

UJI INSTRUMEN EFEKTIVITAS MODEL PEMBELAJARAN ATLETIK NOMOR LARI BERBASIS PERMAINAN PADA SISWA

Abdul Salam Hidayat*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui nilai validitas dan reliabilitas instrumen Efektivitas Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan melibatkan siswa SDN Tanjungpura VI Karawang sebagai sampel penelitian yang terdiri dari 20 mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dan teknik pengumpulan data menggunakan metode tes dan pengukuran. Instrumen yang digunakan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah instrumen lari cepat yang digunakan untuk mengumpulkan data subjek, hasil uji validitas instrumen lari cepat sebesar 0,953, sedangkan hasil uji reliabilitas instrumen lari cepat sebesar 0,919. Dari hasil uji validitas dan reliabilitas maka instrumen lari cepat dapat layak digunakan. Peneliti menyarankan agar instrumen instrumen lari cepat digunakan oleh guru untuk mengukur keterampilan lari jarak pendek khususnya sekolah dasar di daerah Karawang Jawa Barat.

Kata Kunci: *Model, Pembelajaran Atletik, Permainan*

PENDAHULUAN

Guru melaksanakan proses pembelajaran akan dihadapkan berbagai jenis kegiatan mulai dari merencanakan, melaksanakan, mengevaluasi, kegiatan belajar mengajar sampai membantu anak didik dalam upaya memecahkan masalah serta penyelesaiannya. Atletik dapat meningkatkan kualitas fisik siswa sehingga lebih bugar. Oleh karena itu atletik sering dijadikan sebagai kegiatan pembuka atau penutup satuan ajar pendidikan jasmani di sekolah dasar. Atletik dapat menyalurkan unsur kegembiraan dan sifat-sifat tertentu seperti kegigihan, semangat berlomba dan sifat-sifat lainnya.

Faktor terpenting dari semuanya itu adalah kegembiraan pada anak yang ditimbulkan dari kegiatan atletik khususnya nomor lari jarak pendek, sehingga anak akan tetap tertarik dan mulai menyukai atletik. Untuk mewujudkan suasana yang mengembirakan diperlukan pengembangan atletik yang bernuansa bermain atau permainan.

Bermain adalah salah satu bentuk pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia yang memiliki 4 aspek kepribadian yaitu 1. Aspek makhluk Tuhan, pendidikan jasmani memiliki muatan norma kehidupan, norma agama, masyarakat; memberikan kehalusan gerak, kelembutan, menghindari kekerasan, mengenalkan keindahan, menanamkan kepatuhan dan disiplin. 2. Aspek makhluk sosial, menumbuhkan kerja sama, menghargai teman, membutuhkan orang lain. 3. Aspek psikis, pengalaman selama bermain akan menumbuhkan keberanian, tanggung jawab, percaya diri, lebih dewasa, berbudi pekerti. 4. Aspek jasmani, memacu pertumbuhan dan perkembangan anak, yaitu perubahan kuantitas tubuh yang dapat diukur dengan panjang dan beratnya juga perubahan semakin baiknya fungsi organ tubuh dan kematangan gerak. Sehingga seorang guru dituntut untuk memiliki pengetahuan serta pemahaman yang baik mengenai model pembelajaran yang menyenangkan dan sangat disukai oleh anak-anak.

Pengamatan di lapangan terlihat bahwa, Guru pendidikan jasmani tidak maksimal dalam memberikan materi pembelajaran atletik khususnya lari jarak pendek, sehingga dapat menghambat kapasitas siswa dalam menggali potensi yang dimilikinya dalam dunia olahraga. Kemudian hasil peneliti pada saat penyelenggaraan O2 SN Kabupaten Karawang

* Penulis adalah Staf Edukatif Universitas Singaperbangsa Karawang

Abdul Salam Hidayat : Uji Instrumen Efektivitas Model Pembelajaran atletik Nomor Lari Berbasis Permainan Pada Siswa

selalu menduduki peringkat ke bawah khususnya atletik dibanding dengan kabupaten lainnya yang ada di Jawa Barat. Serta banyaknya guru pendidikan jasmani di kabupaten karawang yang kurang mampu dalam memilih atlet yang memiliki potensi dan keterampilan lari jarak pendek.

Berdasarkan temuan dari Latar belakang masalah yang dijelaskan di atas, peneliti ingin menguji validitas dan reliabilitas instrument efektivitas Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan sehingga guru dapat mengukur keterampilan gerak lari jarak pendek dalam. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang: Berapakah tingkat validitas dan reliabilitas instrumen efektivitas Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan?

Pengertian tes dan pengukuran menurut Widiastuti (2015: 2) berpendapat Tes adalah alat yang digunakan untuk mengukur beberapa performa dan untuk mengumpulkan data. Sebuah tes haruslah valid, yang berarti mengukur apa yang seharusnya diukur dan haruslah terpercaya, yang berarti dapat diulang berkali-kali. Pengukuran adalah skor kuantitatif yang berasal dari tes. Evaluasi adalah proses menempatkan nilai pada pengukuran tersebut. Dari pendapat Nurhasana dan Hasanudin (2007: 5) “pengukuran adalah proses pengumpulan data atau informasi dari suatu objek tertentu, dalam proses pengukuran diperlukan suatu alat ukur...”

Dari beberapa pendapat tentang definisi tes dan pengukuran dapat diambil kesimpulan bahwa tes dan pengukuran adalah alat yang digunakan untuk mengukur skor untuk mengumpulkan data dan informasi dari suatu objek tertentu. “Validitas berasal dari kata validity yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya...” (Widiastuti, 2015: 8). Artinya ada kesesuaian antara alat ukur dengan fungsi pengukuran dan sasaran pengukuran. Menurut Ismaryanti (2008: 14) “validitas adalah ukuran yang menyatakan ketepatan tujuan tes (alat ukur) dan memenuhi persyaratan pembuatan tes. Validitas tes menunjukkan derajat kesesuaian antara tes dan atribut yang akan di ukur...”

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tes yang valid adalah tes yang dapat menghasilkan ukuran yang sah dan tes sesuai dengan apa yang hendak akan di ukur. Menurut Purwanto (Elina, 2012: 18) “keandalan (reliability) berasal dari kata rely yang artinya percaya dan reliable yang artinya dipercaya.” Menurut Widiastuti (2015: 10) “...reliabilitas mempunyai berbagai nama lain seperti kepercayaan, ketrandalan, keajegan, kesetabilan, konsistensi, dan sebagainya. Namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya.”

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tes yang reliabel adalah tes yang dapat menghasilkan ukuran yang ajeg dan tetap sesuai dengan gejala yang diukur. Reliabilitas suatu tes menunjukkan derajat keajegan hasil yang diperoleh dari beberapa kali pengamatan terhadap subjek yang sama, alat ukur yang sama, dan prosedur yang sama

Lari cepat

Lari cepat merupakan salah satu nomor lari, yang harus menempuh jarak tertentu (100 m, 200 m, 400 m) dengan kecepatan semaksimal mungkin. Dalam perlombaan lari cepat (sprint) ada yang dilakukan tanpa melalui rintangan, dan ada yang memulai rintangan, serta ada yang dilakukan dengan cara bersambung/ beranting (estafet). Menurut Dikdik Zafar Sidik (2014: 4) “teknik berlari dapat diajarkan dengan memperkenalkan kunci keterampilan yang berkaitan dengan unsur semua lomba lari sprint, yaitu reaksi, akselerasi, kecepatan maksimum dan pemeliharaan kecepatan maksimum (Deceleration Speed)”. Penilaian skor yang diperoleh dari hasil pengukuran berupa tes lari cepat dan yang akan di nilai terdiri dari 3 point : 1) sikap saat start 2) sikap saat berlari 3) sikap saat memasuki garis finish.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan Lari cepat sprint adalah suatu cara lari dimana si atlet harus menempuh seluruh jarak dengan kecepatan semaksimal mungkin. Artinya harus

Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 18 (1), Januari – Juni 2019: 1 - 6

melakukan lari yang secepat-cepatnya dengan mengerahkan seluruh kekuatannya melalui awal (mulai dari start) sampai dengan melewati garis akhir/finish.

Atletik Nomor Lari

Menurut Adang Suherman, Yudha M. Saputra, Yudha Hendrayana, (2006:1) Istilah atletik yang dikenal dewasa ini berasal dari bahasa Yunani yaitu “athlon” yang berarti berlomba atau bertanding, istilah lain yang mengandung kata athlon adalah “pentathlon” istilah ini terdiri dari dua kata, yaitu “penta” yang berarti lima dan “athlon” yang berarti lomba, jadi pentathlon yang berarti lima lomba atau panca lomba. Dalam perlombaan atletik lari dibedakan menjadi lari jarak pendek, jarak menengah, lari jarak jauh, lari rintangan, lari sambung (estafet).

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa atletik merupakan kegiatan manusia sehari-hari yang dapat dikembangkan menjadi kegiatan bermain dan berolahraga yang diperlombakan dalam bentuk jalan, lari lompat, dan lempar. Atletik merupakan dasar bagi pembinaan olahraga.

Pembelajaran

Menurut Dini Rosdiana (2013:2) pengertian pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar yang meliputi guru dan siswa yang saling bertukar informasi. Pengertian pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik.

Menurut Joel A. Michael dan Harold I. Modell menyatakan bahwa “*Meaningful learning is universally taken to be the goal of all education. This refers to the state in which the new material being learned is related to, or incorporated into, existing mental representations (models) of already learned material. When meaningful learning has occurred, when the learner's mental representations of knowledge are richly interconnected, both retention and retrieval of knowledge are facilitated*”.

Dari pendapat di atas pembelajaran merupakan proses yang diselenggarakan oleh guru untuk membelajarkan siswa dalam belajar, bagaimana memperoleh dan memproses pengetahuan, keterampilan dan sikap serta menekankan pada kegiatan belajar siswa melalui usaha-usaha yang terencana dalam memanipulasi sumber-sumber belajar agar terjadi proses belajar.

Permainan

Menurut Ginsburg (2007: 182) “*Play is essential to development because it contributes to the cognitive, physical, social, and emotional well-being of children and youth. Play also offers an ideal opportunity for parents to engage fully with their children*”. Bermain sangat penting untuk pembangunan karena akan berdampak pada kognitif fisik, sosial, dan kesejahteraan emosional anak-anak dan remaja. Bermain juga menawarkan kesempatan yang ideal bagi orang tua untuk terlibat sepenuhnya dengan anak-anak mereka. Meskipun manfaat yang diperoleh dari bermain untuk anak-anak dan orang tua, waktu untuk bermain bebas telah nyata mengurangi bagi beberapa anak. Menurut pendapat di atas bermain merupakan jembatan bagi anak dari belajar informal menjadi formal. Anak dapat menunjukkan keterampilan gerak mereka selama mengikuti permainan sehingga dapat diketahui anak tersebut berbakat dalam kegiatan olahraga.

METODE

Metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Agar penggunaan metode deskriptif dalam memecahkan masalah yang dihadapi dapat mencapai hasil yang diinginkan maka peneliti menggunakan metode tes

Abdul Salam Hidayat : Uji Instrumen Efektivitas Model Pembelajaranatletik Nomor Lari Berbasis Permainan Pada Siswa

dan pengukuran. Validitas yang digunakan adalah korelasi *Bivariate Pearson* (Produk *Momen Pearson*) dan reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*.

Desain penelitian adalah kerangka kerja yang digunakan untuk melaksanakan penelitian. Desain penelitian memberikan prosedur untuk mendapatkan informasi yang diperlukan untuk menyusun atau menyelesaikan masalah dalam penelitian. Untuk lebih jelasnya, desain penelitian dapat dilihat melalui gambar di bawah berikut:



Gambar 3.1 Desain Penelitian

Keterangan: x = Sampel

y = Tes Lari Cepat (Validitas dan Reliabilitas)

z = Hasil

Langkah-langkah penelitian haruslah merupakan jalinan urutan yang sistematis, sehingga dapat mendukung untuk memecahkan masalah yang sampai akhirnya mendapatkan kesimpulan..

Dalam pengambilan sampel, teknik sampling yang digunakan adalah *random sampling*. Dari populasi 100 siswa SDN Tanjungpura VI Karawang diambil 25 siswa secara acak untuk di jadikan sampel penelitian. Prosuder pengumpulan data sesuai dengan desain penelitian yaitu 1) pemilihan sampel secara acak. 2) pemberian tes lari cepat untuk pengambilan data 3) analisis data dari hasil tes. Berhubung data yang diperlukan dalam penelitian ini merupakan data primer, maka pengambilan data dilakukan dengan melaksanakan tes. Tes yang akan dilakukan adalah tes lari cepat, Instrumen penelitian dan proses pelaksanaan disusun berdasarkan indicator kebutuhan dari Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan dan disesuaikan untuk usia siswa. Kemudian dilakukan uji validitas dan reabilitas dari instrument yang akan digunakan untuk penelitian

Data yang diperoleh sebagai skor individu dari hasil tes lari cepat, selanjutnya data hasil tes di uji Validitas menggunakan korelasi *Bivariate Pearson* (Produk *Momen Pearson*) dan reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*. Sehingga peneliti dapat mengetahui tingkat validitas dan reabilitas instrument Atletik Nomer Lari Berbasis.

HASIL

		Validitas_1	Validitas_2	Validitas_3	Skor_Total
Validitas_1	Pearson Correlation	1	.814**	.837**	.953**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000
	N	25	25	25	25
Validitas_2	Pearson Correlation	.814**	1	.722**	.913**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000
	N	25	25	25	25
Validitas_3	Pearson Correlation	.837**	.722**	1	.918**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000
	N	25	25	25	25
Skor_Total	Pearson Correlation	.953**	.913**	.918**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	
	N	25	25	25	25

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 18 (1), Januari – Juni 2019: 1 - 6

Dasar pengambilan keputusan:

$r_{hitung} > r_{tabel}$ = valid

$r_{hitung} < r_{tabel}$ = tidak valid

$r_{tabel} = N = 25 = 0,396$

Keputusan Uji validitas Instrumen Uji Efektivitas Model Pembelajaran Atletik
Nomer Lari Berbasis Permainan

No	Para Ahli	rx _y	R _{tabel} 0,05(20)	Keterangan
1	Validitas 1	0,953	0,396	valid
2	Validitas 2	0,913	0,396	valid
3	Validitas 3	0,918	0,396	valid

Kesimpulan dari tabel di atas $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka ketiga instrumen Uji Efektivitas Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan dinyatakan valid

Hasil Uji Reabilitas Instrumen Uji Efektivitas Model Pembelajaran Atletik Nomer
Lari Berbasis Permainan

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	25	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	25	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.919	.919	3

Dasar pengambilan keputusan :

$r_{hitung} > r_{tabel}$ = konsisten

$r_{hitung} < r_{tabel}$ = tidak konsisten

$r_{tabel} = N = 25 = 0,396$

Keputusan Uji validitas Instrumen Uji Efektivitas Model Pembelajaran Atletik
Nomer Lari Berbasis Permainan

No	Item Tes	Cronbach's Alpha	R _{tabel} 0,05(20)	Keterangan
1	Lari Cepat	0,919	0,396	Konsisten

Kesimpulan dari tabel di atas $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka ketiga instrumen Uji Efektivitas Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan dinyatakan Konsisten.

Abdul Salam Hidayat : Uji Instrumen Efektivitas Model Pembelajaran atletik Nomor Lari Berbasis Permainan Pada Siswa

PEMBAHASAN

Pada BAB ini akan dilaporkan tahapan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti. Peneliti telah melakukan uji coba instrument penelitian berupa instrument uji efektivitas Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan. Tes ini sebagai alat ukur untuk melihat sejauh mana efektifnya sebuah Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan berdasarkan variable dan indikator penelitian dan merujuk kepada kajian teori yang telah dikemukakan dalam Tinjauan Pustaka.

Hasil yang telah dicapai, hasil uji validitas intrument Lari cepat $> r_{tabel}$, lari cepat sebesar 0,952 $> r_{tabel}$ maka ketiga intrumen Uji Efektifitas Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan dinyatakan valid sedangkan hasil uji reabilitas lari cepat sebesar 0,919 maka intrumen Uji Efektifitas Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan dinyatakan Konsisten.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan pada penelitian ini adalah: Besarnya tingkat validitas dan reliabilitas Instrumen lari cepat sebesar 0,953 sedangkan hasil uji lari cepat sebesar 0,919. Berdasarkan kriteria interpretasi, maka nilai validitas tersebut dinyatakan tinggi dan nilai reliabilitas dinyatakan sangat tinggi.

Berdasarkan pada kesimpulan diatas, maka penulis memberikan saran-saran yang dapat mengukur ketercapaian pelaksanaan model Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan, yaitu: a) Bagi guru agar menggunakan lari cepat sebagai upaya untuk mengukur ketercapaian Model Pembelajaran Atletik Nomer Lari Berbasis Permainan b) Perlu diadakan penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih luas c) Dalam penelitian ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan instrumen penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ismaryanti. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga (Cetakan 2)*. Surakarta: LPP UNS dan UNS Press.
- Joel A. dkk, *Active Learning in Secondary and College Science Classrooms*. London : LEA, 2003
- Kenneth R. Ginsburg, *American Journal Academy of Pediatric*, vol. 199 No. 1 January, 2007
- Nurhasan dan Hasanudin-Cholil, S. 2007. *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: FPOK UPI
- Rosdiana. Dini,. 2013. *Perencanaan Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta CV
- Sidik Zafar. D. 2014. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Sugiyono. 2009. *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suherman Adang, dkk. 2006. *Pembelajaran Atletik pendekatan Permainan dan Kompetisi* Jakarta: Cendika
- Widiastuti. 2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Rajawali Pers