

Peningkatan Hasil Belajar Materi Sepak Takraw Dengan Metode Tgt (*Teams Games Tournaments*) Dan *Recyprocal`Style*

Dani Slamet Pratama

PJKR, FPIPSKR, Universitas PGRI Semarang

danislametpratama2@gmail.com

Abstrak

Penelitian dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui: 1) Adakah pengaruh strategi pembelajaran TGT (*Teams Games Tournaments*) untuk meningkatkan hasil belajar mata pelajaran PJOK di SMP Teuku Umar Semarang, 2) Adakah pengaruh strategi pembelajaran *Reciprocal Style* untuk meningkatkan hasil belajar mata pelajaran PJOK di SMP Teuku Umar Semarang, 3) Manakah yang lebih baik antara strategi pembelajaran TGT (*Teams Games Tournaments*) dan *Reciprocal Style* terhadap hasil belajar Mata Pelajaran PJOK SMP di Teuku Umar Semarang. Penelitian dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yang menggunakan metode eksperimen. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling Random* yaitu pengambilan sampel dengan pertimbangan khusus, memilih 2 kelas dari 6 kelas dengan cara diundian dan sampel yang digunakan sebanyak 62 siswa. Sampel dibagi menjadi 2 dan diberikan pembelajaran TGT (*Teams Games Tournaments*) dan *Reciprocal Style*. Analisis data menggunakan SPSS dengan alur uji normalitas dan homogenitas, uji T (uji banding 2 sampel). Hasil penelitian menunjukkan sebagai berikut : 1) Uji normalitas dari hasil penelitian didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) pada kedua kelas yaitu sebesar 0,425 dan 0,698 lebih besar dari 0,05 sehingga data berdistribusi normal. Uji Homogenitas dari hasil penelitian didapatkan nilai Sig. adalah 0,333 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa varian dari data bersifat homogen. Uji T dari hasil penelitian pada mean didapatkan rata-rata pada strategi pembelajaran TGT (*Teams Games Tournaments*) sebesar 79,65 dan rata-rata pada strategi pembelajaran *Reciprocal Style* sebesar 77,4758. Karena nilai rata-rata strategi pembelajaran TGT (*Teams Games Tournaments*) lebih besar dari strategi pembelajaran *Reciprocal Style*, dapat disimpulkan bahwa strategi pembelajaran TGT (*Teams Games Tournaments*) lebih baik dibandingkan dengan strategi pembelajaran *Reciprocal Style*.

Kata Kunci : TGT (*Teams Games Tournaments*), *Reciprocal Style*, Hasil Belajar Sepak Takraw.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan

keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di desain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik,

pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi (Samsudin, 2008:2).

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai, serta penerapan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah, dan terencana.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus dapat merencanakan dan mengajar berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan maupun olahraga, nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama dll). Banghart dan Trull dalam Abdul Majit (2013:16) perencanaan adalah awal dari semua proses yang rasional dan mengandung sifat optimisme akan dapat

mengatasi berbagai macam permasalahan. Pelaksananya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan diklatik pedagogik, sehingga aktivitas yang dilakukannya dapat mencapai tujuan pengajaran.

Olahraga sepak takraw adalah materi Penjas yang tergolong pada materi bola kecil yang dipelajari di sekolah, namun sebagian masyarakat Indonesia belum begitu mengenal tentang olahraga sepak takraw. Sepak sila merupakan teknik dasar yang sangat penting dalam permainan menaikan olahraga sepak takraw. Tujuan permainan sepaktakraw adalah setiap regu berusaha mengembalikan bola sehingga dapat jatuh dilapangan lawan atau menyebabkan lawan membuat pelanggaran dan melakukan kesalahan (Darwis dkk, 1992). Sepak sila dilakukan dalam langkah awal menyusun serangan terhadap tim lawan dengan cara mengoper kepada rekan satu tim. Jadi pemain harus benar-benar menguasai teknik sepak sila.

Sepak sila merupakan teknik dasar yang paling awal diajarkan untuk memainkan

olahraga sepak takraw dan juga sebagai tehnik dasar untuk melatih servis bawah Sudrajat Prawirasaputra (2000:5). Sepak sila dilakukan dengan menggunakan satu kali sebagai penyepak dan kaki yang satu sebagai tumpuan dan melibatkan beberapa gerakan dari anggota badan antara lain: posisi kaki, posisi badan, posisi kedua tangan, dan gerakan lanjut. Bagian-bagian tubuh tersebut merupakan rangkaian gerakan sepak sila yang tidak dapat dipisah-pisahkan pada saat pelaksanaan sepak.

Permasalahan dalam pembelajaran penjas yang di alami guru dalam mengajar permainan bola kecil pada materi sepak takraw adalah siswa kurang antusias dalam proses pembelajaran di sekolah. Penyebab kurang antusiasnya dalam pembelajaran di sekolah dikarenakan siswa merasa sepak sila sulit untuk dilakukan. Banyak siswa yang belum paham betul mengenai tehnik sepak sila yang baik dan benar, sehingga dalam proses pembelajaran tidak diperoleh hasil yang optimal.

Materi PJOK di sekolah seringkali tidak sesuai dengan minat siswa dalam pembelajan, namun proses belajar mengajar pada materi PJOK harus dilaksanakan agar tujuan pendidikan nasional dapat tercapai.

Seorang pendidik diharapkan bisa memilah dan melih metode/model pembelajaran yang tepat agar proses belajar mengajar menjadi efektif dan efisien.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yang menggunakan metode eksperimen. Penelitian eksperimen dirancang dengan menggunakan *Pretest-Posttest Control Grup Design* dengan dua macam perlakuan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling Random* yaitu pengambilan sampel dengan pertimbangan khusus, memilih 2 kelas dari 6 kelas dengan cara pengundian arisan. Sampel yang digunakan kelas 8D sebanyak 31 siswa dan kelas 8E sebanyak 31 siswa. Sampel diberikan pembelajaran TGT (*Teams Games Tournaments*) dan *Reciprocal Style*. Analisis data menggunakan SPSS dengan alur uji normalitas dan homogenitas, uji T (uji banding 2 sampel).

HASIL

Uji Normalitas

Uji normalitas nilai awal

⇒ Taraf signifikan : $\alpha = 0,05$

⇒ Kriteria uji : Jika nilai sig > 0,05 maka berdistribusi normal

⇒ Hasil output :

Hasil dari uji normalitas nilai awal sebagai berikut :

Tabel 1 : Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Kelas_8D	Kelas_8E
N		31	31
Normal Parametersa	Mean	71,8887	73,8177
	Std. Deviation	4,6524	3,75248
Most Extreme Differences	Absolute	0,158	0,127
	Positive	0,082	0,089
	Negative	-0,158	-0,127
Kolmogorov-Smirnov Z		0,877	0,708
Asymp. Sig. (2-tailed)		0,425	0,698
Test distribution is Normal.			

⇒ Interpretasi:

Dari hasil penelitian didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) pada kedua kelas yaitu

sebesar 0,425 dan 0,698 lebih besar dari 0,05 sehingga data berdistribusi normal.

Uji Homogenitas

⇒ Taraf signifikan : $\alpha = 0,05$

⇒ Kriteria uji : Jika sig > 0,05 maka data bersifat homogen.

⇒ Hasil output :

Hasil dari uji homogenitas sebagai berikut :

Tabel 2 : Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances			
Nilai			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
0,952	1	60	0,333

Interpretasi :

Berdasarkan hasil pada tabel

Test of Homogeneity of Variances

diketahui nilai Sig. adalah 0,333 > 0,05

maka dapat disimpulkan bahwa varian

dari data bersifat homogen.

Analisis Data

Statistik Deskriptif :

Setelah dilaksanakan penelitian, peneliti mendapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 3. Nilai Akhir

	N	Mean	Std. Deviasi	Variansi	Max	Min
Kelas 8E	31	79,65	3,72	13,80	87,5	75
Kelas 8D	31	77,48	3,85	14,82	89,2	70

Dari tabel 3. diketahui bahwa nilai rata-rata hasil belajar kelas 8E adalah 79,65 dengan nilai maximum pada pertemuan tersebut yaitu 87,5, nilai minimum adalah 75, dan standart deviasi sebesar 3,72. Sedangkan nilai rata-rata hasil belajar kelas

8D adalah 77,48 dengan nilai maksimal pada pertemuan tersebut adalah 89,2, nilai minimum adalah 70, dan standart deviasi sebesar 3,85 yang menggambarkan jarak sampel dengan rata-rata.

Uji T Test untuk Strategi TGT (*Teams Games Tournaments*)

⇒ Taraf signifikan : $(\alpha) = 5\%$.

⇒ Kreteria uji : Jika nilai sig. < 5% maka terdapat perbedaan pengaruh.

Hasil :

Tabel 4. Paired Samples Test TGT (*Teams Games Tournaments*)

		Paired Samples Test					T	df	Sig. (2-tailed)
Paired Differences		95% Confidence Interval of the Difference							
		Lower	Upper						
Nilai Praktik	Sebelum – sesudah	-5,83226	5,75147	1,03299	-7,94191	-3,7226	-5,646	30	0,000

Dari tabel *Paired Samples Test* dapat diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Karena nilai Sig. (2-tailed) < 5% maka terdapat perbedaan hasil belajar mata

pelajaran PJOK di SMP Teuku Umar Semarang sebelum dan sesudah diberikan strategi pembelajaran TGT (*Teams Games Tournaments*).

Uji T Test untuk Strategi *Reciprocal Style*

⇒ Taraf signifikan : (α) = 5%.

⇒ Kreteria uji : Jika nilai sig. < 5% maka terdapat perbedaan pengaruh.

Hasil :

Tabel 5 : Paired Samples Test *Reciprocal Style*

Paired Samples Test										
Paired Differences							T	df	Sig. (2-tailed)	
		95% Confidence Interval of the Difference								
		Lower		Upper						
Nilai Praktik	Sebelum - sesudah	-5,58710	5,40840	0,97138	-7,57092	-3,60328	-5,752	30	0,000	

Tabel 5 *Paired Samples Test* dapat diperoleh nilai Sig. (2-tailed) adalah 0,000. Karena nilai Sig. (2-tailed) < 5% maka terdapat perbedaan hasil belajar mata pelajaran PJOK di SMP

Teuku Umar Semarang sebelum dan sesudah diberikan strategi pembelajaran *Recyprocal Style*.

Uji T Test untuk Membandingkan Strategi TGT (*Teams Games Tournaments*) dengan *Reciprocal Style*.

Hasil :

Tabel 6 : Group Statistics

Group Statistics						
Strategi Pembelajaran			N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
TGT	(Teams	Games	31	79,6500	3,71504	0,66724
	Tournaments)					
	Recyprocal	Style	31	77,4758	3,84933	0,69136

Dari tabel group statistics pada kolom mean didapatkan rata-rata pada strategi pembelajaran TGT (*Teams Games*

Tournaments) sebesar 79,65 dan rata-rata pada strategi pembelajaran *Recyprocal Style* sebesar 77,4758.

SIMPULAN

Terdapat perbedaan hasil belajar pada strategi pembelajaran TGT (*Teams Games Tournaments*) dan *Recyprocal Style*. Strategi pembelajaran TGT (*Teams Games Tournaments*) lebih baik dibandingkan dengan strategi pembelajaran *Recyprocal Style*.

Darwis, R., dkk. 1992. *Olahraga Pilihan : Sepak takraw*. Jakarta: Dirjen Dikti. P2LPTK, Depdikbut.

Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMA/MA*. Jakarta: Litera.

Sugiyono. 2017. *Statistik untuk penelitian*. ALFABETA. BANDUNG.

Sulaiman. 2008. *Sepak Takraw*. Pedoman Bagi Guru Olahraga Pembina, Pelatih, Dan Atlet. Universitas Negeri Semarang : Semarang

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Majid. 2013. *Perencanaan Pembelajaran*. PT REMAJA ROSDAKAYA. BANDUNG.