

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL TUPAI PEMBURU TERHADAP HASIL PEMBELAJARAN ATLETIK LARI ESTAFET

Dadang Budi Hermawan
STKIP Sebelas April Sumedang
dadangb79@gmail.com

ABSTRAK

Dengan adanya penelitian ini penulis bermaksud meneliti tentang pengaruh permainan tradisional tupai pemburu dalam lari estafet di kelas X SMK YPSA Sumedang. Penggunaan permainan tradisional tupai pemburu pada lari estafet bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional tupai pemburu terhadap hasil pembelajaran lari estafet pada siswa Kelas X SMK YPSA Sumedang, dan untuk mengetahui besarnya pengaruh permainan tradisional tupai pemburu terhadap hasil pembelajaran lari estafet siswa Kelas X SMK YPSA Sumedang. Untuk mengetahui tujuan dapat tercapai atau tidak penulis melakukan penelitian dengan menggunakan metode *quasy eksperimen* atau eksperimen semu. Populasi yang digunakan adalah siswa kelas X SMK YPSA Sumedang yang dipilih secara *random* yang berjumlah 20 orang siswa. Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah tes. Tes yang digunakan dalam rangka mengukur sejauhmana keberhasilan penggunaan permainan tupai pemburu dalam pembelajaran lari estafet. Mengacu pada hasil pengolahan data dan analisis data dari tes yang dilakukan di SMK YPSA Sumedang dapat ditarik kesimpulan dari hasil penelitian ini, yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dari permainan tradisional tupai pemburu terhadap hasil pembelajaran siswa. Hal tersebut diatas dibuktikan dengan pengujian hipotesis dengan membandingkan nilai kemampuan peningkatan kecepatan lari 4 x 50 meter untuk siswa kelas X Ma'arif 2 sumedang dengan hasil rata-rata pada tes awal sebesar 0,1355 dengan simpangan baku 3,162 terjadi peningkatan pada tes akhir menjadi rata – rata sebesar 76,2 dengan simpangan baku 3,45. Pada hasil perhitungan normalitas yaitu pada tes awal = 0.357 dan tes akhir = 0.1355. Dari hasil pengujian tersebut diperoleh bahwa t_{hitung} (2.840) yang lebih besar dari t_{tabel} pada tingkat kepercayaan atau taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan $dk_{(n-1)}$ 4, harga t (2,1318) dari daftar distribusi t diperoleh 0,872. kriteria pengujian adalah, tolak H_0 jika $t > t_{1-\alpha}$ maka t hitung berada pada daerah penolakan, jadi H_0 ditolak.

Kata Kunci: Lari Estafet, Permainan Tradisional, Permainan Tupai Pemburu.

ABSTRACT

With this research the author intends to examine the influence of traditional squirrel game of hunters in the relay race in class X SMK YPSA Sumedang. The use of traditional squirrel squirrel game in relay aims to know the effect of traditional squirrel game of hunter to the learning result of the relay at student of Class X SMK YPSA Sumedang, and to know the magnitude of the effect of traditional squirrel game of hunter to the learning result of student relay of Class X X SMK YPSA Sumedang. To know the purpose can be achieved or not the authors do research by using quasy method of experiment or pseudo experiments. The population used is the X class student of SMK YPSA Sumedang which was chosen by random which amounted to 20 students. The tool used to collect data is a test. The test used in order to measure the extent of successful use of permanent squirrel hunter in relay learning. Referring to the results of data processing and data analysis of tests conducted at SMK YPSA Sumedang can be drawn conclusions from the results of this study, that there is a significant influence of the traditional game of squirrel hunters on student learning outcomes. The above is proved by testing the hypothesis by comparing the value of the ability to increase the speed of running 4 x 50 meters for students class X Ma'arif 2 sumedang dengan average results in the initial test of 0.1355 with standard deviation 3.162 there is an increase in the final test into a flat - average of 76.2 with standard deviation 3.45. On result of normality calculation that is at initial test = 0,357

and final test = 0,1355. From the test results, it is found that t_{count} (2,840) is greater than t_{table} at the level of trust or tariff significance $\alpha = 0.05$ with $dk (n - 1)$ 4, the price t (2.1318) from the t distribution list obtained 0.872. the testing criterion is, reject H_0 if $t > t_{1-\alpha}$ then t count is in the rejection area, so H_0 is rejected.

Keywords: Run Relay, Traditional Games, Hunter Squirrel Game.

I. PENDAHULUAN

a. Latar Belakang

Proses pembelajaran dalam pendidikan jasmani, kesehatan, dan rekreasi ada beberapa cabang olahraga yang harus dipelajari siswa, dari mulai sekolah dasar sampai sekolah menengah. Abdurjabar (2008: 04), menyatakan, "Pendidikan jasmani adalah suatu kajian yang sangat luas. Fokus kajiannya pada peningkatan gerak manusia". Pengetahuan keterampilan, dan sikap yang dimiliki siswa dapat diukur dan performanya. Perubahan itu disebabkan bukan dari hasil pembelajaran melainkan oleh faktor kematangan. Jadi perubahan tingkah laku dalam proses pembelajaran merupakan akibat dari interaksi siswa dengan lingkungannya. Salah satu dari sekian banyak cabang olahraga yang harus dipelajari siswa adalah cabang olahraga atletik nomor lari, yaitu lari estafet. Lari estafet merupakan salah satu cabang olahraga dalam atletik. Menurut Muhtar (2012: 34) menyatakan "Lari sambung atau estafet adalah lomba lari beregu dengan cara pembagian jarak tempuh diantara para peserta dari regu yang bersangkutan, dan pada akhir bagiannya masing-masing menyerahkan tongkat pada peserta berikutnya". Sejalan dengan penapat diatas, Mane (2008: 27) menyatakan, "Lari estafet adalah nomer perlombaan yang mengarah kepada kerjasama regu, dalam olahraga yang ditunjukkan pada keunggulan pribadi".

Lari estafet atau yang sering disebut lari sambung adalah salah satu nomor lari jarak pendek yang dilaksanakan secara beregu, tiap regu terdiri dari empat pelari yaitu pelari pertama, pelari kedua, pelari ketiga dan pelari keempat. Kekhususan dari lari estafet adalah adanya pemindahan tongkat estafet dari pelari pertama kepada pelari kedua dan seterusnya. Perpindahan atau pergantian tongkat estafet dari pelari sebelumnya ke pelari berikutnya dilakukan sambil terus berlari dan perpindahan tersebut harus dilaksanakan di daerah khusus pergantian tongkat (wesel

zone). Dalam pelaksanaan perlombaan lari estafet, benda yang digunakan adalah tongkat estafet yang harus dibuat dari pipa halus berlubang di tengah, terbuat dari kayu atau bahan lainnya dalam satu potong dengan panjang maksimum 30 cm. Dalam pertandingan lari estafet yang umum dilakukan adalah 4 x 100 dan 4 x 400 m.

Dalam proses pembelajaran lari estafet di sekolah, guru dituntut untuk memiliki inovasi-inovasi baru dalam menyampaikan materi di luar kelas. Hal tersebut dilakukan supaya siswa tidak mudah bosan dan memiliki motivasi belajar yang tinggi, sehingga materi yang disampaikan dapat dipahami secara utuh dan menyeluruh. Di samping menguasai materi, guru dituntut untuk memiliki inovasi baru dengan menguasai berbagai metode permainan dalam proses pembelajaran. Metode permainan yang digunakan dalam pembelajaran lari estafet adalah permainan tradisional tupai pemburu.

Permainan tupai pemburu yaitu salah satu permainan lari sprint yang dikemas dan telah dimodifikasi melalui suatu bentuk permainan kelompok yang terdiri dari lima orang setiap kelompoknya, dengan setiap anggota kelompoknya memiliki tugas masing-masing. Tugas dari setiap anggota kelompok yaitu tiga orang menjadi tupai dan dua orang lainnya menjadi rumah tupai. Dalam permainan tupai pemburu dibutuhkan seorang yang bertindak sebagai instruktur pelaksanaan permainan, yaitu seseorang yang bertugas untuk memberikan beberapa intruksi berupa "kebakaran". Siswa yang bertindak menjadi tupai harus berlari mencari rumah baru dan siswa yang bertindak menjadi rumah harus diam, apabila ada intruksi "gempa bumi" maka siswa yang bertindak menjadi rumah harus berlari mencari tupai baru, kemudian siswa yang bertindak jadi tupai harus diam. Kemudian apabila ada intruksi "tsunami" maka tiap kelompok dan seorang yang bertindak sebagai instruktur berpencar mencari pasangan baru. Tujuan akhir latihan ini adalah

siswamendapatkan hasil yang baik dan mendapatkan nilai rata rata yang sudah ditentukan.

Permainan tupai pemburu terdiri dari berbagai bentuk keterampilan gerak dasar dan perilaku sosial anak. Humlock (1987:32) mengatakan bahwa, "Bermainan dengan orang lain, anak-anak belajar bagai mana menetapkan hubungan sosial dan bagai mana menemukan dan menyesuaikan masalah hubungan sosial". Dalam permainan tupai pemburu ini keterampilan sosial tersebut banyak dilakukan oleh anak-anak untuk melangsungkan kegiatan permainannya. Dalam permainan tupai pemburu tersebut mereka akan melaksanakan berbagai cara dan usaha untuk mengalahkan pihak lawan untuk mencari kemenangan. Dan juga mereka berusaha semaksimal mungkin untuk mendapatkan kemenangan dalam permainan tersebut mengalahkan lawanya itu dengan menggunakan kemampuan fisik. Sebab kondisi fisik memegang peran yang sangat penting dalam permainan tupai pemburu tersebut kondisi badan harus ekstra fit agar kemampuan fisik anak tersebut tetap stabil dalam melakukan permainan tupai pemburu tersebut. Latihan kondisi fisik haruslah direncanakan secara sistematis dan ditunjukan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional dari sistem tubuh. Disisi lain permainan tupai pemburu sangat membantu meningkatkan kemampuan lari estafet dalam hal kecepatan, memberikan dan menerima tongkat sangat meninjau untuk meningkatkan kemampuan dalam atletik lari estafet dan juga sangat berpengaruh penting dalam hal melakukan koordinasi kecepatan yang maksimal untuk memperlambat dalam lari estafet sangat mendorong untuk meningkatkan lari sambung, sehingga demikian memungkinkan anak untuk mencapai prestasi yang lebih baik dan untuk mendorong supaya anak tersebut terampil dalam melakukan lari estafet dalam melalui tupai pemburu tersebut membantu agar teknik dalam kecepatan maupun teknik dasar dalam pegangan tongkat maupun dalam pemberian atau penerimaan tongkat itu sangat bersangkutan paut dengan lari estafet dalam permainan tupai pemburu.

Berdasarkan hasil pengamatan di sekolah SMK YPSA Sumedang masih banyak siswa yang kurang termotivasi dalam

mengikuti proses pembelajaran lari estafet. Dimana pada saat pembelajaran masih banyak siswa kurang memperhatikan guru mengobrol pada temanya, dan juga terdapat beberapa kendala yang siswa hadapi pada saat proses pembelajaran lari estafet diantaranya, pada saat melakukan teknik pemberian tongkat masih banyak siswa yang melakukan pada saat penerimaan tongkat juga masih ada yang melakukan kesalahan pada saat pemberian dan penerimaan tongkat, dan juga teknik pegangan yang masih banyak melakukan dengan seenaknya saja.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh permainan tradisional yang diterapkan pada pembelajaran lari estafet. Oleh karena itu, penulis tuangkan dalam bentuk skripsi dengan judul Pengaruh Pembelajaran Permainan Tradisional Tupai Pemburu terhadap Hasil Pembelajaran Lari Estafet pada Siswa Kelas X SMK YPSA Sumedang.

b. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah dapat diuraikan sebagai berikut.

1. Bagaimanakah pengaruh permainan tupai pemburu terhadap hasil pembelajaran lari estafet pada siswa Kelas X YPSA Sumedang?
2. Berapa besar pengaruh permainan tupai pemburu terhadap hasil pembelajaran lari estafet pada siswa Kelas X SMK YPSA Sumedang?

c. Batasan Masalah

Berdasarkan uraian pada rumusan di atas, Supaya tidak menyimpang dari masalah dan tujuannya. Penulis membatasi luasnya masalah sebagai berikut.

1. Ruang lingkup penelitian ini hanya pada pengaruh permainan tradisional tupai pemburu terhadap hasil pembelajaran lari estafet pada siswa kelas X SMK YPSA Sumedang.
2. Permainan yang digunakan dalam penelitian ini adalah permainan tradisional tupai pemburu.
3. Subjek penelitian adalah siswa Kelas X SMK YPSA Sumedang.

d. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah di jabarkan di atas, Penelitian secara umum bertujuan untuk mengetahui berapa

besar pengaruh permainan tupai pemburu terhadap lari estafet siswapada materi atletik. Secara rinci dapat ditulis sebagai berikut.

1. Ingin mengetahui pengaruh permainan tradisional tupai pemburu terhadap hasil pembelajaran lari estafet pada siswa Kelas X SMK YPSA Sumedang.
2. Ingin mengetahui besarnya pengaruh permainan tradisional tupai pemburu terhadap hasil pembelajaran lari estafet siswa Kelas X SMK YPSA Sumedang.

d. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak. Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

- a. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan informasi dan pengetahuan dalam bidang olahraga atletik. Agar bermanfaat guru maupun pelatih dibidang olahraga untuk mengembangkan kosep dasar untuk mengacu meningkatkan prestasi olahraga terutama dalam cabang olahraga atletik.
- b. Bagi peneliti ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber atau referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya, serta memperoleh pengetahuan barutentang pmbelajaran pendidikan jasmani terutama dalam pembelajaran atletik lari estafet.

II. BAHAN DAN METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SMK YPSA Sumedang. Sampel dalam penelitian ini yaitu siswa kelas X SMK YPSA Sumedang dengan jumlah sample 20 orang siswa. Teknik pengambilan sample menggunakan random sampling sedangkan penelitian ini menggunakan metode quasy eksperimen atau eksperimen semu.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengolahan Dan Analisis Data

a. Hasil Pengolahan dan Analisis Data

Data yang diperoleh dari tes diolah dan dianalisis untuk mendapatkan simpulan dari penelitian ini. Hasil pengolahan data akan dikemukakan secara terinci pada tabel di bawah ini, sebagai berikut.

Tabel 1. Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku Lari Estafet Menggunakan Permainan Tradisional Tupai Pemburu

Jenis Tes	Rata-rata	Simpangan Baku
Tes Awal	74	3,162
Tes Akhir	76,2	3,45

Dari tabel di atas dapat kita lihat bahwa hasil perhitungan nilai rata-rata tes awal lari estafetadalah sebesar 74 dengan standar deviasi 3,162 dan rata-rata hasil tes akhirlari estafet adalah sebesar 76,2 dengan standar deviasi 0,84 langkah selanjutnya adalah menguji normalitas distribusi data dengan uji lielifors.

b. Hasil Pengujian Normalitas Data Setiap Tes

Langkah kedua, menghitung normalitas data. Hasil perhitungan normalitas distribusi data dengan uji lielifors digunakan untuk menentukan langkah analisis berikutnya.

Tabel 2. Hasil pengujian Normalitas Data Lari Estafet

Jenis Tes	L _{hitung}	L _{tabel}	Hasil
Tes Awal	0,1357	0,337	Normal
Tes Akhir	0,1355	0,337	Normal

Uji normalitas dari setiap variabel, penulis menggunakan pendekatan statistik dari uji lielifors dengan taraf nyata (a) 0.05 = 0,337 pada tes awal ($L_{hitung} < L_{tabel} = 0,1357 < 0,337$) dan pada tes akhir ($L_{hitung} < L_{tabel} = 0,1355 < 0,337$)hal ini sejalan dengan kriteria pengujian yaitu jika $L_{hitung} < L_{tabel}$ maka distribusi skor tersebut normal. Dengan demikian hasil tes lari estafetbaik tes awal maupun tes akhir datanya berdistribusi normal. Selanjutnya uji peningkatan dengan terlebih dahulu mencari nilai rata-rata dan simpangan baku dari peningkatan hasil belajar.

c. Hasil Belajar Signifikasi Peningkatan dengan Menggunakan Uji t

Langkah keempat, setelah memperoleh hasil uji normalitas dan hasil nilai rata-rata dan simpangan baku peningkatan hasil belajar lari estafet, maka langkah selanjutnya yaitu perhitungan dan pengujian derajat peningkatan hasil belajar dengan menggunakan uji t.

Tabel 3. Hasil Uji Signifikasi Kelompok Eksperimen

Subjek Penelitian	T _{hitung}	T _{tabel}	Hasil
Pengaruh	2.840	2,1318	Signi

permainan tradisional tupai pemburu terhadap hasil pembelajaran n atletik lari estafet	fikan
--	-------

Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa hasil dari perhitungan uji signifikansi didapat nilai thitung sebesar 2.840 dan hasil dari tabel didapat dengan dk 4 dan taraf nyata 0.05 adalah 2,1318, maka dari data tersebut diketahui adanya perbedaan antara hasil tes awal dan tes akhir setelah diberikan perlakuan. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan yang dicapai oleh sampel setelah mendapat perlakuan menggunakan pengaruh permainan tradisional tupai pemburu terhadap hasil pembelajaran pada siswa kelas X SMK YPSA Sumedang memberikan suatu pengaruh. Dengan demikian hipotesis yang diajukan oleh penulis dapat diterima. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat kurva penerimaan dan penolakan hipotesis.

DAFTAR PUSTAKA

- Harsono. 1988. Coaching dan aspek aspek psikologis dalam coaching CV. Tembak kusuma.
- Husdarta, JS. (2010) Psikologi olahraga. Bandung: Alfabeta.
- Husdarta, JS dkk. 2010. Belajar dan pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Bandung: Alfabeta.
- Juliantine, Tite dkk. 2011. Model Model Pembelajaran Pendidikan jasmani, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Lara sasti, dkk. program studi pendidikan kesehatan dan rekreasi FKIP UNTAN
Email:sastilara@yahoo.co.id.
- Mulyana, Y. 2009. pengantar pembelajaran penjas, Sumedang: Vuri Creatiave.
- Nurhasan, C. Hasanudin (2013). Tes dan pengukuran keolahragaan: modul pembelajaran redpoint 2013. FPOK, UPI.

Online:

[//cumanulisaja.blogspot.com/2012/09/pengertian/keterampilan.html](http://cumanulisaja.blogspot.com/2012/09/pengertian/keterampilan.html) .

Sugiyono. (2009). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Suherman, A. 2014. Statistik pendidikan jasmani. Bandung CV. Bintang Waliartika.

Sumardiyanto. 2008. 100 games dalam pendidikan jasmani.

Muhtar, Tatang. 2012. Atletik, Bandung: CV. Bintang warli Artika.

Zafar sidik, Dikdik. 2010. Mengajar dan melatih atletik, Bandung : PT Remaja Rosdakarya Offset.