas Negeri Medan, Indonesia
Dr. Aridhotul Haqiyah, M.Pd.	Universitas Islam 45 Bekasi, Indonesia
Dr. Herli Pardilla, M.Pd.	Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia
Dr. Jufrianis, M.Pd.	Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Indonesia
Dr. Goziyah, M.Pd.	Universitas Muhammadiyah Tangerang
Dr. Audi Yundayani, M.Pd	STKIP Kusuma Negara



Pengembangan Multimedia Interaktif *Sport massase* Untuk Mahasiswa Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan FIK-UM

Development of Interactive Multimedia Sport massase for Physical Education and Health Students of FIK-UM

Ari Wibowo Kurniawan

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5, Sumbersari, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur, 65145, Indonesia
e-mail: ari.wibowo.fik@um.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian adalah mengembangkan multimedia interaktif *sport massase* agar pembelajaran efektif untuk mahasiswa pendidikan jasmani dan kesehatan FIK-UM. Metode penelitian menggunakan Lee & Owen dengan tahap: (1) analisis, (2) desain, (3) pengembangan, validasi, dan revisi, (4) implementasi/uji coba, (5) evaluasi. Hasil uji ahli diperoleh: (1) ahli *sport massase* 88,88%, (2) ahli media 90,62%. Uji coba kelompok kecil dengan 7 mahasiswa diperoleh 80,56%, dan kelompok besar dengan 30 mahasiswa diperoleh 85,46%. Dapat disimpulkan pembelajaran multimedia interaktif mendorong mahasiswa belajar dengan media baru dengan memanfaatkan teknologi sehingga dapat memfasilitasi dan mengatasi kesulitan-kesulitan mahasiswa dalam pembelajaran *sport massase* menggunakan multimedia interaktif.

Kata kunci: Multimedia Interaktif, *Sport massase*, Mahasiswa Pendidikan Jasmani

Abstract

The research objective is to develop interactive sports massase multimedia so that effective learning for physical education and health students of FIK-UM. The method used Lee & Owen with stages: (1) Analysis (2) Design (3) Development, validation, and revision (4) Implementation / Trial (5) Evaluation. Expert test results were obtained: (1) 88.88% of mass sport experts, (2) 90.62% of media experts. Small group trials with 7 students gained 80.56%, large group trials with 30 students gained 85.46%. The conclusion of the research is interactive multimedia learning encourages students to learn with new media by utilizing technology so that it can facilitate and overcome student difficulties in learning massase sports using interactive multimedia.

Keywords: Interactive Multimedia, *Sport massase*, Physical Education Students

corresponding author: ari.wibowo.fik@um.ac.id

Artikel Info:

Submitted: **27/01/2021**

Revised : **18/02/2021**

Accepted : **19/02/2021**

Published: **17/05/2021**



Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Copyright © 2021

A. Pendahuluan

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional (UU-SKN), pasal 1 ayat 1 dijelaskan bahwa “keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pembelajaran, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan” ([UU No 3 Tahun 2005, 2005](#)). Dari pasal ini dapat diaplikasikan ke dalam dunia pendidikan, bahwa untuk menguasai dan memperdalam ilmu keolahragaan perlu pembelajaran. Dan pembelajaran tersebut harus didesain dengan proses dan variasi yang efektif dan efisien, sehingga peserta didik akan lebih maksimal dalam memperoleh pengetahuan tentang keolahragaan yang dipelajarinya. Saat ini, pembelajaran tentang olahraga dapat dicapai melalui pengetahuan modern. Dalam aktivitas olahraga, ada langkah-langkah keamanan yang dapat dilakukan untuk menghindari cedera ([Sagala & Daulay, 2020](#)). Selain melakukan pemanasan dapat juga dibantu dengan *treatment sport massage*.

Massase merupakan salah satu di antara cara-cara perawatan tubuh yang paling tua dan paling bermanfaat dalam perawatan fisik (badan). Di panti *massage* bisa digunakan untuk kesehatan dan kecantikan. Pengetahuan tradisional diperlukan menguasai teknik *massage*

(ilmu urai tubuh) dan latihan melakukan gerakan *massage* yang cukup banyak ([Supriyadi & Wadani, 2012](#)).

Massase mengarahkan penerapan manipulasi (penanganan) perawatan dari bagian luar kepada tubuh. *Massase* selalu harus ditunjukkan pada kulit dengan menggunakan *cream massage*. Penggunaan krim lebih baik untuk gerakan terbaik dan mencegah gelembung/kerusakan pada kulit dan kulit.

([Sulistyorini & Basoeki, 2012](#)) menjelaskan macam-macam *massage* yang dapat diberikan pada seseorang antara lain: (a) *massage therapeutic* (pengobatan) yang bertujuan untuk penyembuhan, dalam arti dengan memberikan *massage* orang ingin mendapatkan pengaruh yang sebaik-baiknya terhadap keadaan patologis maupun postraumatis, (b) *beauty massage* atau kosmetik *massage* diberikan di salon-salon kecantikan dengan tujuan untuk memperbaiki peredaran darah, merawat dan mencegah timbulnya keriput atau lipatan pada kulit terutama pada wajah, (c) *hygiene massage* diberikan pada pegawai atau pekerja yang dalam melakukan pekerjaannya banyak duduk, berdiri atau terlalu sibuk, (d) waktu olahraga diketahui bermanfaat bagi manusia dengan mendinginkan atau menghilangkan rasa penat untuk memperbaiki kondisi tubuh manusia, untuk membantu prestasi olahragawan, untuk membantu

mempercepat penyembuhan cedera tertentu.

Mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FIK-UM dalam mempersiapkan diri untuk terjun ke masyarakat perlu dibekali berbagai keterampilan disamping penguasaan teori juga keterampilan dalam mempraktekan semua yang tersusun dalam kurikulum. Salah satu mata kuliah praktek yang harus dikuasai adalah *massase*. Pada matakuliah *massase* mempunyai kontribusi penting dalam mempertahankan dan meningkatkan kondisi tubuh seseorang. Masalah dengan pertemuan adalah siswa perlu dimotivasi saat melaksanakannya. Untuk mendapatkan hasil terbaik, membutuhkan keterampilan yang tepat dan strategi yang tepat. Untuk itu perlunya kemampuan seorang dosen untuk mendesain program pembelajaran yang bervariasi, menarik dan aman untuk dilakukan oleh mahasiswa.

Pembelajaran materi *massase* pada saat ini masih belum maksimal, ini salah satunya diakibatkan karena model pembelajaran yang diberikan ke mahasiswa masih konvensional dan kurang dalam menerapkan pembelajaran XXI dengan memanfaatkan IPTEK, oleh sebab itu penggunaan IPTEK dalam peningkatan kemampuan mahasiswa saat ini harus dilakukan. Untuk itu, pola pikir kita harus dirubah agar maju dengan

menggunakan bantuan teknologi, sehingga kemampuan mahasiswa dalam menguasai materi *massase* dapat lebih meningkat. Hal ini diperkuat dengan pernyataan ([Pujiyanto et al., 2020](#)) bahwa pemanfaatan berbagai macam sumber belajar merupakan upaya dalam pemecahan masalah belajar. Kesadaran tentang kebutuhan teknologi harus dimiliki oleh calon guru pendidikan jasmani ([Kalemoğlu Varol, 2014](#)).

Menurut ([Vernadakis et al., 2012](#)) bahwa penggunaan teknologi dalam pembelajaran menarik minat dan respek siswa terhadap proses pembelajaran jika dibandingkan dengan pembelajaran konvensional. ([Arda et al., 2013](#)) menjelaskan bahwa pendidikan diperlukan pembaharuan dalam hal media pembelajaran agar menarik menjadi lebih efisien, efektif, dan relevan dengan perkembangan iptek. Salah satu teknologi yang dapat meningkatkan hasil belajar adalah multimedia interaktif selaras dengan penelitian dari ([Wiendartun et al., 2007](#)) bahwa pembelajaran berbasis multimedia berpengaruh terhadap peningkatan hasil belajar.

([Barbee & Lowenstein, 2015](#)) berpendapat bahwa multimedia digunakan untuk mendefinisikan area yang sangat luas yang mencakup bidang informatika, telekomunikasi, sektor produksi audio visual, bioskop dan digital media.

([Maulana et al., 2018](#)) menjelaskan bahwa multimedia interaktif dapat juga dipandang sebagai upaya pemanfaatan komputer untuk membuat dan menggabungkan teks, grafik, audio, gambar bergerak (video dan animasi) dengan menggabungkan link dan *tool* yang memungkinkan pemakai untuk melakukan navigasi, berinteraksi, berkreasi dan berkomunikasi baik dalam konteks *face to face*, *offline konteks*, maupun *online konteks*. Pendapat lain disampaikan oleh ([Munir, 2020](#)) multimedia interaktif adalah suatu tampilan multimedia yang dirancang oleh desainer agar tampilannya memebuhi fungsi menginformasikan pesan dan memiliki interaktifitas kepada pengguna.

([Dwiyogo, 2008](#)) menjelaskan bahwa multimedia interaktif merupakan sistem media penyampaian yang menyajikan materi video rekaman dengan pengendalian komputer kepada penonton yang tidak hanya mendengar dan melihat video dan suara, tetapi juga memberikan respon yang aktif dan respon itu yang menentukan kecepatan dan sekuensi penyajian. ([Daryanto, 2015](#)) multimedia interaktif adalah suatu multimedia yang dilengkapi alat pengontrol yang dapat dioperasikan pengguna sesuai dengan yang dikehendakinya.

([Cairncross & Mannion, 2001](#)) menjelaskan kelebihan multimedia interaktif adalah memberikan

pembelajaran sehingga membuat siswa tidak bosan dengan adanya unsur teks, gambar, dan video. Sedangkan ([Munir, 2020](#)) menjelaskan keunggulan multimedia interaktif adalah: (1) sistem pembelajaran inovatif dan interaktif, (2) menggabungkan teks, gambar, dan video, (3) menambah motivasi peserta didik, (4) mampu memvisualisasikan materi yang selama ini sulit diterangkan. ([Prasetio et al., 2014](#)) menjelaskan dengan menggunakan metode multimedia interaktif dalam pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik serta proses pembelajaran dapat berjalan dengan sempurna dan efektif. ([Prasetio et al., 2014](#)) menjelaskan bahwa kelebihan multimedia interaktif adalah menggabungkan berbagai macam media serta dapat digunakan untuk pembelajaran mandiri maupun klasikal sehingga peserta didik dengan berbagai tingkatan kemampuan dapat menggunakan tanpa merasa kesulitan karena dilengkapi dengan petunjuk penggunaan.

Hasil penelitian ([Ampa, 2015](#)) menunjukkan bahwa dengan menggunakan materi pembelajaran dalam bentuk multimedia interaktif, siswa dapat termotivasi untuk belajar. ([Arda et al., 2013](#)) menyatakan bahwa media pembelajaran yang menggunakan multimedia interaktif dapat meningkatkan pemahaman konsep. ([Gilakjani, 2012](#)) menyebutkan bahwa ada tiga alasan dan

alasan penggunaan multimedia di kelas, diantaranya penggunaannya meningkatkan tingkat minat siswa, meningkatkan pemahaman mereka, dan meningkatkan kemampuan menghafal siswa.

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan dengan observasi pada mata kuliah *massase* pada April 2019: (1) belum pernah digunakannya media pembelajaran dalam perkuliahan *massase*, (2) mahasiswa merasa belum menguasai benar teknik-teknik *sport massase* karena hanya dilakukan secara konvensional karena gaya belajar tiap mahasiswa berbeda, (3) perlu adanya pengembangan media pembelajaran dalam matakuliah *massase*, (4) perlu adanya pengembangan *sport massase* dikemas dalam multimedia interaktif dengan memanfaatkan laptop yang hampir dimiliki oleh setiap mahasiswa.

Berdasarkan teori yang dipaparkan pada latar belakang dan diperkuat dengan temuan-temuan di lapangan yang didapat dari hasil analisis kebutuhan maka diperlukan inovasi pembelajaran pada *massase* menggunakan multimedia interaktif. Hasil pembelajaran yang sedang dikembangkan ini dapat membantu mahasiswa untuk menguasai keterampilan teknik-teknik *sport massase* dan dikemas semenarik mungkin agar dapat memudahkan mahasiswa. untuk itu

peneliti akan mengembangkan penelitian dengan judul “Pengembangan Multimedia Interaktif *Sport massase* untuk Mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FIK-UM”.

Tujuan penelitian dan pengembangan ini adalah mengembangkan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FIK-UM untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan mahasiswa tentang *sport massase*.

B. Metode Penelitian

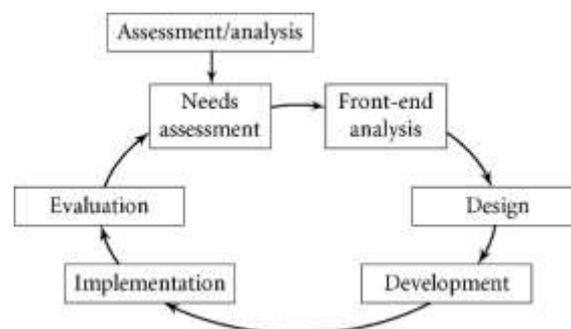
Penelitian dan pengembangan pembelajaran *sport massase* menggunakan multimedia interaktif untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Universitas Negeri Malang (UM) ini, secara khusus ada beberapa tujuan, yaitu: (1) untuk memperoleh informasi secara mendalam tentang proses pelaksanaan pembelajaran *sport massase* menguasai teknik-teknik yang ada dalam *sport massase*, (2) mengembangkan dan menerapkan proses pembelajaran *sport massase* untuk mahasiswa, (3) memperoleh data empiris tentang efektifitas, efisiensi dan daya tarik hasil pengembangan pembelajaran *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FIK-UM. Tujuan akhir dari penelitian pengembangan ini

adalah menghasilkan produk berupa model pembelajaran *sport massase* menggunakan multimedia interaktif untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FIK-UM, sehingga dapat melengkapi bantuan belajar yang ada pada saat ini.

Penelitian dilaksanakan di Universitas Negeri Malang. Fakultas Ilmu Keolahragaan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Waktu penelitian selama 4 bulan yaitu pada Agustus sampai dengan November 2019. Penelitian dan pengembangan pembelajaran *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FIK-UM dikemas dalam multimedia interaktif menggunakan pendekatan *Research and Development* (R&D) dengan menggunakan model pengembangan untuk multimedia yang

dikembangkan oleh (W. Lee & L. Owens, 2004). Tahap-tahap penelitian ini adalah analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Tahap analisis meliputi *needs assessment* dan *front-end analysis*. Kegiatan yang dilakukan dalam *front-end analysis* antara lain *audience analisis*, *teknologi analisis*, *media analisis* dan *extend-data analisis*. Alasan menggunakan model ini karena produk yang dikembangkan berbasis komputer yaitu multimedia interaktif.

Prosedur pengembangan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FIK-UM dilakukan dalam beberapa tahap. Tahap dari prosedur terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1 Model Pengembangan Multimedia Interaktif (Lee & Owen, 2004:1)

Tahap analisis dibagi menjadi dua bagian yaitu *needs assessment* dan *front-end analysis*. *Needs assessment* merupakan pengumpulan data-data secara keseluruhan yang dapat dijadikan sebagai bahan untuk mengembangkan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan. *Needs assessment* dilakukan dengan metode penyebaran angket dan observasi. *Front-end analysis* menganalisis data-data dan informasi yang benar-benar dibutuhkan. Dalam penelitian ini tahap *front-end*

analysis ada beberapa kegiatan yaitu *audience analysis* untuk menentukan target/sasaran yang akan memakai multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan, *technology analysis* untuk menentukan jenis teknologi (*hardware* dan *software*) yang dibutuhkan untuk pengembangan dan menjalankan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan, *media analysis* menentukan jenis media yang akan dikembangkan, dan *extend-data analysis* untuk menentukan isi materi yang akan diterapkan dalam aplikasi. Analisis disini merupakan langkah-langkah yang digunakan untuk mengkaji keadaan lapangan dengan tujuan apakah produk yang dikembangkan diterima atau tidak oleh subjek.

Tahap desain merupakan tahap perancangan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan, berdasarkan informasi yang telah didapatkan dari tahap analisis. Meliputi *material collecting* (mengumpulkan bahan-bahan yang diperlukan untuk mengembangkan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan

Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan, pembuatan *storyboard*, dan pembuatan *flowchart*).

Tahap pengembangan ini merupakan tahap dilakukan pengembangan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan sesuai dengan desain yang telah dibuat terdapat beberapa tahapan yaitu, tahap pengembangan, tahap validasi, dan tahap revisi. Tahap pengembangan meliputi pengembangan *interface*, *coding*, *testing*, *publising* dan pemaketan. Tahap validasi dilaksanakan oleh ahli media dan ahli pembelajaran yang terdapat dalam multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan. Revisi dilakukan berdasarkan saran dan pendapat para ahli agar aplikasi menjadi lebih baik.

Tahap ini merupakan tahap uji coba yang dilakukan oleh para peserta. Tahap ini berupa uji coba untuk mengukur bagaimana tanggapan dan penilaian pengguna setelah menggunakan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah dikembangkan, ditinjau dari berbagai aspek menggunakan angket penilaian.

Penilaian dilakukan dengan mengolah hasil dari validasi ahli media, ahli pembelajaran *sport massase*, serta uji coba kepada pengguna. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kelayakan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah dikembangkan serta tanggapan dan penilaian pengguna setelah menggunakan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan. Selain itu juga dipaparkan kelebihan, kekurangan serta spesifikasi multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Uji coba produk ini digunakan untuk mengumpulkan data sebagai dasar menentukan tingkat kelayakan dari produk yang dihasilkan, kelayakan ini meliputi keefektifan, efisiensi dan manfaat dari produk pengembangan. Langkah-langkah dari uji coba produk adalah sebagai berikut: (1) Desain Uji coba dilakukan melalui tahap, yaitu: Evaluasi Ahli dilakukan oleh 2 orang ahli, yaitu satu orang ahli pembelajaran *sport massase* dan satu orang ahli media. Uji Coba Pengguna dilakukan oleh pengguna atau mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas

Negeri Malang untuk memberi tanggapan dan penilaian tentang produk yang dikembangkan menggunakan angket penilaian, (2) Subjek coba pada penelitian pengembangan ini adalah Ahli Pembelajaran *Sport massase*, Ahli Media, Subjek pengguna pada uji coba kelompok kecil 7 mahasiswa dan uji coba kelompok besar 30 mahasiswa, (3) Jenis Data: Penilaian terhadap tingkat keefektifan, efisiensi, atau daya tarik pada produk yang dikembangkan oleh peneliti diperoleh dari data kualitatif yang diperoleh dari tinjauan, saran dan evaluasi para ahli dan data kuantitatif berupa pengisian angket oleh mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang, (4) Instrumen Pengumpulan Data: Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan dua cara yaitu dengan angket yang berbentuk pilihan ganda yang disertai kolom saran yang ditujukan kepada ahli media dan ahli pembelajaran *sport massase*, dan angket yang berbentuk pilihan ganda untuk pengguna, (5) Teknik Analisis Data: Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif. Teknik pengukuran yang digunakan pada pengumpulan data adalah menggunakan skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang

fenomena sosial (Sugiyono, 2012). Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif. Untuk keperluan analisis

kuantitatif, jawaban itu dapat diberi skor yang telah ditetapkan yaitu satu, dua, tiga, empat, dan lima. Skala penilaian terlihat pada Tabel 1 untuk skala likert.

Tabel 1 Skala Penilaian Untuk Pernyataan Positif dan Negatif

No	Keterangan	Skor Positif	Skor Negatif
1.	Sangat Setuju	5	1
2.	Setuju	4	2
3.	Ragu-ragu	3	3
4.	Tidak Setuju	2	4
5.	Sangat Tidak Setuju	1	5

(Sumber: Sugiyono, 2010:94)

Penghitungan persentase kelayakan digunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Persentase kelayakan} = \frac{\text{jumlah skor yang didapat}}{\text{jumlah skor yang diharapkan}} \times 100 \%$$

Pembagian kriteria hanya dapat memperhatikan rentang bilangan persentase. Pembagian persentase kelayakan 100 % dibagi rata menjadi lima

kategori sesuai dengan jumlah skala likert (Arikunto, 2010). Pembagian persentase kelayakan tercantum pada Tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2 Kategori menurut Arikunto

No	Persentase (%)	Kategori
1	0 - 20%	Kurang Sesuai
2	21% - 40%	Kurang
3	41% - 60 %	Cukup
4	61% - 80 %	Baik
5	81 % - 100 %	Sangat Baik

(Sumber: Arikunto 2009:44)

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Produk awal dari penelitian ini merupakan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Universitas Negeri Malang (UM). Multimedia interaktif *sport massase* ini terdapat materi pokok tentang multimedia interaktif *sport*

massase untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Universitas Negeri Malang (UM) yang berisikan materi: (a) hakikat *massase*, (b) manfaat *massase*, (c) teknik dalam *massase*, (d) video *massase* bagian kepala dan wajah sampai paha dan kaki.

Berdasarkan hasil pengumpulan data dari kegiatan uji coba penelitian pengembangan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Universitas Negeri Malang (UM) di jurusan/program studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Universitas Negeri Malang (UM). Berikut ini akan disajikan dari data hasil analisis kebutuhan; data hasil tinjauan ahli yang meliputi tinjauan dari 1 ahli pembelajaran *sport massase*, dan 1 ahli

media; uji coba kelompok kecil; dan uji coba kelompok besar. Data uji coba kelompok kecil diperoleh dari 7 mahasiswa yang diambil menggunakan teknik sample bertujuan (*purposive sample*) dan data uji coba kelompok besar adalah data yang diperoleh dari 30 mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Universitas Negeri Malang (UM). Selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3 Data hasil analisis kebutuhan, hasil evaluasi para ahli, uji coba kelompok kecil, uji coba kelompok besar

No	Prosedur Pengembangan	Temuan
1	Analisis kebutuhan	Belum pernah digunakannya media pembelajaran dalam perkuliahan <i>massase</i> . Mahasiswa merasa belum menguasai secara benar teknik-teknik <i>sport massase</i> karena hanya dilakukan secara konvensional karena gaya belajar tiap mahasiswa yang berbeda. Mahasiswa sangat memerlukan pengembangan media pembelajaran dalam matakuliah <i>massase</i> . Perlu adanya pengembangan <i>sport massase</i> yang dikemas dalam multimedia interaktif dengan memanfaatkan laptop yang hampir dimiliki oleh setiap mahasiswa.
2	Pengembangan produk	Produk yang dikembangkan adalah multimedia interaktif <i>sport massase</i> untuk mahasiswa prohran studi pendidikan jasmani dan kesehatan FIK-UM. Produk terdiri dari materi hakikat <i>massase</i> , manfaat <i>massase</i> , teknik dalam <i>massase</i> , video teknik <i>massase</i> dari kepala dan wajah sampai kaki dan paha.
3	Hasil evaluasi ahli pembelajaran <i>sport massase</i>	Dari evaluasi ahli <i>sport massase</i> diperoleh hasil 90,62% sehingga sangat baik untuk digunakan. Dari ahli <i>sport massase</i> diperoleh masukan: desain dan isi dari <i>sport massase</i> yang dikembangkan baik dan tepat digunakan.
4	Hasil evaluasi ahli media	Dari evaluasi ahli media diperoleh hasil 88,88% sehingga produk sangat baik untuk digunakan. Dari ahli media diperoleh masukan: produk sudah baik untuk digunakan dalam perkuliahan
5	Uji coba kelompok kecil Hasil uji coba kelompok kecil berjumlah 7 orang mahasiswa dengan jumlah insrumen 9 butir pertanyaan.	Dari hasil uji coba kelompok kecil diperoleh hasil 80,56% sehingga produk multimedia interaktif <i>sport massase</i> untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Universitas Negeri Malang (UM) sehingga termasuk dalam klasifikasi sangat baik digunakan.
6	Uji coba kelompok besar Hasil uji coba kelompok besar berjumlah 30 orang mahasiswa dengan jumlah instrumen 9 pertanyaan.	Dari hasil uji coba kelompok besar diperoleh hasil 85,46% sehingga produk multimedia interaktif <i>sport massase</i> untuk mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJK) Universitas Negeri Malang (UM) sehingga termasuk dalam klasifikasi sangat baik digunakan.

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari 1 ahli pembelajaran *sport massase*, dan 1 ahli media, serta hasil uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar. Ada beberapa bagian produk perlu direvisi agar produk yang dikembangkan lebih sempurna. Berikut adalah ringkasan pembuatan produk hingga menjadi produk jadi yang telah mendapatkan revisi berdasarkan saran dari para ahli, uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar adalah sebagai berikut. (1) saran dari ahli pembelajaran *sport massase* adalah desain dan teknik-teknik *massase* yang dikembangkan baik dan tepat digunakan, (2) saran dari ahli media adalah langkah-langkah yang digunakan dalam *massase* cukup mudah untuk dilakukan dan diterapkan ke mahasiswa, (3) uji coba kelompok adalah produk yang dikembangkan menarik dan variatif sehingga dapat digunakan dalam pembelajaran mata kuliah *massase*. Selebihnya rancangan produk sudah bagus dan menarik, sehingga layak untuk diproduksi.

Pembahasan

Pada mata kuliah *sport massase* mempunyai kontribusi penting dalam aktivitas olahraga karena dapat menjadi pencegahan-pencegahan yang dapat dilakukan untuk menghindari cedera.

Selain melakukan pemanasan dapat juga dibantu dengan treatment *sport massase*. *Massase* merupakan salah satu di antara cara-cara perawatan tubuh yang paling tua dan paling bermanfaat dalam perawatan fisik (badan). Dalam ilmu tata rias, *massase* dapat digunakan untuk kesehatan dan kecantikan. Untuk menguasai teknik-teknik *massase* perlu memiliki pengetahuan mengenai anatomi (ilmu urai tubuh) dan latihan melakukan gerakan *massase* yang cukup banyak ([Supriyadi & Wadani, 2012](#)). *Massase* mengarahkan penerapan manipulasi (penanganan) perawatan dari bagian luar kepada tubuh. *Massase* selalu harus ditunjukkan pada kulit dengan menggunakan *cream massase*. Penggunaan *cream* mempermudah gerakan tangan yang lebih sempurna, dan mencegah lecet/rusaknyajaringan-jaringan.

Berdasarkan produk yang dikembangkan dalam kenyataannya membutuhkan pengkajian ulang keberadaannya, karena setelah melalui proses penelitian terdapat beberapa hal yang perlu untuk dilakukan perbaikan. Produk pengembangan *sport massase* untuk mahasiswa pendidikan jasmani dan kesehatan FIK-UM dalam bentuk multimedia interaktif yang dikemas menggunakan DVD memiliki kelebihan-kelebihan sebagai salah satu alternatif

yang dapat dimanfaatkan dalam permasalahan yang terjadi pada proses perkuliahan dengan membuat pembelajaran yang memudahkan mahasiswa pada mata kuliah *massase* dan dengan memanfaatkan kemajuan teknologi.

Pembelajaran materi *massase* pada saat ini masih belum maksimal, ini salah satunya diakibatkan karena model pembelajaran yang diberikan ke mahasiswa masih konvensional dan kurang dalam menerapkan pembelajaran XXI dengan memanfaatkan IPTEK. Oleh sebab itu penggunaan IPTEK dalam peningkatan kemampuan mahasiswa saat ini harus dilakukan. Untuk itu, pola pikir kita harus dirubah agar maju dengan menggunakan bantuan teknologi, sehingga kemampuan mahasiswa dalam menguasai materi *massase* dapat lebih meningkat. Hal ini diperkuat dengan pernyataan ([Pujiyanto et al., 2020](#)) bahwa pemanfaatan berbagai macam sumber belajar merupakan upaya dalam pemecahan masalah belajar. Kesadaran tentang kebutuhan teknologi harus dimiliki oleh calon guru pendidikan jasmani ([Kalemoglu Varol, 2014](#)).

Menurut ([Vernadakis et al., 2012](#)) bahwa penggunaan teknologi dalam pembelajaran menarik minat dan respek siswa terhadap proses pembelajaran jika dibandingkan dengan pembelajaran konvensional. Sedangkan ([N., 2013](#))

menjelaskan bahwa pendidikan diperlukan pembaharuan dalam hal media pembelajaran agar menarik menjadi lebih efisien, efektif, dan relevan dengan perkembangan IPTEK. Salah satu teknologi yang dapat meningkatkan hasil belajar adalah multimedia interaktif selaras dengan penelitian dari ([Wiendartun et al., 2007](#)) bahwa pembelajaran berbasis multimedia berpengaruh terhadap peningkatan hasil belajar.

Hasil penelitian ([Ampa., 2015](#)) menunjukkan bahwa dengan menggunakan materi pembelajaran dalam bentuk multimedia interaktif, siswa dapat termotivasi untuk belajar. ([Arda et al., 2013](#)) menyatakan bahwa media pembelajaran yang menggunakan multimedia interaktif dapat meningkatkan pemahaman konsep. Sedangkan ([Gilakjani, 2012](#)) menyebutkan bahwa ada tiga alasan dan alasan penggunaan multimedia di kelas, diantaranya penggunaannya meningkatkan tingkat minat siswa, meningkatkan pemahaman mereka, dan meningkatkan kemampuan menghafal siswa.

Dengan menggunakan multimedia interaktif, bentuk-bentuk pembelajaran *massase* yang dikembangkan memiliki kelebihan memperjelas penyajian pesan agar tidak terlalu bersifat verbalistik (dalam bentuk kata-kata tertulis atau lisan belaka), mengatasi keterbatasan ruang,

waktu dan daya indera. Penggunaan media secara tepat dan bervariasi dapat mengatasi sikap pasif peserta didik yaitu menimbulkan kegairahan belajar, memungkinkan interaksi yang lebih langsung antara anak didik dengan lingkungan dan kenyataan, memungkinkan anak didik belajar sendiri-sendiri menurut kemampuan dan minatnya, memberikan solusi bila latar belakang lingkungan guru dengan siswa berbeda, dalam hal ini kemampuan media memberikan perangsang yang sama, mempersamakan pengalaman, menimbulkan persepsi yang sama (Sadiman, 2003).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian tentang Multimedia Interaktif *Sport massase* untuk Mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FIK-UM. Pembuatan produk pengembangan pembelajaran *sport massase* untuk mahasiswa pendidikan jasmani dan kesehatan FIK-UM dalam bentuk multimedia interaktif yang dikemas menggunakan DVD ini tentu melalui proses sehingga memungkinkan adanya kesalahan dan kekurangan, dan untuk memperoleh produk yang berkualitas, diperlukan faktor-faktor pendukung pula. maka dari itu produk yang dikembangkan mulai dari rancangan produk hingga

produk ini terselesaikan masih memerlukan beberapa revisi untuk mendapatkan produk yang maksimal. sebagai upaya memaksimalkan produk yang dikembangkan dalam pembuatan produk ini memerlukan evaluasi dari 1 ahli *sport massase* dan 1 ahli media.

Berdasarkan data hasil evaluasi 2 ahli yaitu, 1 ahli *sport massase* dan 1 ahli media, serta pengamatan yang dilakukan, maka dihasilkan pengembangan multimedia interaktif *sport massase* untuk mahasiswa pendidikan jasmani dan kesehatan FIK-UM dalam bentuk multimedia interaktif yang dikemas menggunakan DVD. Hasil penerapan produk pengembangan multimedia interaktif *sport massase* dinilai efektif karena dapat memberikan kemudahan, rujukan materi, dan pengalaman baru untuk mahasiswa pendidikan jasmani dan kesehatan FIK-UM dalam proses perkuliahan di mata kuliah *massase*.

Dalam pemanfaatan sangat perlu pertimbangan situasi, kondisi dan sarana prasarana. Untuk memperoleh tujuan yang diharapkan maka dosen diharapkan untuk mampu menguasai materi terlebih dahulu sebelum disampaikan pada mahasiswa, hal tersebut dilakukan jika mahasiswa masih kesulitan saat mempelajarinya secara mandiri khususnya pada materi *sport massase*. Dalam penyebarluasan produk

pengembangan ke sasaran yang lebih luas, peneliti memberikan saran, antara lain: (1) sebelum disebarluaskan sebaiknya produk ini dikaji kembali dan disesuaikan dengan keadaan sasaran yang ingin ditinjau, (2) sebelum disebarluaskan sebaiknya produk ini disusun kembali menjadi lebih sempurna, baik itu tentang kemasan tampilan maupun isi dari materi produk yang dikembangkan, (3) sebelum disebarluaskan sebaiknya disosialisasikan kepada pihak-pihak terkait seperti dosen matakuliah terkait dan mahasiswa yang sedang menempuh matakuliah *massage*. Dalam mengembangkan penelitian ini ke arah lebih lanjut, peneliti mempunyai beberapa saran: (1) hasil pengembangan ini hanya sampai tersusun sebuah produk, belum sampai tingkat efektivitas produk yang dikembangkan jadi sebaiknya dilanjutkan penelitian mengenai efektivitas produk yang dikembangkan, (2) peneliti hanya sebatas mengembangkan teknik-teknik memijat dalam *sport massage* dalam multimedia interaktif sehingga diharapkan untuk penelitian selanjutnya mengembangkan penelitian serupa yang lebih variatif, (3) mengembangkan produk dalam bentuk kemasan lainnya agar menjadi lebih lengkap dan menarik dalam matakuliah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis bersyukur kepada Tuhan YME

karena telah dipermudah dalam proses penyusunan, penelitian, penulisan hingga publikasi artikel yang berjudul “Pengembangan Multimedia Interaktif *Sport massage* Untuk Mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FIK-UM. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak dalam penyusunan artikel ilmiah ini dan juga seluruh komponen yang terlibat dalam penelitian. Penulis berharap artikel ini dapat bermanfaat untuk mahasiswa, atlet maupun pelaku olahraga lainnya dan dapat dijadikan rujukan serta dikembangkan dalam bidang yang relevan dengan keilmuan dan teori yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Ampa, A. T. (2015). The Implementation of Interactive Multimedia Learning Materials in Teaching Listening Skills. *English Language Teaching*, 8(12), 56. <https://doi.org/10.5539/elt.v8n12p56>
- Arda, Saehana, S., & Darsikin. (2013). Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Komputer Untuk Siswa Smp Kelas Viii. *E-Jurnal Mitra Sains*, 3(1), 69–77. <https://docplayer.info/29790216-Pengembangan-media-pembelajaran-interaktif-berbasis-komputer-untuk-siswa-smp-kelas-viii.html>
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*

- Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi 2010). In *Jakarta: Rineka Cipta* (10th ed.).
- Barbee, D. E., & Lowenstein, R. B. (2015). Interactive Multimedia. In *Information Resources Management Journal* (Vol. 6, Issue 4). <https://doi.org/10.4018/irmj.1993100101>
- Cairncross, S., & Mannion, M. (2001). Interactive multimedia and learning: Realizing the benefits. *Innovations in Education and Teaching International*, 38(2), 156–164. <https://doi.org/10.1080/14703290110035428>
- Daryanto. (2015). *Media Pembelajaran. Sarana Tutorial Nurani Sejahtera*.
- Dwiyogo, W. D. (2008). *Aplikasi teknologi pembelajaran: Pengembangan media pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga / Wasis D. Dwiyogo*.
- Gilakjani, A. P. (2012). The Significant Role of Multimedia in Motivating EFL Learners' Interest in English Language Learning. *International Journal of Modern Education and Computer Science*, 4(4), 57–66. <https://doi.org/10.5815/ijmeecs.2012.04.08>
- Kalemoğlu Varol, Y. (2014). The Relationship between attitudes Of prospective physical education teachers towards education technologies and computer self-efficacy beliefs. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 13(2), 157–167.
- Maulana, A., Azhari, A., & Darmawan, A. (2018). Pengembangan Model Latihan Renang Berbasis Mobile Learning Untuk Mahasiswa Pendidikan Jasmani . *Bravo's Jurnal*, 6(4), 150–155. <http://www.ejournal.stkipjb.ac.id/index.php/penjas/article/view/973>
- Munir. (2020). Konsep & Aplikasi Dalam Pendidikan. In *Alfabeta, CV.* (Vol. 58, Issue 12).
- N, E. (2013). Pengembangan Multimedia Interaktif Pada Pembelajaran Kimia Untuk Madrasah Aliyah. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 2(1), 65–78.
- Prasetio, E. F., Dwiyogo, W. D., & Sudjana, I. N. (2014). Pengembangan Multimedia Interaktif Model Latihan Bertahan (Defense) Sepakbola Pada Ekstrakurikuler Sepakbola Di Smp Negeri 15. *Pendidikan Jasmani*, 26(1), 129–144. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17977/pj.v26i1.7735>
- Pujianto, D., Sutisyana, A., Arwin, A., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Pengembangan Model Latihan Passing Sepakbola Berbasis Sasaran

- Temam. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 1–12.
<https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.81>
- Sadiman, A. S. (2003). *Media Pendidikan: Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya* (1st ed.). Rajagrafindo Persada.
- Sagala, R. S., & Daulay, D. E. (2020). Pengembangan Media Bantu Latihan Bertahan Pada Bola Voli Tahun 2019. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 115–126.
<https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.371>
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sulistiyorini, & Basoeki, H. (2012). *Sport Massage Seni Pijat Untuk Atlet/Olahragawan Dan Umum*. Wineka Media.
- Supriyadi, & Wadani, H. E. (2012). *Anatomi Manusia*. UM Press.
- UU No 3 Tahun 2005. (2005). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Dengan. In *Presiden RI*.
- Vernadakis, N., Giannousi, M., Derri, V., Michalopoulos, M., & Kioumourtzoglou, E. (2012). The impact of blended and traditional instruction in students' performance. *Procedia Technology*, 1, 439–443.
<https://doi.org/10.1016/j.protcy.2012.02.098>
- W. Lee, W., & L. Owens, D. (2004). *Multimedia-Based Instructional Design: Computer-Based Training, Web-Based Training, Distance Broadcast Training*. 445.
- Wiendartun, Ramalis, T. R., & Rochman, H. S. (2007). Pengaruh Pembelajaran Berbasis Multimedia Terhadap Hasil Belajar Fisika. *Proceeding of The First International Seminar on Science Education*.



Pengaruh Penggunaan *Google classroom* Terhadap Efektifitas Pembelajaran

The Effect Of The Use Of Google classroom On The Effectiveness Of Learning

Aser Paul Nainggolan, Rizki Bastanta B. Manalu

Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Quality Berasatagi, Jl. Jamin Ginting No. 41, Raya, Kabanjaha, Kabupaten Karo, Sumatera Utara, 22512, Indonesia
e-mail : aser.paul0432@gmail.com, bastanta.rizki@gmail.com

Abstrak

Google classroom adalah media pembelajaran *e-learning* dengan menggunakan sistem WebCT. Adanya *Google classroom* selama masa pandemi Covid-19 ini mampu berfungsi dalam memberikan kemudahan bagi sekolah-sekolah dengan sistem belajar dapat diakses kapan dan dimana saja tanpa harus tertatap muka secara langsung. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan *google classroom* terhadap efektifitas pembelajaran di SMP Cahaya Pengharapan Abadi. Subjek dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VII dan VIII yang mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan *google classroom* yang berjumlah 31 siswa. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini berupa tes belajar dan lembar angket tentang efektifitas pembelajaran dengan alat bantu angket yaitu google form. Analisis data dengan menggunakan regresi linear berganda, kemudian diolah dengan SPSS 18. Hasil penelitian menunjukkan Terdapat hasil positif persepsi kemudahan, kemanfaatan terhadap penggunaan *google classroom* di SMP Cahaya Pengharapan Abadi dengan nilai R-adjusted sebesar 0.475. Tingkat kemudahan yang diberikan oleh aplikasi *google classroom* akan memberikan respon yang positif oleh siswa terhadap penggunaan *google classroom*. Terdapat pengaruh positif dan signifikan kemudahan, kemanfaatan terhadap efektifitas pembelajaran dengan nilai R-adjusted sebesar 0.475. Artinya kemudahan dalam memanfaatkan *google classroom* akan mampu menyebabkan efektifitas pembelajaran. Kemudahan menjadikan motivasi bagi siswa untuk terus bersemangat mengikuti pembelajaran. Sedangkan guru mampu memberikan semangat dan dukungan bagi siswa agar tetap belajar walaupun dalam kondisi tidak bertatap muka. Terdapat pengaruh positif dan signifikan penggunaan *google classroom* terhadap efektifitas pembelajaran dengan nilai sebesar 0.244.

Kata kunci: *Google classroom*, Efektifitas Pembelajaran

Abstract

Google classroom is an *e-learning* media using the WebCT system. The existence of a *Google classroom* during the Covid-19 pandemic was able to function in making it easy for schools with a learning system that could be accessed anytime and anywhere without having to come face to face directly. This study aims to analyze the effect of using *google classroom* on the effectiveness of learning at Cahaya Pengharapan Abadi Middle School. The subjects in this study were students in grades VII and VIII who took physical education subjects using *google classroom*, totaling 31 students. The instrument used in this study was a learning test and a questionnaire about the effectiveness of learning with the questionnaire tool, namely the *google form*. Data analysis used multiple linear regression, then processed with SPSS 18. The results showed that there was a positive result of the perception of ease and benefit for the use of *google classroom* at SMP Cahaya Pengharapan Abadi with an R-adjusted value of 0.475. The level of convenience provided by the *google classroom* application will provide a positive response by students to the use of *google classroom*. There is a positive and significant effect of ease and benefit on the effectiveness of learning with an R-adjusted value of 0.475. This means that the ease of using *google classroom* will be able to lead to effective learning. The ease of making motivation for students to continue to be enthusiastic about participating in learning. Meanwhile, the teacher is able to provide enthusiasm and support for students to keep learning even when they are not face to face. There is a positive and significant effect of using *google classroom* on the effectiveness of learning with a value of 0.244.

Keywords: *Google classroom*, Learning Effectiveness

corresponding author: aser.paul0432@gmail.com

Artikel Info:

Submitted : 22/02/2021

Revised : 03/03/2021

Accepted : 10/03/2021

Published : 17/05/2021



Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)
Copyright © 2021

A. Pendahuluan

Teknologi yang semakin mengalami perkembangan mengharuskan seseorang untuk dapat mengadopsi dan menggunakan secara bijaksana. Menurut ([Budiman, 2017](#)), bahwa perkembangan teknologi pada era globalisasi menjadi sebuah tantangan dan tidak dapat dihindari termasuk dalam dunia pendidikan. Hal senada diungkapkan oleh ([Lestari, 2018](#)), bahwa pemanfaatan teknologi dalam dunia pendidikan membantu dalam proses pembelajaran sebagai sarana dalam mengakses informasi kegiatan pembelajaran dan tugas.

Generasi milenial merupakan generasi terlahir pada era perkembangan teknologi dan informasi yang mengalami perkembangan dengan pesat. Generasi milenial juga disebut sebagai generasi *internet booming*. Penggunaan teknologi oleh generasi milenial seperti *google*, *youtube*, *email* dan media sosial lainnya. Menurut ([Supratman, 2018](#)), menyatakan bahwa internet bagi generasi muda atau disebut *digital native* merupakan bagian dari kehidupan mereka. Perkembangan usia pengguna internet di Indonesia dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Demografi Penggunaan Internet di Indonesia Berdasarkan Usia Tahun 2019

Gambar 1, pengguna internet menurut APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) menunjukkan bahwa berdasarkan usia yaitu 10-14 tahun penggunaan internet sebesar 33,4 persen di Indonesia. Hal ini membuktikan bahwa generasi milenial mengakses internet untuk memperoleh berbagai informasi dengan menggunakan *gadget*. Dalam dunia pendidikan, perkembangan teknologi juga dampak, hal ini dapat terlihat dari adanya penggunaan *e-learning* dalam kegiatan pembelajaran di sekolah.

E-learning diartikan sebagai pembelajaran jarak jauh dengan menggunakan akses internet dan perangkat komputer ([Setiawardhani, 2013](#)). Dalam penelitiannya penerapan kelas *e-learning* dan tanpa *e-learning*, diperoleh hasil lebih baik kelas yang menerapkan *e-learning* ([Hasan, & Ambarita, 2017](#)). Untuk menghasilkan *e-learning* yang menarik maka dibutuhkan beberapa kriteria seperti mudah diakses, dipahami dan dipelajari

([Muhson, 2010](#)).

SMP Cahaya Pengharapan Abadi menerapkan pembelajaran dengan menggunakan *e-learning* pada masa pandemi Covid-19 saat ini. *Google classroom* merupakan salah satu bentuk penerapan pembelajaran dengan menggunakan media *e-learning*. Adapun portal pada *google classroom* adalah <https://classroom.google.com/>, yang mana layanan tersebut hanya dapat diakses oleh guru dan siswa pada sekolah tersebut.

Efektifitas pembelajaran dengan *google classroom* dalam pendidikan, terutama bagi guru sebagai tenaga pendidik mengharuskan untuk dapat memanfaatkan teknologi. Dengan adanya teknologi, guru dapat lebih kreatif dalam menjalankan pembelajaran dengan menggunakan *google classroom*. Aplikasi *google classroom* mempunyai kebermanfaatan dalam proses mengajar dikarenakan mampu meningkatkan intensitas pembelajaran secara interaktif dan komunikatif diluar jam belajar yang resmi ([Septantiningtyas, 2019](#)).

Pembelajaran dengan menggunakan *google classroom* menjadi tantangan tersendiri dalam meningkatkan efektifitas pembelajaran siswa. Ini dikarenakan pembelajaran secara daring tidak semua sekolah sebelumnya menerapkan termasuk SMP Cahaya Pengharapan

Abadi. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tujuan mengetahui pengaruh penggunaan *google classroom* terhadap efektifitas pembelajaran di SMP Cahaya Pengharapan Abadi.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh ([Sabran & Sabara, 2019](#)) dengan judul keefektifan *google classroom* sebagai media pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek perencanaan, aspek perancangan, aspek penyampaian materi/materi pembelajaran, aspek interaksi pembelajaran, aspek evaluasi pelaksanaan pembelajaran, merupakan faktor yang mempengaruhi keefektifan *e-learning* dengan menggunakan *google classroom*. Selain itu juga terdapat faktor pendukung lainnya seperti sumber daya manusia (SDM), sarana dan prasarana. Disisi lain juga terdapat faktor penghambat seperti motivasi yang masih rendah disebabkan oleh fasilitas ([Sabran & Sabara, 2019](#)).

Penelitian lain juga dilakukan oleh ([Mudamayanti & Wiryanto, 2020](#)) tentang efektifitas penggunaan aplikasi *google classroom* untuk mengukur pencapaian indikator terhadap pembelajaran matematika materi pengolahan data kelas V di tengah situasi *lockdown* akibat virus Covid-19. Ditemukan hasil penelitian bahwa sebagian besar siswa mengikuti

pembelajaran secara daring lebih tertarik, optimal dan efektif. Ini ditunjukkan dengan siswa dapat terampil dalam memanfaatkan teknologi kearah yang positif. Selain itu juga, diperlukan motivasi yang positif agar siswa dapat lebih bersemangat mengikuti pembelajaran, sehingga pada akhirnya akan mampu meningkatkan hasil belajar ([Sinuraya, 2018](#)).

Penelitian terdahulu dilakukan oleh ([Nirfayanti & Nurbaeti, 2019](#)) melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Media Pembelajaran *Google classroom* Dalam Pembelajaran Analisis Real Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara media pembelajaran *google classroom* terhadap hasil belajar. Ini berarti *google classroom* bermanfaat dalam kegiatan pembelajaran.

Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh ([Sabran & Sabara, 2019](#)), bahwa aspek yang berpengaruh terhadap keefektifan *e-learning* dan *google classroom* terdiri dari aspek perencanaan pembelajaran *google classroom*, aspek perancangan dan pembuatan materi, aspek penyampaian pembelajaran, aspek interaksi. Sedangkan faktor pendukung yaitu kesiapan SDM untuk meningkatkan pembelajaran, fasilitas *software*, internet. Sedangkan faktor penghambat yaitu masih kurangnya motivasi untuk pengembangan pembelajaran.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Cahaya Pengharapan Abadi dengan alamat Jl. Veteran Pasar V Desa Manunggal, Kecamatan Labuhan Deli, Kabupaten Deli Serdang. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2020 sampai dengan November 2020.

Pendekatan kuantitatif digunakan dalam penelitian ini, melalui teknik analisis korelasi. Pengambilan sampel dilakukan secara sensus, artinya seluruh siswa dikelas VII dan VIII di SMP Cahaya Pengharapan Abadi yang mengikuti pembelajaran dengan menggunakan *google classroom* dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 31 orang siswa. Data dikumpulkan dengan menggunakan angket dengan alat bantu *google formulir*. Adapun kriteria yang digunakan yaitu dengan menggunakan skala likert (Tabel 1).

Tabel 1. Skala Pengukuran Data (Skala likert)

No	Uraian	Skor
1.	Sangat Tidak Setuju	1
2.	Tidak Setuju	2
3.	Setuju	3
4.	Sangat Setuju	4

Sumber: ([Arikunto, 2006](#))

Analisis data secara deskriptif dengan memberikan gambaran mengenai fenomena yang terjadi didalam penelitian. Adapun analisis yang dilakukan yaitu uji kualitas data terdiri dari uji validitas dan uji reabilitas. Uji validitas dan uji reabilitas

menggunakan SPSS Versi 18. Selanjutnya dilakukan uji asumsi klasik. Pada uji asumsi klasik terdiri dari uji normalitas, uji multikolinieritas dan uji heteroskedastisitas. Dan yang terakhir adalah dengan menggunakan regresi linear berganda. Pada uji ini untuk mengetahui pengaruh dari variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) (Sugiyono, 2014).

C. Hasil dan Pembahasan Uji Validitas

Data yang telah dikumpulkan dengan menggunakan *google form*, sebelumnya dilakukan uji terhadap kualitas data dari kuesioner sehingga dapat dinyatakan valid. Oleh sebab itu, perlu dilakukan uji reabilitas dan uji validitas. Uji validitas digunakan untuk mengukur data valid, sehingga menghasilkan data yang tepat dan memberikan gambaran topik penelitian yang diamati (Efendi & Widodo, 2019). Uji validitas terhadap angket penelitian dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Instument Variabel Pertanyaan

Variabel	Jumlah
Kemudahan (X1)	5
Kemanfaatan (X2)	6
Penggunaan (Y1)	2
Efektifitas pembelajaran (Y2)	2
Total	15

Tabel 2 menunjukkan bahwa berdasarkan variabel yang digunakan untuk menjawab permasalahan penelitian

meliputi kemudahan (X1), kemanfaatan (X2), penggunaan (Y1) dan efektifitas pembelajaran (Y2) dengan total jumlah pertanyaan yaitu 15 item pertanyaan. Kemudian dilakukan uji validitas dengan SPSS Versi 18 dengan responden sebanyak 30 orang siswa dan 1 orang guru. Maka hasil yang diperoleh yaitu uji validitas instrument berdasarkan perbandingan r-hitung dan r-tabel dengan tingkat signifikan sebesar 0,05. Diperoleh hasil sebesar 0,2431. Sehingga disimpulkan bahwa instrument yang digunakan telah valid. Ini dikarenakan pernyataan bahwa jika r-hitung lebih besar dari r-tabel maka data yang diperoleh telah valid dan layak dilanjutkan ketahap berikutnya. Adapun hasil uji validitas instrumen masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Validitas

Item	r-tabel	r-hitung	Keterangan
X1.1	0,2343	0,835	Valid
X1.2	0,2343	0,805	Valid
X1.3	0,2343	0,806	Valid
X1.4	0,2343	0,741	Valid
X1.5	0,2343	0,781	Valid
X2.1	0,2343	0,759	Valid
X2.2	0,2343	0,719	Valid
X2.3	0,2343	0,754	Valid
X2.4	0,2343	0,685	Valid
X2.5	0,2343	0,721	Valid
X2.6	0,2343	0,858	Valid
Y1.1	0,2343	0,822	Valid
Y1.2	0,2343	0,779	Valid
Y2.1	0,2343	0,753	Valid
Y2.2	0,2343	0,634	Valid

Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan tingkat

konsistensi apabila pengukuran yang dilakukan tes dapat dipercaya dan dilakukan secara berulang-ulang (Efendi & Widodo, 2019). Adapun hasil uji reabilitas penelitian dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Reabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha.	Sig	Ket
Kemudahan (X1)	0,815	0,60	Reliabel
Kemanfaatan (X2)	0,790	0,60	Reliabel
Penggunaan (Y1)	0,736	0,60	Reliabel
Efektifitas pembelajaran (Y2)	0,610	0,60	Reliabel

Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menguji sebuah model regresi, variabel pengganggu maupun residu yang memiliki distribusi normal. Pengujian normalitas dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

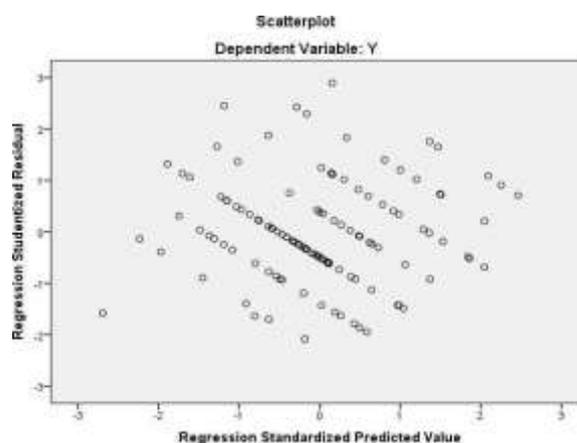
Variabel	N	Nilai Sig.	Keterangan
Unstandardized Residual	31	0,211	Normal

Tabel 5 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,211, sehingga diketahui bahwa data yang digunakan terdistribusi secara normal. Sehingga memenuhi asumsi normalitas karena nilai dari signifikansi alpha 0,05.

Uji Heterokedesitas

Gambar 1 merupakan hasil dari Uji Heterokedesitas. Tujuan Uji Heterokedesitas adalah terjadinya ketidaksamaan varian dari residual dalam

suatu pengamatan yang lainnya. Jika dilihat pada Gambar 1, maka disimpulkan bahwa pola yang terlihat dari kiri ke kanan pada sebagian dari kelompok tersebut tidak membentuk pola yang sama. Sehingga tidak terjadi masalah dalam heterokedesitas regresi pada penelitian ini.



Gambar 1. Hasil Uji Heterokedesitas

Uji Multikolinearitas

Uji Multikolinearitas dilakukan untuk menguji adanya korelasi antar variabel independen. Berdasarkan hasil uji multikolinearitas disimpulkan bahwa tidak terdapat multikolinearitas pada data. Dimana nilai yang diperoleh yaitu $VIF < 10$ dan nilai tolerance $> 0,10$.

Tabel 6. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
Kemudahan <i>classroom</i> (X1)	<i>Google</i>	0,719	1,426
Kemanfaatan <i>classroom</i> (X2)	<i>Google</i>	0,635	1,775
Penggunaan <i>classroom</i> (Y1)	<i>Google</i>	1.000	1.000

Analisis Regresi

Analisis regresi diawali dengan melakukan analisis yaitu untuk melihat pengaruh dari kemudahan *google classroom*, kemanfaatan *google classroom* terhadap penggunaan *google classroom*. Berdasarkan hasil pengujian dengan menggunakan SPSS pada tabel 7, diketahui nilai *unstandardized coefficients beta* sebesar 0.467 dibandingkan dengan signifikansi alpha 0,05. Oleh karena itu, dapat diambil kesimpulan bahwa kemudahan *Google classroom* berpengaruh positif signifikan terhadap penggunaan *Google Classroom*.

Hasil pengujian variabel kemanfaatan *google classroom* menunjukkan nilai *unstandardized coefficients beta* sebesar 0.257 dibandingkan dengan signifikansi alpha 0,05, maka **signifikan**. Oleh karena

itu, dapat diambil kesimpulan bahwa kemanfaatan *google classroom* berpengaruh positif signifikan terhadap penggunaan *google classroom*. Menurut (Nurfayanti & Nurbaeti, 2019) bahwa *Google classroom* sangat berguna dalam proses pembelajaran. (Hakim & Mulyapradana, 2020) juga menyatakan bahwa manfaat dari *Google classroom* ini mahasiswa dimudahkan untuk menyimpan dokumen seperti materi maupun tugas penting yang di kirim lewat *Google classroom*, sehingga jika mahasiswa belum sempat untuk mencetak dokumen yang diperlukan, mereka dapat mengakses terlebih dahulu melalui *classroom* nya masing-masing. Adapun hasil uji regresi yang dilakukan untuk melihat model, pada tabel 7.

Tabel 7. Hasil Uji t

Variabel	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error			
(Constant)	0.691	0.246		2.442	0.016
Kemudahan <i>Google classroom</i>	0.467	0.069	0.487	6.299	0.000
Kemanfaatan <i>Google classroom</i>	0.257	0.094	0.292	3.272	0.001

Tabel 7 menunjukkan bahwa berdasarkan pengujian dengan menggunakan SPSS diperoleh hasil pengujian *unstandardized coefficients* 0,467 lebih besar dari taraf signifikansi =0,05, maka signifikan. Sehingga dapat

disimpulkan bahwa kemudahan *google classroom* signifikan dan positif terhadap penggunaan *google classroom*. Pada hasil uji kemanfaatan *google classroom* dengan nilai 0,257 diperoleh hasil signifikan. Sehingga kemanfaatan *google classroom*

berpengaruh positif terhadap penggunaan *google classroom*.

Berdasarkan koefisien determinasi (R^2) diperoleh nilai 0,475 atau sebesar 47,5%. Sehingga disimpulkan bahwa kemudahan *google classroom*, kemanfaatan *google classroom* memiliki

pengaruh yang positif terhadap penggunaan *google classroom* dengan nilai sebesar 47,50% dan sisanya sebesar 52,5% diluar model tersebut. Untuk hasil koefisien determinasi dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8. Hasil Koefisien Determinasi (R^2) Kemudahan *Google classroom*, Kemanfaatan *Google classroom* Terhadap Penggunaan *Google classroom*

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.712 ^a	0.508	0.475	0.32805

- a. Predictors: (Constant), Kemudahan *Google classroom*, Kemanfaatan *Google classroom*
 b. Dependent Variable: Penggunaan *Google classroom*

Pada tabel 8, kemudahan *google classroom* terhadap penggunaan *google classroom* disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan. Sehingga dalam kemudahan *google classroom* selama situasi Covid-19 memudahkan guru untuk memberikan materi pembelajaran. Dimana, guru dapat menyampaikan materi, tugas dan informasi seputar kegiatan pembelajaran melalui media *google classroom*. Sementara itu, pengaruh dari kemanfaatan terhadap

pengguna dilihat dari meningkatnya produktivitas belajar dan mengajar oleh guru dan siswa, artinya walaupun tidak belajar bertatap muka, tidak mengganggu proses pembelajaran disekolah SMP Cahaya Pengharapan Abadi.

Hasil uji yang digunakan untuk mengetahui pengaruh dari efektifitas pembelajaran yang dilihat dari kemudahan *google classroom* dan kemanfaatan *google classroom* berdasarkan hasil uji-t dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9. Hasil Uji-t Kemudahan *Google classroom* Terhadap Efektifitas Pembelajaran

Variabel	Unstandardized		Standardized Coefficients	t	Sig.
	Coefficients B	Std. Error			
(Constant)	0.989	0.222		5.148	0.000
Kemudahan	0.172	0.059	0.234	3.015	0.003
Kemanfaatan	0.384	0.08	0.248	2.642	0.009

- a. Dependent Variable: Efektifitas Pembelajaran Siswa

Tabel 9 menunjukkan bahwa hasil uji parameter yaitu kemudahan *google*

classroom sebesar 0,172 berarti hasil positif terhadap penggunaan *google classroom*. Hasil uji kemanfaatan *google classroom* dengan nilai 0,384 artinya terdapat pengaruh yang positif dari kemudahan *google classroom* terhadap efektifitas pembelajaran. Artinya dengan

adanya *google classroom* maka penggunaan *google classroom* menyebabkan praktis dalam menjalankan tugas. Hasil koefisien determinasi (R^2) dilihat pada tabel 10.

Tabel 10. Hasil Koefisiensi Determinasi (R^2) Kemudahan, Kemanfaatan terhadap Efektifitas Pembelajaran

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
2	0.672 ^a	0.431	0.459	0.2925

Uji-t pada penggunaan *google classroom* terhadap efektifitas pembelajaran dilakukan pengujian untuk

mengetahui pengaruhnya. Sehingga hasil uji-t dapat dilihat pada tabel 11.

Tabel 11. Hasil Uji-t Penggunaan *Google classroom* Terhadap Efektifitas Pembelajaran

Variabel	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error			
(Constant)	1.715	0.204		8.423	0
Penggunaan	0.428	0.065	0.546	7.072	0

Tabel 11 menunjukkan bahwa hasil uji parameter yaitu penggunaan *google classroom* sebesar 0,428 berarti hasil

positif terhadap efektifitas pembelajaran. Hasil koefisien determinasi (R^2) dilihat pada tabel 12.

Tabel 12. Hasil Koefisien Determinasi (R^2) Penggunaan *Google classroom* Terhadap Efektifitas Pembelajaran

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
3	0.546 ^a	0.268	0.244	0.32821

a. Predictors: (Constant), Penggunaan *Google classroom*

b. Dependent Variable: Efektifitas Pembelajaran

Hasil analisis SPSS model summary menunjukkan bahwa Adjusted R-Square sebesar 0,244 atau sebesar 24,4%. Sehingga dapat diartikan bahwa

penggunaan *google classroom* berpengaruh terhadap efektifitas pembelajaran di SMP Cahaya Pengharapan Abadi. Penggunaan *google classroom* pada

situasi Covid-19 ini sangat membantu dalam proses pembelajaran di sekolah-sekolah. Menurut ([Fitra, Sitorus, Parulian Sinaga, & Marpaung, 2020](#)), bahwa keuntungan yang diperoleh jika mengikuti pembelajaran secara daring adalah kemandirian dalam belajar. Sedangkan menurut ([Bagas Panca Pradana, 2017](#)) dalam pembelajaran dengan menggunakan *google classroom*, baik siswa atau guru dapat mengumpulkan tugas dan melakukan diskusi mengenai materi belajar dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun. Sehingga menyebabkan proses pembelajaran lebih menarik dan efisien dalam melakukan pengelolaan waktu dan siswa tidak memiliki alasan untuk lupa akan tugas yang diberikan oleh guru yang mengajar pada saat tersebut. Adapun kecendrungan nilai yang diperoleh dari keefektifan penggunaan *google classroom* untuk media pembelajaran dapat disajikan pada tabel 12.

Tabel 12. Distribusi keefektifan pembelajaran dengan *google classroom*

Interval	F	%	Keterangan
$207 \leq M \leq 255$	8	25.81	Efektif
$159 \leq M \leq 207$	22	70.97	Cukup efektif
$111 \leq M \leq 159$	1	3.23	Tidak efektif
$63 \leq M \leq 111$	0	0.00	Sangat tidak efektif
Jumlah	31	100%	

Berdasarkan tabel 12 dapat dilihat bahwa keefektifan pembelajaran dengan menggunakan *google classroom* di SMP Cahaya Pengharapan Abadi termasuk

dalam kategori cukup efektif sebanyak 22 siswa (70,97%). *Google classroom* bersifat fleksibel artinya kemudahan dalam mengakses bagi siswa dimana saja dan kapan saja. Hanya diperlukan akses internet untuk dapat membuka aplikasi tersebut dan dapat diakses dengan menggunakan *smartphone* dalam proses pembelajaran oleh siswa. Sehingga dengan pemanfaatan *google classroom* secara efektif akan memudahkan guru dan siswa dalam berkomunikasi dan saling memberikan atau menerima informasi lebih cepat dan efisien tanpa harus bertatap muka diruang kelas. Dengan demikian, proses pembelajaran akan tetap berlangsung dan semakin efektif.

Keefektifan pembelajaran dari kemudahan penggunaan *google classroom* jika dilihat dari nilai sebesar 3.015. Ini berarti pembelajaran secara daring tidak menjadi hambatan bagi siswa untuk mengikuti pembelajaran. Melalui *google classroom*, siswa dapat memperoleh materi, contoh soal dan tugas yang di kirimkan oleh guru. Selain itu, tersedianya ruang untuk berdiskusi memudahkan siswa untuk dapat aktif bertanya jika menemukan persoalan dalam pembelajaran materi yang diberikan. Selain itu, kemudahan aplikasi *google classroom* untuk sarana pengumpulan tugas yang diberikan dalam proses belajar mengajar, tidak menjadi hambatan. Hal yang senada

dikatakan oleh (Eliyah, Isnani, & Utami, 2018) bahwa keefektifan merupakan cara atau usaha dari guru agar diperoleh hasil yang sesuai dengan keinginan. Selain itu, hal yang sama juga diperoleh dari hasil penelitian (Endah Wulantina & Maskar, 2019) menunjukkan bahwa melalui pembelajaran dengan *google classroom* membuat pembelajaran menjadi lebih efektif, pembelajaran blending *e-learning* berbasis website lebih efektif jika dibandingkan dengan konvensional.

Kemanfaatan *google classroom* jika dilihat dari hasil uji t sebesar 2.642. maka *google classroom* memiliki kemanfaatan terhadap efektifitas pembelajaran. Melalui penggunaan *google classroom*, maka dapat meningkatkan produktivitas belajar dan mengajar sehingga *google classroom* cukup efektif dalam proses pembelajaran di SMP Cahaya Pengharapan Abadi. Adapun persepsi kemanfaatan yaitu jika individu dalam menggunakan suatu teknologi akan mampu meningkatkan kinerja terutama bagi siswa dalam proses belajar mengajar.

D. Kesimpulan

Hasil analisis data yang dilakukan, maka diperoleh kesimpulan yaitu terdapat hasil positif persepsi kemudahan, kemanfaatan terhadap penggunaan *google classroom* di SMP Cahaya Pengharapan

Abadi dengan nilai R-adjusted sebesar 0.475. tingkat kemudahan yang diberikan oleh aplikasi *google classroom* akan memberikan respon yang positif oleh siswa terhadap penggunaan *google classroom*. Begitu pula dengan kemanfaatan terhadap penggunaan, artinya manfaat atau dampak dari penggunaan *google classroom* disukai oleh siswa, sangat membantu dalam berdiskusi pada guru yang mengajar.

Hasil penelitian terdapat pengaruh positif dan signifikan kemudahan, kemanfaatan terhadap efektifitas pembelajaran dengan nilai R-adjusted sebesar 0.475. Artinya kemudahan dalam memanfaatkan *google classroom* akan mampu menyebabkan efektifitas pembelajaran. Kemudahan menjadikan motivasi bagi siswa untuk terus bersemangat mengikuti pembelajaran. Sedangkan guru mampu memberikan semangat dan dukungan bagi siswa agar tetap belajar walaupun dalam kondisi tidak bertatap muka.

Hasil penelitian terdapat pengaruh positif dan signifikan penggunaan *google classroom* terhadap efektifitas pembelajaran dengan nilai sebesar 0.244. Artinya jika penggunaan terhadap *google classroom* meningkat akan berdampak pada peningkatan efektifitas pembelajaran.

Daftar pustaka

- Ambarita, A. M., Hasan, S., & Ambarita, A. (2017). Penggunaan Model *E-learning* Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Mahasiswa Pada Materi Microprocessor. *IJIS - Indonesian Journal On Information System*. <https://doi.org/10.36549/Ijis.V2i1.26>
- Arikunto, S. (2006). Data Penelitian Deskriptif. *Management Penelitian Analisis*.
- Bagas Panca Pradana, D. (2017). Pengaruh Penerapan Tools *Google classroom* Pada Model Pembelajaran Project Based Learning Terhadap Hasil Belajar Siswa. *IT-EDU*.
- Budiman, H. (2017). Peran Teknologi Informasi Dan Komunikasi Dalam Pendidikan. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*. <https://doi.org/10.24042/Atjpi.V8i1.2095>
- Efendi, Y., & Widodo, A. (2019). Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Tes Shooting Sepak Bola Pada Pemain Tim Persiwu Fc Jatiyoso. *Jurnal Kesehatan Olahraga*.
- Eliyah, S., Isnani, & Utami, W. B. (2018). Keefektifan Model Pembelajaran Course Review Horay Berbantuan Power Point. *Jes-Mat*.
- Endah Wulantina, & Maskar, S. (2019). Development Of Mathematics Teaching Material Based On Lampungnese Ethomathematics. *Edumatica : Jurnal Pendidikan Matematika*. <https://doi.org/10.22437/Edumatica.V9i02.7493>
- Fitra, A., Sitorus, M., Parulian Sinaga, D. C., & Marpaung, E. A. P. (2020). Pemanfaatan Dan Pengelolaan *Google classroom* Sebagai Media Pembelajaran Dan Pengajaran Daring Bagi Guru-Guru SMP. *Jurnal Pengabdian*. <https://doi.org/10.26418/Jplp2km.V3i2.42387>
- Hakim, M., & Mulyapradana, A. (2020). Pengaruh Penggunaan Media Daring Dan Motivasi Belajar Terhadap Kepuasan Mahasiswa Pada Saat Pandemi Covid-19. *Widya Cipta: Jurnal Sekretari Dan Manajemen*. <https://doi.org/10.31294/Widyacipta.V4i2.8853>
- Lestari, S. (2018). Peran Teknologi Dalam Pendidikan Di Era Globalisasi.

- Edureligia; Jurnal Pendidikan Agama Islam.*
<https://doi.org/10.33650/Edureligia.V2i2.459>
- Mudamayanti, P., & Wiryanto. (2020). Efektifitas Penggunaan Aplikasi *Google classroom* Untuk Mengukurpencapaian Indikator Terhadap Pembelajaran Matematika Materi Pengolahan Data Kelas V SD Di Tengah Situasi Lockdown Akibat Virus Covid-19. *Jurnal Ilmu Pendidikan PGSD.*
<https://doi.org/https://doi.org/10.30605/2615-7667.211>
- Muhson, A. (2010). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia.*
<https://doi.org/10.21831/Jpai.V8i2.949>
- Nirfayanti, N., & Nurbaeti, N. (2019a). Pengaruh Media Pembelajaran *Google classroom* Dalam Pembelajaran Analisis Real Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa. *Proximal Jurnal Penelitian Matematika Dan Pendidikan Matematika ISSN 26158132 (Cetak) ISSN 26157667 (Online).*
- Nirfayanti, N., & Nurbaeti, N. (2019). Pengaruh Media Pembelajaran *Google classroom* Dalam Pembelajaran Analisis Real Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa. *Proximal.*
<https://doi.org/https://doi.org/10.30605/2615-7667.211>
- Sabran, & Sabara, E. (2019). Keefektifan *Google classroom* Sebagai Media Pembelajaran. *Prosiding Seminar Nasional Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makasar.*
- Septantiningtyas, N. (2019). Pengembangan Desain Pembelajaran Pada Kelas Profesional PGMI *Google classroom.* *Edudeena.*
- Setiawardhani, R. T. (2013). Pembelajaran Elektornik (*E-learning*) Dan Internet Dalam Rangka Mengoptimalkan Kreativitas Belajar Siswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Ekonomi Unswagati.*
- Sinuraya, J. F. (2018). Hubungan Motivasi Dan Hasil Belajar Pada Materi Passing Bawah Bola Voli Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD. *Jurnal Penelitian Bidang Pendidikan.*

Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D. In *Metode Penelitian Ilmiah*.

Supratman, L. P. (2018). Penggunaan Media Sosial Oleh Digital Native. *Jurnal ILMU KOMUNIKASI*.
<https://doi.org/10.24002/jik.v15i1.1243>



Minat Belajar Siswa Dalam Mempraktekan Pembelajaran Penjas Di Rumah Pada Masa Covid-19

Student Interest in Practicing Physical Education at Home During the Covid-19 Period

Bela Nugraha, Akhmad Dimiyati, Resty Gustiawati

Pendidikan Jasmani Keolahragaan dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Singaperbangsa Karawang, Jl. HS.Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Kec. Telukjambe Tim, Kabupaten
Karawang, Jawa Barat, 41361, Indonesia

e-mail : bellanugraha3@gmail.com. akhmad.dimiyati@fkip.unsika.ac.id. restygustiawati@fkip.unsika.ac.id

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini dilakukan untuk mengetahui minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah di Masa Pandemic Covid-19 Kelas X di SMAN 1 PASAWAHAN. Untuk menjawab rumusan masalah penelitian yang telah dirumuskan, penulis menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survey. Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 PASAWAHAN dengan mengambil seluruh kelas X yang berjumlah 5 kelas. Namun, yang menjadi sampel dalam penelitian ini yaitu 40 orang siswa dari 5 kelas tersebut, yang masing-masing kelasnya diambil secara acak perkelas 8 Orang. Instrument yang digunakan adalah angket. Teknik analisis yang digunakan adalah menuangkan frekuensi ke dalam bentuk presentase. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah pada masa covid-19 SMAN 1 PASAWAHAN adalah tinggi dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada katagori tinggi dengan 13 siswa atau 32,5%. Minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah pada masa covid-19 siswa SMAN 1 PASAWAHAN yang berkatagori sangat tinggi 4 siswa atau 10%, tinggi 13 siswa atau 32,5%, sedang 12 siswa atau 30%, rendah 8 siswa atau 20%, sangat rendah 3 atau 7,5%.

Kata Kunci : minat belajar siswa, mempraktekan pembelajaran penjas di rumah

Abstract

The purpose of this study was conducted to determine student interest in practicing physical education learning at home during the Covid-19 Pandemic Class X at SMAN 1 PASAWAHAN. To answer the formulation of research problems that have been formulated, the author uses a quantitative approach with a survey method. This research was conducted at SMAN 1 PASAWAHAN by taking all class X which amounted to 5 classes. However, the sample in this study were 40 students from the 5 classes, each of whom was randomly drawn per class 8 people. The instrument used was a questionnaire. The analysis technique used is to pour the frequency into a percentage. The results of this study indicate that students' learning interest in practicing physical education learning at home during the covid-19 period of SMAN 1 PASAWAHAN is high with the consideration that the most frequency is in the high category with 13 students or 32.5%. Students' learning interest in practicing physical education learning at home during the covid-19 period of SMAN 1 PASAWAHAN students were categorized as very high 4 students or 10%, high 13 students or 32.5%, medium 12 students or 30%, low 8 students or 20%, very low 3 or 7.5%.

Keywords: student interest in learning, practicing physical education at home

* corresponding author: bellanugraha3@gmail.com

Artikel Info:

Submitted : 28/12/2020
Revised : 18/02/2021
Accepted : 02/03/2021
Published : 17/05/2021



Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Copyright © 2021

A. Pendahuluan

Seluruh dunia mulai tergoncang dengan adanya virus mematikan asal Wuhan China yaitu Covid-19. Semua elemen kehidupan berubah drastis, kematian dimana-mana hanya karena menghirup virus ini ([Parwanto, 2020](#)). Sektor ekonomi yang paling parah menelan gasasnya virus ini tetapi dunia pendidikan pun tak luput oleh gasasnya virus covid-19 ([Nasution et al., 2020](#)).

Pendidikan merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia dan sumber daya manusia yang dapat memerlukan wawasan yang sangat luas ([Gustiawati & Julianti, 2018](#)). Pendidikan memegang peran penting untuk membentuk pola pikir, akhlak dan perilaku manusia agar sesuai dengan norma-norma yang ada. Pendidikan adalah proses yang terus menerus dari penyesuaian yang lebih tinggi bagi manusia yang telah berkembang secara fisik dan mental yang bebas dan sadar kepada Tuhan, seperti termanifestasi dalam intelektual, emosional, dan kemanusiaan dari manusia ([Inanna, 2018](#)). Sedangkan pendidikan adalah suatu proses atau kegiatan yang diarahkan untuk merubah tabiat (behavior) manusia ([Musanna et al., 2017](#)).

Pendidikan jasmani olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan mengembangkan potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan ([Widodo, 2018](#)), perlombaan atau pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila ([Dimiyati & Aminah, 2017](#)).

Dalam penelitian ini, peneliti mengangkat masalah tentang minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah pada masa pandemic covid-19 pada siswa kelas X di SMAN 1 PASAWAHAN. Selain itu, peneliti juga ingin mengetahui lebih dalam tentang minat belajar yang ada pada peserta didik.

Dalam kegiatan pelaksanaan pendidikan jasmani di kelas X SMAN 1 PASAWAHAN masih belum mengumpulkan tugas praktek yang diberikan oleh guru, bahkan ada juga beberapa siswa yang tidak sama sekali menghiraukan tugas praktek yang diberikan. Hal ini dimungkinkan karena kurangnya minat dari siswa untuk mengikuti proses

pembelajaran atau sarana daring di rumah yang tidak memadai.

Berdasarkan pertimbangan diatas, peneliti membuat penelitian yang berjudul ***“Minat Belajar Siswa Dalam Mempraktekan Pembelajaran Penjas di Rumah di Masa Pandemic Covid-19 Kelas X di SMAN 1 PASAWAHAN”***, semoga dengan penelitian ini peneliti dapat mengetahui seberapa besar minat siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya dalam mempraktekan materi penjas di rumah.

Minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa keterikatan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh (P, 2019). Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu diluar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, maka semakin besar minat (Slameto, 2015).

Menurut (B & Elizabeth, 1980) mengatakan bahwa, “pada semua usia, minat memainkan peran yang penting dalam kehidupan seseorang dan mempunyai dampak yang besar atas perilaku dan sikap, karena minat menjadi sumber motivasi yang kuat untuk belajar. (Saleh & Malinta, 2020) Anak yang berminat terhadap sebuah kegiatan, baik permainan maupun pekerjaan,

akan berusaha lebih keras untuk belajar dibandingkan dengan anak yang kurang berminat.

Menurut (Pasaribu & Daulay, 2018) bahwa belajar gerak merupakan suatu rangkaian asosiasi latihan atau pengalaman yang dapat mengubah kemampuan gerak kearah kinerja keterampilan gerak tertentu. Sedangkan menurut (Pasaribu & Mashuri, 2019) Belajar gerak merupakan suatu pengaturan kembali pola gerak dasar yang mengakibatkan suatu perubahan tingkah laku gerak yang terjadi, sebagai hasil latihan. Menurut (Nurdin et al., 2020) Belajar gerak adalah belajar yang diwujudkan melalui respon-respon/ muskular, yang pada umumnya diekspedisikan dalam gerak tubuh atau bagian tubuh.

Coronavirus merupakan virus yang menyebabkan penyakit mulai dari flu biasa hingga penyakit yang lebih parah. Gejala yang ditemukan sepertidemam, batuk, sesak napas dan kesulitan bernafas (Susilo et al., 2020). Pada kasus yang lebih parah, infeksi dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian (Handayani et al., 2020). Kasus positif covid-19 pertama di Indonesia terjadi pada bulan Maret 2020 kemudian beberapa Coronavirus merupakan virus yang

menyebabkan penyakit mulai dari flu biasa hingga penyakit yang lebih parah ([Yuliana, 2020](#)).

B. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey. Menurut ([Sugiyono, 2012](#)) mengungkapkan, “metode survey digunakan untuk mendapatkan data dari tempat tertentu yang alamiah (bukan buatan), tetapi peneliti melakukan perlakuan dalam pengumpulan data, misalnya dengan mengedarkan kuisioner, test, wawancara terstruktur dan sebagainya (perlakuan tidak seperti dalam eksperimen). Dengan kata lain, teknik pengumpulan data secara kuisioner atau berbentuk angket.

Adapun populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMAN 1 PAAWAHAN yaitu, kelas X MIPA 1, X MIPA 2, X MIPA 3, X IIS 1 dan X IIS 2 yang berjumlah 187 siswa yang ada di SMAN 1 PASAWAHAN.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang kita akan teliti ([Arikunto, 2010](#)). Untuk sekedar ancer-ancer, maka apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi, jika

jumlah subjeknya besar, dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil 22% dari jumlah populasi yang ada, karena populasi dalam penelitian ini subjeknya lebih dari 100. Dikatakan simple (sederhana) karna pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Jumlah sampel yang digunakan adalah sebanyak 40 orang siswa dari masing masing kelas X. X MIPA 1= 8, X MIPA 2= 8, X MIPA 3= 8, X IIS 1= 8, X IIS 2= 8.

Adapun instrument dalam penelitian ini adalah berupa angket yang akan disebarluaskan dan di ujicobakan terlebih dahulu kepada sekolah yang berbeda yaitu SMAN 1 MANDIRANCAN di Cirebon. Menurut ([Kusumawati, 2015](#)), angket adalah sebuah pernyataan, jawaban yang akan responden isi sudah disediakan oleh peneliti sehingga responden hanya perlu menceklis ataupun memberi silang pada pernyataan yang sesuai dengan keadaan responden.

Adapun tahapan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini dengan cara sebagai berikut:

- Di tetapkan di sekolah tempat penelitian.

- Ditetapkan sampel siswa siswi kelas SMAN 1 PASAWAHAN yang diambil secara *simple random sampling*.
- Mempersiapkan tenaga pembantu dan pengawas pelaksanaan penelitian.
- Menjelaskan kepada sampel tentang maksud dan tujuan penelitian.
- Sebelum diadakan penelitian, angket di uji validasi terlebih dahulu di SMAN 1 MANDIRANCAN
- Hasil tes dan pengukuran selanjutnya dihitung dan dianalisa dengan statistik.

Tabel 1 Norma Penilaian

NO	Interval	Kategori
1	$X \geq M + 1. SD$	Sangat Baik
2	$M \leq X < M + 1. SD$	Baik
3	$M - 1. SD \leq X < M$	Kurang Baik
4	$M - 1. SD > X$	Sangat Kurang Baik

C. Hasil dan Pembahasan

Tabel 2 Hasil Presentase data keseluruhan

Interval	Frek	Presentase	Kategori
$86,279 < X$	4	10%	Sangat Tinggi
$76,513 < X \leq 86,279$	13	32,5%	Tinggi
$66,747 < X \leq 76,513$	12	30%	Sedang
$56,981 < X \leq 66,747$	8	20%	Rendah
$X \leq 56,981$	3	7,5%	Sangat Rendah
Total	40	100%	

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah dimasa covid-19 pada siswa kelas X SMAN 1 PASAWAHAN yaitu 4 orang siswa (10%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat tinggi, 13 orang siswa (32,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori tinggi, 12 orang siswa (30%) mempunyai minat belajar dengan katagori sedang, 8 orang siswa (20%) mempunyai minat belajar dengan katagori rendah, dan 3 orang siswa (7,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat rendah.

Tabel 3 Hasil Presentase Faktor

Intrinsik

Interval	Frek	Presentase	Kategori
$45,8505 < X$	5	12,5%	Sangat Tinggi
$39,5835 < X \leq 45,8505$	10	25%	Tinggi
$33,3165 < X \leq 39,5835$	18	45%	Sedang
$27,0495 < X \leq 33,3165$	4	10%	Rendah
$X \leq 27,0495$	3	7,5%	Sangat Rendah
Total	40	100%	

Dari tabel diatas, dapat diketahui faktor intrinsik bahwa minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah dimasa covid-19 pada siswa kelas X SMAN 1 PASAWAHAN yaitu 5 orang siswa (12,5%) mempunyai minat dengan katagori sangat tinggi, 10 orang siswa (25%)

mempunyai minat belajar dengan katagori tinggi, 18 orang siswa (45%) mempunyai minat belajar dengan katagori sedang, 4 orang siswa (10%) mempunyai minat belajar dengan katagori rendah, dan 3 orang siswa (7,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat rendah.

Tabel 4 Hasil Presentase Perasaan Senang

Interval	Fre k	Presenta se	Katagori
29,388 < X	6	15%	Sangat Tinggi
25,396 < X ≤ 29,388	11	27,5%	Tinggi
21,404 < X ≤ 25,396	16	40%	Sedang
17,412 < X ≤ 21,404	5	12,5%	Rendah
X ≤ 17,412	2	5%	Sangat Rendah
Total	40	100%	

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa indikator perasaan senang minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah dimasa covid-19 pada siswa kelas X SMAN 1 PASAWAHAN yaitu 6 orang siswa (15%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat tinggi, 11 orang siswa (27,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori tinggi, 16 orang siswa (40%) mempunyai minat belajar dengan katagori sedang, 5 orang siswa (12,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori rendah, dan 2 orang siswa (5%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat rendah.

Tabel 5 Hasil Presentase Aktifitas

Interval	Frek	Presentase	Katagori
16,785 < X	10	25%	Sangat Tinggi
14,295 < X ≤ 16,785	7	17,5%	Tinggi
11,805 < X ≤ 14,295	14	35%	Sedang
9,315 < X ≤ 11,805	8	20%	Rendah
X ≤ 9,315	1	2,5%	Sangat Rendah
Total	40	100%	

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa indikator aktivitas minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah dimasa covid-19 pada siswa kelas X SMAN 1 PASAWAHAN yaitu 10 orang siswa (25%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat tinggi, 7 orang siswa (17,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori tinggi, 14 orang siswa (35%) mempunyai minat belajar dengan katagori sedang, 8 orang siswa (20%) mempunyai minat belajar dengan katagori rendah, dan 1 orang siswa (2,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat rendah.

Tabel 6 Hasil Presentase Faktor Ekstrinsik

Interval	Frek	Presentase	Katagori
41,8445 < X	10	25%	Sangat Tinggi
37,4015 < X ≤ 41,8445	7	17,5%	Tinggi
32,9585 < X ≤ 37,4015	14	35%	Sedang
28,5155 < X ≤ 32,9585	5	12,5%	Rendah
X ≤ 28,5155	4	10%	Sangat Rendah
Total	40	100%	

Dari tabel diatas, dapat diketahui faktor ekstrinsik minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah dimasa covid-19 pada siswa kelas X SMAN 1 PASAWAHAN yaitu 10 orang siswa (25%) mempunyai minat dengan katagori sangat tinggi, 7 orang siswa (17,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori tinggi, 14 orang siswa (35%) mempunyai minat belajar dengan katagori sedang, 5 orang siswa (12,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori rendah, dan 4 orang siswa (10%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat rendah.

Tabel 7 Hasil Presentase Peranan Guru

Interval	Frek	Presentase	Katagori
29,831 < X	15	37,5%	Sangat Tinggi
26,897 < X ≤ 29,831	5	12,5%	Tinggi
23,963 < X ≤ 26,897	12	30%	Sedang
21,029 < X ≤ 23,963	4	10%	Rendah
X ≤ 21,029	4	10%	Sangat Rendah
Total	40	100%	

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa indikator peranan guru dari minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah dimasa covid-19 pada siswa kelas X SMAN 1 PASAWAHAN yaitu 15 orang siswa (37,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat tinggi, 5orang siswa (12,5%) mempunyai minat

belajar dengan katagori tinggi, 12orang siswa (30%) mempunyai minat belajar dengan katagori sedang, 4 orang siswa (10%) mempunyai minat belajar dengan katagori rendah, dan 4 orang siswa (10%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat rendah.

Tabel 8 Hasil Presentase Fasilitas

Interval	Frek	Presentase	Katagori
12,765 < X	11	27,5%	Sangat Tinggi
10,755 < X ≤ 12,765	7	17,5%	Tinggi
8,745 < X ≤ 10,755	10	25%	Sedang
6,735 < X ≤ 8,745	10	25%	Rendah
X ≤ 6,735	2	5%	Sangat Rendah
Total	40	100%	

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa indikator fasilitas dari minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah dimasa covid-19 pada siswa kelas X SMAN 1 PASAWAHAN yaitu 11 orang siswa (27,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat tinggi, 7 orang siswa (17,5%) mempunyai minat belajar dengan katagori tinggi, 10 orang siswa (25%) mempunyai minat belajar dengan katagori sedang, 10 orang siswa (25%) mempunyai minat belajar dengan katagori rendah, dan 2 orang siswa (5%) mempunyai minat belajar dengan katagori sangat rendah.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang hitung melalui statistik, maka dapat diambil kesimpulan bahwa minat belajar siswa dalam mempraktekan pembelajaran penjas di rumah dimasa covid-19 pada siswa kelas X SMAN 1 Pasawahan adalah tinggi, dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada katagori tinggi dengan 13 siswa atau 32,5%.

Secara rinci, sebanyak 4 siswa atau 10% mempunyai minat “sangat tinggi”, 13 siswa atau 32,5% mempunyai minat “tinggi”, 12 siswa atau 30% mempunyai minat “sedang”, 8 siswa atau 20% mempunyai minat “rendah”, 3 siswa atau 7,5% mempunyai minat “sangat rendah”.

Daftar Pustaka

Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Edisi Revisi 2010). In *Jakarta: Rineka Cipta* (10th Ed.).

B, H., & Elizabeth. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima (Lima)* (5th Ed.). Erlangga. http://stikesmajapahit.ac.id/Opac/Index.php?P=Show_Detail&Id=2495

Dimiyati, A., & Aminah, A. S. (2017). *Pengaruh Fun Outbound Untuk*

Meningkatkan Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Penjas Pada Siswa Kelas XI Di SMK Yisca Cilamaya Karawang. Seminar Nasional Riset Inovatif, 5, 153–158. <https://Eproceeding.Undiksha.Ac.Id/Index.php/Senari/Article/View/931>

Gustiawati, R., & Julianti, R. R. (2018). *Pengaruh Model Pendidikan Gerak (Movement Education) Terhadap Hasil Penilaian Kognitif Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. Jurnal Speed (Sport, Physical)*, 2(November), 44–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.35706/Speed.V1i2.1731>

Handayani, D., Hadi, D. R., Isbaniah, F., Burhan, E., & Agustin, H. (2020). *Corona Virus Disease 2019. Jurnal Respirologi Indonesia*, 40(2), 119–129. <http://jurnalrespirologi.org/Index.php/Jri/Article/View/101>

Inanna. (2018). *Peran Pendidikan Dalam Membangun Karakter Bangsa Yang Bermoral. JEKPEND: Jurnal Ekonomi Dan Pendidikan*, 1(1), 27–33. <https://doi.org/10.26858/Jekpend.V1i1.5057>

Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Pendidikan Penjasorkes: Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*

- (Cet. 1.) (1st Ed.). Alfabeta. <https://Onesearch.Id/Record/IOS6232.I.NLIS00000000009337>
- Musanna, A., Wibowo, U. B., & Hastutiningsih, A. D. (2017). Indigenisasi Pendidikan: Rasionalitas Revitalisasi Praksis Pendidikan Ki Hadjar Dewantara. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 2(1), 117–133. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v2i1.529>
- Nasution, D. A. D., Erlina, E., & Muda, I. (2020). Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Perekonomian Indonesia. *Jurnal Benefita*, 5(2), 212–224. <https://doi.org/10.22216/jbe.v5i2.5313>
- Nurdin, A., Perabunita, & Pasaribu, A. M. N. (2020). Pengaruh Media Audio Visual, Video Terhadap Penguasaan Gerak Dasar “Tendangan” Pencak Silat Pada Anggota Perguruan Cimande Desa Sukadamai Kecamatan Tanjung Lago Kabupaten Banyuasin. *Jurnal Speed (Sport, Physical ...)*, 3(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.35706/jurnal%20speed.v3i1.3562>
- P, A. A. (2019). Pengembangan Minat Belajar Dalam Pembelajaran. *Idaarah: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 3(2), 205–215. <https://doi.org/10.24252/idaarah.v3i2.10012>
- Parwanto, M. (2020). Virus Corona (2019-Ncov) Penyebab COVID-19. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(1), 1–2. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2020.v3.1-2>
- Pasaribu, A. M. N., & Daulay, D. E. (2018). Pengaruh Permainan Lari Estafet Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Motorik Kasar Siswa Kelas 3 Sdn Karet Ii Kabupaten Tangerang. *Prestasi*, 2(4), 9–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/jp.v2i4.11909>
- Pasaribu, A. M. N., & Mashuri, H. (2019). The Role Of Rhythmic Gymnastics For Physical Fitness For Elementary School Students. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(1 SE-Article), 89–97. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v5i1.12551
- Saleh, M. S., & Malinta, S. S. (2020). Survei Minat Belajar Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Smpn 30 Makassar. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 55–62. <https://doi.org/10.33369/jk.v4i1.10347>

Slameto. (2015). *Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Rineka Cipta.

[ess/Article/View/21026/Pdf](https://ejournal.ubharajaya.ac.id/index.php/JCESPORTS/ess/Article/View/21026/Pdf)

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D*. Alfabeta.

Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Sinto, R., Singh, G., Nainggolan, L., Nelwan, E. J., Khie, L., Widhani, A., Wijaya, E., Wicaksana, B., Maksum, M., Annisa, F., Jasirwan, O. M., Yuniastuti, E., Penanganan, T., New, I., ... Cipto, R. (2020). Coronavirus Disease 2019 : Tinjauan Literatur Terkini Coronavirus Disease 2019 : Review Of Current Literatures. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45–67.

<https://doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>

Widodo, A. (2018). Makna Dan Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Insan. *Jurnal Motion*, 9(1), 53–60.

https://www.researchgate.net/publication/329442726_Makna_Dan_Peran_Pendidikan_Jasmani_Dalam_Pembentukan_Insan_Yang_Melek_Jasmaniah-Literasi_Jasmaniahnya

Yuliana. (2020). Coronavirus Diseases (Covid-19): Sebuah Tinjauan Literatur. *Wellness And Healthy Magazine*, 2(1), 187–192.

<https://wellness.journalpress.id/welln>



Penggunaan Media Pembelajaran *Google Classroom* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mata kuliah Atletik Lanjutan

Use of Google Classroom Learning Media to Increase Learning Motivation for Advanced Athletics Subjects

Jan Bobby Nesra Barus

Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Quality Berastagi, Sempajaya, Kec. Berastagi, Sumatera Utara, 22513, Indonesia

e-mail: bobbybarusbb@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis motivasi belajar pada mahasiswa dengan menggunakan media pembelajaran *Google Classroom* bagi mahasiswa yang mengikuti perkuliahan atletik lanjutan pada prodi Olahraga di Universitas Quality Berastagi. Jenis penelitian adalah kuantitatif deskriptif, pengumpulan data dengan menggunakan alat bantu angket pada mahasiswa prodi olahraga dengan jumlah sampel sebesar 21 orang mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat motivasi mahasiswa prodi olahraga yang mengikuti pembelajaran dengan menggunakan media pembelajaran *Google Classroom* di Universitas Quality Berastagi signifikan termasuk pada kategori tinggi sebesar 76,19%. Perubahan cara belajar yang pada awalnya tatap muka menjadi daring yang diakibatkan karena COVID-19, sehingga peneliti tertarik untuk mengkaji mengenai motivasi belajar mahasiswa diakibatkan perubahan perilaku. Oleh sebab itu, motivasi sangat dibutuhkan dalam setiap proses pembelajaran dalam perkuliahan oleh mahasiswa.

Kata kunci: Motivasi, Media Pembelajaran, *Google Classroom*

Abstract

Changes in learning methods from face-to-face to online were due to COVID-19, so researchers are interested in examining student learning motivation due to behavior changes. The purpose of this study was to analyze the learning motivation of students using Google Classroom learning media for students who take advanced athletic courses in the Sports study program at the University of Quality Berastagi. This research is a descriptive quantitative research, data collection using a questionnaire tool in sports study program students with a total sample of 21 students. The results showed that the level of motivation of sports study program students who took part in learning using Google Classroom learning media at the University of Quality Berastagi was significantly included in the high category at 76.19%. Therefore, motivation is needed in every learning process in lectures by students.

Keywords: Motivation, Learning Media, *Google Classroom*

corresponding author: bobbybarusbb@gmail.com

Artikel Info:

Submitted: **18/01/2021**

Revised : **18/02/2021**

Accepted : **02/03/2021**

Published: **17/05/2021**



Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)
Copyright © 2021

A. Pendahuluan

Covid-19 yang sedang melanda Indonesia dan dunia berdampak di semua sektor terkhususnya dunia Pendidikan sehingga akan mempengaruhi sistem pembelajaran. Dimana, sistem pembelajaran yang awalnya bertatap muka beralih menjadi pembelajaran daring. Pemerintah menetapkan Covid-19 dalam bencana non alam, sehingga dikeluarkan KEPPRES Nomor 12 Tahun 2020 tentang program pembelajaran dirumah bagi setiap institusi di Indonesia.

Keputusan pemerintah tentang pembelajaran dimasa Covid-19 juga diterapkan oleh Universitas Quality Berastagi. Sebagai salah satu universitas swasta yang baru menerapkan sistem pembelajaran daring yang perlu belajar dan mensosialisasikan kepada mahasiswa, agar sistem pembelajaran secara daring dapat dilakukan dengan baik. Adapun sistem pembelajaran daring yang digunakan oleh Universitas Quality Berastagi yaitu dengan menggunakan aplikasi *Google Classroom* dan aplikasi *zoom*.

Google Classroom merupakan aplikasi yang didalamnya mampu menciptakan ruang kelas dalam dunia maya. Aplikasi *Google Classroom* yang digunakan oleh mahasiswa khususnya oleh mahasiswa Prodi Olahraga FKIP Universitas Quality Berastagi

tergolong hal yang baru dalam sistem pembelajaran. Sehingga mahasiswa memerlukan adaptasi terhadap aplikasi *Google Classroom* tersebut.

Disisi lain, diperlukan suatu motivasi dalam pembelajaran oleh mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan dengan menggunakan *Google Classroom*. Sehingga melalui pembelajaran secara daring terjadi perubahan dalam hal komunikasi kepada dosen. Perubahan interaksi yang terjadi dalam berbagi penjelasan materi perkuliahan menjadi terhalang oleh ruang dan waktu, sehingga penyesuaian dan motivasi sangat diperlukan dalam mengikuti pembelajaran secara sistem daring ini ([Abeysekera dan Dawson, 2015](#)).

Pembelajaran yang dilakukan secara daring adalah solusi yang diperoleh selama pandemic yang disebabkan oleh Covid-19. Dalam aturan yang mengharuskan bahwa setiap orang dianjurkan untuk berdiam diri dirumah agar penyebaran Covid-19 dapat dilakukan. Melalui pembelajaran daring dirumah, materi yang diberikan oleh dosen bersangkutan harus tetap mengikuti rencana pembelajaran yang dibuat sebelumnya. Akan tetapi, dosen dapat melakukan modifikasi cara pembelajaran yang dapat dimengerti oleh mahasiswa. Selain itu, setiap melakukan proses pembelajaran melalui

daring, dosen dapat memberikan motivasi kepada mahasiswa agar dapat bersemangat dalam mengikuti pembelajaran dan aktif selama proses pembelajaran.

Motivasi pembelajaran adalah suatu bentuk sikap yang ditunjukkan oleh seseorang dengan tujuan keinginan mengalami perubahan lebih baik, dalam bentuk efektif dan reaksi tentang bagaimana tujuan ingin dicapai ([Sunnah, Buwono dan Uliyanti, 2013](#)). Dari pernyataan tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi adalah dorongan yang berasal dari dalam individu untuk mengalami perubahan dalam pembelajaran untuk mencapai tujuan yang diinginkan oleh individu tersebut.

Dalam penerapan pembelajaran *daring*, Universitas Quality Berastagi menggunakan aplikasi *Google Classroom* dalam beberapa sesi pembelajaran. Materi dan tugas yang diberikan oleh dosen melalui *Google Classroom* mendorong mahasiswa untuk dapat aktif dan mandiri dalam mengerjakan setiap tugas yang diberikan oleh dosen.

Adapun salah satu mata kuliah daring yaitu atletik lanjutan. Mata kuliah ini terdapat praktek dilapangan. Dengan digunakannya pembelajaran secara daring pada aplikasi *Google Classroom* mengakibatkan motivasi mahasiswa menjadi sedikit berkurang. sehingga perlu dilakukan

kajian lebih dalam lagi, apa yang menyebabkan mahasiswa kurang memiliki motivasi dalam mengikuti perkuliahan atletik lanjutan.

Motivasi sangat penting dalam proses pembelajaran. Hal ini disebabkan, motivasi akan menumbuhkan gairah dan rasa senang dalam diri dalam kegiatan pembelajaran. Gairah yang ditumbuhkan oleh seseorang melalui motivasi, akan meningkatkan potensi dalam diri mahasiswa tersebut dalam menyerap setiap materi yang diberikan oleh dosen.

Motivasi Belajar

Motivasi merupakan keinginan yang berasal dari dalam diri seseorang dalam bentuk perubahan tingkah laku dalam pemenuhan kebutuhan ([Uno, 2014](#)). Bagi mahasiswa, motivasi akan sangat berpengaruh terhadap mahasiswa dalam mengikuti proses belajar mengajar terutama kuliah praktek. Sedangkan motif adalah suatu gerakan atau dorongan dari tingkah laku individu untuk pemenuhan dalam hal kebutuhan agar tujuan tercapai ([Sudibyo, 2009](#)).

Motivasi dibagi menjadi dalam dua jenis yaitu motivasi intinsik dan motivasi ekstrinsik ([Yuliasari, 2013](#)). Adapun kebutuhan dalam hal motivasi dalam diri

seseorang dapat juga dikatakan dengan tinggi, bila melakukan suatu kegiatan yang berhubungan dengan pembelajaran secara penuh dengan rasa serius dan juga tanggungjawab yang besar. Akan tetapi, Aplikasi *Google Classroom* digunakan sebagai saran dalam mendistribusikan tugas, mensubmit tugas dan juga nilai dari tugas tersebut ([Ilyas, Wijaya dan Danial, 2019](#)). Aplikasi *Google Classroom* akan memfasilitasi dosen/pengajar untuk mengembangkan kemampuan berbagi ilmu yang dimiliki dengan menyesuaikan kondisi mahasiswa bersangkutan dalam penggunaan *Google Classroom*, agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan lancar ([Suprihatin, 2015](#)). ([Dai dan Sternberg, 2004](#)), ([Andriani dan Rasto, 2019](#)).

Motivasi ekstrinsik merupakan motivasi yang berasal dari luar individu atau sering disebut motivasi yang berasal dari lingkungan individu. Contoh jika seorang mahasiswa mengerjakan tugas dengan baik, maka dosen memberikan apresiasi. Dalam pendidikan, motivasi ekstrinsik yaitu dorongan untuk dapat melakukan suatu kegiatan bersaing untuk mampu unggul, sehingga timbul rasa bangga dan puas atas hasil yang dicapai ([Santosa, 2016](#)). Sedangkan motivasi intrinsik adalah

motivasi yang berasal dari dalam diri individu untuk mencapai tujuan dalam proses pembelajaran.

Aplikasi *Google Classroom*

Aplikasi *Google Classroom* digunakan sebagai saran dalam mendistribusikan tugas, mensubmit tugas dan juga nilai dari tugas tersebut ([Ilyas, Wijaya dan Danial, 2019](#)). Aplikasi *Google Classroom* akan memfasilitasi dosen/pengajar untuk mengembangkan kemampuan berbagi ilmu yang dimiliki dengan menyesuaikan kondisi mahasiswa bersangkutan dalam penggunaan *Google Classroom*, agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan lancar ([Suprihatin, 2015](#)).

Google Classroom merupakan aplikasi pembelajaran yang didalamnya mampu menyediakan fasilitas pembelajaran didunia maya. Selain itu, motivasi metode pembelajaran dengan menggunakan *Google Classroom* digunakan untuk berbagi (*sharing*) dalam aktivitas berupa diskusi waktu atau ruang ([Abeysekera dan Dawson, 2015](#)).

Pengguna aplikasi *Google Classroom* siap, dapat dilakukan dimana dan kapan saja tanpa memerlukan persyaratan yang rumit. Tampilan desain kelas yang sederhana memudahkan pengguna lebih cepat dalam

menyesuaikan penggunaan *Google Classroom*. Hal ini dikarenakan *Google Classroom* merupakan aplikasi yang diciptakan oleh dan untuk siapa saja yang memiliki aplikasi google apps for education yang tersedia secara gratis ([Mózo, 2017](#)).

Definisi Atletik

Atletik adalah induk dari cabang ilmu olahraga. Sehingga setiap dari cabang olahraga yang melibatkan aktivitas fisik yang diberikan nomor atletik didalamnya. Atletik terdiri dari lompat, lari, tolak ([Dimiyati, 2017](#)). Selain itu, menurut (Ruslan, 2011) bahwa atletik berhubungan dengan aktivitas jasmani oleh seseorang dalam upaya latihan secara fisik, dimana latihan tersebut dapat berupa gerakan-gerakan yang disesuaikan dengan kebutuhan dalam kehidupan sehari-hari.

Atletik merupakan kuliah wajib yang harus diambil oleh mahasiswa olahraga termasuk di Universitas Quality Berastagi. Mata kuliah atletik dibagi dalam dua jenis, meliputi atletik dasar dan juga atletik lanjutan. Mata kuliah ini dalam setiap materinya mengharuskan untuk dilakukannya praktek secara langsung. Dalam proses perencanaan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, perlu dilakukan dengan baik agar perkembangan

dan perilaku oleh mahasiswa dapat mencapai tujuan dari proses belajar. Proses pembelajaran atletik tidak hanya menekan kepada pengembangan psikomotorik saja, akan tetapi perlu juga pengembangan secara kognitif dan afektif dengan baik ([Paramitha dan Anggara, 2018](#)).

B. Metode Penelitian

Pada penelitian ini digunakan metode analisis deskriptif kuantitatif. Sedangkan teknik dalam pengumpulan data penelitian menggunakan teknik survey dengan alat bantu *google form* yang berisi daftar pertanyaan dalam bentuk likert ([Adiat, Nawawi dan Abdullah, 2012](#)).

Populasi penelitian ini seluruh mahasiswa Prodi Olahraga FKIP di Universitas Quality Berastagi yang mengambil kuliah atletik lanjutan, sedangkan sampel yang mewakili sebesar 21 orang mahasiswa. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *sensus*.

Sebelum melaksanakan kegiatan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi dan membuat angket dengan menggunakan aplikasi *google formulir*. Jawaban atas pertanyaan yang dibuat oleh peneliti secara otomatis masuk ke email *google formulir*. Adapun skor penilaian instrument pada penelitian untuk

mengetahui kategori skor motivasi. Kategori dalam pengukuran motivasi mahasiswa selama kegiatan belajar secara online pada media *Google Classroom* digunakan skala likert dimana nilai 4: sangat tinggi; nilai 3 : tinggi; nilai 2: sedang, dan nilai 1 : rendah.

C. Hasil dan Pembahasan

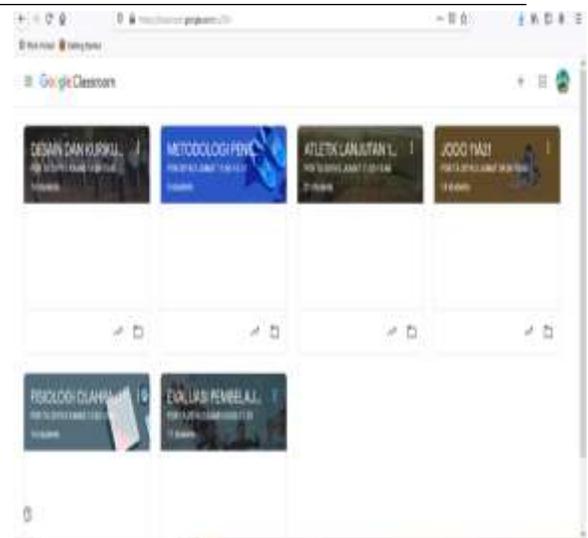
Data hasil belajar yang dilakukan secara deskriptif, akan dijabarkan pada tabel distribusi frekuensi sehingga akan terlihat hasil capaian mahasiswa yang mengikuti perkuliahan atletik lanjutan pada skor-skor tertentu. Kriteria untuk menjawab pertanyaan hasil belajar mahasiswa POR berdasarkan pada skala yang dijabarkan pada tabel 1.

Tabel 1. Kriteria Hasil Belajar

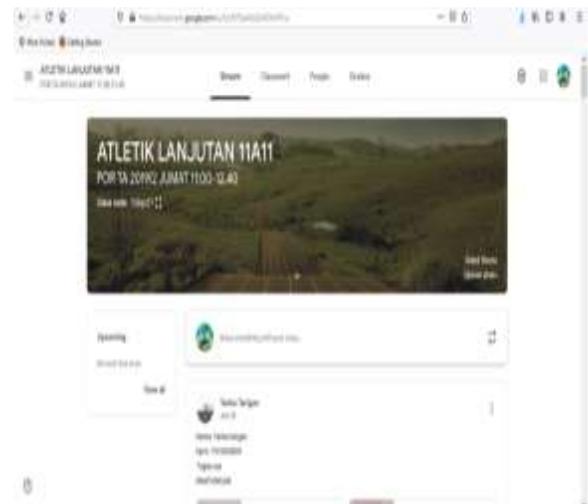
Tingkat Penguasaan	Kategori
85 - 100	Sangat Tinggi
70 - 84	Tinggi
56 - 69	Sedang
45 - 55	Rendah
0 - 44	Sangat Rendah

Analisis Deskriptif

Dalam penelitian ini, peneliti terlebih dahulu telah membuat kelas yang dapat dilihat pada <https://classroom.google.com>. Adapun judul mata kuliah yang diberi judul pada *Google Classroom* yaitu atletik lanjutan seperti yang terlihat pada tampilan gambar 1 berikut ini.



Gambar 1. Tampilan Awal Kelas



Gambar 2. Tampilan Awal Kelas Atletik Lanjutan

Berdasarkan hasil penilaian tes hasil belajar mahasiswa diperoleh bahwa skor tes hasil belajar mahasiswa setelah diterapkan dalam penggunaan media belajar dengan *Google Classroom* cukup bervariasi. Nilai pada tabel statistik tes motivasi hasil belajar mahasiswa yang mengikuti perkuliahan atletik lanjutan pada mahasiswa di prodi

Olahraga di kampus Universitas Quality berikut ini.
Berastagi yang akan dapat dilihat di tabel 2

Tabel 2. Nilai Statistik Motivasi Belajar Mahasiswa

Statistik	Nilai Statistik
Subjek	21
Nilai Ideal	100
Nilai Rata-rata	80,95
Nilai Tertinggi	95,00
Nilai Terendah	70,00
Rentang Nilai	25,00
Median	83,00
Modus	80,95
Standar Deviasi	7,36
Variansi	54,24

Sumber : data olahan SPSS, 2020

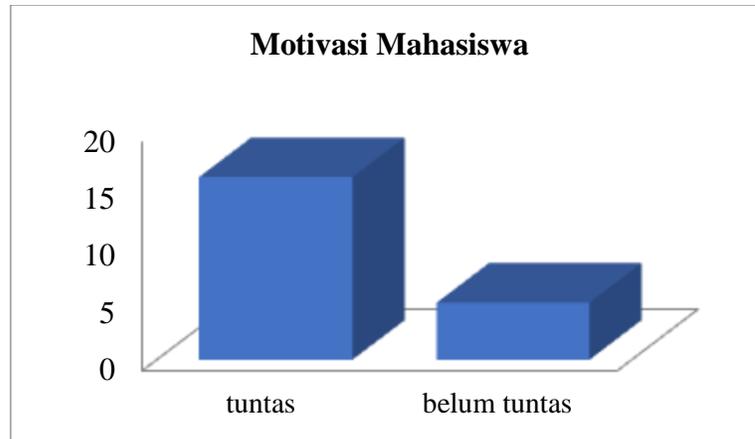
Berdasarkan tabel 2 di atas, motivasi belajar mahasiswa yang dilihat dari nilai dari rata-rata hasil belajar yang diperoleh oleh mahasiswa prodi olahraga FKIP yang mengikuti perkuliahan atletik lanjutan adalah sebesar 80,95 dengan standar deviasi 7,36. Nilai yang dicapai mahasiswa tersebar dengan nilai tertinggi 95,00 sampai nilai terendah 70,00 dari nilai tertinggi yang mungkin dicapai 100 dan nilai terendah yang mungkin dicapai 0.

Banyak mahasiswa yang telah tuntas pada materi atletik lanjutan ini sebanyak 16 orang (atau 76,19% tuntas) dan ada 5 orang (23,81%) yang belum tuntas atau belum memenuhi nilai ketuntasan 70. Sementara, nilai rata-rata hasil belajar mahasiswa adalah 80,95 atau termasuk dalam kategori tinggi. Untuk melihat ketuntasan mahasiswa FKIP dalam mengikuti *Google Classroom* dilihat pada tabel 3 sebagai berikut.

Tabel 3. Ketuntasan Mahasiswa dalam mengikuti *Google Classroom*

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tuntas	16	76,19
2.	Tidak Tuntas	5	23,81
Jumlah		21	100,00

Sumber : data olahan primer, 2020



Gambar 3. Motivasi Mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan atletik lanjutan

Selanjutnya, hasil respon mahasiswa setelah disebarakan angket pada classroom menunjukkan bahwa nilai persentase respon mahasiswa adalah 82,51% atau termasuk dalam kategori sangat baik. Penggunaan *Google Classroom* mampu memberikan motivasi belajar bagi mahasiswa, karena pembelajaran yang lebih menarik dan dibantu orang tua di rumah. Penelitian tetap dilakukan di ruang kelas, untuk selanjutnya penggunaan *Google Classroom* ini digunakan di rumah.

Guru, peserta didik dan orangtua saling berhubungan untuk Bersama-sama melakukan Pekerjaan Rumah peserta didik, sehingga dapat dipastikan peserta didik mendapatkan perhatian lebih dari orang tuanya ([Suhada et al., 2020](#)).

Analisis Uji Hipotesis

Adapun hasil uji hipotesis dari penelitian yang dilaksanakan akan dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji One Sample Test

Sumber	t _{hitung}	Nilai - p	Keterangan
Tes Hasil Belajar Mahasiswa	50,367	0,000	H ₀ ditolak

Sumber : data olahan SPSS, 2020

H01: Tidak ada perbedaan hasil belajar mahasiswa setelah menggunakan media *Google Classroom* POR Universitas Quality Berastagi di mata kuliah atletik lanjutan pada tahun ajaran genap 2019/2020.

Berdasarkan rangkuman hasil analisis data pada tabel 5 diperoleh nilai t-hitung = 50,367 dengan nilai-p= 0,000 < α = 0,05.

Oleh karena nilai-p < 0,05, berdasarkan kriteria dalam mengambil keputusan pada hipotesis, sehingga dapat disimpulkan

bahwa H_0 ditolak. Artinya, ada perbedaan hasil belajar mahasiswa setelah diajar dengan menggunakan media *Google*

Classroom POR Universitas Quality Berastagi di mata kuliah atletik lanjutan pada tahun ajaran genap 2019/2020.

Tabel 6. Hasil Uji One Sample Test

Sumber	t_{hitung}	Nilai - p	Keterangan
Tes Motivasi Belajar Mahasiswa	53,437	0,000	H_0 ditolak

Sumber : data olahan SPSS, 2020

H_{02} : Tidak ada perbedaan motivasi belajar mahasiswa setelah menggunakan media *Google Classroom* POR Universitas Quality Berastagi di mata kuliah atletik lanjutan pada tahun ajaran genap 2019/2020.

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa rangkuman hasil analisis data diperoleh nilai $t_{hitung} = 53,437$ dengan nilai- $p = 0,000 < \alpha = 0,05$. Oleh karena nilai- $p < 0,05$, maka sesuai dengan kriteria pengambilan keputusan untuk uji hipotesis, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak. Artinya, ada perbedaan motivasi belajar mahasiswa setelah diajar dengan menggunakan media *Google Classroom* POR Universitas Quality Berastagi di mata kuliah atletik lanjutan pada tahun ajaran genap 2019/2020.

lanjutan adalah 80,95. Sebanyak 16 mahasiswa atau sekitar 76,19% mahasiswa dinyatakan tuntas dengan nilai akhir ≥ 70 sedangkan sebanyak 5 mahasiswa atau sekitar 23,81% mahasiswa tidak dinyatakan tuntas karena memperoleh nilai akhir < 70 .

Motivasi berupa keinginan yang berasal dari dalam individu seseorang. Sehingga menyebabkan individu dapat bertindak dan berbuat. Pada penelitian ini, untuk mengukur motivasi pada mahasiswa yang mengikuti perkuliahan atletik lanjutan di Universitas Quality Berastagi digunakan data yang dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif.

Pembahasan

Hasil belajar pada mahasiswa POR Universitas Quality Berastagi berdasarkan pada tabel 5, rata-rata nilai hasil belajar mahasiswa POR Universitas Quality Berastagi yang mengikuti kuliah atletik

Menurut ([Setiawan, 2017](#)), untuk melihat hasil belajar mahasiswa meningkat atau tidak, hendaknya dosen melakukan evaluasi terhadap hasil belajar mahasiswa. Karena itu, evaluasi memiliki manfaat untuk

mengetahui tingkat bagaimana tingkat penguasaan peserta terhadap materi yang diberikan, mengetahui bagaimana tingkat kemajuan dan hasil nilai belajar yang diperoleh sesuai dengan standard yang telah ditetapkan sebelumnya, mengetahui kecakapan dan motivasi terhadap bakat dan minat dalam kegiatan pembelajaran, melakukan seleksi dengan memilih dan menentukan materi yang akan digunakan disesuaikan dengan peserta didik dan menentukan berdasarkan kenaikan kelas.

Hasil observasi respon mahasiswa melalui pengumpulan data kuesioner diperoleh bahwa nilai persentase sebesar 80,11%. Berdasarkan hasil angket respons mahasiswa, persentase respons mahasiswa pendidikan olahraga terendah adalah 75,25% sedangkan persentase respons mahasiswa tertinggi adalah 91,05%. Persentase respons mahasiswa terendah adalah ketika mahasiswa diminta menanggapi apakah teman-temannya menyarankan untuk menggunakan *Google Classroom*, sedangkan persentase respons mahasiswa tertinggi diperoleh pada saat mahasiswa diminta menanggapi dengan pada *Google Classroom*, sehingga diperoleh pengumuman dalam materi yang berikan dan juga pengumpulan dari tugas menjadi lebih fleksibel dari menggunakan secara

manual.

Hasil observasi respon mahasiswa terhadap penggunaan *Google Classroom* maka diperoleh data bahwa *Google Classroom* sangat berguna dalam proses pembelajaran atletik lanjutan. Hal ini dibuktikan dengan nilai persentase respon mahasiswa yang diperoleh sebesar 81,25%, salah satunya mahasiswa dapat melihat dan membuka materi maupun tugas-tugas yang sudah diupload pada *Google Classroom*.

Perkembangan teknologi dari yang sederhana sampai yang canggih dimanfaatkan dalam kemajuan pendidikan saat ini. Kemajuan ilmu pengetahuan teknologi, terutama informasi teknologi membawa banyak dampak positif bagi kemajuan dunia pendidikan dewasa ini. Salah satu wujud dari memanfaatkan berbagai teknologi informasi dalam mendukung kegiatan pembelajaran yaitu adanya adanya *E-Learning* dengan menggunakan *Google Classroom*. Pada hakikatnya *E-Learning* merupakan pendekatan pembelajaran atau pembelajaran melalui pemanfaatan pendekatan teknologi komputer dan internet ([Endah Wulantina, 2019](#)), ([Setiawan, 2017](#)).

Hasil pengunggahan materi 81,22% dan tugas atletik lanjutan 79,73% diperoleh juga nilai persentase respon mahasiswa.

Sehingga dikatakan bahwa performa *Google Classroom* dapat menunjang pembelajaran atletik lanjutan karena dengan *Google Classroom*. Mahasiswa dimudahkan untuk menyimpan dokumen seperti materi maupun tugas penting yang di kirim lewat *Google Classroom*, sehingga jika mahasiswa belum sempat untuk mencetak dokumen yang diperlukan, mereka dapat mengakses terlebih dahulu melalui *classroom* nya masing-masing. Selain itu mahasiswa juga dimudahkan untuk memperoleh pengumuman yang diberikan oleh dosen secara cepat (*real time*) sehingga menjadi efektif dan efisien dari segi waktu.

Google Classroom merupakan aplikasi ruang kelas terstuktur dalam proses pembelajaran yang ada saat ini. Aplikasi *Google Classroom* dapat di download di handphone android siswa secara gratis. Proses pembelajaran melalui *Google Classroom* sangat mudah dilakukan, pemberian tugas pun sangat menghemat waktu karena guru memberikan tugas tanpa kertas. Selain itu materi ajar juga masih dapat diakses walaupun siswa sudah tidak berada di kelas lagi. Berbagai kemudahan memang disajikan oleh kemajuan teknologi hari ini yang mendukung terwujudnya pembelajaran yang lebih efek ([Hasniwati, 2019](#)).

Hal inilah yang membuat mahasiswa termotivasi dalam pembelajaran karena tugas yang diberikan bisa tiap saat diubah jika masih ada yang kurang, terlebih lagi mereka dapat mengetahui kapan *deadline* dari tugas yang diberikan. Selain itu, mereka tidak perlu menggunakan kertas untuk mengumpulkan tugas-tugasnya. ([Khoiroh, 2018](#)), ([Nirfayanti dan Nurbaeti, 2019](#)) bahwa ada pengaruh hasil belajar pada siswa dengan motivasi yang tinggi, akan berdampak pada hasil belajar yang tinggi pula dan berbanding terbalik dengan hasil belajar siswa yang memiliki motivasi belajar yang rendah akan digunakan model *blended learning*.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa motivasi mahasiswa yang mengikuti kuliah atletik lanjutan POR Universitas Quality Berastagi terdapat pengaruh signifikan terhadap pembelajaran dengan menggunakan media *Google Classroom* dengan motivasi mahasiswa dalam belajar, dimana hasil yang diperoleh yaitu pada kategori tinggi sebesar 76,19%.

Hasil analisis data diperoleh nilai t -hitung = 50,367 dengan nilai $p= 0,000 < \alpha = 0,05$. Oleh karena nilai $p < 0,05$, berdasarkan kriteria pengambilan keputusan untuk uji

hipotesis, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak. Artinya, ada perbedaan hasil belajar mahasiswa setelah diajar dengan menggunakan *Google Classroom* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah atletik lanjutan. Sedangkan hasil analisis data diperoleh nilai $t\text{-hitung} = 53,437$ dengan nilai- $p = 0,000 < \alpha = 0,05$. Oleh karena nilai- $p < 0,05$, berdasarkan kriteria pengambilan keputusan untuk uji hipotesis, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak. Artinya, ada perbedaan motivasi belajar mahasiswa setelah diajar dengan menerapkan *Google Classroom* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah atletik lanjutan.

Daftar pustaka

Abeyssekera, L. Dawson, P. (2015). Motivation and cognitive load in the flipped classroom: definition, rationale and a call for research, *Higher Education Research and Development*. doi: [10.1080/07294360.2014.934336](https://doi.org/10.1080/07294360.2014.934336).

Adiat, K. A. N., Nawawi, M. N. M. Abdullah, K. (2012). Assessing the accuracy of GIS-based elementary multi criteria decision analysis as a spatial prediction tool - A case of predicting potential zones of sustainable groundwater resources', *Journal of Hydrology*. doi:

[10.1016/j.jhydrol.2012.03.028](https://doi.org/10.1016/j.jhydrol.2012.03.028).

Andriani, R. Rasto, R. (2019). Motivasi belajar sebagai determinan hasil belajar siswa', *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*. doi: [10.17509/jpm.v4i1.14958](https://doi.org/10.17509/jpm.v4i1.14958).

Dai, D. Y. Sternberg, R. J. (2004) *Motivation, emotion, and cognition: Integrative perspectives on intellectual development and functioning, Motivation, Emotion, and Cognition: Integrative Perspectives on Intellectual Functioning and Development*. doi: [10.4324/9781410610515](https://doi.org/10.4324/9781410610515).

Dimiyati, A. (2017). Pengembangan Model Permainan Atletik Anak Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Lari Bagi Siswa Berkebutuhan Khusus (Tunarungu) Di SLB Negeri Kabupaten Karawang', *Journal Sport Area*. doi: [10.25299/sportarea.2017.vol2\(2\).1031](https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2(2).1031).

Endah Wulantina, S. M. (2019). Persepsi Peserta Didik terhadap Metode Blended Learning dengan *Google Classroom*', *Jurnal Inovasi Matematika*. doi: [10.35438/inomatika.v1i2.156](https://doi.org/10.35438/inomatika.v1i2.156).

Hasniwati, H. (2019). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Bahasa Indonesia

- Dengan Menggunakan Metode Pembelajaran Problem Solving Di Sd Negeri 010 Talontam Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi. *Jurnal Pajar (Pendidikan dan Pengajaran)*. doi: [10.33578/pjr.v3i2.7015](https://doi.org/10.33578/pjr.v3i2.7015).
- Ilyas, A., Wijaya, M. Danial, M. (2019). Pengembangan Modul Pembelajaran Berbasis Proyek (Project Based Learning) Untuk Meningkatkan Life Skills Peserta Didik Kelas Xi Ipa Sma Negeri 18 Bone (Studi Pada Materi Pokok Koloid. *Chemistry Education Review (CER)*. doi: [10.26858/cer.v2i2.8721](https://doi.org/10.26858/cer.v2i2.8721).
- Khoiroh, N. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Blended Learning dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VIII SMPN 1 Gumukmas. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*. doi: [10.21831/jpipfip.v10i2.13986](https://doi.org/10.21831/jpipfip.v10i2.13986).
- Mózo, B. S. (2017). Implementasi Zoom, Google Classroom, Dan Whatsapp Group Dalam Mendukung Pembelajaran Daring (Online) Pada Mata Kuliah Bahasa Inggris Lanjut', *Journal of Chemical Information and Modeling*. doi: [10.1017/CBO9781107415324.004](https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004).
- Nirfayanti, N. Nurbaeti, N. (2019) 'Pengaruh Media Pembelajaran Google Classroom Dalam Pembelajaran Analisis Real Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa. *Proximal*. doi: <https://doi.org/10.30605/2615-7667.211>.
- Paramitha, S. T. Anggara, L. E. (2018). Revitalisasi Pendidikan Jasmani untuk Anak Usia Dini melalui Penerapan Model Bermain Edukatif Berbasis Alam. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. doi: [10.17509/jpjo.v3i1.10612](https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10612).
- Ruslan (2011). Meningkatkan Kondisi Fisik Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) di Provinsi Kalimantan Timur. *Ilara*.
- Santosa, D. T. (2016). Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Motivasi Belajar Dan Solusi Penanganan Pada Siswa Kelas Xi Jurusan Teknik Sepeda Motor', *Jurnal Pendidikan Teknik Otomotif*.
- Setiawan, H. R. (2017). Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Mahasiswa Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Group Investigation Pada Mata Kuliah Psikologi Pendidikan di Program Studi Pendidikan Agama

- Islam FAI UMSU 2016-2017',
Intiqad: Jurnal Agama dan Pendidikan Islam. doi:
[10.30596/intiqad.v9i1.1081](https://doi.org/10.30596/intiqad.v9i1.1081).
- Sudiby, B. (2009). Sistem Penjaminan Mutu Pendidikan. *Permendiknas*.
- Suhada, I. *et al.* (2020). Pembelajaran Daring Berbasis *Google Classroom* Mahasiswa Pendidikan Biologi Pada Masa Wabah Covid-19, Digital Library UIN Sunan Gunung Jati.
- Sunnah, Buwono, S. Uliyanti, E. (2013). Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial Dengan Menggunakan Metode Diskusi. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*.
- Suprihatin, S. (2015). Upaya Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. Promosi (Jurnal Pendidikan Ekonomi). doi: [10.24127/ja.v3i1.144](https://doi.org/10.24127/ja.v3i1.144).
- Uno, B. H. (2014). Teori Motivasi & Pengukurannya. *Personnel Review*.
- Yuliasari, A. (2013). Peran Dominan Motivasi Intrinsik Dan Motivasi Ekstrinsik Siswa Putri Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal (Studi pada SMA Dr. Soetomo Surabaya). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*.



Hubungan Motivasi Dan Media Pembelajaran Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani

The Relationship between Motivation and Learning Media with Physical Education Learning Outcomes

Tio Ahmad Maulana, Rekha Ratri Julianti, Akhmad Dimiyati

Universitas Singaperbangsa Karawang, Jl. HS.Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Kec. Teluk Jambe Timur, Kabupaten Karawang, Jawa Barat, 41361, Indonesia

email : 1610631070155@student.unsika.ac.id rekha.ratri@fkip.unsika.ac.id akhmad.dimiyati@fkip.unsika.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) korelasi antara motivasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani, (2) korelasi antara media pembelajaran dengan hasil belajar pendidikan jasmani, dan (3) korelasi antara motivasi dan media pembelajaran dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang. Jenis penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa/i kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang sebanyak 211 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan angket/kuesioner. Uji validitas menggunakan rumus *korelasi product moment* dan uji reliabilitas menggunakan rumus *cronbach alpha*. Teknik analisis data menggunakan rumus korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Terdapat korelasi yang signifikan antara motivasi siswa dengan hasil belajar siswa. Hal ini ditunjukkan dari nilai r hitung lebih besar dari r tabel ($0,142 > 0,138$) dan nilai signifikansi sebesar $0,040 < 0,05$; (2) Terdapat korelasi yang signifikan antara media pembelajaran dengan hasil belajar siswa. Hal ini ditunjukkan dari nilai r hitung lebih besar dari r tabel ($0,261 > 0,138$) dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$; dan (3) Terdapat korelasi yang signifikan antara motivasi dan media pembelajaran secara bersama-sama dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang. Hal ini ditunjukkan dari koefisien korelasi atau R sebesar $0,283 > 0,138$, dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Untuk meningkatkan hasil belajar siswa, faktor yang perlu ditingkatkan adalah motivasi siswa serta media pembelajaran.

Kata Kunci : Motivasi, Media Pembelajaran, Hasil Belajar Pendidikan Jasmani.

Abstract

This study aims to find out: (1) correlation between student motivation and physical education learning outcomes, (2) correlation between learning media and physical education learning outcomes, and (3) correlation between motivation and learning media with physical education learning outcomes of students of grade XI IPA SMAN 1 Klari Karawang Regency. This type of research is correlational research. The subjects of this study were all students of grade XI IPA SMAN 1 Klari Karawang Regency as many as 211 students. Data collection techniques using questionnaires. Validity test using product moment correlation formula and reliability test using cronbach alpha formula. Data analysis techniques using product moment correlation formula. The results showed that: (1) There was a significant correlation between student motivation and student learning outcomes. This is indicated by a calculated r value greater than the table r ($0.142 > 0.138$) and a significance value of $0.040 < 0.05$; (2) There is a significant correlation between learning media and student learning outcomes. This is indicated from a calculated r value greater than table r ($0.261 > 0.138$) and a significance score of $0.000 < 0.05$; and (3) There is a significant correlation between motivation and learning media together with the results of physical education study of students of grade XI IPA SMAN 1 Klari Karawang Regency. This is shown from the correlation coefficient or R of $0.283 > 0.138$, and the value of significance of $0.000 < 0.05$. to improve student learning outcomes, factors that need to be improved are student motivation and learning media.

Keywords: Motivation, Learning Media, Physical Education Learning Outcomes

corresponding author: 1610631070155@student.unsika.ac.id

Artikel Info:

Submitted: 18/03/2021

Revised : 28/03/2021

Accepted : 19/04/2021

Published: 17/05/2021



Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Copyright © 2021

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting dan tidak dapat dipisahkan dari kehidupan seseorang baik dalam keluarga, masyarakat dan bangsa ([Pujiyanto et al., 2020](#)). Pendidikan dapat diartikan sebagai kebutuhan dasar setiap manusia untuk menjamin keberlangsungan hidupnya agar lebih bermanfaat ([Dimiyati & Aminah, 2017](#)). Keberhasilan pendidikan akan dicapai suatu bangsa apabila ada usaha untuk meningkatkan mutu pendidikan bangsa itu sendiri ([Muna, 2017](#)). Dalam proses pembelajaran, pendidikan jasmani tidak dapat dipisahkan dari unsur-unsur pelajaran sesuai dengan kaidah pendidikan jasmani yakni belajar sambil berolahraga ([Daulay et al., 2020](#)).

Sebagai salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi ([Mustafa & Dwiyoogo, 2020](#)). PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan

pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional ([Depdiknas, 2020](#)).

Indikator keberhasilan pelajaran PJOK tidak bisa dicapai tanpa adanya peran kreatif seorang guru ([Herlina & Suherman, 2020](#)). Guru yang kreatif mampu mengadakan pembelajaran yang membuat siswa lebih aktif, pembelajaran mudah dilaksanakan, dan pencapaian tujuan pembelajaran ([Juhji, 2016](#)). Keberhasilan pembelajaran PJOK juga memerlukan peran aktif siswa dalam setiap kegiatan pembelajaran ([Pasaribu & Mashuri, 2019](#)). Oleh karena itu, seorang guru penjas dituntut menerapkan pendekatan yang variatif pada setiap kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan agar siswa menjadi aktif sehingga proses pembelajaran terlaksana dengan baik.

Peran guru adalah perencanaan pengajaran dan pengelola proses belajar mengajar ([Aziz, 2016](#)). Guru PJOK perlu memahami kondisi dan karakteristik setiap siswa dan menumbuhkan motivasi kepada setiap siswa untuk belajar dan terlibat secara aktif dalam pembelajaran ([Kanca, 2017](#)).

Salah satu faktor yang berhubungan dengan hasil belajar siswa yaitu motivasi. Motivasi dianggap penting dalam upaya belajar dan pembelajaran dilihat dari segi

fungsi dan nilainya atau manfaatnya. Uraian diatas menunjukkan bahwa, motivasi mendorong timbulnya tingkah laku dan mempengaruhi serta mengubah tingkah laku ([Lengkana et al., 2017](#)). Hal senada juga di sampaikan oleh ([Hamzah, 2020](#)) motivasi adalah dorongan dasar yang menggerakkan seseorang dalam bertingkah laku. Sehingga motivasi dapat diartikan sebagai daya penggerak yang menjadi dasar bagi siswa dalam meningkatkan hasil belajar.

Faktor lain yang juga mempengaruhi hasil belajar siswa yaitu media pembelajaran. Menurut ([Kustandi & Suctjipto, 2014](#)) mengemukakan bahwa media pembelajaran adalah alat yang dapat membantu proses belajar mengajar dan berfungsi untuk memperjelas makna pesan yang disampaikan sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran dengan lebih baik dan sempurna. Menurut ([Titting, Fellyson, Hidayah, Taufik, Pramono, 2016](#)) media pembelajaran merupakan alat bantu untuk memvisualisasikan pembelajaran agar menarik minat belajar siswa. Sehingga dapat disimpulkan media pembelajaran merupakan media alat bantu visualisasi yang digunakan dalam proses belajar mengajar dengan tujuan untuk dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Dalam pelajaran PJOK media pembelajaran tentu sangat penting guna

mencapai tujuan pembelajaran, oleh karena itu guru sebagai pendidik harus tepat dalam memilih media pembelajaran, dan harus bisa memodifikasi media pembelajaran jika memang disekolah tersebut kurang memfasilitasi dalam hal sarana dan prasarannya ([Saleh & Ramdhani, 2020](#)).

Berdasarkan pengamatan di SMAN 1 Klari terdapat beberapa permasalahan dalam proses pembelajaran penjasorkes di sekolah. Masalah yang ada yaitu terlihat beberapa media pembelajaran yang ada disekolah maupun yang dipakai guru masih kurang memadai dan beberapa siswa masih menganggap PJOK hanya sebagai mata pelajaran biasa yang tidak terlalu penting, karena mata pelajaran PJOK tidak diujikan dalam ujian nasional. Padahal Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang dapat mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Berdasarkan anggapan di atas, tentu saja dapat mempengaruhi hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Hal tersebut menguatkan fakta di lapangan bahwa masih ditemukan adanya siswa yang belum mengoptimalkan waktu pembelajaran dengan sebaik mungkin. Keadaan tersebut bisa dilihat dengan adanya siswa yang kurang antusias dalam mengikuti pelajaran.

Oleh karena itu berdasarkan latar belakang tersebut, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul “**Hubungan Motivasi dan Media Pembelajaran dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Klari Kabupaten Karawang**”.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah metode korelasi. Adapun populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari berjumlah 211 siswa yang terbagi kedalam 6 Kelas. Keseluruhan populasi yang berjumlah 211 siswa dijadikan sampel, sehingga disebut penelitian populasi/total sampling.

Instrumen pada penelitian ini berupa angket yang telah di uji cobakan di SMAN 6 Bekasi di Kota Bekasi. Adapun tahapan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini dengan cara sebagai berikut:

- Di tetapkan di sekolah tempat penelitian.
- Ditetapkan sampel siswa siswi kelas SMAN 1 Klari yang diambil dengan teknik total sampling.
- Mempersiapkan tenaga pembantu dan pengawas pelaksanaan penelitian.
- Menjelaskan kepada sampel tentang maksud dan tujuan penelitian.

- Sebelum diadakan penelitian, angket di uji validasi terlebih dahulu di SMAN 6 Bekasi.
- Hasil tes dan pengukuran selanjutnya dihitung dan dianalisa dengan statistik.

C. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil perhitungan analisis deskriptif dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Statistik Deskriptif

	N	Min	Max	Mean	Std Dev
Motivasi siswa	211	89	158	126,26	11,55
Media Pembelajaran	211	48	113	77,34	9,34
Hasil Belajar	211	77	90	80,92	2,47

Berdasarkan tabel statistik deskriptif diketahui variabel motivasi siswa memiliki rata-rata sebesar 126,26; nilai minimum sebesar 89, nilai maksimum sebesar 158 dan nilai standar deviasi sebesar 11,5. Untuk variabel media pembelajar memiliki nilai rata-rata sebesar 77,34, nilai minimum sebesar 48, nilai maksimum sebesar 113 dan nilai standart deviasi sebesar 9,34. Sedangkan untuk variabel hasil belajar siswa memiliki rata-rata sebesar 80,92, nilai minimum sebesar 77, nilai maksimum sebesar 90 dan nilai standar deviasi sebesar 2,47.

Selanjutnya dilakukan analisis data dengan melakukan uji normalitas dan dapat diketahui dari tabel berikut:

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	statistic	Sig	Ket
Motivasi Siswa	0.200		Normal
Media Pembelajaran	0.164	0,05	Normal
Hasil Belajar	0.198		Normal

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui normalitas pada ketiga variabel memiliki hasil berdistribusi normal. Selanjutnya dilakukan uji linearitas data dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 3 Hasil Uji Linearitas Data

Variabel	Fhitung	Sig	Ket
Motivasi_Hasil Belajar	0,630	0,025	Linier
Media Pembelajaran_Hasil belajar	1,285	0,013	Linier

Berdasarkan tabel hasil uji linieritas diketahui nilai *sig. Deviation from linearity* variabel motivasi belajar dengan hasil belajar sebesar 0,630 dan *sig.linearity* sebesar 0,025. Karena *sig.linearity* < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel motivasi belajar dengan hasil belajar siswa terhadap hubungan yang linier. Kemudian nilai *sig.deviation from linrarity* pada variabel media pembelajaran dengan hasil belajar sebesar 1,285 dan nilai *sig.linearity* sebesar 0,013. Karena nilai *sig.linearity* < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa variabel media pembelajaran dengan hasil belajar terhadap hubungan yang linier.

Tabel 4 Hasil Uji Hipotesis 1 (Korelasi X1-Y)

Variabel	r-hit	r-tab	Sig
Motivasi dengan Hasil Belajar	0,142	0,138	0,040

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa nilai r hitung lebih besar dari r tabel ($0,142 > 0,138$) dan nilai signifikansi sebesar 0,040 yang berarti kurang dari 0,05 ($0,040 < 0,005$). Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis pertama dalam penelitian ini **diterima**. Hasil analisis korelasi *product moment* menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan antara motivasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang.

Tabel 5 Hasil Uji Hipotesis 2 (Korelasi X2-Y)

Variabel	r-hit	r-tab	Sig
Media Pembelajaran dengan Hasil Belajar	0,261	0,138	0,000

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa nilai r hitung lebih besar dari r tabel ($0,261 > 0,138$) dan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis kedua dalam penelitian ini **diterima**. Hasil analisis korelasi *product*

moment menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan antara media pembelajaran dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang.

Tabel 6 Hasil Uji Hipotesis 3 (Korelasi Ganda X1&X2-Y)

R hitung	R table	Sig	R ²
0,283	0,138	0,000	0,080

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui korelasi yang signifikan antara motivasi siswa dan media pembelajaran secara bersama-sama dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang dengan nilai R hitung sebesar 0,283 lebih besar dari R tabel ($0,283 > 0,138$) dan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis ketiga dalam penelitian ini **diterima**. Hasil analisis korelasi ini dapat diketahui terdapat korelasi yang signifikan antara motivasi siswa dan media pembelajaran secara bersama-sama dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis pertama diterima. Artinya terdapat hubungan antara

motivasi siswa dengan hasil belajar. Diketahui nilai korelasi sebesar 0,142 yang menunjukkan bahwa hubungan antara motivasi dengan hasil belajar berkategori rendah dan arah grafik menunjukkan nilai positif. Hal ini berarti semakin baik motivasi siswa maka semakin tinggi hasil belajar.

Motivasi dapat diartikan sebagai bentuk sikap dorongan yang berasal dari dalam diri seorang siswa dalam melakukan kegiatan berolahraga (Nugroho, 2015). Pernyataan tersebut diperkuat oleh pendapat (Asnaldi et al., 2018) yang menyatakan bahwa motivasi berhubungan dengan hasil belajar siswa. Artinya, ketika siswa berkeinginan untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan motivasi yang tinggi untuk belajar berolahraga, maka ada harapan bahwa hasil belajar olahraga menjadi lebih baik. artinya, siswa yang memiliki motivasi tinggi, biasanya cenderung memiliki sikap rajin, bersemangat dan senang saat berolahraga sehingga akan meningkatkan hasil belajar yang diperoleh.

Hasil penelitian selanjutnya menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima. Artinya terdapat hubungan antara media pembelajaran dengan hasil belajar. Dapat diketahui nilai korelasi sebesar 0,261 yang menunjukkan bahwa hubungan antara media pembelajaran dengan hasil belajar berkategori rendah sedangkan

grafik menunjukkan hasil positif. Hal ini berarti semakin bagus media pembelajaran yang diberikan, semakin baik hasil belajar yang diperoleh siswa.

Media pembelajaran merupakan alat bantu yang digunakan dalam proses belajar mengajar untuk mendukung pembelajaran dan semangat belajar siswa sehingga dapat meningkatkan hasil belajar ([Hakim & Mulyapradana, 2020](#)). Hal senada juga diutarakan oleh ([Sagala & Daulay, 2020](#)) yang menyatakan media pembelajaran merupakan salah satu alat bantu sebagai upaya yang dilakukan oleh guru dalam meningkatkan proses belajar mengajar.

Dari beberapa penelitian relevan diatas dapat disimpulkan bahwa untuk meningkatkan hasil belajar siswa ada faktor pendukung yang harus dilakukan oleh guru yakni dengan menggunakan media pembelajaran. Pernyataan serta hasil penelitian tersebut juga diperkuat oleh ([Novita et al., 2019](#)) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh media pembelajaran terhadap hasil belajar. Artinya, dengan menggunakan media pembelajaran yang bagus dan dapat dipahami oleh siswa maka siswa akan terpicu semangat belajarnya sehingga dapat meningkatkan hasil belajar.

Hasil penelitian ketiga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara motivasi siswa dan media pembelajaran terhadap

hasil belajar. Artinya, ketika media pembelajaran dibuat dengan sebaik mungkin dan guru dapat menjelaskan dengan menarik serta kreatif, hasilnya cenderung dapat menumbuhkan motivasi serta semangat belajar siswa sehingga hasil belajar siswa pun dapat meningkat.

Dengan demikian, untuk meningkatkan hasil belajar siswa ada dua hal yang harus ditingkatkan yakni pertama meningkatkan motivasi siswa dengan cara partisipasi aktif dari guru dalam menumbuhkan semangat belajar serta yang kedua dengan menggunakan media pembelajaran yang kreatif yang dapat dipahami oleh siswa.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan tentang “Hubungan motivasi dan media pembelajaran dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang”, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara motivasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang. Hal ini ditunjukkan dari nilai r hitung lebih besar dari r tabel ($0,142 > 0,138$) dan nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($0,040 < 0,05$).

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara media pembelajaran dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang. Hal ini ditunjukkan dari nilai r hitung lebih besar dari r tabel ($0,261 > 0,138$) dan nilai signifikansi dari $0,05$ ($0,000 < 0,05$).

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara motivasi siswa dan media pembelajaran secara bersama-sama dengan hasil belajar pendidikan jasmani siswa kelas XI IPA SMAN 1 Klari Kabupaten Karawang. Hal ini ditunjukkan dari koefisien korelasi atau R sebesar $0,283$ lebih besar dari r tabel ($0,283 > 0,138$) dan nilai signifikansi sebesar $0,000$ yang berarti kurang dari $0,05$ ($0,000 < 0,05$).

Daftar Pustaka

- Asnaldi, A., Zulman, Z., & M, M. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga dan Kemampuan Motorik dengan Hasil Belajar Pendidikan Olahraga Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Menssana*, 3(2), 16–27. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jm.v3i2.75>
- Aziz, R. (2016). Kerangka Dasar Dalam Pengembangan Kurikulum 2013. *Jurnal Inspiratif Pendidikan*, 5(2), 286–292. <https://doi.org/https://doi.org/10.24252/ip.v5i2.3483>
- Daulay, D. E., Priono, J., & Pasaribu, A. M. N. (2020). Efektifitas Pembelajaran dengan Media untuk Perbaikan Hasil Lompat Jauh. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 12(2), 74–82. <https://doi.org/10.26858/cjpk.v12i2.13988>
- Depdiknas. (2020). *Kurikulum Berbasis Kompetensi Pendidikan Prasekolah, Dasar, dan Menengah Ketentuan Umum*. 21(1), 1–9.
- Dimiyati, A., & Aminah, A. S. (2017). Pengaruh Fun Outbound Untuk Meningkatkan Motivasi siswa dalam mengikuti Pembelajaran Penjas pada Siswa Kelas XI di SMK Yisca Cilamaya Karawang. *Seminar Nasional Riset Inovatif*, 5, 153–158. <https://eproceeding.undiksha.ac.id/index.php/senari/article/view/931>
- Hakim, M., & Mulyapradana, A. (2020). Pengaruh Penggunaan Media Daring dan Motivasi Belajar Terhadap Kepuasan Mahasiswa Pada Saat Pandemi Covid-19. *Widya Cipta: Jurnal Sekretari Dan Manajemen*. <https://doi.org/10.31294/widyacipta.v4i2.8853>
- Hamzah, B. U. (2020). Teori Motivasi dan Pengukurannya, Analisis di Bidang

- Pendidikan. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(1), 30.
<https://doi.org/10.23916/08588011>
- Herlina, H., & Suherman, M. (2020). Potensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Di Tengah Pandemi Corona Virus Disease (Covid)-19 Di Sekolah Dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 8(1), 1–7.
<http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/PJKR/article/view/16186>
- Juhji. (2016). Peran Urgen Guru dalam Pendidikan. *Studia Didaktika*, 10(1), 52–62.
<http://www.jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/studiadidaktika/article/view/73>
- Kanca, I. N. (2017). Pengembangan Profesionalisme Guru Penjasorkes. *Seminar Nasional Profesionalisme Tenaga Profesi PJOK, Pendidikan Olahraga Pascasarjana UM, Abad 21*, 1–14.
- Kustandi, & Suctjipto. (2014). *Media Pembelajaran Manual dan Digital*.
- Lengkana, A. S., Sofa, N. S. N., & Artikel, I. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12.
<https://doi.org/https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Muna, M. K. (2017). Kompetensi Profesional Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Profesionalisme Tenaga Profesi Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*, 209–220.
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438.
<https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>
- Novita, L., Sukmanasa, E., & Pratama, M. Y. (2019). Penggunaan Media Pembelajaran Video terhadap Hasil Belajar Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education Penggunaan*, 3(2), 64–72.
<http://ejournal.upi.edu/index.php/IJPE/index>
- Nugroho, U. (2015). Hubungan Persepsi, Sikap dan Motivasi terhadap Hasil Belajar pada Mahasiswa Pendidikan Olahraga dan kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 4(1), 1–10.
<https://online-journal.unja.ac.id/csp/article/view/2640>
- Pasaribu, A. M. N., & Mashuri, H. (2019).

- Peranan senam irama terhadap kebugaran jasmani untuk siswa sekolah dasar. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(1), 89–97.
https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v5i1.12551
- Pujianto, D., Sutisyana, A., Arwin, A., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Pengembangan Model Latihan Passing Sepakbola Berbasis Sasaran Teman. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 1–12.
<https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.81>
- Sagala, R. S., & Daulay, D. E. (2020). Pengembangan Media Bantu Latihan Bertahan Pada Bola Voli Tahun 2019. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 115–126.
<https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.371>
- Saleh, M. S., & Ramdhani, S. (2020). Survei Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Dan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMP PGRI Barembeng Kabupaten Gowa. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 49–62.
<https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.86>
- Titting, Fellyson, Hidayah, Taufik, Pramono, H. (2016). Pengembangan Multimedia Pembelajaran Senam Lantai Berbasis Android Pada Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sma. *Journal of Physical Education and Sports*, 5(2), 120–126.
<https://doi.org/10.15640/jpesm>



Pengembangan Prototype *Leg Split Machine 2in1*

Development of the 2in1 Leg Split Machine Prototype

Filli Azandi¹, Mawardinur, Ade Ros Riza², Fany Rahmasari

¹Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi, STOK Bina Guna Medan, Jl Alumunium Raya No.77 Tj. Mulia, Sumatera Utara, 20241, Indonesia

²Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi, Universitas Negeri Medan, Jl. Willem Iskandar Psr V, Sumatera Utara, 20221, Indonesia

filliazandi@gmail.com, nurmawardi818@gmail.com, adesitepu@unimed.ac.id dan fanyrahmasari01@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan produk yaitu prototype *leg split machine 2 in 1* (dua fungsi) untuk membantu melakukan split sekaligus mengukur kemampuan split. Selain itu juga bertujuan untuk mencari tahu tingkat keefektifan alat dalam melatih dan mengukur split atlet. Secara khusus tujuan penelitian ini untuk menghasilkan suatu produk berupa alat/media untuk melatih kemampuan split atlet sekaligus mengukur kemampuan split atlet secara mandiri. Bentuk yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi oleh 2 orang ahli, 1 ahli materi, 1 ahli media, dimana persentase validitasnya adalah 90%-95%. Metode yang digunakan adalah metode penelitian pengembangan (*Research and Development / R&D*). Manfaat dari penelitian ini untuk membantu efektifitas dan efisiensi pelatih dalam melakukan program latihan split. Dari hasil uji coba kelompok kecil terhadap 5 orang atlet Siahhaan Gymnastic dapat disimpulkan bahwa penggunaan Prototype Leg Split Machine 2n1 sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validasi dari angket yang telah dibagikan kepada responden menunjukkan bahwa 90%-95%. Hasil uji kelompok besar terhadap 11 orang atlet Siahhaan Gymnastic bahwa Prototype Leg Split Machine 2 in 1 tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan bahwa 90%-98%. Dapat disimpulkan Prototype Leg Split Machine 2n1 tersebut efektif dan efisien untuk melatih sekaligus mengukur kemampuan split atlet baik dan alat yang digunakan sangat menarik, karena hal tersebut sangat penting dalam latihan agar latihan tersebut tidak membosankan serta jadi bahan masukan setiap para pelatih di seluruh Indonesia.

Kata kunci: Media, Leg Split Machine, split, Gymnastic

Abstract

This research aims to develop a product that is prototype leg split machine 2 in 1 (two functions) to help do split while measuring split capability. In addition it also aims to find out the level of effectiveness of tools in training and measuring the split of athletes. Specifically the purpose of this research can be formulated, namely: Produce a product in the form of tools / media to train the ability of split athletes while measuring the ability of split athletes independently. The form that has been made in advance is validated by 2 experts, 1 material expert, 1 media expert, where the percentage of validity is 90%-95%. The method used is research and development (R&D). The benefits of this research are to help the effectiveness and efficiency of trainers in conducting split exercise programs. From the results of small group trials against 5 athletes Siahhaan Gymnastic can be concluded that the use of Prototype Leg Split Machine 2n1 already meets the criteria worthy of use. The percentage of validation from polls that have been shared with respondents shows that 90%-95%. The results of a large group of 11 athletes Siahhaan Gymnastic that Prototype Leg Split Machine 2 in 1 already meets the criteria worthy of use. The percentage of validity of the questionnaires that have been shared with the sample shows that 90%-98%. It can be concluded prototype Leg Split Machine 2n1 is effective and efficient to train while measuring the ability of split athletes both and the tools that are used is very interesting, because it is very important in training so that the exercise is not boring and so the input of every trainer throughout Indonesia.

Keywords: Media, Leg Split Machine, Split, Gymnastics

corresponding author: filliazandi@gmail.com

Artikel Info:

Submitted: 25/03/2021

Revised : 16/04/2021

Accepted : 15/05/2021

Published: 17/05/2021



Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Copyright © 2021

A. Pendahuluan

Kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) yang semakin pesat tidak dapat dipungkiri bahwa inovasi berbagai penelitian semakin berkembang pesat ([Laksana et al., 2017](#)). Kemajuan Ilmu Pengetahuan Teknologi atau IPTEK telah banyak membantu berbagai aktivitas manusia dalam berbagai kegiatan, terlebih untuk bidang olahraga telah membantu dalam latihan dan pertandingan ([Zein, 2016](#)).

Indonesia masih menjadi negara konsumen bagi alat-alat yang modern untuk membantu dalam olahraga prestasi ([Resita, 2016](#)). Seharusnya Indonesia mampu menciptakan alat-alat yang dapat memiliki nilai jual, sehingga selain dapat memajukan negara mampu mengurangi persentase sebagai negara konsumen. Seperti dalam bidang olahraga penemuan IPTEK yang digunakan sangatlah banyak ([Safei et al., 2018](#)). Namun belum di temui inovasi untuk berlatih sekaligus mengukur kemampuan split secara mandiri pada cabang olahraga Senam (*Gymnastic*).

Senam adalah salah satu olahraga yang mempunyai gerakan sangat kompleks, seluruh otot dalam tubuh berperan penting dalam gerakan senam lantai ([Tuhadi, 2013](#)). Dalam olahraga senam, fleksibilitas tubuh sangat diperlukan, hal ini berkaitan dengan

rumitnya gerakan senam lantai yang mengharuskan tubuh seseorang menjadi lentur agar dapat melakukan gerakan dengan baik dan sempurna ([Sari, 2019](#)). Namun melakukan split bukanlah perkara yang mudah terutama bagi atlet yang baru. Ditambah lagi permasalahan yang sering muncul saat melakukan split seperti munculnya rasa sakit/ nyeri pada bagian belakang paha, persendian panggul/pangkal paha dan pinggang, dan kemungkinan cedera *hamstring* maupun cedera selangkangan ([Chandra, 2017](#)). Selain itu baik pelatih maupun atlet sering melakukan split yang membahayakan seperti melakukan split di antara 2 tumpukan matras sehingga atlet menahan beban tubuhnya ([Safei et al., 2018](#)). Ditambah lagi pelatih maupun atlet sangat jarang mengukur perkembangan kemampuan split atletnya ([Chrisnanda, 2018](#)).

Setelah melakukan observasi secara online untuk mencari ada atau tidaknya alat untuk melatih kemampuan *Split*. Ditemukan alat *Leg Strecth Machine* yang berfungsi untuk pemanasan (*stretching*) kaki dan melatih *Split*. Namun masih terdapat kekurangan dari alat tersebut, yaitu dari segi *financial* harga alat tersebut tergolong mahal, fungsi alat tersebut hanya untuk melatih *Split* atau *Leg Stretching* tanpa bisa mengukur

kemampuan pengguna. Maka penulis tertarik untuk mencari lebih dalam mengenai alat tersebut dan mengembangkan alat tersebut untuk menjadi lebih baik berdasarkan kelemahan yang penulis temukan dari alat tersebut.

Setelah dilakukan observasi terhadap karya tulis salah seorang alumni Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan ([Situmeang, 2013](#)) yang meneliti tentang Perbedaan Pengaruh Latihan *Kayang* dan *Split* terhadap hasil gerakan *Walkover* belakang pada atlet putri senam lantai artistik Persani Sumut Tingkat Pemula. Hasil penelitian dari karya tulis tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *Split* terhadap hasil gerakan *Walkover* belakang pada atlet putri senam lantai *artistic* Persani Sumut tingkat Pemula. Kemudian hal yang hampir sama juga dipaparkan oleh ([Putra, 2014](#)) dalam jurnal nya yang mengupas *Software* tentang *Fleksibilitas* atlet Senam. Alumni FIK Universitas Negeri Semarang itu mengklaim bahwa *Fleksibilitas* atau kelenturan merupakan salah satu faktor penting dalam cabang olahraga ini. Dari hasil penelitian tersebut penulis menarik kesimpulan bahwa *Split* merupakan salah satu komponen penting dalam *Gymnastic*. *Fleksibilitas* juga berpengaruh pada cabang olahraga lain,

seperti dalam jurnal ([Kurniawan et al., 2020](#)) menyatakan bahwa *fleksibilitas* pergelangan tangan dapat mempengaruhi ketepatan pukulan *forehand* tenis meja sebesar 22,92% sedangkan 77,08% ditentukan oleh variabel yang lain. Dengan memiliki *fleksibilitas* pergelangan tangan yang baik maka ketepatan pukulan *forehand* tenis meja akan baik pula. Jadi *fleksibilitas* menyumbang pengaruh yang baik untuk peningkatan cabor olahraga, sehingga perlu dibuat pengembangan alat untuk peningkatan tersebut.

Penulispun melakukan observasi disalah satu *club Gymnastic* di Kota Medan yaitu *Siahaan Gymnastic* yang berlokasi di gedung Prof. Drs. Jepta Hutabarat. *Siahaan Gymnastic* memiliki 4 pelatih yaitu Bapak Erwin Siahaan, Bapak Erwan Siahaan, Ibu Afrina Siahaan, dan Ade Rahma Yursa. Penulis mengamati para atlet *Gymnastic* yang ada di club tersebut melakukan *split* dan melakukan wawancara dengan pelatih dan beberapa atlet serta memberikan pertanyaan kepada pelatih dan atlet berupa angket yang isinya tentang penggunaan media untuk membantu efektifnya *split* dan berkembangnya kemampuan *split* atlet. Dari hasil observasi penulis melihat pelaksanaan latihan *split* yang dilakukan atlet tanpa menggunakan alat dan hanya

melakukan split di matras baik secara mandiri atau di bantu oleh pelatih. Selain itu, baik pelatih ataupun atlet juga belum pernah mengukur kemampuan split atlet tersebut karena selain pelatih tidak memiliki pengukur kemampuan split, pelatih juga tidak memfokuskan latihan split secara spesifik dan goals dari latihan split menurut pelatih hanya sampai kemampuan split atlet rata sempurna di matras (180°).

Melihat permasalahan diatas maka penulis ingin mengembangkan suatu inovasi berupa alat untuk membantu melakukan split sekaligus mampu mengukur kemampuan split atlet dengan mandiri. Berdasarkan penjelasan dan uraian tersebut maka peneliti mengangkat judul ‘Pengembangan *leg split machine 2in1*’ dengan alasan sebagai berikut:

1. Pentingnya mengukur perkembangan split tiap atlet sehingga pelatih mampu mengetahui seberapa pesat peningkatan kemampuan atlet.
2. Membantu atlet dalam melakukan split dengan efektif dan efisien di samping mengurangi efek cedera, rasa sakit dan kenyamanan yaitu ketika atlet tidak lagi perlu menahan berat tubuh saat split.
3. Dari segi finansial alat ini lebih murah dibandingkan alat yang lain

dan fungsi yang lebih dibandingkan alat yang lain.

4. Implementasi penulis dari teori *sport science*.
5. Bentuk implementasi penulis terhadap Undang-Undang RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, Pasal 20 Ayat 5e.
6. Menanggapi dari hasil pembagian Angket Kebutuhan yang Menyatakan bahwa baik pelatih maupun atlet membutuhkan alat bantu split dua fungsi yakni baik sbagai media bantu latihan maupun untuk mengukur kemampuan split atlet.

Untuk itu penulis mencoba mencari solusi dari masalah tersebut dengan cara meneliti lebih lanjut mengenai judul yang menjadi topik penelitian ini. Adapun judul penelitian yang diteliti yaitu: **“Pengembangan Prototype Leg Split Machine 2in1”**.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini di laksanakan di Club Siahhaan *Gymnastic* yang berlokasi di Gedung Senam Prof. Drs. Jepta Hutabarat jl G.M Panggabean (Stadion Teladan) Kota Medan. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2021. Sasaran pengembangan adalah alat *Leg Split*

Machine 2in1 pada *Gymnastic*, subjek pada penelitian ini adalah atlet club Siahahan *Gymnastic*. Atlet club Siahahan *Gymnastic* yang berusia pra junior yang berusia sekitar 6 sampai dengan 13 tahun, ini diasumsikan dapat mempermudah pelaksanaan uji coba produk. Penyusunan sampel uji coba pada penelitian ini dengan tahap uji coba tahap I (uji coba kelompok kecil) dan tahap II (uji kelompok besar) ditujukan pada atlet club Siahahan *Gymnastic* sebagai berikut :

- a. Pada uji coba tahap I penelitian ini meneliti 5 atlet pada uji coba kelompok kecil
- b. Pada uji coba tahap II melibatkan sebanyak 11 atlet.

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian pengembangan (*research and development*) yang dikembangkan oleh Borg and Gall. Untuk menghasilkan produk tertentu digunakan penelitian yang bersifat analisis kebutuhan dan untuk menguji keefektifan produk tersebut supaya dapat berfungsi bagi masyarakat luas. Hasil akhir dari penelitian ini adalah sebuah alat yang berfungsi untuk melatih kemampuan split atlet yang dilengkapi dengan pengukur kemampuan split atlet. Yang mana produk yang dihasilkan dalam penelitian ini berupa *Prototype Leg Split*

Machine 2in1.



Langkah – Langkah Penelitian Dan Pengembangan Research And Development (R & D)

Sumber: (Sugiyono, 2015)

Pada penelitian pengembangan ini teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan presentase. Teknik ini digunakan untuk menganalisa data kuantitatif yang diperoleh dari hasil uji coba *Prototype Leg Split Machine 2in1* setelah itu akan di evaluasi oleh ahli.

Setiap variabel instrumen validasi dihitung jumlah persennya lalu dirata-ratakan dengan variabel yang lain. Setiap validator akan memiliki nilai yang berbeda. Kedua nilai validator yang terdiri dari beberapa variabel terhadap media dirata-ratakan dan itulah yang menjadi acuan apakah media tersebut digunakan atau tidak. Rumus untuk mengolah tanggapan atau evaluasi dari pelatih dihitung menggunakan rumus presentase yaitu :

$$P = \frac{x}{xt} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase hasil evaluasi subjek uji coba

X = Jumlah jawaban skor oleh subjek

uji coba

X_i = Jumlah jawaban maksimal dalam aspek penilaian oleh subjek uji coba

100% = Konstanta

Tabel 1. Analisis Persentase Hasil Validasi Terhadap Media

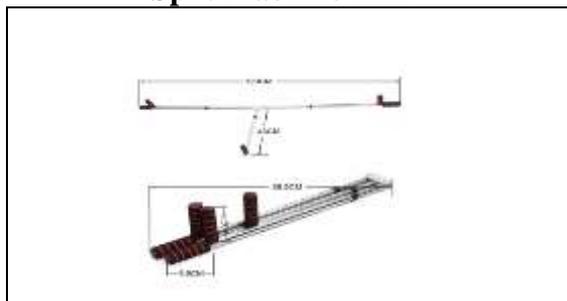
PRESENTASE	KETERANGAN	MAKNA
80% - 100%	Valid	Digunakan
60% - 79%	Cukup Valid	Digunakan
50% - 59%	Kurang Valid	Diganti
< 50%	Tidak Valid	Diganti

C. Hasil dan Pembahasan

a. Hasil Pengembangan Model

Dari analisis kebutuhan yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa inovasi dari peneliti merupakan solusi dari permasalahan yang peneliti temui dilapangan. Dengan alat ini baik pelatih maupun atlet dapat lebih efektif dan efisien dalam latihan split ataupun mengukur kemampuan split. Baik pelatih maupun atlet dapat mengukur kemampuan split secara mandiri tanpa harus ada bantuan dari orang lain. Selain itu pelatih dapat memonitoring bagaimana perkembangan kemampuan split atletnya.

Tabel 2. Desain Final Prototype Leg Split Machine 2in1



Berikut merupakan alat yang digunakan untuk melatih kemampuan split atlet dengan ukuran masing-masing bar nya. Dilengkapi dengan 6 buah lubang tiap bar nya untuk mengatur seberapa panjang/ pendek bar yang ingin di pakai pada atlet tergantung panjang/pendeknya tungkai kaki atlet. Selain itu alat ini juga di lengkapi dengan 5 buah grip sebagai salah satu tingkat keamanan dan kenyamanan penggunaan.



Berikut adalah alat modifikasi dari penulis yang akan digunakan bersamaan dengan alat split diatas untuk mengukur tingkat kemampuan split atlet secara mandiri. Alat ini dapat mengukur kemampuan split atlet sampai batas maksimal yakni 180⁰. Alat ini dapat di lepas pasang sesuai kebutuhan penggunaan.



Berikut adalah gambaran Final Prototype Leg Split Machine yang penulis hasilkan.

b. Kelayakan Model

Peneliti menghadirkan 2 orang ahli dalam kelayakan penilaian model Prototype Leg Split Machine 2in1, dimana 2 orang ahli terdiri dari 1 orang ahli alat dan 1 orang ahli materi yang masing-masing ahli merupakan orang yang profesional dan berkompeten di bidangnya. Adapun kesimpulan dari uji ahli yang dilakukan sebagai berikut.

a. Validasi Ahli Materi

Ahli materi yang menjadi validator dalam penelitian ini adalah Ibu Afrina Siahaan S.H, beliau adalah seorang pelatih Gymnastic di club Siahaan Gymnastic. Peneliti memilih beliau sebagai ahli materi karena kompetensinya di cabang olahraga Gymnastic dan juga sebagai pelatih club Gymnastic.

Tabel 3. Hasil Penilaian Ahli Materi

No	Aspek Yang Dinilai	Skor Diperoleh	Skor Maks	Persentase (%)	Ket
1	Kesesuain Produk Dengan kebutuhan atlet dan pelatih	19	20	95%	Sangat Layak
2	Kesesuian produk dengan tujuan latihan	18	20	90%	Sangat Layak
Total		37	40	92.5%	Sangat Layak

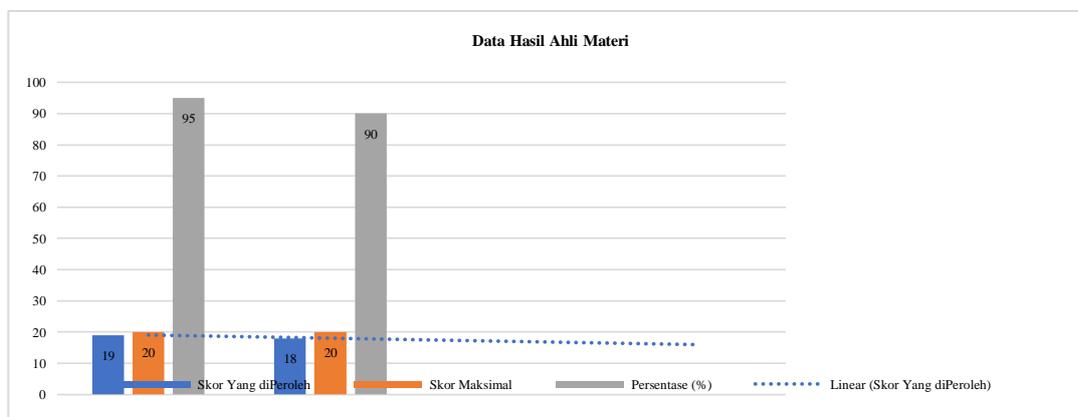


Diagram Hasil Penilaian Ahli Materi

Data yang dihasilkan dari validator ahli materi adalah 92.5% dengan demikian dinyatakan bahwa “Prototype Leg Split Machine 2in1” yang dibuat dari mendapat penilaian ketegori “sangat layak”.

b. Validasi Ahli Media

Validator yang menjadi ahli media dalam penelitian ini adalah Bapak Mustofa Bisri S.Pd. Peneliti memilih beliau karena beliau adalah seorang alumni Teknik Universitas Negeri Medan.

Tabel 4. Hasil Penilaian Ahli Media

No	Aspek Yang Dinilai	Skor Peroleh	Skor Maks	Presentase (%)	Kategori
1	Desain	18	20	90%	Sangat Layak
2	Tampilan	19	20	95%	Sangat Layak
3	Keamanan	19	20	95%	Sangat Layak
Skor total		52	60	93.33%	Sangat Layak

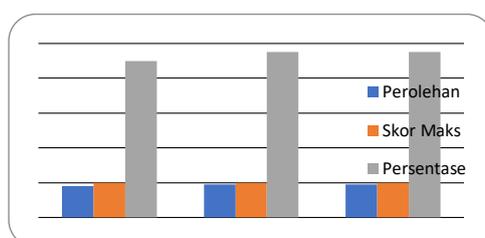


Diagram Hasil Penilaian Ahli Media

Data yang dihasilkan dari validator ahli alat/media adalah 93,33% dengan demikian dinyatakan bahwa “Prototype Leg Split Machine 2in1” yang diteliti dari aspek desain, tampilan dan keamanan mendapat penilaian kategori “Sangat Layak”.

c. Efektifitas Model

a. Uji Coba Kelompok Kecil

Uji coba skala kecil dilakukan kepada 5 orang responden yaitu atlet yang ada di Sahaan Gymnastic. Uji coba dilakukan dalam satu pertemuan. Kondisi selama uji

coba skala kecil secara keseluruhan dapat dijabarkan sebagai berikut. (a) kondisi saat menggunakan media Prototype Leg Split Machine 2in1 responden tampak antusias, penasaran dan bertanya-tanya pada peneliti ketika diberi penjelasan awal mengenai media yang diuji cobakan. (b) kondisi penggunaan media Prototype Leg Split Machine 2in1 yaitu responden atau atlet tampak bersemangat untuk saling mengetahui berapa kemampuan split masing-masing teman atlet nya.

Tabel 5. Hasil Penilaian Ahli Media

No	Aspek Yang Dinilai	Skor Peroleh	Skor Maks	Presentase (%)	Kategori
1	Desain	56	60	93.3%	Sangat Layak
2	Tampilan	57	60	95%	Sangat Layak
3	Keamanan	75	80	93.75%	Sangat Layak
Skor total		188	200	94%	Sangat Layak

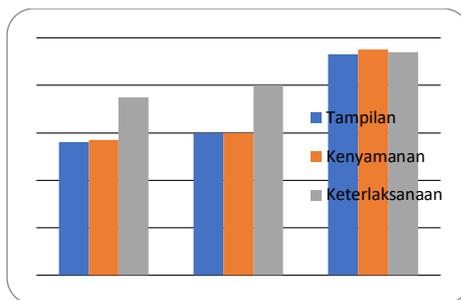


Diagram Hasil Uji Coba Skala Kecil

Hasil angket responden atau atlet mengenai “Prototype Leg Split Machine 2in1” menunjukkan bahwa untuk penilaian tentang aspek Tampilan sebesar 93,3% yang dikategorikan “Sangat Layak”, penilaian tentang aspek Kenyamanan sebesar 95% yang dikategorikan “Sangat Layak”, aspek keterlaksanaan 93.75% yang dikategorikan “Sangat Layak”. Total penilaian uji coba kelayakan penelitian “Prototype Leg Split Machine 2in1” menurut responden sebesar 94% dikategorikan “Sangat Layak” yang dapat diartikan bahwa media tersebut sangat layak untuk diuji cobakan ke tahap berikutnya.

b. Revisi

Berdasarkan uji coba kelompok kecil terkait alat Prototype Leg Split Machine 2in1 maka akan didapat data, kemudian

data yang didapatkan di buat menjadi acuan perbaikan produk dari hasil revisi kedua yang selanjutnya akan digunakan dalam uji kelompok besar.

Dari hasil uji coba kelompok kecil terhadap 5 orang atlet disimpulkan bahwa Prototype Leg Split Machine 2in1 sudah memenuhi kriteria untuk di lanjutkan dalam uji kelompok besar karena presentase dari setiap variasi antara 90%-95% yang diambil dari nilai presentase terkecil hingga terbesar dari hasil keseluruhan. Jadi dapat disimpulkan bahwa Prototype Leg Split Machine 2in1 dapat dilanjutkan tanpa perbaikan.

c. Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba skala besar dilakukan kepada 11 orang Atlet. Uji coba skala besar dilakukan dalam satu pertemuan.

Tabel Hasil Uji Coba Kelompok Besar

No	Aspek Yang Dinilai	Skor Peroleh	Skor Maks	Presentase (%)	Kategori
1	Desain	125	132	95%	Sangat Layak
2	Tampilan	128	132	97%	Sangat Layak
3	Keamanan	168	176	95%	Sangat Layak
	Skor total	422	440	96%	Sangat Layak

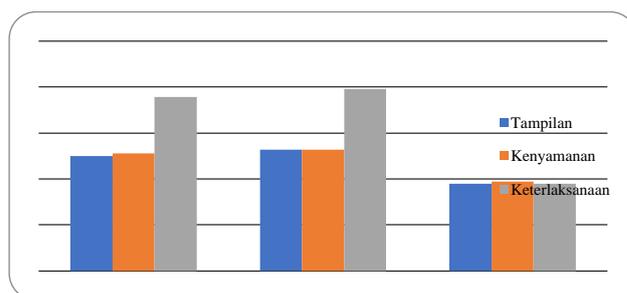


Diagram Hasil Uji Coba Kelompok Besar

Hasil angket responden atau atlet mengenai “Prototype *Leg Split Machine 2in1*” menunjukkan bahwa untuk penilaian tentang aspek Tampilan 95% yang dikategorikan “Sangat Layak”, penilaian tentang aspek Kenyamanan sebesar 97% yang dikategorikan “Sangat Layak”, penilaian tentang aspek Keterlaksanaan sebesar 95% yang dikategorikan “Sangat Layak”. Total penilaian uji kelayakan penelitian “Prototype *Leg Split Machine 2in1*” menurut responden sebesar 96% dikategorikan “Sangat Layak” yang berarti Media Prototype Leg Split Machine 2in1 ini sangat layak digunakan sebagai media latihan sekaligus pengukur kemampuan split atlet.

d. Pembahasan

Seperti yang telah dijelaskan pada latar belakang, senam merupakan salah satu cabang olahraga yang mengharuskan otot berperan penuh dalam setiap gerakan. Kelenturan tubuh sangat diperlukan pada senam lantai. Untuk menghasilkan bentuk

tubuh yang lentur, perlu adanya latihan yang rutin agar kelenturan tubuh dapat dilakukan dengan baik dan sempurna ([Sari, 2019](#)).

Berdasarkan hasil dari pengembangan model diketahui alat split memberikan dampak positif bagi para atlet dan pelatih. Artinya, alat yang digunakan memberikan keefektifitas bagi para atlet dan pelatih dalam melakukan latihan split. Alat yang dikembangkan juga memberikan efisiensi waktu dalam proses latihan. Penelitian terkait prototype juga telah dilakukan oleh ([Pradnyana & Permana, 2018](#)) menyatakan bahwa penggunaan prototype pada sistem informasi manajemen prestasi di Undiska telah berhasil dikembangkan. Hal senada juga telah disampaikan oleh ([Purnomo, 2017](#)) yang menyatakan bahwa penggunaan prototype pada sistem informasi memiliki tingkat keberhasilan yang tinggi dalam sistem perencanaan informasi. Berdasarkan pendapat para peneliti terdahulu, bahwa pengembangan *prototype* dapat dijadikan sebagai acuan dalam pengembangan model agar dalam

pengembangan model yang dibuat dapat tersusun/terencana dengan baik.

Setelah dilakukan pengembangan model, alat split leg ini diuji cobakan kelayakan nya. Kelayakan yang dilakukan adalah kelayakan materi dan kelayakan media. Berdasarkan kelayakan materi diketahui bahwa 92,5% pengembangan model alat split leg ini sangat layak untuk digunakan. Kemudian berdasarkan dari ahli media diketahui bahwa 93,33% model pengembangan alat ini sangat layak untuk dikembangkan.

D. Kesimpulan

Adapun berdasarkan hasil dari uji coba dan hasil pembahasan peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa Pengembangan *Prototype Leg Split Machine* 2in1 ini efektif dan efisien sebagai media bantu latihan split dan pengukur kemampuan split atlet secara mandiri. Pengembangan *Prototype Leg Split Machine* 2in1 dapat memudahkan pelatih dalam menjalankan program latihan khususnya fleksibilitas atlet. Kemudian media *Prototype Leg Split Machine* 2in1 ini di desain untuk dapat menarik minat dan daya saing tingkat kemampuan split antar atlet.

Daftar pustaka

Chandra. (2017). Pengaruh Fleksibilitas Tubuh Terhadap Keterampilan Senam

Lantai Pada Mahasiswa FIO UNJ 2017. *Prosiding Seminar Dan Lokakarya Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta*, 46–49.

Chrisnanda, A. (2018). *Pengembangan Buku Teknik Dasar Senam Lantai “Gymnastics On Motion.”* Universitas Negeri Yogyakarta.

Kurniawan, R., Rangkuti, Y. A., & Ulfah, N. R. (2020). Hubungan Antara Fleksibilitas Pergelangan Tangan, Koordinasi Mata-Tangan, dan Motivasi Latihan Dengan Ketepatan Pukulan Forehand Tenis Meja. *Jurnal Patriot*, 2(4), 951–965. <https://doi.org/10.24036/patriot.v2i4.764>

Laksana, G. B., Pramono, H., & Mukarromah, S. B. (2017). Perspektif Olahraga Petanque dalam Mendukung Prestasi Olahraga Jawa Tengah. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 36–43. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/17319/8743>

Pradnyana, I. M. A., & Permana, A. A. J. (2018). Pengembangan Prototipe Sistem Informasi Manajemen Prestasi Dan Beasiswa Undiksha (Praba). *JST (Jurnal Sains Dan Teknologi)*, 7(1), 37. <https://doi.org/10.23887/jst-undiksha.v7i1.13789>

- Purnomo, D. (2017). Model Prototyping Pada Pengembangan Sistem Informasi. *J I M P - Jurnal Informatika Merdeka Pasuruan*, 2(2), 54–61.
<https://doi.org/10.37438/jimp.v2i2.67>
- Putra, R. B. A. (2014). Software Tentang Fleksibilitas Atlet Senam. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 1(1), 15–22.
<https://doi.org/10.15294/jpehs.v1i1.3007>
- Resita, C. (2016). Hubungan antara kelentukan togok dan keseimbangan dengan keterampilan vertical split pada atlet aerobic gymnastics klub Estafet Indonesia Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. *Universitas Negeri Jakarta*, 2(2), 21–32.
- Safei, I., Hermawan, R., & Sitepu, A. (2018). Pengembangan Teknologi Alat Ukur Tes Split Berbasis Digital. *JUPE (Jurnal Penjaskesrek)*, 6(3).
- Sari, N. A. N. (2019). Pengembangan Media Pembelajaran Senam Artistik Gerak Handspring Pada Meja Lompat. In *Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Situmeang, L. K. (2013). *Perbedaan Pengaruh Latihan Kayang Dan Latihan Split Terhadap Hasil Gerakan Walkover Belakang Pada Atlet Putri Senam Lantai Artistic Persani Sumut Tingkat Pemula Tahun 2012*.
- Sugiyono, P. D. (2015). Metode Penelitian dan Pengembangan. *Res. Dev. D.*
- Tuhadi. (2013). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Kayang Dalam Pembelajaran Senam Lantai Melalui Bantuan Teman Pada Siswa Kelas X SMK PAB Deli Serdang Tahun Ajaran 2012/2013. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 12(1), 41–51.
<https://doi.org/10.24114/jik.v12i1.9241>
- Zein, M. (2016). Peran guru dalam pengembangan pembelajaran. *Journal UIN- Alauddin*, V(2), 274–285.
<https://doi.org/10.24252/ip.v5i2.3480>



Analisis Survei Kemampuan Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Usia 14-17 Perguruan Tunas Nusantara Se-Aceh

Analysis of the Ability Survey of the Physical Condition of Pencak Silat Athletes Ages 14-17 at Tunas Nusantara Universities in Aceh

Irfandi*, Zikrur Rahmat, Munzir

STKIP Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh, Alamat, Jl. Tanggul Kreung Aceh No. 34, Rukoh Darussalam,
Banda Aceh, 24161, Indonesia

e-mail: irfandi@bbg.ac.id, zikrur@bbg.ac.id, munzir@bbg.ac.id

Abstrak

Kajian penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kemampuan kondisi fisik atlet pencak silat usia 14-17 tahun perguruan Tunas Nusantara se-Provinsi Aceh. Penelitian ini merupakan penelitian analisis berbasis survei dengan menggunakan teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes dan teknik pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet pencak silat Perguruan Tunas Nusantara se-Provinsi Aceh. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan ketentuan atlet adalah pesilat aktif diperguruan Tunas Nusantara se-Provinsi Aceh. Sampel penelitian berjumlah 15 atlet. Instrumen dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran yaitu berupa tes kondisi fisik dengan menggunakan *lari sprint 30 meter*, *balke test*, *bergantung angkat tubuh (pull-up)*, *bergantung siku tekuk putri*, *sit-up* dan *shuttle run test*. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif yakni dengan menuangkan dalam bentuk persentase. Hasil dari penelitian tes dan pengukuran kemampuan kondisi fisik atlet pencak silat usia 14-17 tahun perguruan Tunas Nusantara se-Provinsi Aceh yang tersusun dalam norma. Setelah melakukan pengumpulan dan pengolahan data, didapatkan hasil sebagai berikut: untuk lari sprint 30 meter klasifikasi rata-rata putra 3.87 (kategori baik sekali) dan putri 4.59 (kategori baik), *balke test* klasifikasi rata-rata putra 56.86 (kategori baik) putri 59.14 (kategori baik), pull up klasifikasi rata-rata putra 9 (kategori kurang), gantung siku tekuk putri 21.0 (kategori sedang), sit up klasifikasi rata-rata putra 44 (kategori baik sekali) putri 37.2 (kategori baik sekali), shuttle run test klasifikasi rata-rata putra 13 (kategori baik) putri 12.72 (baik). Klasifikasi rata-rata kemampuan kondisi fisik atlet pencak silat usia 14-17 tahun perguruan Tunas Nusantara se-Provinsi Aceh dengan kategori baik.

Kata kunci: Kemampuan Kondisi Fisik, atlet Pencak Silat Usia 14-17 tahun

Abstract

This research study aims to analyze the physical condition of the athletes aged 14-17 at the Tunas Nusantara College in Aceh Province. This research is a survey-based analysis research using data collection techniques using test techniques and measurement techniques. The population in this study were athletes of the Tunas Nusantara College of Pencak Silat in Aceh Province. The sampling technique used purposive sampling with the stipulation that the athlete is an active fighter in Tunas Nusantara training throughout Aceh Province. The research sample consisted of 15 athletes. The instruments and data collection techniques used tests and measurements, namely in the form of a physical condition test using a 30 meter sprint, a balke test, depending on the body lift (pull-up), depending on the woman's bending elbow, sit-ups and a shuttle run test. The data analysis technique uses descriptive analysis technique, namely by pouring it in the form of a percentage. The results of the research on tests and measurements of the physical condition of pencak silat athletes aged 14-17 years old Tunas Nusantara colleges in Aceh Province are arranged in norms. After collecting and processing the data, the following results were obtained: for the 30 meter sprint, the average classification of males was 3.87 (very good category) and girls were 4.59 (good category), male average classification test was 56.86 (good category) girls 59.14 (good category), the average male pull-up was 9 (inadequate category), the female bending elbow hanging was 21.0 (moderate category), the average classification of male 44 (very good category) female 37.2 (very good category) sit ups, shuttle run test classification mean male 13 (good category) female 12.72 (good). The average classification of the physical condition ability of pencak silat athletes aged 14-17 years of Tunas Nusantara college in Aceh Province is in good category.

Keywords: Ability Physical Condition, Pencak Silat Athlete Age 14 – 17 years.

corresponding author: irfandi@bbg.ac.id

Artikel Info:

Submitted :07/03/2021
Revised :25/03/2021
Accepted :15/04/2021
Published :17/05/2021



Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).
Copyright © 2021

A. Pendahuluan

Olahraga saat ini merupakan suatu media bagi manusia berkumpul, bertindak dan berekspresi setiap individu umat manusia. Karena didalam olahraga manusia memiliki kebebasan untuk bergerak secara individu dan kelompok ([Los Arcos & Martins, 2018](#)).

Dengan melihat berbagai jenis kontribusi yang besar saat ini, masyarakat mulai memahami dan menyadari arti, fungsi serta manfaat olahraga, hal ini dapat dilihat dari himbauan pemerintah tentang “memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat” ([Etikan, 2016](#)).

Olahraga merupakan salah satu sarana yang dapat mengharumkan nama bangsa dan juga ikut menentukan keadaan suatu politik antar bangsa ([Hatzigeorgiadis et al., 2014](#)). Dari berbagai macam cabang olahraga yang dipertandingkan saat ini demi mengharumkan nama daerahnya masing-masing. Maka peneliti ingin meneliti tentang salah satu cabang olahraga beladiri yang ulet dan menarik yaitu pencak silat ([Kurniawan et al., 2019](#))

Dalam bidang olahraga untuk mencapai prestasi yang tinggi, adanya kondisi fisik yang baik pada olahragawan merupakan persyaratan yang tidak dapat terabaikan, disamping itu kesegaran jasmani yang tinggi dapat meningkatkan penampilan atau kinerja olahragawan sehingga dapat

mengurangi kemungkinan terjadinya cedera. Menurut ([Puspitasari, 2019](#)) kondisi fisik adalah salah satu persyaratan yang sangat diperlukan dalam setiap usaha untuk peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan dapat dikatakan sebagai landasan olahraga prestasi. Hal ini dikarenakan faktor kondisi fisik memegang peranan penting dan merupakan komponen dasar menuju latihan-latihan berikutnya, kalau tidak didukung dengan kondisi fisik yang prima seorang atlet tidak akan mampu melakukan latihan sesuai dengan porsinya, ([Kusuma, 2019](#)).

Perguruan Pencak silat Tunas Nusantara yang ada di Provinsi Aceh adalah salah satu dari beberapa perguruan Pencak silat yang berdiri sejak tahun 1968 yang masih aktif sampai saat ini, sejak tahun itu banyak perguruan – perguruan pencak silat yang ada di Provinsi Aceh antara lain: Perguruan Teralak, Burak Terbang, Naga Biru, Tapak Suci, yang saat ini menjadi pusat pembinaan atlet Pencak silat di Kabupaten Aceh Tengah perguruan yang sangat lama berdiri ini, di bawah asuhan Bapak Mahdi P. Gayo atau yang akrab di sapa Cek Badi sebagai Guru Besar perguruan, dan Bapak Samsul yang menjadi pengurus sekaligus pembina serta pelatih Bapak Sahru yang senantiasa selalu memberikan ilmu – ilmu beladiri Pencak silat. ([van Alphen et al., 2016](#)).

Perguruan Pencak silat Tunas

Nusantara setiap tahun selalu membuka pendaftaran untuk kembali menerima para siswa – siswi dari SD - SMA untuk di latih menjadi seorang atlet, karena salah satu tujuan perguruan Tunas Nusantara adalah untuk menciptakan atlet – atlet yang berkompeten agar bisa meraih prestasi baik tingkat daerah, nasional maupun level internasional ([Susanto et al., 2020](#)).

Peningkatan status kondisi fisik seseorang dapat diketahui setelah mengikuti sejumlah program latihan. Latihan dapat dilakukan sendiri atau terkordinasi seperti pemusatan atlet binaan yang ada pada salah satu perguruan Tunas Nusantara di Provinsi Aceh. Adanya latihan diharapkan ada peningkatan prestasi sesuai dengan tujuan itu sendiri, sebab berlatih merupakan suatu proses yang sistematis dari latihan atau bekerja yang dilakukan dengan berulang-ulang dengan kian hari kian meningkat jumlah beban atau pekerjaannya.

Atas dasar hasil observasi yang dilakukan pada perguruan pencak silat tunas nusantara Provinsi Aceh, bahwasanya kemampuan kondisi fisik para pesilat pada saat mereka melakukan latihan dimana kualitas kondisi fisiknya masih kurang maksimal hanya ada beberapa atlet yang memang mempunyai volume kondisi fisik yang baik, terutama

pada saat mereka melakukan beberapa gerakan dalam pencak silat seperti pada saat melakukan gerakan untuk teknik tendangan, pukulan, elakan dan tangkisan. Karena sifat gerakan tersebut dilakukan berpasang-pasangan dan terus dilakukan berulang-ulang maka disini langsung terlihat gerakan-gerakan dari beberapa pesilat yang semakin melambat dan pola pernafasan mereka juga terlihat seperti sangat kelelahan sekali entah itu memang disengaja atau tidak nya peneliti kurang memahami. Hal ini terjadi pada beberapa pesilat/atlit pencak silat perguruan Tunas Nusantara Provinsi Aceh.

Oleh karena itu, sejalan dengan permasalahan sebagaimana yang telah dijelaskan di atas maka merasa tertarik untuk mengetahui kondisi fisik sebenarnya dari atlet pencak silat perguruan Tunas Nusantara Provinsi Aceh yakni dengan melakukan suatu kajian untuk melakukan penelitian secara lebih mendalam.

B. Metode Penelitian

Desain penelitian *deskriptif* mempelajari masalah-masalah dalam masyarakat serta tata cara yang berlaku dalam masyarakat serta situasi-situasi tertentu termasuk kegiatan-kegiatan, sikap-sikap, pandangan-pandangan dan proses-proses yang sedang berlangsung serta pengaruh-pengaruh dari *fenomena*".

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya sebab akibat yang ditimbulkan melalui pengumpulan data dan pengolahan data yang didasarkan oleh hasil *test* yang dilakukan.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di lapangan Musara Alun Blang Kolak II Kecamatan Bebesen, Gedung Olahraga KONI Provinsi Aceh, pada tanggal 29 Oktober 2020, kedua obyek tersebut merupakan jenis tempat yang sering digunakan sebagai lokasi atau tempat untuk melakukan sejumlah aktivitas olahraga dan event-event kegiatan olahraga.

Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan sampel yang akan diteliti, yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Atlet Pencak Silat Perguruan Tunas Nusantara Provinsi Aceh, kategori pelajar berjumlah 115 orang. Sampel dalam penelitian ini ditentukan secara *purposive sampling*, yaitu mengambil sampel berdasarkan pertimbangan yang berfokus pada tujuan tertentu. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah seluruh Atlet Pencak Silat Perguruan Tunas Nusantara Provinsi Aceh, kategori pelajar usia 14-17 yang telah terjaring dan ditetapkan sebagai atlet dan benar-benar pesilat aktif di perguruan pencak silat Tunas Nusantara Aceh

Tengah. Dalam kajian penelitian ini populasi berjumlah 15 orang, mengingat populasi yang kurang dari 100 maka seluruh populasi dijadikan sebagai sampel (*total sampling*).

Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini digunakan tehnik tes dan pengukuran Olahraga yaitu pengukuran kesegaran jasmani yang terdapat dalam ((2011) et al., 2021) yang mengemukakan kesegaran jasmani merupakan aspek fisik dari kesegaran yang menyeluruh yang memberi kesanggupan kepada seseorang untuk menjalankan hidup produktif dan dapat menyesuaikan diri pada tiap pembebanan fisik yang layak tanpa mengalami kelelahan. Yang telah disesuaikan dengan kondisi fisik dominan dan mengaplikasikannya untuk mendapatkan data yang telah dirangkul menjadi beberapa Item tes dan norma seperti yang terdapat dibawah ini :

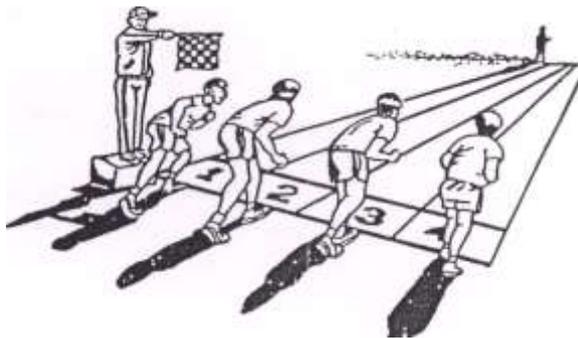
Pelaksanaan Tes Kecepatan Lari *Sprint* 30 Meter

- a. Tujuan: Mengukur komponen kecepatan
- b. Pelaksaan

Dengan aba-aba “siap” *testy* siap lari dengan *start* berdiri, setelah aba-aba “yaa” *testy* lari secepat-cepatnya menempuh jarak 30 meter sampai melewati garis

finish. Bersamaan dengan aba-aba “yaak” bendera *start* diangkat. Kecepatan lari dihitung dari saat bendera diangkat sampai pelari melewati garis *finish*. Kecepatan lari dicatat sampai dengan 0,1 detik, bila memungkinkan dicatat sampai dengan 0,01 detik.

Lakukan tes lari tersebut dua kali, setelah berselang satu kali pelari berikutnya/kelompok pelari berikutnya. Kecepatan lari yang terbaik yang dihitung. *Testy* dinyatakan gagal, apabila pelari melewati atau menyeberang ke lintasan lainnya.



Tabel 1.1 Norma Tes

Kriteria	Norma Altet	
	Putra	Putri
Baik Sekali	3.58 – 3.91	4.06 – 4.50
Baik	3.92 – 4.34	4.51 – 4.96
Sedang	4.35 – 4.72	4.97 – 5.40
Kurang	4.73 – 5.11	5.41 – 5.86
Kurang Sekali	5.12 – 5.50	5.86– 6.30

Persamaan dan rumus

$$VO_2 \text{ Max} = (\underline{X \text{ meter}} - 133) \times 0,172 + 33,3$$

15

Misalkan seorang *testy* dalam lari 15 menit menempuh jarak 3.800 meter.

$$\begin{aligned} VO_2 \text{ Max} &= \frac{(3800 - 133)}{15} \times 0,172 + 33,3 \\ &= (244,26) \times 0,172 \\ &+ 33,3 \\ &= 244,26 + 33,47 = \\ &277,73 \\ &\text{ml/g/min} \end{aligned}$$

C. Hasil dan Pembahasan

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan perhitungan rata-rata dan persentase yaitu mengkategorikan hasil yang telah terkumpul sesuai dengan norma.

Hasil Rata – Rata dan Persentase Kemampuan Komponen Kondisi Fisik. Untuk penghitungan rata – rata pada komponen fisik menggunakan rumus data statistik seperti yang telah dilampirkan pada bab sebelumnya. Selanjutnya hasil rata- rata tersebut dikategorikan dengan masing- masing norma tes untuk mendapatkan hasil akhirnya. Hasil rata – rata tersebut dituliskan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.1 Hasil Rata – Rata Kecepatan Lari Sprint 30 Meter Putra

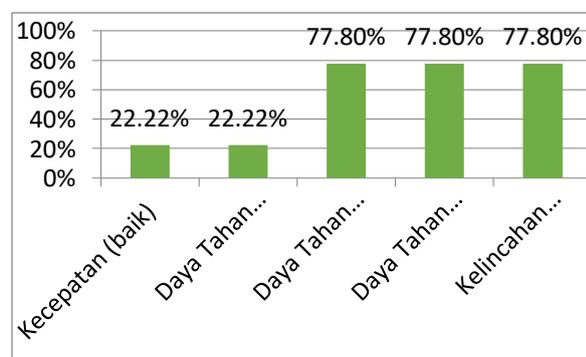
No	Nama	Nilai	Kriteria
1.	M.F	4.61	Sedang
2.	R.A	4.65	Sedang
3.	M.B.M	3.67	Baik
4.	D.S.R	3.15	Baik sekali

5.	M	3.38	Baik sekali
6.	M.W	3.67	Baik
7.	F.H	3.67	Baik
8.	L.F	3.68	Baik
9.	S.S	4.38	Sedang
Rata – Rata		3.87	Baik sekali

Tabel 4.6 Hasil Rata – Rata Daya Tahan Kekuatan Statis Otot Lengan Bahu Gantung Siku Tekuk Putri

No	Nama	Nilai	Kriteria
1	L.F	20.46	Sedang
2	M.S	20.41	Sedang
3	M.F	25.41	Baik
4	N	19.42	Sedang
5	R.B	24.40	Baik
6	M	15.94	Sedang
Rata – rata		21.0	Sedang

Persentase dengan Kategori Tertinggi dari Setiap Item Kemampuan Kondisi Fisik Atlet Putra



Berdasarkan temuan data hasil penelitian tentang kemampuan kondisi fisik atlet pencak silat usia 14 – 17 Perguruan Tunas Nusantara Provinsi Aceh, sebagaimana yang dilakukan menggunakan tes dan pengukuran kemampuan kondisi fisik. Penelitian ini dilakukan sesuai dengan komponen

kondisi fisik yang dibutuhkan dalam olahraga pencak silat. Rangkaian tes kondisi fisik tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

Hasil pengukuran komponen kemampuan kecepatan menggunakan tes kecepatan lari sprint 30 meter, 4 atlet putra dikategorikan baik dengan persentase 44.44% dan sebanyak 6 atlet putri yang berjumlah keseluruhan dari jumlah atlet putri juga dikategorikan baik dengan persentase maksimal 90,99%.

Hasil pengukuran komponen kemampuan daya tahan jantung dan pernafasan *VO2max* menggunakan test balke lari selama 15 menit, 4 atlet putra dikategorikan baik dengan persentase 44.44%, dan 3 atlet putri dikategorikan sama dalam kategori baik dengan persentase 50%.

Hasil pengukuran komponen kemampuan daya tahan kekuatan otot lengan bahu menggunakan tes bergantung angkat tubuh (*Pull UP*) 7 atlet putra dinyatakan dalam kategori kurang dengan persentase 77.80% hampir keseluruhan, dan kemampuan komponen daya tahan kekuatan statis otot lengan bahu khusus putri yaitu bergantung siku tekuk, 4 atlet putri dikategorikan sedang dengan hasil persentase 66.70% juga hampir jumlah keseluruhan dari jumlah atlet putri. Dari

hasil observasi dan pengamatan peneliti dapat diketahui untuk komponen kondisi fisik *Pull Up* dan bergantung siku tekuk (putri) untuk atlet pencak silat usia 14 – 17 tahun perguruan pencak silat tunas nusantara aceh tengah jarang melakukan kedua komponen kondisi fisik di atas dan instruksi dalam bentuk pembelajaran dari pelatihnya untuk melakukan kedua komponen tersebut juga tidak ada sehingga daya tahan kekuatan otot lengan bahu nya masih dalam kategori kurang dan sedang.

Hasil pengukuran komponen kemampuan daya tahan otot perut menggunakan tes *Sit – Up*, 7 atlet putra dikategorikan baik sekali dengan persentase 77.80%, dan 5 atlet putri juga sama dalam kategori baik sekali dengan hasil persentase 83.30%.

Hasil pengukuran komponen kemampuan kelincahan mengubah posisi atau arah menggunakan *Suttle Run Test*, 7 atlet putra dikategorikan baik dengan persentase 77.80% dan 5 atlet putri juga dikategorikan baik dengan persentase 83.30%.

Pembahasan Data Hasil Penelitian

Sesuai dengan data dan fakta dalam kajian penelitian ini, maka Kemampuan kondisi fisik atlet pencak silat usia 14 – 17 Perguruan Tunas Nusantara Provinsi Aceh

sebagaimana yang dilakukan pada atlet putra dan atlet putri adalah baik. Dengan klasifikasi rata – rata dari setiap komponen kemampuan kondisi fisik yang telah disesuaikan dengan masing – masing norma pada setiap item tes yaitu hasil komponen kemampuan kondisi fisik kecepatan atlet putra klasifikasi rata-ratanya adalah 3.87, dan pada atlet putri 4.59.

Komponen kemampuan kondisi fisik daya tahan jantung dan pernafasan *VO2max* klasifikasi rata – rata atlet putra adalah 56.86 dan pada atlet putri 59.14. Komponen kemampuan kondisi fisik daya tahan kekuatan otot lengan bahu gantung angkat tubuh putra dan gantung siku tekuk untuk putri klasifikasi rata – rata adalah 9 untuk putra dan 21.0 untuk putri. Komponen kemampuan kondisi fisik daya tahan otot perut dengan klasifikasi rata – rata untuk atlet putra 44 dan atlet putri 37.2. Dan pada komponen kemampuan kondisi fisik kelincahan pada atlet putra dengan klasifikasi rata – rata 13 dan pada atlet putri 12.72.

Hasil pengukuran komponen kemampuan daya tahan jantung dan pernafasan *VO2max* menggunakan test balke lari selama 15 menit, 4 atlet putra dikategorikan baik dengan persentase 44.44%, dan 3 atlet putri dikategorikan sama dalam kategori baik dengan

persentase 50%.

Hasil pengukuran komponen kemampuan daya tahan kekuatan otot lengan bahu menggunakan tes bergantung angkat tubuh (*Pull UP*) 7 atlet putra dinyatakan dalam kategori kurang dengan persentase 77.80% hampir keseluruhan, dan kemampuan komponen daya tahan kekuatan statis otot lengan bahu khusus putri yaitu bergantung siku tekuk, 4 atlet putri dikategorikan sedang dengan hasil persentase 66.70% juga hampir jumlah keseluruhan dari jumlah atlet putri. Dari hasil observasi dan pengamatan peneliti dapat diketahui untuk komponen kondisi fisik *Pull Up* dan bergantung siku tekuk (putri) untuk atlet pencak silat usia 14 – 17 tahun perguruan pencak silat tunas nusantara aceh tengah jarang melakukan kedua komponen kondisi fisik di atas dan instruksi dalam bentuk pembelajaran dari pelatihnya untuk melakukan kedua komponen tersebut juga tidak ada sehingga daya tahan kekuatan otot lengan bahu nya masih dalam kategori kurang dan sedang.

Hasil pengukuran komponen kemampuan daya tahan otot perut menggunakan tes *Sit – Up*, 7 atlet putra dikategorikan baik sekali dengan persentase 77.80%, dan 5 atlet putri juga sama dalam kategori baik sekali dengan hasil persentase 83.30%.

Hasil pengukuran komponen kemampuan kelincahan mengubah posisi

atau arah menggunakan *Suttle Run Test*, 7 atlet putra dikategorikan baik dengan persentase 77.80% dan 5 atlet putri juga dikategorikan baik dengan persentase 83.30%.

D. Kesimpulan

Kemampuan kondisi fisik atlet pencak silat usia 14–17 Perguruan Tunas Nusantara Provinsi Aceh sebagaimana yang dilakukan pada atlet putra dan atlet putri adalah baik. Dengan klasifikasi rata – rata dari setiap komponen kemampuan kondisi fisik yang telah disesuaikan dengan masing – masing norma pada setiap item tes yaitu hasil komponen kemampuan kondisi fisik kecepatan atlet putra klasifikasi rata- ratanya adalah 3.87, dan pada atlet putri 4.59. Komponen kemampuan kondisi fisik daya tahan jantung dan pernafasan *VO2max* klasifikasi rata – rata atlet putra adalah 56.86 dan pada atlet putri 59.14. Komponen kemampuan kondisi fisik daya tahan kekuatan otot lengan bahu gantung angkat tubuh putra dan gantung siku tekuk untuk putri klasifikasi rata – rata adalah 9 untuk putra dan 21.0 untuk putri. Komponen kemampuan kondisi fisik daya tahan otot perut dengan klasifikasi rata – rata untuk atlet putra 44 dan atlet putri 37.2. Dan pada komponen kemampuan kondisi fisik kelincahan pada atlet putra dengan klasifikasi rata – rata 13 dan pada

atlet putri 12.72.

Ucapan Terima Kasih

Pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih kepada: 1) para pelatih pencak silat, 2) para official pencak silat, 3) guru olahraga Provinsi Aceh, 4) ketua KONI Kota Banda Aceh, 5) ketua KONI Provinsi Aceh, 6) para unsur teman sejawat/dosen, dan 7) Kadispora Aceh.

Daftar Pustaka

- Etikan, I. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Hatzigeorgiadis, A., Galanis, E., Zourbanos, N., & Theodorakis, Y. (2014). Self-talk and Competitive Sport Performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(1), 82–95. <https://doi.org/10.1080/10413200.2013.790095>
- Kurniawan, E. Y., Kesoema, T. A., & Hendrianingtyas, M. (2019). Pengaruh Latihan Fleksi Dan Ekstensi Lumbal Terhadap Fleksibilitas Lumbal Pada Dewasa Muda. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 8(1), 161–170. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/dmj.v8i1.23314>
- Kusuma, I. D. M. A. W. (2019). The Influence Of The Differences Within The Preliminary Vo2max Level On The Tabata Training. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(2), 327–341. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v5i2.13490
- Los Arcos, A., & Martins, J. (2018). Physical Fitness Performance of Young Professional Soccer Players Does Not Change During Several Training Seasons in a Spanish Elite Reserve Team: Club Study, 1996-2013. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 32(9), 2577–2583. <https://doi.org/10.1519/JSC.000000000000002426>
- Puspitasari, N. (2019). Faktor Kondisi Fisik Terhadap Resiko Cedera Olahraga Pada Permainan Sepakbola. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 3(1), 54–71. <https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v3i1.34>
- Susanto, D. M., Maidarman, Suwirman, & Lesmana, H. S. (2020). Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat. *Jurnal Patriot*,

2(3), 692–704.

<https://doi.org/10.4135/97808570201>

[16.n162](#)

van Alphen, H. J. M., Hortobágyi, T., & van Heuvelen, M. J. G. (2016). Barriers, motivators, and facilitators of physical activity in dementia patients: A systematic review. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 66, 109–118. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2016.05.008>



Analisis Konsepsi Manajerial dan Kompetensi Kepala Sekolah Berlatar Belakang Guru Olahraga Se-Kota Banda Aceh

Analysis of Managerial Conception and Competence of School Principals with a Sports Teacher Background in Banda Aceh City

Zikrur Rahmat*, Irfandi, Munzir

STKIP Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh, Alamat, Jl. Tangguk Kreung Aceh No. 34, Rukoh Darussalam, Banda Aceh, 24161, Indonesia

e-mail: zikrur@bbg.ac.id, irfandi@bbg.ac.id, munzir@bbg.ac.id

Abstrak

Melatarbelakangi kajian penelitian ini disebabkan berlatarbelakang guru olahraga dapat dinyatakan layak dan mampu menjalankan tugas dan kewajibannya sebagai seorang kepala sekolah yang baik dan bijak. Tujuan kajian penelitian ini adalah untuk meningkatkan konsepsi manajerial, kemampuan kepala sekolah berlatar belakang guru olahraga se-Kota Banda Aceh. Metode yang digunakan adalah analisis survei. Hasil penelitian yang telah ditemukan dilapangan maka akan dianalisis menunjukkan bahwa kepala sekolah yang berlatar belakang guru olahraga telah menjalankan tugasnya dengan baik selaku pimpinan di sekolah. Motivasi yang dilakukan oleh kepala sekolah dilakukan dengan cara memberikan dorongan bagi para guru dalam bidang administrasi, supervisi dan bidang pendidikan pengajaran. Kepala sekolah sudah memiliki kompetensi manajerial yang baik sehingga dalam melaksanakan tugas dan fungsi (tupoksi) selaku kepala sekolah sudah sepatutnya fungsi-fungsi manajemen, melalui proses perencanaan, pelaksanaan program kerja dan evaluasi kegiatan program kerja dalam upaya meningkatkan kinerja guru terkait dengan peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah. Kepala sekolah sebagai supervisor dimaksudkan hanya untuk meningkatkan pengawasan dan pengendalian terhadap guru-guru dan personel lain untuk meningkatkan kinerja mereka. Kepala sekolah sebagai supervisor bertugas untuk mengatur seluruh aspek kurikulum yang berlaku di sekolah agar dapat memberikan hasil yang sesuai dengan target yang telah ditentukan. Aspek-aspek kurikulum yang harus dikuasai oleh kepala sekolah sebagai supervisor adalah materi pelajaran, proses belajar mengajar, evaluasi kurikulum, pengelolaan kurikulum, dan pengembangan kurikulum di sekolah. Kepala sekolah sudah sewajarnya untuk bertransformasi literasi sesuai dengan perkembangan zaman, dimana zaman menuntut akan mampu menguasai teknologi, data, internet dan lain sebagainya.

Kata kunci: Analisis, konsepsi manajerial dan kompetensi kepala sekolah

Abstract

The background of this research examination is due to the background of a sports teacher who can be declared worthy and able to carry out his duties and obligations as a good and wise principal. The purpose of this research study is to improve the management conception, the ability of school principals with a sports teacher background in Banda Aceh City. The method used is survey analysis. The results of the research that have been found in the field will be analyzed showing that the principal who has a sports teacher background has carried out his duties properly as a leader in the school. Motivation carried out by the principal is done by providing encouragement for teachers in the fields of administration, supervision and teaching education. The principal already has good managerial competence so that in carrying out the duties and functions (tupoksi) as the principal, management functions are appropriate, through the planning process, implementing work programs and evaluating work program activities in an effort to improve teacher performance related to improving the quality of learning in school. The principal as a supervisor is intended only to increase supervision and control of teachers and other personnel to improve their performance. The principal as a supervisor is in charge of regulating all aspects of the curriculum that applies in the school so that it can provide results that are in accordance with predetermined targets. Curriculum aspects that must be mastered by the principal as a supervisor are subject matter, teaching and learning processes, curriculum evaluation, curriculum management, and curriculum development in schools. The principal of the school is natural to transform literacy according to the times, where the era demands to be able to master technology, data, the internet and so on.

Keywords: Analysis, managerial conception and competence of school principals

corresponding author: irfandi@bbg.ac.id

Artikel Info:

Submitted :07/03/2021
Revised :25/03/2021
Accepted :15/04/2021
Published :17/05/2021



Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).
Copyright © 2021

A. Pendahuluan

Satuan pendidikan atau sekolah merupakan lembaga formal yang memegang peranan sangat penting untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Untuk terwujudnya bangsa dan negara yang maju maka diperlukan sumber daya manusia yang ulet, unggul dan handal di bidangnya masing – masing ([Guo et al., 2012](#)) Karena bagus, besarnya sumber daya alam (SDA) yang tersedia, menjadi sangat berguna nilai – nilai keanekaragaman, biodiversitas di tangan – tangan sumber daya manusia berintelektual tinggi dalam membangun bangsa dan negara. Oleh karena itu, sekolah memegang peranan yang sangat penting dalam menciptakan sumber daya manusia terampil dan handal.

([A. Sulaeman, 2015](#)) mengemukakan bahwa: Pendidikan merupakan suatu jenis kegiatan untuk merencanakan kegiatan usaha pendidikan sedemikian rupa, sehingga menjamin setiap individu (baik seorang lulusan maupun yang putus sekolah) dapat terjun ke masyarakat dengan sesuatu kemampuan untuk kelangsungan menjadi seorang pekerja yang produktif. Dengan kata lain, pendidikannya harus menghasilkan lulusan-lulusan dari berbagai tingkat dan jenis keahlian yang siap pakai ([Endah Wulantina, 2019](#)).

Berdasarkan pendapat di atas, dapat diketahui bahwa pendidikan dirancang untuk mempersiapkan lulusan yang berkualitas. Sehingga mereka dapat menjadi pihak-pihak yang produktif dan meningkatkan kesejahteraan hidupnya menjadi lebih baik. Dengan demikian, pendidikan menjadi faktor yang sangat penting dalam menentukan kesejahteraan hidup manusia ([Mustafa & Sugiharto, 2020](#)).

Keberhasilan dan peningkatan mutu yang dicapai oleh sekolah tentunya bukan hanya kepala sekolah yang bergerak sendiri, tetapi ikut andil dari tenaga pendidik. Di dalam UURI No 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dikatakan bahwa: “pendidik merupakan tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melakukan pembimbingan dan pelatihan, serta melakukan penelitian dan pengembangan kepada masyarakat terutama bagi pendidik pada perguruan tinggi” ([Serrano et al., 2013](#)).

Dalam hal ini yang dimaksud tenaga pendidik di sekolah adalah guru. Bahkan dapat dikatakan bahwa pengaruh guru sangat besar terhadap peningkatan mutu sekolah. Penyebabnya, gurulah yang berperan secara langsung dalam proses pendidikan yaitu proses pembelajaran

disekolah. Keberhasilan serta peningkatan mutu di sekolah tentunya dilihat dari keberhasilan dalam proses pembelajaran tersebut (Creswell & Guetterman, 2018).

Di dalam sebuah organisasi lembaga pendidikan yaitu sekolah, kepala sekolah sebagai pemimpin yang akan membawa sekolah pada arah tujuan yang mengarah pada pencapaian mutu sekolah sesuai dengan yang telah ditargetkan. (Diana Darmawati et al., 2017) beliau menyatakan bahwa: “kepemimpinan pendidikan adalah suatu proses mempengaruhi, mengkoordinasi dan menggerakkan perilaku orang lain serta melakukan suatu perubahan ke arah yang lebih positif dalam mengupayakan keberhasilan pendidikan”.

Kepala sekolah menjadi kunci keberhasilan dan kemajuan peningkatan mutu sekolah (Selvi, 2010). Ini karena sekolah itu sendiri merupakan sebuah organisasi lembaga pendidikan yang harus memiliki seorang pemimpin yang berkualitas. Pemimpin yang berkualitas, hendaknya mampu membawa sekolah pada arah tujuan yang sesuai dengan visi misi, serta mampu mengatasi berbagai hambatan yang dihadapi (Septiana, 2018).

Kepala sekolah juga harus dapat mengatur lingkungan fisik untuk memotivasi guru agar dapat mengerjakan tugas secara maksimal, menciptakan suasana kerja yang menyenangkan ,

(Cahyati et al., 2020). Memberikan dorongan arahan dan dukungan kepada guru serta pemberian penghargaan kepada guru itu semua akan membangkitkan semangat kinerja guru. Kepala sekolah juga dianggap perlu dalam memberikan hukuman kepada guru-guru yang salah. Ia juga berperan mengawasi kegiatan guru dalam melaksanakan pembelajaran (Setiawan & Dewi, 2019).

Kepala sekolah sebagai *top manager* di sekolah diharapkan dapat memainkan perannya dalam mempengaruhi bawahannya, khususnya para guru dalam meningkatkan kinerja atau prestasi kerjanya. Untuk melaksanakan pekerjaan seperti ini tidaklah mudah karena pekerjaan itu menuntut adanya sejumlah kompetensi yang harus dimiliki. Kepala sekolah dituntut memiliki kemampuan/ pengetahuan, keterampilan mengendalikan emosi untuk dapat memahami diri sendiri dan orang lain. Berdasarkan hasil studi pendekatan sifat (*the trait approach*), ada tiga macam sifat pribadi yang perlu dimiliki oleh seorang pemimpin agar dapat berhasil dalam memimpinnya, yakni: 1) ciri-ciri fisik (*physical characteristics*), seperti tinggi badan dan penampilan; 2) kepribadian (*personality*), seperti menjunjung tinggi harga diri (*self esteem*); berpengaruh (*dominant*), dan stabilitas emosi; dan 3) kemampuan atau kecakapan

(ability), seperti kecerdasan umum (*general intelegence*), keaslian (*originality*), dan wawancara sosial (*social insght*) ([Zee & Koomen, 2016](#)). Selain kriteria di atas, seorang calon kepala sekolah harus memiliki jiwa kepemimpinan dan kebugaran jasmani yang baik ([Tsigilis et al., 2007](#)).

Sebagai seorang manajer, kepala sekolah mempunyai tugas dan tanggung jawab yang besar dalam mengelola sekolahnya. Keberhasilan kepala sekolah dalam mengelola sekolahnya tidak akan terlepas dari kemampuan kepala sekolah sebagai pemimpin sekolah dalam melaksanakan fungsi dan peran sebagai kepala sekolah.

Untuk itu seorang kepala sekolah dituntut mampu memiliki kesiapan dalam mengelola sekolah, kesiapan pimpinan yang dimaksud disini adalah kemampuan manajerial yang berkenaan dengan Peraturan Menteri No 13 Tahun 2007 Tentang Standar Kepala Sekolah/Madrasah, kemampuan manajerial kepala sekolah meliputi: perencanaan, pengorganisasian, pengerahan dan pengawasan. Dengan kemampuan manajerial yang baik diharapkan setiap kepala sekolah mampu menjadi pendorong dan penegak disiplin bagi para guru agar mereka mampu menunjukkan produktifitas kinerjanya dengan baik ([Susilana, 2014](#)).

Setiap guru yang memiliki prestasi

berhak menjadi kepala sekolah setelah melalui proses penyeleksian yang telah ditentukan ([Pardimin, 2018](#)). Demikian pula dengan guru olahraga juga memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi kepala sekolah agar dapat memimpin proses pendidikan di sekolah. Akan tetapi, muncul anggapan di kalangan guru non penjas bahwa guru olahraga dianggap tidak layak untuk menjadi kepala sekolah ([Skaalvik & Skaalvik, 2010](#)). Hal ini dikarenakan munculnya persepsi bahwa guru olahraga lebih banyak melakukan praktek di lapangan sehingga tidak mampu memimpin sekolah khususnya dalam manajemen sekolah yang berkaitan dengan administrasi dan prosedur kelembagaan ([Pelana, 2017](#)).

Guru olahraga memiliki latar belakang pendidikan yang terfokus pada pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi. Sehingga, muncul asumsi bahwa guru olahraga lebih banyak mendidik siswa dalam pembentukan jasmani dan kesehatan ([Situmorang, 1987](#)). Hal ini menyebabkan guru olahraga tidak terlalu memahami aspek lain dalam pendidikan seperti manajemen sekolah atau pengembangan program-program di sekolah pada saat guru olahraga diangkat menjadi kepala sekolah ([Serrano et al., 2013](#)).

Pada kenyataannya, hasil observasi awal di sekolah se-Kota Banda Aceh menunjukkan terdapat lima sekolah yang

dipimpin kepala sekolah yang memiliki latar belakang pendidikan sebagai guru olahraga. Manajerial kepala sekolah yang dipimpin oleh kepala sekolah ini lebih terfokus pada pelaksanaan di lapangan (praktik). Kepala sekolah lebih terfokus pada kebijakan yang diterapkan di sekolah. Sedangkan, secara administrasi, kepala sekolah yang berlatar belakang guru olahraga belum mampu melaksanakannya dengan baik, seperti penyusunan laporan maupun administrasi lainnya secara tertulis. Hal ini dikarenakan guru olahraga memiliki latar belakang pendidikan yang lebih menekankan kepada tindakan psikomotorik dibandingkan praktik. Sehingga, dalam penyelenggaraannya mengalami kendala secara administrasi.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif yaitu mendiskripsikan, menguraikan, dan menggambarkan tentang implementasi kepemimpinan kepala sekolah dalam meningkatkan motivasi kerja guru berdasarkan fakta yang ada di lapangan. Semua kegiatan, keadaan, kejadian, aspek, komponen atau variabel berjalan sebagaimana adanya, sehingga peneliti tidak melakukan manipulasi data atau memberikan perlakuan-perlakuan tertentu

terhadap variabel penelitian. Seperti yang ditegaskan oleh (Sugiyono, 2015) yang menyatakan bahwa penelitian kualitatif merupakan penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah instrumen kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan dengan *purposive purposive* atau *snowball*, teknik pengumpulan data dilakukan dengan *triangulasi* (gabungan), analisis data bersifat induktif.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan seluruh kepala sekolah SMA yang ada di Kota Banda Aceh, dan dilaksanakan tanggal 10 November s.d 12 Desember 2020.

Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan sampel yang akan diteliti, yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kepala SMA Kota Banda Aceh, kategori kepala sekolah berjumlah 15 orang. Sampel dalam penelitian ini ditentukan secara *purposive sampling*, yaitu mengambil sampel berdasarkan pertimbangan yang berfokus pada tujuan tertentu (Arikunto, 2006).

Adapun sampel dalam penelitian ini adalah seluruh kepala sekolah SMA berlatar belakang guru Olahraga se Kota Banda Aceh.

Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah alat bantu yang digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya untuk mengumpulkan data agar kegiatan penelitian tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Berdasarkan definisi tersebut, maka instrumen penelitian berfungsi untuk menetapkan fokus penelitian. Hal ini senada dengan pendapat ([Sugiyono, 2014](#)) mengatakan: “peneliti kualitatif sebagai *human instrument*, berfungsi menetapkan focus penelitian, memilih informan sebagai sumber data, menilai kualitas data, analisis data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas temuannya”. Instrumen juga diartikan sebagai alat bantu, misalnya angket (*questionnaire*), daftar cocok (*check list*). Pedoman wawancara (*interview guide* atau *interview schedule*) serta lembar/panduan pengamatan. Untuk lebih jelasnya:

1. Angket, dan
2. Instrument wawancara

C. Hasil dan Pembahasan

Peneliti telah melakukan beberapa kajian angket dan instrument wawancara dengan kepala sekolah yang ada di Kota Banda Aceh, untuk memastikan dan mengetahui tentang arah kebijakan sekolah merupakan suatu keputusan-keputusan yang dibuat oleh kepala sekolah dengan arif dan bijaksana kepada guru untuk

meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah dengan cara melibatkan dewan guru dalam hal merumuskan kebijakan pendidikan sekolah untuk disepakati bersama terhadap kebijakan tersebut.

Kebijakan kepala sekolah berkaitan dengan bidang administrasi meliputi beberapa aspek, diantaranya kebijakan dalam hal pengelolaan pembelajaran, pengelolaan kepegawaian, pengelolaan peserta didik, pengelolaan gedung dan halaman, pengelolaan keuangan dan pengelolaan hubungan sekolah dan masyarakat. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara dengan kepala sekolah tentang keterlibatan para dewan guru dalam merumuskan kebijakan pendidikan di sekolah. “Dalam hal merumuskan kebijakan di sekolah saya melibatkan dewan guru dan staf serta *stakeholder* lainnya agar melahirkan nilai – nilai keputusan bersama peningkatan kualitas pembelajaran”.

Sebagaimana penjelasan kepala sekolah bahwa semua guru ikut terlibat dalam merumuskan kebijakan pendidikan di sekolah, agar kebijakan yang akan dilaksanakan dapat berjalan secara tertib dan lancar. Hal ini dikarenakan guru merupakan pelaksana setiap keputusan kebijakan di sekolah agar keputusan dapat diterima oleh semua pihak, maka guru harus dilibatkan dalam pengambilan keputusan kebijakan pendidikan di

sekolah. “Motivasi diberikan dengan kebebasan. Saya mengarahkan para guru menyusun administrasi dan memberikan arahan dan terkait bimbingan kepada guru agar masuk sesuai roster pada mata pelajaran tertentu”.

Pada awal semester kepala sekolah mengintruksikan kepada seluruh dewan guru untuk mengumpulkan administrasi proses pembelajaran melalui wakil kepala sekolah untuk diteliti dan dievaluasi oleh kepala sekolah apakah Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang disusun sesuai dengan silabus, program tahunan (prota), program semester (prosem), dan kalender pendidikan dan pencapaian target kurikulum, untuk lebih jelas sesuai dengan hasil wawancara peneliti dengan salah satu kepala sekolah adalah: “Setiap guru di sekolah ini wajib mengumpulkan administrasi meliputi: silabus, kalender pendidikan, prota, prosem dan RPP”.

Hasil wawancara yang dilakukan dengan kepala sekolah di atas juga sesuai dengan pendapat sebagaimana yang telah disampaikan oleh wakil kepala sekolah yang menyatakan menyiapkan perangkat pembelajaran berupa RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran). Langkah-langkah selanjutnya sesuai tahapan RPP, diberikan motivasi buat anak, diberitahu apa yang akan mereka pelajari, baru masuk

ke materi apa yang akan diajarkan pada merekam biasanya kalau memang perlu Laboratorium, maka masuk ke Laboratorium, bila Laboratorium tidak ada bahannya, bisa memakai animasi yang lain. Namun untuk kelas 3 jarang dilakukan karena kejar target UN, bila dipadu dengan praktikum maka tidak akan selesai materi UN – nya”.

Hal ini juga sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh salah satu guru bahwa “Kami diberikan motivasi oleh kepala sekolah untuk melengkapi sejumlah administrasi yang diperlukan dalam proses pembelajaran. Kepala sekolah memotivasi kami dengan cara mengarahkan dan membimbing dalam menyusun administrasi pembelajaran seperti silabus, RPP, prota, prosem dan kelengkapan lainnya”.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, maka dapat diketahui bahwa kepala sekolah memberikan motivasi bagi guru dalam melengkapi administrasi pembelajaran. Kepala sekolah mengarahkan dan membimbing guru dalam menyusunnya. Sehingga, guru dapat berdiskusi dan diberikan masukan oleh kepala sekolah.

([Imam Santosa, Sugiyanto, 2013](#)) menyatakan model kebijakan yang dilakukan oleh kepala sekolah memberikan dampak yang positif bagi para guru. Guru

lebih kreatif dalam menyusun perencanaan administrasi pembelajaran, juga termasuk dalam mempersiapkan sejumlah media pembelajaran sebagai alternatif penunjang.

Hal ini sebagaimana yang disampaikan oleh kepala sekolah melalui jawaban wawancara bahwa “Manfaatnya banyak sekali, pembelajaran lebih fokus dan guru sangat bertanggung jawab terhadap kegiatan belajar mengajar, hasil yang diberikan sudah tampak bervariasi dengan memodifikasi alat-alat pembelajaran seperti, pelajaran geografi dan fisika”.

Berdasarkan penjelasan kepala sekolah dapat diketahui bahwa kepala Sekolah sudah mewajibkan guru menyusun dan menyerahkan kelengkapan administrasi proses pembelajaran kepada kepala sekolah melalui wakil kepala bidang kurikulum guna untuk diteliti dan dievaluasi oleh kepala sekolah untuk mengukur tingkat kinerja dalam melaksanakan tugasnya. Hal ini sejalan dengan Permendiknas Nomor 41 Tahun 2007 tentang standar proses satuan pendidikan dasar dan menengah yang mewajibkan kepada guru untuk menyusun rencana pembelajaran (RPP), silabus pembelajaran, kalender pendidikan, program semester dan tahunan serta pencapaian target kurikulum.

Namun dalam kenyataannya masih ada guru yang enggan melengkapi

administrasi pembelajaran pada saat proses belajar mengajar berlangsung, hal ini sesuai dengan hasil wawancara peneliti dengan kepala sekolah sebagaimana yang diuraikan bahwa “Kendalanya banyak, tapi bisa disikapi, misalnya; guru berhalangan diberikan tugas dan latihan – latihan bagi anak –anak atau digantikan oleh guru lain. Untuk guru yang belum melengkapi administrasi dipanggil dan dibina dan ditegur”.

Dari penjelasan tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa pada sekolah masih ada guru yang enggan menyusun dan melengkapi administrasi pembelajaran walaupun guru tersebut sudah diberikan pengertian dan pemahaman bahwa kelengkapan administrasi pembelajaran sangat penting disusun dan digunakan pada saat proses pembelajaran berlangsung agar kualitas pembelajaran dapat meningkatkan prestasi belajar siswa.

Peneliti juga menemukan bahwa masih ada sebagian guru yang enggan menyusun dan menggunakan kelengkapan administrasi pembelajaran karena peneliti melihat seolah-olah tidak penting kelengkapan administrasi pembelajaran dan ada juga karena kurang mampu menyusun kelengkapan administrasi pembelajaran. Namun yang sesungguhnya kalau kita kaji mendalam guru kurang memiliki komitmen untuk menyusun kelengkapan administrasi pembelajaran di

sekolah.

Kemudian peneliti melanjutkan wawancara dengan kepala sekolah lainnya tentang sanksi terhadap guru yang enggan menyusun dan menggunakan kelengkapan administrasi pembelajaran pada saat mengajar di kelas “untuk sangsi ditahan pengamprahan sertifikasi dan usulan kenaikan pangkat”.

Berdasarkan penjelasan kepala sekolah bahwa guru yang enggan menyiapkan administrasi pembelajaran telah diberikan sanksi yang tegas terhadap guru yang bersangkutan, berupa penundaan sementara waktu pengamprahan gaji tunjangan sertifikasi dan usulan kenaikan pangkat guna tegaknya aturan yang telah ditetapkan dan tidak ditiru oleh guru-guru lainnya. Hal ini sesuai menurut undang-undang nomor 14 tahun 2005 pasal 30 ayat 2, dimana guru dapat diberikan sanksi bila melalaikan tugas dan kewajibannya.

Tindakan kepala sekolah memberikan sanksi kepada guru yang enggan menyusun dan menggunakan administrasi kelengkapan pembelajaran sudah sesuai dengan aturan yang ada. Ini berarti kepala sekolah sudah menunjukkan sikap ketegasan dalam menegakkan kebijakan yang telah ditetapkan secara bersama sesuai dengan aturan yang berlaku.

Sikap tegas yang dilakukan oleh

kepala sekolah memberikan dampak positif terhadap motivasi guru kerja bagi guru. Guru merasa lebih bertanggung jawab dalam mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya, khususnya dalam menyusun administrasi pendidikan. Menurut hemat peneliti sikap yang demikian perlu dipertahankan agar guru serius dalam melaksanakan tugasnya, terutama terkait dalam hal penyusunan dan penggunaan kelengkapan administrasi pembelajaran dalam meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah. Dengan demikian guru akan tumbuh komitmen terhadap hal tersebut.

Kepala sekolah sebagai *top manager* harus mampu menegakkan disiplin pada para pegawai (guru dan tata usaha) secara terus-menerus agar disiplin menjadi kebiasaan bagi seorang guru di sekolah. Dengan disiplin guru akan mampu melaksanakan tugas dengan sebaik-baiknya sehingga terhindar dari segala pelanggaran-pelanggaran yang dapat merugikan siswa, sekolah dan masyarakat.

Dalam rangka meningkatkan kualitas pembelajaran, kepala sekolah perlu meningkatkan beberapa aspek disiplin kerja guru agar semua tugas-tugas yang diemban oleh guru dapat berjalan sesuai dengan aturan yang berlaku.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan kepala sekolah bahwa ada 8

(delapan) aspek disiplin kerja guru yang ditegakkan di sekolah yaitu; “Peserta didik dikelola dengan disiplin dan terutama guru harus disiplin dengan demikian siswa akan ikut”. Guru datang ke sekolah tepat pada waktunya, guru wajib memberitahukan jika berhalangan hadir ke sekolah, guru wajib memberikan tugas jika berhalangan hadir ke sekolah, membuat persiapan mengajar sebelum proses belajar mengajar berlangsung, mencatat hasil evaluasi belajar siswa, mengabsen kehadiran siswa setiap kali pertemuan, mengisi absen setiap hadir ke sekolah dan meninggalkan sekolah jika jam kerja atau mengajar selesai.

Dari penjelasan kepala sekolah tersebut bahwa guru wajib datang tepat waktu, memberitahukan jika berhalangan hadir ke sekolah, memberikan tugas jika berhalangan hadir ke sekolah, membuat persiapan sebelum mengajar, mencatat hasil evaluasi belajar siswa, mengabsen kehadiran siswa, mengisi absen setiap hadir ke sekolah, dan meninggalkan sekolah jika jam kerja atau mengajar selesai. Menurut kenyataan yang ada guru sudah menunjukkan disiplin kerja yang tinggi, sesuai dengan hasil wawancara peneliti dengan kepala sekolah bahwa “untuk pegawai dan guru, untuk saat ini hampir semuanya menunjukkan disiplin yang tinggi”.

Berdasarkan penjelasan kepala

sekolah bahwa semua guru (a) sudah menunjukkan sikap disiplin yang tinggi dalam melaksanakan tugas sebagai guru dengan sebaik-baik mungkin. Kondisi ini harus dipupuk dan dibina terus menerus oleh kepala sekolah supaya kedisiplinan guru yang sudah terbina tersebut betul-betul dapat dipertahankan. Dengan cara terus mengikat kerja sama yang baik antara kepala sekolah dengan guru dan guru dengan guru serta unsur Sekolah lainnya demi kemajuan Sekolah dalam segala aspek terutama dalam bidang peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah.

Kepala sekolah sebagai pemimpin pendidikan harus dapat mengenal dan mengerti berbagai kedudukan, keadaan dan apa yang diinginkan oleh guru maupun pegawai Tata Usaha serta pegawai lainnya. Dengan demikian akan tumbuh kerjasama yang baik yang dapat menghasilkan pikiran yang harmonis dalam usaha perbaikan sekolah. Berdasarkan hasil wawancara dengan menunjukkan bahwa “Pegawai dan guru diberikan tugas sesuai tupoksi dan sesuai dengan program yang ada dalam rangka kerjasama peningkatan kualitas KBM (kegiatan belajar mengajar)”.

Kondisi tersebut menurut hasil observasi peneliti bahwa benar kepala sekolah sudah menunjukkan sikap kerja sama yang baik dengan para dewan guru di Sekolah dalam rangka meningkatkan

kualitas pembelajaran supaya output yang dihasilkan di sekolah betul-betul berkualitas. Kepala sekolah sebagai pemimpin pendidikan harus mampu meningkatkan sumber daya guru dalam bidang tugasnya melalui kegiatan supervisi yang dilakukannya. Hal ini dikarenakan guru memiliki andil dan peran yang sangat besar terhadap keberhasilan pembelajaran di sekolah. Oleh karena itu, supervisi yang dilakukan kepala sekolah membantu guru menjalankan pekerjaan dan tugasnya dengan baik.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan kepala sekolah tentang meningkatkan sumber daya guru terkait upaya meningkatkan kualitas pembelajaran bahwa; “Hubungan sekolah dengan lingkungan cukup baik, masyarakat diundang bila ada kegiatan sekolah, kemudian bila ada kendala di sekolah dimohon untuk dikritisi, disampaikan kelemahan dan kelebihan disampaikan lewat komite, dan selama 5 tahun belakangan belum ada kritikan. Masyarakat ikut mendukung pelaksanaan pendidikan”. Dan ditambahkan lagi oleh beliau bahwa; “Membimbing guru melalui rapat – rapat dan buku pembinaan guru”.

Dari penjelasan kepala ssekolah dapat disimpulkan bahwa dia selaku kepala sekolah menyadari penuh bahwa tugas yang berat dilaksanakan oleh kepala

sekolah adalah membina guru dan karyawan supaya program pendidikan di sekolah agar dapat berjalan secara tertib dan lancar, demi terwujudnya kualitas pendidikan. Dengan demikian, keberhasilan suatu sekolah terletak pada kemampuan pimpinan melakukan supervisi terhadap semua sumber daya yang tersedia termasuk pemberdayaan masyarakat sekitarnya.

Dalam rangka pemberdayaan guru dan karyawan di sekolah langkah pertama dilakukan adalah analisis kebutuhan dan bidang tugas yang dibutuhkan serta penempatan guru dan karyawan berdasarkan analisis jabatan untuk mencapai tujuan pendidikan. Atas dasar tersebut peneliti mewawancarai kepala sekolah bahwa “Tugas diberikan setelah dilihat, mau, mampu dan ikhlas. Seperti di kurikulum harus orang yang bisa memahami guru, kesiswaan juga demikian, harus mampu memahami siswa dan harus mampu menjalin kerjasama dengan orang tua siswa, begitu juga dengan humas, orang yang bisa diandalkan untuk berhubungan dengan masyarakat dan punya program”. Berdasarkan penjelasan kepala sekolah sudah membagi habis semua pekerjaan yang harus dilakukan oleh guru dan karyawan di sekolah

Uraian tersebut di atas sejalan dengan hasil wawancara peneliti selanjutnya

dengan kepala sekolah bahwa: “Pengaruhnya ada, karena fungsi mereka fungsi pelayanan dan mereka juga mesti di bantu oleh kepala TU, oleh kepala sekolah juga, karena ini adalah tujuan bersama bukan hanya tujuan kepala sekolah untuk mewujudkan visi misi”

Dari penjelasan kepala sekolah dapat disimpulkan bahwa guru akan tumbuh komitmen melaksanakan tugas dengan sebaik-baiknya apabila kepala sekolah mampu membangun kerja sama yang baik antara kepala dengan gurunya. Karena nilai komitmen tumbuh dari dalam hati seseorang guru dan dipengaruhi oleh kekuatan luar yang dapat memberi pengaruh terhadap sikap guru.

Kepala sekolah sebagai supervisor memiliki kewajiban membina guru agar memiliki komitmen dalam melaksanakan tugasnya. Adapun supervisi yang dilakukan dalam rangka memotivasi guru agar memiliki kinerja yang baik. Karena komitmen yang tinggi dalam melaksanakan tugas akan termotivasi untuk bersanding dan meraih prestasi dalam setiap pekerjaan yang dilakukan, terutama terkait dalam hal peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah.

Kepala sekolah sebagai supervisor dalam bidang kependidikan sangat dituntut memiliki keterampilan untuk dapat mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi oleh guru dalam proses

pembelajaran di sekolah. Hal ini sebagaimana yang disampaikan oleh kepala sekolah bahwa; “Caranya: Memanggil guru secara individu dan dirahasiakan, kompromi, bimbingan intensif bagi guru yang bermasalah berat”.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil temuan tentang manajerial dan kompetensi kepala sekolah yang berlatar belakang guru olahraga Se-Kota Banda Aceh dapat disimpulkan sebagai berikut: Kepala sekolah yang yang berlatar belakang guru olahraga layak dan mampu menjalankan tugas dan kewajibannya sebagai kepala sekolah. Kebijakan yang diambil kepala sekolah dalam bidang administrasi dan supervisi dilakukan dengan cara memberikan arahan dan bimbingan bagi guru yang berkaitan dengan pengelolaan pembelajaran, kepegawaian, kemuridan, pengelolaan gedung dan halaman, pengelolaan keuangan, serta pengelolaan hubungan sekolah dan masyarakat agar tercipta suasana yang kondusif dan menyenangkan di lingkungan sekolah yang dapat memberikan motivasi bagi guru dalam menjalankan tugasnya.

Ucapan Terima Kasih

Pada segmen kali ini penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih kepada:

- 1) Kepala sekolah se-Kota Banda Aceh
- 2) Kepala Kantor Dinas Pendidikan Aceh, melalui Kepala Bidang Dikmen dapat membina dan melatih kepala sekolah dalam hal kompetensi manajerial dalam kepemimpinannya serta memperketat pengontrolan pelaksanaan kepemimpinan yang dilaksanakan oleh kepala sekolah.
- 3) Bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai bahan acuan guna untuk melihat manajerial dan kompetensi kepala sekolah yang berlatar belakang guru baik dari guru olah raga, maupun guru lainnya.

Daftar Pustaka

- A. Sulaeman. (2015). Pengembangan Kurikulum 2013 Dalam Paradigma Pembelajaran Kontemporer. *Islamadina*, XIV(1), 71–95. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.30595/islamadina.v0i0.1669>
- Arikunto, S. (2006). Data Penelitian Deskriptif. *Management Penelitian Analisis*.
- Cahyati, S., Kusumawati, I., & Irianto, D. P. (2020). Gaya Kepemimpinan Pelatih Hapkido Daerah Istimewa Yogyakarta. *Journal of Sport and Health*, 1(2), 77–83. <http://ejurnal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/psikologi/index>
- Creswell, J., & Guetterman, T. (2018). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research, 6th Edition*.
- Diana Darmawati, T., Rahayu, A. R., & R.C. (2017). Leadership Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Ogan Komering Ulu Timur Sumatera Selatan. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(2), 108–116. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/17359>
- Endah Wulantina, S. M. (2019). Persepsi Peserta Didik terhadap Metode Blended Learning dengan Google Classroom. *Jurnal Inovasi Matematika*. <https://doi.org/10.35438/inomatika.v1i2.156>
- Guo, Y., Connor, C. M., Yang, Y., Roehrig, A. D., & Morrison, F. J. (2012). The Effects of Teacher Qualification, Teacher Self-Efficacy, and Classroom Practices on Fifth Graders' Literacy Outcomes. *The Elementary School Journal*, 113(1), 3–24. <https://doi.org/10.1086/665816>
- Imam Santosa, Sugiyanto, A. K. (2013). Kebijakan Pemerintah Tentang Penyediaan Sarana Dan Prasarana Olahraga Publik Di Kabupaten Kudus. *Magister Ilmu Keolahragaan Program Pascasarjana UNS*, 1–11. <https://media.neliti.com/media/publications/218326-kebijakan-pemerintah-tentang-penyediaan.pdf>
- Mustafa, P. S., & Sugiharto, S. (2020). Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup. *Sporta Sainatika*, 5(2), 199–218. <https://doi.org/10.24036/sporta.v5i2.133>
- Pardimin. (2018). Analysis Of The Indonesia Mathematics Teacher's Ability In Applying Authentic Assessment. *Cakrawala Pendidikan: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 37(2), 170–181. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/cp.v37i2.18885>
- Pelana, R. (2017). Persepsi Atlet Terhadap Sdm Pplm Tentang Prestasi Atlet. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 7(2), 765. <https://doi.org/10.21009/gjik.072.03>

- Selvi, K. (2010). *Teachers' Competencies*. VII(1), 167–176.
- Septiana, D. (2018). The influence of emotional intelligence, self-efficacy, and altruism on teacher's competence in inclusion elementary school. *Jurnal Prima Edukasia*, 6(2), 147–156.
<https://doi.org/10.21831/jpe.v6i2.14413>
- Serrano, J., Shahidian, S., Sampaio, J., & Leite, N. (2013). The importance of sports performance factors and training contents from the perspective of futsal coaches. *Journal of Human Kinetics*, 38, 151–160.
<https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0055>
- Setiawan, S., & Dewi, L. (2019). Korelasi kompetensi pedagogik guru dengan pelaksanaan pembelajaran bahasa jawa tingkat SMP di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 12(1), 75–88.
<https://doi.org/10.21831/jpipfip.v12i1.20146>
- Situmorang, A. S. (1987). Gaya Kepemimpinan Pelatih Olahraga dalam Upaya Mencapai Prestasi Maksimal. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 43(21).
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. *Teaching and Teacher Education*, 26(4), 1059–1069.
<https://doi.org/10.1016/j.tate.2009.11.001>
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. In *METODE PENELITIAN ILMIAH*.
- Sugiyono, P. D. (2015). Metode Penelitian dan Pengembangan. *Res. Dev. D*.
- Susilana, R. (2014). The Contribution of the Self-Efficacy of Curriculum Development Team and Curriculum Document Quality to the Implementation of Diversified Curriculum in Indonesia. *Malaysian Online Journal of Educational Sciences*, 2(3), 31–40.
- Tsigilis, N., Grammatikopoulos, V., & Koustelios, A. (2007). Applicability of the Teachers' Sense of Efficacy Scale to educators teaching innovative programs. *International Journal of Educational Management*, 21(7), 634–642.
<https://doi.org/10.1108/09513540710822229>
- Zee, M., & Koomen, H. M. Y. (2016). Teacher Self-Efficacy and Its Effects on Classroom Processes, Student Academic Adjustment, and Teacher Well-Being: A Synthesis of 40 Years of Research. *Review of Educational Research*, 86(4), 981–1015.
<https://doi.org/10.3102/0034654315626801>



Pengaruh Latihan Fisik Terhadap Peningkatan Vo2Max Pemain Futsal STKIP BBG Banda Aceh

The Effect of Physical Training on the Increase of Vo2Max for Futsal Players at STKIP BBG Banda Aceh

Munzir*, Irfandi, Zikrur Rahmat

STKIP Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh, Alamat, Jl. Tanggul Kreung Aceh No. 34, Rukoh Darussalam, Banda Aceh, 24161, Indonesia

e-mail: munzir@bbg.ac.id, irfandi@bbg.ac.id, zikrur@bbg.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh fisik terhadap vo2max pada atlet futsal yang berjumlah sampelnya adalah 8 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara total sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) latihan dilakukan dengan cara melakukan program yang efektif sejauh 2 km sampai dengan 5 km dengan tes awalannya menggunakan vo2max pada atlet futsal Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh. Hasil penelitian yang diperoleh adalah terdapat pengaruh signifikan latihan fisik terhadap vo2max pada atlet futsal Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh. Hasil analisis diatas, diperoleh nilai t-hitung dari Vo2Max terhadap Vo2Max sebesar 3,33, sedangkan t-tabel dengan derajat kebebasan 8-2 (dk =6) pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ adalah sebesar 1,943. Hal ini berarti nilai t-hitung lebih besar dari nilai t-tabel. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Vo2Max terhadap Vo2Max pada pemain futsal Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh.

Kata kunci: Latihan, VO2Max, futsal .

Abstract

This study aims to determine the physical effect of Vmax in futsal athletes, with a total sample of 8 people. The sampling technique was done by total sampling. The data collection techniques used in this study were as follows: (1) training was carried out by means of total sampling. conduct an effective program as far as 2 km to 5 km with the initial test using vo2max on the futsal athletes of the Bina Bangsa College of Teacher Training and Education, Getsempena Banda Aceh. The results of the research obtained are that there is a significant effect of physical exercise on vo2max in the futsal athletes of the Teacher Training College And Education Science Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh with an average value. The results of the above analysis showed that the T-count value of Vo2 Max to Vo2 Max was 3.33, while the T-table with degrees of freedom was 8-2 (dk = 6) at the level of the significance of $\alpha = 0.05$ is 1.943. This means that the T-count value is greater than the T-table value. Thus, it can be concluded that there is a significant influence between Vo2Max and Vo2 Max on Futsal Players at the Getsempena National Development School, Banda Aceh.

Keywords: the drill VO2Max, futsal

corresponding author: munzir@bbg.ac.id

Artikel Info:

Submitted: 07/03/2021

Revised : 25/03/2021

Accepted : 10/05/2021

Published: 17/05/2021



Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Copyright © 2021

A. Pendahuluan

Olahraga futsal adalah permainan bola seperti sepakbola yang terlahir dari ketidakmampuan orang-orang dalam membuat lapangan sepakbola ([Kurniawan, 2017](#)). Menurut ([Idris et al., 2020](#)) Futsal adalah permainan yang terdiri dari dua tim yang masing-masing tim terdiri dari lima orang. Tujuannya untuk masuk ke gawang lawan dengan cara memanipulasi bola dan kaki.

Dalam permainan ini tidak harus menggunakan lapangan yang luas, permainan ini dapat dilakukan dilapangan basket, lapangan voli. Tetapi permainan futsal ini sangat mirip dengan permainan sepakbola, meskipun dapat dimainkan dalam ruangan ([Serrano et al., 2013](#)).

Olahraga mempunyai peranan utama dalam perjuangan hidup dan memberikan pengalaman yang bernilai nyata ([Pujianto et al., 2020](#)). Tetapi olahraga tidak terlepas dari gerakan yang melibatkan berbagai struktur atau jaringan pada tubuh manusia misalnya sendi, otot, *meniscus* atau *discus*, dan *kapsulologamenter* (Yuliasari, 2013) Dalam melakukan aktivitas olahraga seseorang juga harus memiliki kondisi fisik yang baik sehingga mampu melakukan aktivitas olahraga yang dilakukannya tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan,

sebaliknya apabila seseorang memiliki kondisi fisik yang kurang baik apalagi buruk maka seseorang akan kesulitan dalam melakukan aktivitas olahraga tersebut sehingga menyebabkan kelelahan yang berlebihan ([Widodo, 2018](#)).

Berdasarkan evaluasi yang peneliti lakukan pada pemain futsal sekolah tinggi keguruan dan ilmu pendidikan Banda Aceh 2019, Pada beberapa pertandingan melawan tim lokal setempat penampilan atlet menurun. Kondisi ini terlihat pada saat pertandingan babak pertama (15 menit awal), penampilan pemain bagus, pemain terkontrol, permainan lawan dapat diimbangi, akan tetapi memasuki 15 menit lebih kurang, akhir babak kedua terlihat penampilan atlet dalam keadaan sangat menurun seperti *shooting* yang tidak akurat, *passing* yang kurang tepat, serta penguasaan bola yang menurun (konsentrasi menurun).

Dalam hal ini terdapat factor yang mempengaruhi penampilan dalam pertandingan tersebut antara lain daya ledak kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan ([Palmizal et al., 2020](#)). Berdasarkan kejadian yang terjadi dilapangan tersebut peneliti menduga kondisi fisik (VO2Max) yang dimiliki oleh atlet belum sesuai dengan harapan yang diinginkan, apabila hal ini terus dibiarkan akan mempengaruhi

pencapaian prestasi maksimal ([Oktariana & Hardiyono, 2020](#)).

B. Metode Penelitian

Dalam studi eksperimental, pengobatan diberikan pada populasi tertentu. Menurut ([Sugiyono, 2012](#)) metode penelitian eksperimental adalah metode dimana pengaruh perlakuan tertentu dapat diperiksa pada objek yang akan diperiksa dalam kondisi terkendali ([Sugiyono, 2012](#)).

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan rumus-rumus untuk pengolahan datanya. Investigasi harus menggunakan metode yang tepat yang dapat mengungkap masalah. Keberhasilan penelitian ilmiah tidak terlepas dari metode yang digunakan. Dalam penelitian ini, peneliti menggabungkan metode penelitian eksperimental dengan metode tes. Saya yakin mereka bisa memberikan gambaran tentang bukti-bukti hasil penelitian..

Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia., benda-benda, hewan, tumbuhan-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu dalam suatu

penelitian”. Berdasarkan kutipan tersebut maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah: Pemain Futsal STKIP BBG Banda Aceh Tahun 2019.

Sampel

Menurut ([Sugiyono, 2012](#)) “Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Sedangkan menurut ([S Arikunto, 2006](#)) “Penentuan pengambilan Sample sebagai berikut: Apabila kurang dari 100 lebih baik diambil semua hingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-55% atau lebih tergantung sedikit banyaknya jumlah populasi. Penelitian ini menggunakan 100% sampel dari jumlah populasi yaitu: 8 pemain futsal dari STKIP BBG Banda Aceh. “Apabila subjek kurang dari seratus (100), lebih baik diambil semua. Jadi, sampel dalam penelitian ini adalah 8 pemain Futsal Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh Tahun 2019.

No	Nama sampel	Jenis kelamin	Umur	NIM
1.	Fahrul Romi	LK	19 Tahun	1911040053
2.	Juliantri karido	LK	19 Tahun	1911040079
3.	Zufrizal	LK	18 Tahun	1911040180
4.	Ilham Afrijal Putra	LK	19 Tahun	1911040147
5.	Moenti irfan	LK	19 Tahun	1911040060
6.	Mufti Reza	LK	18 Tahun	1911040173
7.	Himatur Rizal	LK	18 tahun	1911040158
8.	Rahmat Zaqrani	LK	18 tahun	1911040068

Sumber: UKM Futsal BBG

Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel bebas dan satu variabel terikat (X). Variabel bebas (Y) dalam penelitian ini ada dua variabel bebas yaitu:

1. Variabel bebas adalah yang mempengaruhi, yaitu latihan fisik (Y),
2. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi, yaitu VO2 MAX (X).

Teknik Pengambilan Data

Menurut ([Suharsimi Arikunto, 2010](#)), instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Menurut ([Sugiyono, 2012](#)) teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari

penelitian adalah mendapatkan data.

Peneliti menyimpulkan bahwa teknik pengambilan data adalah suatu teknik dalam mengumpulkan data penelitian, karena tujuan utama dalam penelitian adalah mendapatkan data.

Instrumen Penelitian

Menurut ([Sugiyono, 2012](#)), menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Keberhasilan suatu penelitian banyak ditentukan oleh instrumen yang digunakan, sebab data yang diperoleh untuk menjawab pertanyaan penelitian dan menguji melalui instrumen tersebut. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini peneliti menggunakan tiga tahapan penelitian yaitu: *Pretest* (tes awal) tes VO2 MAX, *treatment* (perlakuan) Latihan Fisik berupa *Fartlek* dan *posttest* (tes akhir) tes VO2 MAX sama seperti tes awal, Adapun langkah-langkah yang dilakukan ialah sebagai berikut :

***Pretest* (tes awal)**

Tes awal (*pretest*) yang dilakukan oleh peneliti yaitu dengan melihat dan memberikan penilaian langsung VO2 MAX pemain Futsal STKIP BBG Banda Aceh. Peneliti melakukan penilaian (Tes Balke)

kepada setiap masing-masing atlet dalam mengukur kemampuan VO₂ MAX yang mampu dilakukan oleh pemain Futsal STKIP Banda Aceh, dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Peneliti menjumpai pemain Futsal UKM STKIP BBG Banda Aceh.
- 2) Peneliti menyiapkan instrument penelitian kepada Futsal Club STKIP BBG Banda Aceh.
- 3) Peneliti memberikan Tes penilaian VO₂ MAX

Treatment (Perlakuan)

Perlakuan yang dilakukan meliputi penerapan ketrampilan latihan jasmani berupa tes Balke atau permainan kecepatan yang dikembangkan oleh Gosta Halmer, yaitu sistem latihan kekuatan yang berarti menciptakan, memulihkan atau memelihara kondisi fisik seseorang (Rusli, 2000) Fartlek biasanya dimulai dengan jogging, kemudian bergantian dengan sprint pendek dan intens, bergantian dengan lari jarak menengah dengan kecepatan yang cukup tinggi, lalu jogging dan sprint lainnya, dll. Sebelum pertandingan, Fartlek berlatih di level aerobik, di mana masih ada cukup oksigen untuk memenuhi kebutuhan kerja otot.

Latihan ini dapat meningkatkan keseimbangan antara olahraga dan konsumsi

oksigen selama berolahraga. Olahraga ini dilakukan di lapangan atau di area dengan sedikit turbulensi: Anda dapat menempuh jarak 5 hingga 20 kilometer dengan langkah sedang tanpa perubahan mendadak. Di dalam dunia.

Berlari dengan kecepatan dan jarak yang berbeda. Latihan ini dapat mempercepat daya tahan organ pelari dan bagian tubuh lainnya, serta meningkatkan daya tahan tubuh. Latihan harus dilakukan di medan yang berbeda, yaitu pada jarak 10-12 km. Pengoperasian yang lambat disarankan. Namun demikian kecepatan lari harus ditingkatkan, dengan kecepatan sedang 200 sampai 600 meter, lari cepat 100 sampai 150 meter, lari cepat 25 sampai 50 meter, dan menanjak turun bukit 40 sampai 80 meter. Berlari dan alternatif semacam itu seringkali penuh dengan jalan raya..

- 1) Setiap atlet melakukan latihan fisik secara bersama.

Posttest (tes akhir)

Kegiatan *posttest* dilakukan setelah peneliti menerapkan latihan fisik pada pemain Futsal STKIP BBG Banda Aceh, Adapun tahapannya sebagai berikut:

1. Peneliti menerapkan tes ulang VO₂ MAX (Tes balk) pemain Futsal UKM STKIP BBG Banda Aceh dengan menggunakan kriteria penilaian.

Kriteria Penilaian VO2 MAX

1. Tes Balke 15 menit.

Ini adalah tes Balke selama 15 menit, menggunakan kata "aerobik" dalam tes Balke sebagai prosedur dan standar untuk menginterpretasikan hasil tes, berdasarkan prediksi langsung dari VO2 max.

Cara Melakukan

- Testi siap berdiri di belakang garis star
- Begitu benderah star di kibaskan, pencatat waktu mengaktifkan stopwatch dan testi lari secepat mungkin selama 15 menit
- Jarak yang dapat di tempuh selama 15 menit di catat oleh petugas
- Peserta berlari selama mungkin sampai waktu menunjukkan 15 menit.
- Setelah 15 menit, stopwatch dimatikan dan pelari diminta berhenti di tempatnya.
- Jika operasi penghentian dianggap tidak benar, itu akan mengukur berapa meter dapat diukur dalam 15 menit operasi.

Pencatatan hasil.

2. Alat yang digunakan

- Lapangan
- Stop wath
- Alat tulis
- dll



$$\text{VO2 Max} = \frac{33,3 + (\text{Jarak Tempuh} - 133) \times 0,172}{15}$$

Norma VO2 max Tes Balke 15 Menit

LAKI - LAKI		PEREMPUAN	
Baik Sekali	61.00 - Keatas	Baik Sekali	54.30 - Keatas
Baik	60.90 - 55.10	Baik	54.20 - 49.30
Sedang	55.00 - 49.20	Sedang	49.20 - 44.20
Kurang	49.10 - 43.30	Kurang	44.10 - 39.20
Kurang Sekali	43.20 - Kebawah	Kurang Sekali	39.10 - Kebawah

(Sumber: Perkembangan Olahraga Terkini, Jakarta, 2008)

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil serangkaian penelitian lapangan yang dilakukan oleh peneliti tentang pengaruh latihan fisik terhadap Peningkatan Vo2Max pada pemain futsal STKIP BBG Banda Aceh 2019, diperoleh data penelitian berupa data tes Vo2 Max. Tes yang diberikan untuk mengetahui pengaruh antara dua variabel tersebut. Data-data tersebut ditabulasikan ke dalam tabel dan hasilnya sebagai berikut.

Tabel 4.1 Hasil Pengukuran Latihan Fisik Terhadap Peningkatan Vo2 Max Pada Pemain Futsal Stkip BBG Banda Aceh 2019.

No	Nama	VO2Max			Kategori
		Pretes	Kategori	Postes	
1	MI	50,12	Sedang	59,29	Baik
2	HR	50,12	Sedang	54,7	Sedang
3	RZ	59,28	Baik	63,88	Baik Sekali
4	MR	50,12	Sedang	59,88	Baik
5	FA	59,28	Baik	63,88	Baik Sekali
6	ZU	54,7	Sedang	63,88	Baik Sekali
7	JK	54,7	Sedang	59,28	Baik
8	IA	59,28	Baik	63,88	Baik Sekali
Jumlah		437,6		488,67	

Dari hasil penelitian pada tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa jumlah total nilai pada *Pretes* yaitu 437,6, pada *Postes* yaitu 488,67, pada *Pemain Futsal STKIP Bina Bangsa Getsempena*.

Berdasarkan hasil tes Vo2 Max, sebagaimana terdapat pada tabel di atas, kemudian data yang diperoleh dilanjutkan mencari nilai rata-rata sebagai berikut:

1. Menghitung Nilai Rata-rata *Pretest* Vo2 Max

Berdasarkan hasil tes Vo2 Max Pemain Futsal Stkip BBG Banda Aceh 2019, sebagaimana terdapat pada tabel 4.1 di atas selanjutnya peneliti dapat menentukan nilai rata-rata adalah sebagai berikut:

$$\bar{x} = \frac{\sum X}{N}$$

$$= \frac{437,6}{8}$$

$$= 54,7$$

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, dapat dikemukakan bahwa rata-rata Vo2 Max pada Pemain Futsal Stkip BBG 54,7 dengan kategori Sedang.

2. Menghitung Rata-rata *Posttest* Vo2 Max

Berdasarkan hasil tes Vo2 Max atlet UKM sepakbola STKIP Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh, sebagaimana terdapat pada tabel 4.1 di atas selanjutnya peneliti dapat menentukan nilai rata-rata adalah sebagai berikut:

$$\bar{x} = \frac{\sum X}{N}$$

$$= \frac{488,67}{8}$$

$$= 61,1$$

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, dapat dikemukakan bahwa rata-rata *Postes* pada Pemain Futsal STKIP BBG 61,1 dengan Kategori baik sekali.

Perhitungan Nilai Standar Deviasi

Selanjutnya untuk mencari standar deviasi berdasarkan hasil *Pretes* dan *Postes* sebagaimana terdapat pada tabel di bawah, selanjutnya dapat ditentukan standar deviasi sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil perkalian Nilai Pretes dan Postes pada Pemain Futsal STKIP Bina Bangsa Getsempena.

No	Nama	Pretes X	Postes Y	X ²	Y ²	X.Y
1	MF	50,12	59,29	2512,014	3515,304	2971,615
2	ZA	50,12	54,7	2512,014	2992,09	2741,564
3	IR	59,28	63,88	3514,118	4080,654	3786,806
4	DR	50,12	59,88	2512,014	3585,614	3001,186
5	RM	59,28	63,88	3514,118	4080,654	3786,806
6	BW	54,7	63,88	2992,09	4080,654	3494,236
7	DA	54,7	59,28	2992,09	3514,118	3242,616
8	AR	59,28	63,88	3514,118	4080,654	3786,806
Jumlah		437,6	488,67	24062,58	29929,74	26811,64

Berdasarkan tabel di atas maka didapatkan nilai sebagai berikut:

$$\begin{aligned} X &= 437,6 \\ Y &= 488,67 \\ X^2 &= 24062,58 \\ Y^2 &= 29929,74 \\ X.Y &= 26811,64 \end{aligned}$$

1. Mencari Standar Deviasi Nilai Pretest

Berdasarkan hasil tes nilai pretest sebagaimana terdapat pada tabel 4.2 di atas, selanjutnya dapat ditentukan standar deviasi dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\begin{aligned} SDX &= \sqrt{\frac{N(\sum X^2) - (\sum X)^2}{N(N-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{8(24062,58) - (437,6)^2}{8(8-1)}} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} &= \sqrt{\frac{192500,6 - 191493,8}{56}} \\ &= \sqrt{\frac{1006,867}{56}} \\ &= \sqrt{17,98} \\ &= 4,2 \end{aligned}$$

Dari perhitungan di atas diperoleh standar deviasi Pretes pada Pemain Futsal STKIP Bina Bangsa Getsempena Tahun 2019 sebesar 4,2.

2. Menghitung Standar Deviasi Posttest

Berdasarkan hasil tes nilai posttest sebagaimana terdapat pada tabel 4.2 di atas, selanjutnya dapat ditentukan standar deviasi dengan menggunakan rumus berikut:

$$\begin{aligned} SDY &= \sqrt{\frac{N(\sum Y^2) - (\sum Y)^2}{n(n-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{8(29929,74) - (488,67)^2}{8(8-1)}} \\ &= \sqrt{\frac{239438 - 238798,4}{56}} \\ &= \sqrt{\frac{639,5871}{56}} \\ &= \sqrt{11,42} \\ &= 3,4 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan diatas maka standar deviasi hasil post test pemain futsal STKIP dari Getsempena tahun 2019 adalah 3.4.

Pengujian Hipotesis

Untuk membuktikan hipotesis yang telah dirumuskan diterima atau ditolak kebenarannya, Penulis menggunakan rumus uji signifikansi sebagai berikut:

$$t = \frac{x_1 - x_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2}}}$$

$$t = \frac{54,7 - 61,1}{\sqrt{\frac{4,2^2}{8} + \frac{3,4^2}{8}}}$$

$$t = \frac{6,4}{\sqrt{\frac{17,98}{8} + \frac{11,42}{8}}}$$

$$t = \frac{6,4}{\sqrt{2,25 + 1,43}}$$

$$t = \frac{6,4}{\sqrt{3,68}}$$

$$t = \frac{6,4}{1,92}$$

$$t = 3,33$$

Berdasarkan hasil analisis diatas, maka diperoleh nilai Pengaruh yang signifikan antara Latihan Fisik Terhadap Peningkatan Vo2 Max diperoleh bahwa nilai korelasi tersebut sebesar 3,33.

Hasil analisis sebelumnya menunjukkan bahwa, dibandingkan dengan Vo2 Max, nilai T counter Vo2Max adalah 3,33, sedangkan T tabel dengan derajat kebebasan 8-2 (dk = 6) pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ adalah 1.943.

Menunjukkan bahwa nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa diantara pemain futsal STKIP Bina Bangsa Getsempena terdapat pengaruh yang signifikan antara Vo2Max.

Pembahasan Penelitian

Dalam teori latihan, disebutkan ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama yaitu 1) latihan fisik, 2) latihan teknik, 3) latihan taktik, dan 4) latihan mental (Harsono, 2013). Perkembangan kondisi fisik yang menyeluruh amatlah penting, oleh karena tanpa kondisi fisik yang baik atlet tidak akan dapat mengikuti latihan-latihan dengan sempurna.

Kondisi fisik merupakan salah satu aspek latihan yang paling dasar untuk dilatih dan di tingkatkan, untuk mendapatkan kondisi fisik yang baik diperlukan persiapan latihan yang dapat meningkatkan dan mengembangkan kondisi fisik, daya tahan merupakan salah satu komponen fisik yang sangat penting untuk dilatih dan ditingkatkan menjadi stamina dalam upaya mencapai prestasi yang optimal ([Kamadi, 2020](#)).

VO2max adalah daya tahan *Volume Oxygen Maximal* yang ada pada pemain/atlet tersebut ([Prakoso & Sugiyanto, 2017](#)).

Tujuan utama dari latihan daya tahan adalah meningkatkan kemampuan kerja jantung. Daya tahan adalah keadaan atau kondisi tubuh yang mampu berlatih untuk waktu yang lama, tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan setelah menyelesaikan latihan tersebut ([Ardiansyah & Nasrullah, 2017](#)). Menurut ([Warni et al., 2017](#)) daya tahan adalah kesanggupan bekerja dengan intensitas tertentu dalam rentang waktu yang cukup lama, tanpa kelelahan yang berlebihan”. Sedangkan menurut (Prakoso & Sugiyanto, 2017), “daya tahan adalah hasil kemampuan individu untuk memelihara gerakannya dalam kurun waktu tertentu”.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa terdapat Pengaruh Vo2 Max terhadap Vo2 Max pada *Pemain Futsal STKIP Bina Bangsa Getsempena*. Hasil analisis di atas, diperoleh nilai *t-hitung* dari Vo2 Max terhadap Vo2 Max sebesar 3,33. Hasil analisis sebelumnya menunjukkan bahwa, dibandingkan dengan Vo2 Max, nilai T counter Vo2Max adalah 3,33, dan taraf signifikansi t-tabel dengan derajat kebebasan 8-2 (dk=6) adalah $\alpha = 0,05$. Ini 1.943. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa diantara pemain futsal STKIP Bina Bangsa Getsempena terdapat pengaruh yang signifikan antara Vo2Max dengan Vo2 Max.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan pengolahan serta analisis data dari penelitian yang berjudul dengan pengaruh latihan fisik terhadap peningkatan Vo2MAX pemain futsal STKIP Bina Bangsa Getsempena, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: terdapat Pengaruh signifikan antara Vo2Max dengan Vo2Max, hal tersebut ditunjukkan oleh hasil uji hipotesis sebesar 3,33, pada *Pemain Futsal STKIP Bina Bangsa Getsempena*.

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan, yaitu:

- a. Bagi pelatih, hendaknya memperhatikan latihan Fisik pemain untuk mendapatkan daya tahan otot jantung atlet dan meningkatkan kapasitas prestasi atlet.
- b. Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan instrument penelitian ini.
- c. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya menambah variabel lain.

Bagi Pemain Futsal

Daya tahan kardiorespirasi atau kapasitas Vo2Max merupakan salah satu

unsur pokok atau hal yang sangat penting yang harus dimiliki oleh pemain futsal. Peningkatan kapasitas Vo2Max dapat dicapai dengan memberikan peningkatan intensitas latihannya. Seorang pemain futsal hendaknya selalu berupaya meningkatkan kapasitas Vo2Max dengan melakukan latihan-latihan yang sesuai dengan karakteristik pemain serta ketersediaan sarana dan prasarana.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan intensitas latihan futsal terbukti berpengaruh terhadap peningkatan kapasitas Vo2Max pemain futsal. Peneliti yang akan datang dapat melakukan penelitian dengan mengganti program berpengaruh latihan yang diberikan atau menambahkan faktor-faktor lain yang terhadap peningkatan kapasitas Vo2Max pemain futsal.

Ucapan Terima Kasih

Pada kesempatan kali ini saya turut mengucapkan rasa terimakasih yang sedalam – dalamnya terutama kepada, pelatih UKM Futsal BBG, Ketua program studi pendidikan jasmani dan semua unsur kalangan dosen yang senantiasa mensupport kegiatan tersebut.

Daftar Pustaka

Ardiansyah, M., & Nasrullah, N. (2017).

Analisis Tingkat Daya Tahan Kardiorespirasi Wasit Sepakbola Di Palembang Tahun 2017. *Jurnal Prestasi*, 1(2), 35–40. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/jp.v1i2.8064>

Arikunto, S. (2006). Data Penelitian Deskriptif. *Management Penelitian Analisis*.

Arikunto, Suharsimi. (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi 2010). In *Jakarta: Rineka Cipta* (10th ed.).

Harsono. (2013). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi dalam Coaching*. Dedikbud Dirjen Dikti.

Idris, F., Febi Kurniawan, & Akhmad Dimiyati. (2020). Pengembangan Model Latihan Passing Dan Movement Without The Ball Futsal Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas Berbasis Games Kompetisi. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 71–82. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.330>

Kamadi, L. (2020). Kontribusi Kondisi Fisik Terhadap Kemampuan Servis Bawah Dalam Permainan Bolavoli Contribution of Physical Conditions to Lower Service Ability in Volleyball Games. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 151–160. <https://doi.org/https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.369>

Kurniawan, F. (2017). Efektivitas Model Latihan Passing Control Febi Futsal Games Terhadap Peningkatan Hasil Passing Control Olahraga Futsal Untuk Pemain Pemula. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 8(2), 214–222. <https://doi.org/https://doi.org/10.33558/motion.v8i2.224>

Oktariana, D., & Hardiyono, B. (2020). Pengaruh Daya Ledak Otot Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Hasil

- Smash Bola Voli Pada Siswa SMK Negeri 3 Palembang. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 13–24. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.82>
- Palmizal, A., Munar, H., Muchlisin, A., & Pasaribu, N. (2020). Kemampuan Vo2max Atlet Sepakbola Ditinjau dari Latihan. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 27–36. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.83>
- Prakoso, G. P. W., & Sugiyanto, F. (2017). Pengaruh Metode Latihan dan Daya Tahan Otot Tungkai terhadap Hasil Peningkatan Kapasitas Vo 2 max Pemain Bola Basket. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 151–160. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jk.v5i2.10177>
- Pujianto, D., Sutisyana, A., Arwin, A., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Pengembangan Model Latihan Passing Sepakbola Berbasis Sasaran Teman. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.81>
- Rusli, L. (2000). *Asas-asas Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Depdiknas. https://opac.ikipgripta.ac.id/index.php?p=show_detail&id=3554
- Serrano, J., Shahidian, S., Sampaio, J., & Leite, N. (2013). The importance of sports performance factors and training contents from the perspective of futsal coaches. *Journal of Human Kinetics*, 38, 151–160. <https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0055>
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Warni, H., Arifin, R., & Bastian, R. A. (2017). Pengaruh Latihan Daya Tahan (Endurance) Terhadap Peningkatan Vo2max Pemain Sepakbola. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(2), 121–126. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20527/multilateral.v16i2.4248>
- Widodo, A. (2018). Makna Dan Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Insan. *Jurnal Motion*, 9(1), 53–60. https://www.researchgate.net/publication/329442726_MAKNA_DAN_PERAN_PENDIDIKAN_JASMANI_DALAM_PEMBENTUKAN_INSAN_YANG_MELEK_JASMANIAHTER-LITERASI_JASMANIAHNYA
- YULIASARI, A. (2013). PERAN DOMINAN MOTIVASI INTRINSIK DAN MOTIVASI EKSTRINSIK SISWA PUTRI DALAM MENGIKUTI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER FUTSAL (Studi pada SMA Dr. Soetomo Surabaya). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*.



Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Siswa Menengah Pertama

Basic Movement Style Swimming Ability in Junior High Students

Anak Agung Ngurah Putra Laksana*, I Wayan Adnyana, I Kadek Yudha Pranata, Ida Ayu Kade Arisanthi Dewi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Mahadewa Indonesia Jl. Seroja No.57, Bali, 80235, Indonesia

e-mail: agungputralaksana@gmail.com, iwayanadnyana749@gmail.com, vpbrandedwear@gmail.com, idaayukadearisanthidewi@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan gerak dasar renang gaya dada pada siswa kelas VII 4 SMP Negeri 5 Kuta Selatan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Sampel terdiri dari 5 siswa dan 1 orang guru. Teknik pengumpulan data menggunakan triangulasi yaitu observasi, wawancara, dan kuesioner. Adapun analisis data yang digunakan yaitu analisis Miles dan Huberman yaitu analisis data model interaktif yang melalui langkah-langkah pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa cukup maksimal kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar renang gaya dada yaitu kategori (baik). Dengan persentase hasil nilai observasi sebanyak 18 siswa (60%) berada di kategori baik dan sebanyak 12 siswa (40%) berada dalam kategori cukup. Hasil data wawancara menunjukkan sudah cukup maksimal proses pembelajaran. Karena sedikit faktor penghambat. Hasil data kuesioner menunjukkan sebanyak 18 siswa (60%) dalam kategori baik dan sebanyak 12 siswa (40%) berada dalam kategori cukup. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diartikan bahwa pembelajaran gaya renang dada pada siswa dapat ditingkatkan atau didorong dari kemampuan gerak yang dimiliki oleh siswa tersebut.

Kata kunci: Kemampuan, Gerak Dasar, Renang Gaya Dada.

Abstract

This study aims to determine the basic movement skills of breaststroke swimming in class VII 4 SMP Negeri 5 Kuta Selatan. This type of research is descriptive qualitative. The sample consisted of 5 students and 1 teacher. The data collection technique used triangulation, namely observation, interviews, and questionnaires. The data analysis used is the analysis of Miles and Huberman, namely an interactive model of data analysis through data collection steps, data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of this study indicate that the students' ability to perform the basic movements of breaststroke swimming is sufficiently maximum, namely the (good) category. With the percentage of the results of the observation score as many as 18 students (60%) were in the good category and as many as 12 students (40%) were in the sufficient category. The results of the interview data showed that the learning process was sufficiently maximal. Due to a few inhibiting factors. The results of the questionnaire data showed that as many as 18 students (60%) were in the good category and as many as 12 students (40%) were in the sufficient category. Based on the results of this study, it can be interpreted that learning breaststroke in students can be increased or encouraged by the ability of the students to move.

Keywords: Ability, Basic Motion, Chest Style Swimming.

corresponding author: agungputralaksana@gmail.com

Artikel Info:

Submitted: 06/02/2021

Revised : 16/04/2021

Accepted : 15/05/2021

Published: 17/05/2021



Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Copyright © 2021

A. Pendahuluan

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki karakteristik khusus berupa aktifitas fisik (jasmani) ([Pujiyanto et al., 2020](#)). Aktifitas inilah yang merupakan indikator utama sebagai media kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga ([Maulana et al., 2018](#)). Oleh karena itu penguasaan konsep tentang gerak dan belajar motorik (gerak) merupakan hal penting yang harus dikuasai siswa dan guru pendidikan jasmani sebagai bekal dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar ([Mustafa et al., 2019](#)).

Tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ialah membentuk anak menjadi seseorang yang mempunyai kecakapan praktis dan dapat memecahkan masalah sosial sehari – hari dengan baik ([Widodo, 2018](#)). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki peranan penting dalam penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup ([Arifin, 2017](#)).

Dalam pelaksanaannya aktivitas jasmani digunakan sebagai wahana pengalaman belajar siswa tumbuh dan berkembang demi mencapai tujuan pendidikan ([Purnomo Adi Pratama et al., 2020](#)). Tujuan pembelajaran dapat dilihat berdasarkan pokok – pokok bahasan bidang studi yang disampaikan

di sekolah terdiri dari enam pokok bahasan, lima pokok bahasan, seperti olahraga permainan, atletik, senam, teori kesehatan, dan pendidikan luar sekolah dapat dilaksanakan tanpa hambatan ([Suherman, 2001](#)). Lain halnya untuk aktivitas air atau renang yang memiliki media yang berbeda yaitu harus dilakukan di kolam renang dan harus memiliki kemampuan yang baik dalam melakukan gerak-gerak dasar renang ([Alvian & Nuruddin, 2019](#)).

Kemampuan berasal dari diri seseorang dalam melakukan aktifitasnya. Hal senada juga disampaikan oleh ([Paramitha & Anggara, 2018](#)) kemampuan merupakan bawaan kesanggupan sejak lahir atau merupakan hasil dari latihan yang digunakan untuk melakukan suatu pekerjaan. Kemampuan tersebut meliputi kemampuan fisik dan kemampuan intelektual. ([Kamadi, 2020](#)) juga menyatakan kemampuan adalah tanggung jawab karakteristik yang luas dan stabil untuk kinerja maksimal seseorang pada tugas fisik dan mental. Sedangkan menurut ([Illahi, 2019](#)) bahwa kemampuan adalah kapasitas seseorang untuk melaksanakan beberapa kegiatan dalam suatu pekerjaan.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan adalah

kecakapan atau kesanggupan yang diperlukan seseorang untuk melakukan kegiatan atau aktivitas secara maksimal pada tugas fisik atau mental dalam melakukan aktifitas.

Menurut ([Mustafa & Dwiyoogo, 2020](#)) sangat penting mempelajari keterampilan gerak dasar pada usia dini karena apabila kurang cukup diajarkan tentang keterampilan gerak dasar, anak akan mengalami berbagai hambatan dalam mempelajari dan melakukan berbagai keterampilan gerak yang lebih sulit di kemudian hari, seperti mempelajari keterampilan teknik olahraga (*sport skill*) nantinya.

Gerak dasar yang paling sering dilakukan oleh anak dalam setiap aktivitasnya adalah gerak dasar lokomotor yang terdiri atas gerakan jalan, lari, lompat dan loncat. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia dari usia anak-anak sampai usia dewasa selalu melakukan kegiatan gerak dasar lokomotor ([Dimiyati, 2017](#)).

Sedangkan Menurut ([Arifin, 2017](#)) menyebutkan bahwa gerak dasar merupakan dasar macam-macam keterampilan yang sangat perlu adanya bimbingan, latihan, dan pengembangan agar anak dapat melaksanakan dengan tangkas. Hal ini dapat membantu anak untuk melepaskan diri dari

ketergantungan kepada orang lain dan juga merupakan bagian dari perkembangan intelektual. Dapat disimpulkan gerak dasar adalah suatu pola yang mendasari suatu gerakan mulai dari kemampuan gerak yang sederhana hingga kemampuan gerak yang kompleks.

Gerak dasar diperlukan siswa dalam melakukan olahraga renang. Renang dilakukan dari usia anak-anak sampai dewasa, bahkan sampai usia lanjut ([Erliza, 2018](#)). Menurut ([Rizkiyansyah & Mulyana, 2019](#)), "Renang adalah termasuk olahraga yang telah dikenal sejak zaman prasejarah. Menurut ([Arhesa, 2020](#)), "Olahraga renang telah terbagi beberapa macam gerakan atau gaya. Gaya renang yang lazim digunakan ada empat macam gaya yaitu gaya crawl (bebas), gaya dada (katak), gaya punggung, dan gaya *dolphin* (kupu-kupu) ([Alvian & Nuruddin, 2019](#)).

Pendapat lain mengatakan bahwa Olahraga renang merupakan keterampilan gerak yang dilakukan di air yang bertujuan untuk bersenang – senang, mengisi waktu luang dan mendapatkan prestasi di tingkat nasional maupun internasional ([Thomas, 2013](#)). Berdasarkan pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa renang merupakan olahraga yang dilaksanakan di air dengan berbagai macam gaya yang dapat

dilakukan, seperti gaya *crawl* (bebas), gaya dada (katak), gaya punggung, dan gaya *dolphin* (kupu-kupu). Olahraga renang dapat dilaksanakan untuk mengisi waktu luang, dalam proses pembelajaran, maupun sebagai olahraga prestasi. ([Tahapary & Syaranamual, 2020](#)) mengatakan terdapat 5 teknik Renang Gaya dada : 1) gerakan meluncur; 2) Gerakan Kaki; 3) Gerakan Tangan; 4) Mengambil Nafas; 5) Gerakan Koordinasi.

Menurut ([Wulandari, 2014](#)) masa usia sekolah menengah pertama bertepatan dengan masa remaja. Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat khasnya dan perannya yang menentukan dalam kehidupan individu dalam masyarakat orang dewasa.

Masa remaja di bagi menjadi beberapa bagian, yakni masa remaja awal merupakan masa remaja dengan kemampuan yang dimiliki oleh siswa terlihat lebih menurun. Sering kali siswa cenderung lebih pesimis, malas dalam bekerja dan sebagainya. Untuk itu dalam tahap ini, perlu adanya dorongan dan dukungan dari guru agar dapat meningkatkan semangat serta kemampuan yang dimiliki oleh siswa ([Adriansyah & Rahmi, 2012](#)). Selanjutnya tahap remaja madya dimana tahap ini seorang siswa sudah

menyadari arti kehidupan serta dapat menentukan jati diri mereka ([Wulandari, 2014](#)). Pada tahapan ini, seorang guru diharapkan dapat membimbing siswa agar mencapai arah dan tujuan yang diinginkannya.

Berdasarkan observasi di SMP Negeri 5 Kuta Selatan, terdapat beberapa siswa yang masih *stug* pada masa remaja awal. Siswa cenderung tidak memiliki kemampuan dalam melakukan aktifitas olahraga khususnya pada saat mata pelajaran praktik renang. Mereka cenderung menganggap remeh pelajaran tersebut. Mereka beranggapan renang dapat dilakukan siapa saja tanpa teknik yang khusus. Untuk itu, perlu adanya tinjauan serta analisis khusus yang perlu dilakukan dalam melihat kemampuan siswa SMP 5 Kuta Selatan dalam melakukan gaya renang dada.

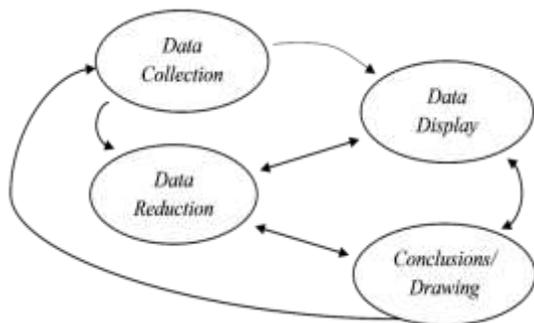
B. Metode Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kemampuan gerak dasar renang gaya dada pada siswa kelas VII 4 SMP Negeri 5 Kuta Selatan. Jenis penelitian merupakan deskriptif kualitatif. Adapun informan dalam penelitian ini adalah 30 siswa dari SMP Negeri 5 Kuta Selatan.

Instrumen tes yang digunakan dalam penelitian ini berupa pengamatan dan

perhitungan langsung, data skunder yang digunakan yaitu data wawancara dan kuesioner. Teknik pengumpulan data menggunakan triangulasi yaitu observasi, wawancara, dan kuesioner.

Adapun analisis data yang digunakan yaitu analisis Miles dan Huberman yaitu analisis data model interaktif yang melalui langkah-langkah pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pola analisis interaktif yang dikemukakan oleh miles dan Huberman dalam (Nugrahani et al., 2014) dapat dilihat dalam gambar berikut:



Gambar.3.1. Analisis Data Model Interaktif. (Sumber: Miles dan Huberman dalam Nugrahani, 2014)

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa cukup maksimal kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar renang gaya dada yaitu kategori (baik). Dengan persentase hasil nilai observasi sebanyak 18 siswa

(60%) berada di kategori baik dan sebanyak 12 siswa (40%) berada dalam kategori cukup. Hasil data wawancara menunjukkan sudah cukup maksimal proses pembelajaran. Karena sedikit faktor penghambat. Hasil data kuesioner menunjukkan sebanyak 18 siswa (60%) dalam kategori baik dan sebanyak 12 siswa (40%) berada dalam kategori cukup.

No.	Rentang Skor	Kategori	Jumlah Siswa	Persentase Siswa	Ketuntasan Siswa
1.	90 – 100	Sangat Baik	0 siswa	0%	60% mampu melakukan gerak dasar renang gaya dada
2.	75 – 89	Baik	18 siswa	60%	
3.	60 - 74	Cukup	12 siswa	40%	40% siswa belum Mampu melakukan gerak dasar
4.	0 – 59	Kurang	0 siswa	0%	
Jumlah			30 siswa	100%	100%



Dari data yang di diperoleh pada saat observasi nilai yang didapat cukup baik. Kriteria ketuntasan siswa dengan nilai 75 dikategorikan Baik. Peneliti menggunakan data kriteria ketuntasan minimal dari guru penjaskes kelas VII 4

SMP Negeri 5 Kuta Selatan.

No	Kriteria atau nilai	Jumlah siswa
1.	Siswa yang mendapatkan nilai diatas KKM 75	18 siswa
2	Siswa yang mendapatkan nilai dibawah KKM 75	12 siswa
	Jumlah	30 siswa

Dari data penelitian kuesioner yang di rangkum sebanyak 30 siswa kelas VII 4 SMP Negeri 5 Kuta Selatan mengirimkan jawabannya melalui aplikasi media sosial *whatsapp*. Dari hasil nilai yang di dapat siswa kelas VII 4 lebih banyak diatas nilai KKM. Sebanyak 18 siswa mendapatkan nilai diatas KKM dan sebanyak 12 orang siswa mendapatkan nilai dibawah KKM.

Dari hasil kuesioner tersebut, siswa sudah mampu menjawab beberapa pertanyaan. Dari 30 siswa kelas VII 4 SMP Negeri 5 Kuta Selatan tidak ada siswa yang mampu menjawab semua pertanyaan dengan benar dan jelas. Dengan nilai maksimal kuesioner adalah 100, siswa hanya mampu pada nilai 80.

Berdasarkan data diatas, maka dapat disimpulkan bahwa siswa kelas VII 4 SMP Negeri 5 Kuta Selatan sudah mampu menjawab dengan benar. Kemampuan memahami gerak dasar renang gaya dada dengan kualifikasi baik, terbukti dari hasil sebaran kuesioner rata – rata nilainya 75 –

80.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar pada olahraga renang gaya dada berkategori baik dengan nilai persentase sebanyak 60%. Artinya, ketika siswa memiliki kemampuan yang baik, tentu akan berdampak baik juga pada hasil pencapaian yang mereka peroleh. Pernyataan tersebut senada dengan ([Pasaribu & Daulay, 2018](#)) yang mengatakan bahwa siswa dapat melakukan gerak dasar yang baik ketika memiliki kemampuan yang baik pula. Kemampuan siswa berasal dari dalam dirinya masing-masing yang memiliki kesanggupan dalam melakukan suatu aktivitas dalam hal ini ialah aktifitas renang ([Maulana et al., 2018](#)). Semakin baik kemampuan siswa, maka akan semakin baik/tepat pula cara siswa dalam melakukan teknik gerak dasar pada renang gaya dada.

Namun, terdapat 40% siswa yang mendapat nilai dibawah standar pencapaian pada saat penelitian yang menggunakan aplikasi *whatsapp*. Artinya terdapat beberapa faktor yang dapat menjadi pertimbangan diantaranya terdapat siswa yang masih berada di fase remaja awal. Sehingga perlu dilakukan bimbingan oleh

guru kepada siswa agar ketika kemampuan yang dimiliki siswa menurun dapat meningkat kembali.

Dengan melakukan gerak dasar pada renang gaya dada yang sesuai, maka gerakan-gerakan pada olahraga renang selanjutnya akan dapat dilakukan dengan baik pula sesuai dengan teknik-teknik yang telah ditentukan. Untuk melakukan teknik yang sesuai diperlukan kemampuan yang baik pula agar teknik-teknik yang diajarkan dapat dilakukan dengan benar.

D. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti yang berfokus pada kemampuan gerak dasar renang gaya dada pada siswa kelas VII 4 SMP Negeri 5 Kuta Selatan sudah cukup baik. Dari hasil ketiga data observasi, wawancara dan hasil kuesioner menghasilkan kesamaan data yang cukup maksimal (baik) dapat dilihat dari data tabel dan hasil wawancara diatas. Kemampuan gerak dasar renang gaya dada pada siswa kelas VII 4 SMP Negeri 5 Kuta Selatan dari data observasi ditemukan siswa dengan kategori sangat baik.

Daftar pustaka

Adriansyah, M. A., & Rahmi, M. (2012).

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi

Moralitas Remaja Awal. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v1i1.2122>

Alvian, R., & Nuruddin, A. A. (2019). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Penguasaan Teknik Dasar Renang Gaya Dada. *JPOS (Journal Power Of Sports)*, 2(2), 27–31. <https://doi.org/http://doi.org/10.25273/jpos.v2i2.4970>

Arhesa, S. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Directive Instruction Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada. *Seminar Nasional Pendidikan*, 864–869. <https://prosiding.unma.ac.id/index.php/semnasfkip/article/view/397/380>

Arifin, S. (2017). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1). <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3666>

Dimiyati, A. (2017). Pengembangan Model

- Permainan Atletik Anak Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Lari Bagi Siswa Berkebutuhan Khusus (Tunarungu) Di SLB Negeri Kabupaten Karawang. *Journal Sport Area*, 2(2), 19–26.
[https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2\(2\).1031](https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2(2).1031)
- Erliza, Y. (2018). Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas Iv Sdn 125 Kecamatan Pekanbaru Kota , Kota. *Jurnal Educhild: Pendidikan Dan Sosial*, 7(2), 107–112.
- Illahi, Y. K. (2019). Kontribusi Koordinasi Mata Tangan , Keseimbangan , dan Kecepatan Terhadap Kemampuan Dribbling Bolabasket. *JP&O (Jurnal Pendidikan Dan Olahraga), Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang*, 2(1), 142–148.
- Kamadi, L. (2020). Kontribusi Kondisi Fisik Terhadap Kemampuan Servis Bawah Dalam Permainan Bolavoli
Contribution of Physical Conditions to Lower Service Ability in Volleyball Games. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 151–160.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.369>
- Maulana, A., Azhari, A., & Darmawan, A. (2018). Pengembangan Model Latihan Renang Berbasis Mobile Learning Untuk Mahasiswa Pendidikan Jasmani ,. *Bravo's Jurnal*, 6(4), 150–155.
<http://www.ejournal.stkipjb.ac.id/index.php/penjas/article/view/973>
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438.
<https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>
- Mustafa, P. S., Winarno, M. E., & Supriyadi. (2019). Penilaian Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada Sekolah Menengah Pertama Negeri Kota Malang. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(10), 1364–1379.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17977/jptpp.v4i10.12845>
- Nugrahani, Farida, & Hum, M. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif*. Cakra

Books.

- Paramitha, S. T., & Anggara, L. E. (2018). Revitalisasi Pendidikan Jasmani untuk Anak Usia Dini melalui Penerapan Model Bermain Edukatif Berbasis Alam. *JURNAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA*. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10612>
- Pasaribu, A. M. N., & Daulay, D. E. (2018). Pengaruh Permainan Lari Estafet terhadap Kemampuan Gerak Dasar Motorik Kasar Siswa Kelas 3 SDN Karet II Kabupaten Tangerang. *Jurnal Prestasi*, 2(4), 9–14. <https://doi.org/10.24114/jp.v2i4.11909>
- Pujianto, D., Sutisyana, A., Arwin, A., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Pengembangan Model Latihan Passing Sepakbola Berbasis Sasaran Teman. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.81>
- Purnomo Adi Pratama, Budiman Agung Pratama, Setyo Harmono, & Septyaning Lusianti. (2020). Survei Implementasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berdasarkan Kurikulum 2013 Di SMP Se Kecamatan Kertosono. *Journal Coaching Education Sports*, 1(2), 63–70. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i2.334>
- Rizkiyansyah, A., & Mulyana, B. (2019). Pengaruh Media Papan Luncur dan Pull Buoy Pola Metode Drill terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Renang Gaya Bebas. *Jurnal Kevelatihan Olahraga*, 11(2), 112–123. <https://doi.org/10.17509/jko-upi.v11i2.20311>
- Suherman, W. S. (2001). Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani. *Yogyakarta: Fik Uny*.
- Tahapary, J. M., & Syaranamual, J. (2020). Latihan Teknik Dasar Dapat Meningkatkan Hasil Renang Gaya Bebas. *Jargaria Sprint: Journal Science of Sport and Health*, 1(1), 30–38.
- Thomas, G. D. (2013). *Renang: Tingkat Penula*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Widodo, A. (2018). Makna Dan Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Insan. *Jurnal Motion*,

9(1), 53–60.

https://www.researchgate.net/publication/329442726_MAKNA_DAN_PERAN_PENDIDIKAN_JASMANI_DALAM_PEMBENTUKAN_INSAN_YANG_MELEK_JASMANIAHTER-LITERASI_JASMANIAHNYA

Wulandari, A. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1), 39–43.
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKA/article/view/3954>

E-ISSN: 2722-3450

P-ISSN: 2775-3808

Vol. 2 No. 1

Mei 2021



INDEX PENULIS

Ari Wibowo Kurniawan. 2021. ***Pengembangan Multimedia Interaktif Sport Massase Untuk Mahasiswa Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan FIK-UM.*** Jurnal Coaching Education Sports (JCES) Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021: 1 – 16.

Aser Paul Nainggolan, Rizki Bastanta B Manalu. 2021. ***Pengaruh Penggunaan Google Classroom Terhadap Efektifitas Pembelajaran.*** Jurnal Coaching Education Sports (JCES) Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021: 17 - 30.

Bella Nugraha, Akhmad Dimyati, Resti Gustiawati. 2021. ***Minat Belajar Siswa Dalam Mempraktekkan Pembelajaran Penjas di Rumah Pada Masa Covid-19.*** Jurnal Coaching Education Sports (JCES) Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021: 31 – 40.

Jan Bobby Nesra Barus. 2021. ***Penggunaan Media Pembelajaran Google Classroom Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mata kuliah Atletik Lanjutan.*** Jurnal Coaching Education Sports (JCES) Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021: 41-54.

Tio Ahmad Maulana, Rekha Ratri Julianti, Akhmad Dimyati. 2021. ***Hubungan Motivasi Dan Media Pembelajaran Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani.*** Jurnal Coaching Education Sports (JCES) Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021: 55-64.

Filli Azandi, Mawardinur, Ade Ros Riza, Fany Rahmasari. 2021. ***Pengembangan Prototype Leg Split Machine 2in1***. Jurnal Coaching Education Sports (JCES) Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021: 65-76.

Irfandi Irfandi, Zikrur Rahmat, Munzir. 2021. ***Analisis Survei Kemampuan Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Usia 14-17 Perguruan Tunas Nusantara Se-Aceh***. Jurnal Coaching Education Sports (JCES) Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021: 77-86.

Zikrur Rahmat, Irfandi, Munzir. 2021. ***Analisis Konsepsi Manajerial dan Kompetensi Kepala Sekolah Berlatar Belakang Guru Olahraga Se-Kota Banda Aceh***. Jurnal Coaching Education Sports (JCES) Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021: 87-100.

Munzir, Irfandi, Zikrur Rahmat. 2021. ***Pengaruh Latihan Fisik Terhadap Peningkatan Vo2Max Pemain Futsal STKIP BBG Banda Aceh***. Jurnal Coaching Education Sports (JCES) Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021: 101-112.

Anak Agung Ngurah Putra Laksana, I Wayan Adnyana, I Kadek Yudha Pranata, Ida Ayu Kade Arisanthi Dewi. 2021. ***Kemampuan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Siswa Menengah Pertama***. Jurnal Coaching Education Sports (JCES) Volume 2 Nomor 1 Bulan Mei Tahun 2021: 113-122.



Judul Ditulis Secara Spesifik dan Efektif dengan Font Times New Roman 15pt (Max 12 Kata: Bahasa Indonesia, Capitalize Each Word, **tidak cetak tebal**)

Title Written Specifically and Effectively in Times New Roman 15pt Font (Max 12 Words: English, Capitalize Each Word, **not in bold**)

Nama Penulis^{1*}, Nama Penulis²dst...(tanpa gelar) (font Times New Roman 11pt)

¹Afiliasi, Insitiasi, Alamat, Provinsi, Kode Pos, Negara (font Times New Roman 10pt)

²Afiliasi, Institusi Alamat, Provinsi, Kode Pos, Negara (font Times New Roman 10pt)

e-mail: xxxx@xxxx.xxx¹, xxxx@xxxx.xxx², xxxx@xxxx.xxx³,dst

Abstrak

Abstrak yang ditulis dengan baik dapat membantu pembaca dalam menyimpulkan isi pokok tulisan dengan cepat dan tepat, mengetahui kesesuaian dengan minatnya, sehingga dapat mengambil keputusan untuk terus membaca seluruh dokumen atau tidak. Abstrak sebaiknya **meliputi tujuan, metode singkat, serta temua penting dari jurnal**. Isi abstrak ditulis dengan huruf Times New Roman 9-point. Abstrak berisi 100 hingga 250 kata dengan istilah-istilah yang sudah dikenal luas, tanpa singkatan-singkatan dan tanpa kutipan. Abstrak seharusnya ditulis dalam kalimat bentuk lampau (untuk abstrak dengan bahasa Inggris). Kata kunci berisi kata yang dapat dijadikan rujukan tambahan pada sistem pengindeks dan pengelola abstrak selain judul artikel. Penggunaan kata kunci yang baik dan tepat dapat memudahkan pihak-pihak yang membutuhkan untuk menemukan artikel tersebut.

Kata kunci: maksimal 5 kata terpenting dalam makalah

Abstract

*A well-written abstract can help the reader to conclude the main content of the writing quickly and accurately, to find out what his interests are, so he can make the decision to continue reading the entire document or not. **Abstract should include objectives, concise methods, and important findings from the journal.** Abstract content is written in 9-point Times New Roman font. Abstract contains 100 to 250 words with terms that are widely known, without abbreviations and without quotes. Abstracts should be written in past tense sentences (for abstracts in English). Keywords contain words that can be used as additional references to the indexing system and abstract manager in addition to the article title. The use of good and appropriate keywords can make it easier for those who need to find the article.*

Keywords: maximum 5 keywords from paper

corresponding author: xxxxxxx@gmail.com

Artikel Info:

Submitted: **dd/mm/yy**

Revised : **dd/mm/yy**

Accepted : **dd/mm/yy**

Published: **dd/mm/yy**



A. Pendahuluan

Format teks utama terdiri dari dua kolom menggunakan ukuran kertas A4. Margin teks dari kiri, kanan, atas, dan bawah 2,54 cm. Naskah ditulis dalam Microsoft Word 1997 - 2003, spasi 1,0, Time New Roman 12 pt, layout columns 2 jumlah halaman harus genap, yang dapat didownload di website: <http://ejurnal.ubharajaya.ac.id/index.php/JCESPORTS/index>.

Pendahuluan harus memberikan latar belakang yang jelas, pernyataan yang jelas dari masalah, literatur yang relevan pada subjek, pendekatan yang diusulkan atau solusi, dan nilai kebaruan dari penelitian yaitu inovasi.

Penulisan kutipan dari daftar pustaka dibuat dengan dalam gaya APA 7th Edition Istilah dalam bahasa asing ditulis miring (*italic*). Disarankan untuk menyajikan artikel dalam struktur bagian: Pendahuluan - Usulan Metode/ Algoritma (opsional) - Metode Penelitian - Hasil dan Pembahasan - Kesimpulan. Contoh (Handayanto et al., 2018).

Tinjauan pustaka dalam bab Pendahuluan untuk menjelaskan perbedaan naskah dengan artikel-artikel ilmiah lainnya, harus bersifat inovatif dan merupakan state of the art dari penelitian yang dilakukan. Bab Metode Penelitian untuk menggambarkan langkah-langkah penelitian dan bab "Hasil dan Diskusi" untuk mendukung analisis hasil. Jika naskah ditulis benar-benar memiliki orisinalitas tinggi, dan mengusulkan metode atau algoritma baru, bab tambahan setelah bab "Pendahuluan" dan sebelum bab "Metode Penelitian" dapat ditambahkan untuk menjelaskan secara singkat metode yang diusulkan atau algoritmanya.

B. Metode Penelitian

Menjelaskan kronologis penelitian, termasuk desain penelitian, prosedur penelitian (dalam bentuk algoritma, Pseudocode atau lainnya), bagaimana untuk menguji dan akuisisi data. Deskripsi dari program penelitian harus didukung referensi, sehingga penjelasan tersebut dapat diterima secara ilmiah. Hindari menulis konsep keilmuan yang sudah umum serta defenisi-defenisi.

C. Hasil dan Pembahasan

Pada bagian ini, dijelaskan hasil penelitian dan pada saat yang sama diberikan pembahasan yang komprehensif. Hasil dapat disajikan dalam angka, grafik, tabel dan lain-lain yang membuat pembaca memahami dengan mudah. Pembahasan dapat dibuat dalam beberapa sub-bab.

C.1. Sub Bab 1 (tidak dicetak tebal)

Pada bagian ini adalah sub bab.

Tabel dan Gambar disajikan di tengah, seperti yang ditunjukkan di bawah ini dan dikutip dalam naskah. Tabel ditulis berurutan sesuai banyaknya tabel dalam artikel ilmiah dan ditulis di tengah atas, begitu juga dengan keterangan gambar ditulis berurutan sesuai banyaknya gambar dalam artikel ilmiah dan ditulis di tengah bawah. Contoh (Pratiwi & Herlawati, 2019)

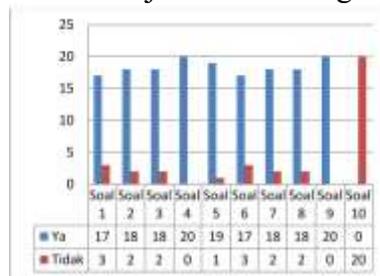
Tabel 1. Kuesioner Animasi Interaktif

N	Pertanyaan untuk siswa/siswi	Y	Tida
o.		a	k

1. Menurut adik-adik apakah aplikasi ini sangat mudah digunakan?
2. Apakah adik-adik setuju jika aplikasi ini dapat membantu adik-adik dalam mengenal hewan khas pulau di Indonesia?
3. Apakah setelah mencoba aplikasi ini adik-adik lebih tertarik untuk belajar hewan khas pulau di Indonesia?
4. Apakah adik-adik setuju jika aplikasi hewan khas pulau Indonesia dapat dijadikan media pembelajaran baru?
5. Menurut adik-adik apakah aplikasi ini bermanfaat untuk dipelajari?

Sumber: Hasil Penelitian (Tahun)

Tabel 2 menjelaskan tentang



Sumber: Hasil Pengolahan Data (Tahun)

Pada Tabel 2 dijelaskan tentang

D. Kesimpulan

Memberikan pernyataan bahwa apa yang diharapkan, seperti yang dinyatakan dalam bab "Pendahuluan" sampai bab "Hasil dan Diskusi", sehingga ada kompatibilitas. Selain itu dapat juga ditambahkan prospek pengembangan hasil penelitian dan prospek penerapan penelitian selanjutnya (berdasarkan hasil dan diskusi).

Ucapan Terima Kasih (Opsional)

Digunakan untuk menyampaikan ucapan terima kasih kepada pemberi hibah atau dana dan pihak yang telah bekerja sama atau memberikan kontribusi.

Daftar pustaka

Daftar Pustaka **wajib** disusun menggunakan Mendeley dengan gaya **American Psychological Association 7th edition** Pustaka yang digunakan merupakan pustaka mutakhir. Referensi utama adalah jurnal internasional dan prosiding dalam 5 tahun terakhir. Semua referensi harus yang paling relevan dan sumber up-to-dat dan disusun berdasarkan urutan abjad. Referensi yang ditulis menggunakan Mendeley dalam gaya **American Psychological Association 7th edition**. Silakan gunakan format yang konsisten untuk referensi. Contoh:

- Handayanto, R., Tripathi, N. K., Kim, S. M., & Herlawati, H. (2018). Land Use Growth Simulation and Optimization for Achieving a Sustainable Urban Form. *TELKOMNIKA (Telecommunication Computing Electronics and Control)*, 16(5), 2063–2072. <https://doi.org/10.12928/telkomnika.v16i5.9309>.
- Herlawati, Handayanto, R. T., & Solikin. (2018). Neural network regression with support vector regression for land-use growth prediction. *Proceedings of the 3rd International Conference on Informatics and Computing, ICIC 2018*. <https://doi.org/10.1109/IAC.2018.8780475>.
- Pratiwi, E. S., & Herlawati, H. (2019). Sistem Informasi Penjualan Katering Berbasis Web Pada CV. Saung Alit Telaga Murni Cikarang Barat Eka. *INFORMATION SYSTEM FOR EDUCATORS AND PROFESSIONALS*, 03(2), 177–188. <http://ejournalbinainsani.ac.id/index.php/ISBI/article/view/1126>.
- Yuliandari, D., Handayanto, R. T., & Herlawati, H. (2010). Structural Equation Modeling for Analyzing Factors That Influence Student and Women Lecturer Behavior in Using Facebook. *International Seminar of Information Technology*, 68–7.

