

LAPORAN HASIL PENELITIAN RESEARCH GROUP



PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN LARI (SPRINT, GAWANG DAN
ESTAFET) DENGAN PENDEKATAN BERMAIN
MAHASISWA PKS FIK UNY 2018

Disusun Oleh:

Dr. Eddy Purnomo, M.Kes.,AIFO/ NIP. 196203101990011001

Sriawan, M.Kes/ NIP.195808301987031003

Abdul Mahfudin Alim. M.Pd./NIP. 19885060920141001

Heri Yogo Prayadi.M.Or./ NIK. 113110800507489

Dibiayai Dana DIPA BLU Universitas Negeri Yogyakarta Nomor: SP
DIPA 042.01.2.400904/2018 tanggal 5 Desember 2017
Berdasarkan Surat Perjanjian Pelaksana Penelitian Nomor:
106.7/UN34.16/PL/2018, tanggal 1 Februari 2018

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2018

**HASIL EVALUASI LAPORAN HASIL PENELITIAN RESEACH GROUP
TAHUN ANGGARAN 2018.**

1. Judul Penelitian : Pengembangan Model Pembelajaran Lari (*sprint*, gawang, estafet) dengan Pendekatan Bermain mahasiswa PKS FIK UNY 2018
2. Ketua Pelaksana :
- a. Nama Lengkap : Dr. Eddy Purnomo, M.Kes.,AIFO
- b. Jabatan : Lektor Kepala
- c. Jurusan/Prodi : POR / PJKR
- d. Alamat : Jl. Monjali, Gemawang RT 04/44 No. 93 SIA Mlati Sleman
- e. Telepon : 08122762432
- f. E-mail : eddy_purnomo@uny.ac.id
3. Nama Research Group: Model Pembelajaran Permainan Lari
4. Tim Peneliti :

No.	Nama, Gelar	NIP	Prodi
1.	Sriawan.M.Kes,	195808301987031001	PGSD
2.	Abdul Mafudin Alim, M.Pd.	198506092014041001	PGSD
3.	Hery Yogo Prayadi,M.Or	11310800507489	PGSD

5. Mahasiswa Yang Terlibat

No.	Nama, Gelar	NIM	Prodi
1.	Yashinta Onna Purnama	15601241078	PJKR
2.	Raden Roro L. Braniati	15601241051	PJKR

6. Lokasi Penelitian : FIK UNY dan Kota Banjarnegara
7. Waktu Penelitian : 3 Februari s.d 29 Juni 2018
8. Dana Yang diusulkan : Rp 20.000.000,00



Prof. Dr. Wawan Sundawan S.,M.Ed.
NIP. 196407071988121001

Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani (Penjas) merupakan pendidikan yang dapat mendukung pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan, dan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Penjas memiliki potensi untuk mengembangkan domain-domain yang meliputi: kognitif, afektif, psikomotor, dan fisik. Penjas merupakan pendidikan melalui aktivitas fisik dengan menggunakan medium kegiatan dalam bentuk aktivitas fisik yang dinamakan olahraga. Adapun karakteristik dari pengajaran Penjas pada anak usia sekolah dasar (SD) adalah bermain sambil belajar atau belajar sambil bermain, sehingga sangatlah tepat apabila pengembangan jasmani dijadikan sebagai media untuk mengembangkan keterampilan gerak siswa sejak usia kanak-kanak (Sucipto, 2008: 220).

Bermain merupakan aktivitas yang penting dilakukan oleh anak-anak, sebab dengan bermain anak-anak akan bertambah pengalaman dan pengetahuannya, melalui bermain anak akan memperoleh pelajaran yang mengandung aspek perkembangan kognitif, sosial, emosi dan fisik (Moeslichatoen, 2004: 32; Lutan, 2000b: 1). Ditambahkan pula oleh Masbied (2012: 2), kesenangan merupakan salah satu elemen pokok dalam bermain. Dengan bermain anak akan menemukan kekuatan serta kelemahannya sendiri, minatnya, cara menyelesaikan masalah dan jiwa kepemimpinan yang mantap

Oleh karena itu, sebagai calon atau guru penjas, perlu dibekali dengan berbagai macam model pembelajaran agar nantinya dapat dipergunakan untuk mengembangkan kemampuan gerak dan fisik anak didiknya, sehingga anak didik menjadi tertarik atau termotivasi dalam mengikuti pembelajaran penjas.

Hasil pengamatan penulis diberbagai daerah/provinsi banyak dari para calon guru atau guru dalam pembelajaran penjas (aktivitas atletik) masih menggunakan pendekatan teknik dalam memberikan materinya, sehingga banyak dari siswa yang kemampuan motoriknya rendah menjadi lambat untuk mengerti atau membuat anak didik tidak mempunyai motivasi dalam mengikuti pembelajaran penjas dalam hal ini aktivitas atletik. Hal ini akan mengakibatkan kurikulum penjas di SD yang bersifat tematik tidak berjalan dengan baik.

Masalah lain yang muncul dalam pelaksanaan pembelajaran penjas (aktivitas atletik), guru masih banyak menggunakan metode ceramah dan lebih kepada tataran kognitif,

sehingga siswa lebih banyak diam mendengarkan guru dengan kata lain siswa tidak aktif. Bahkan lebih ironisnya lagi penilaian ketrampilan gerak dasar atletik (aktivitas gerak atletik) dilakukan melalui uji ketrampilan. Misalnya tes lari 60 m diambil waktunya dalam detik. Yang seharusnya dites dalam bentuk proses selama mengikuti pembelajaran gerak atletik. Memang ada banyak faktor yang mempengaruhi kondisi tersebut, akan tetapi keadaan ini tidak bisa dibiarkan berlarut-larut, sehingga kondisi pembelajaran harus segera diperbaiki, dengan merubah model pembelajaran ke dalam bentuk bermain yang bentuknya permainan yang mengarah kepada event (nomor) dalam atletik.

Menurut Eddy Purnomo (2011:37) mengatakan pembagian materi pembelajaran untuk SD antara kelas bawah (kelas I, II dan III) porsi bermainnya lebih besar dibandingkan kelas atas (IV, V dan VI) 60 sampai dengan 70 persen, sedangkan kelas atas antara 40 sampai dengan 50 persen dari waktu yang disediakan dalam pembelajaran penjas. Sedangkan untuk gerak dasarnya siswa kelas bawah antara 30 sampai dengan 40 persen dan kelas atas antara 50 sampai 60 persen.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, peneliti tertarik untuk membuat model bermain dalam pembelajaran aktivitas gerak atletik dalam bentuk permainan lari (sprint, gawang dan estafet) pada para mahasiswa PKS (Pendidikan Kelanjutan Studi), sehingga nantinya guru mampu membuat pembelajaran atletik itu menarik dan disukai oleh anak-anak.

Model Pengembangan

Jenis penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) yaitu jenis penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2015: 297). Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan, Borg and Gall (dalam Sugiyono, 2015: 28) mendefinisikan penelitian pengembangan, sebagai berikut:

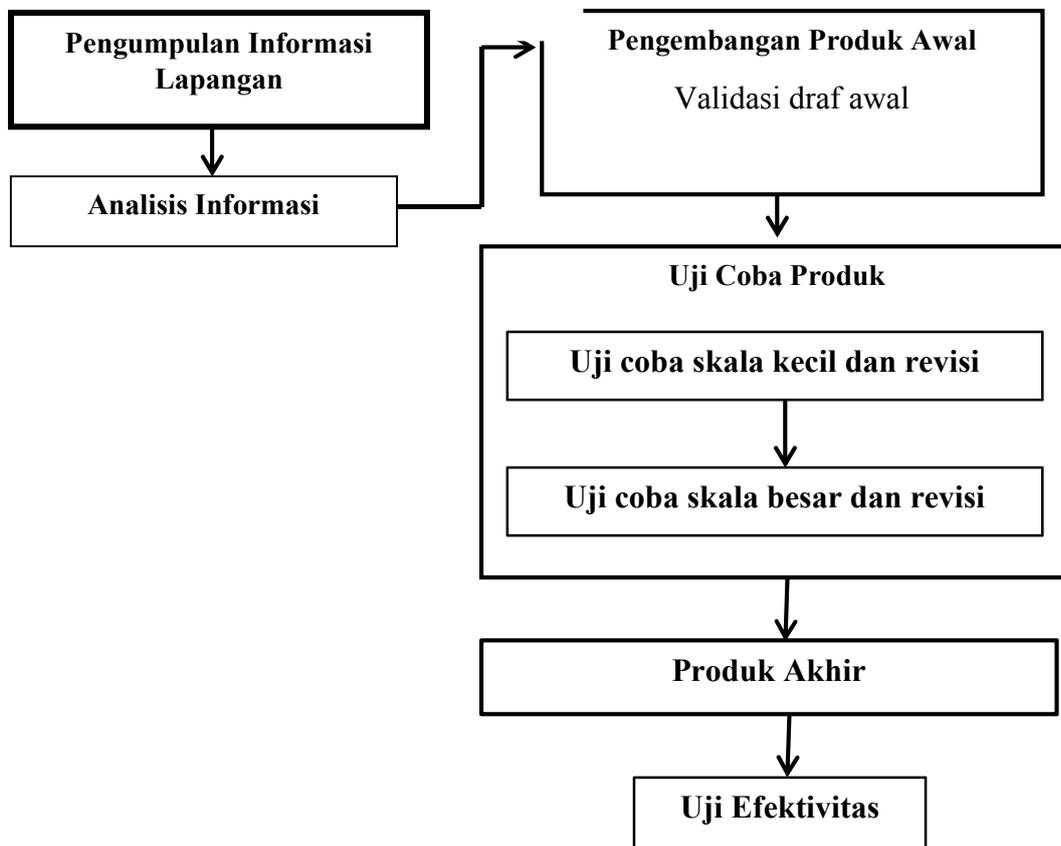
“Research and development (R & D) is a process used to develop and validate educational products. By product we mean only such things as textbooks, instructional films, and computer software, but also methods, such as a methods of teaching, and program such as a drug education program or a staff development program”.

Desain penelitian pengembangan model pengembangan Borg dan Gall kemudian diubah dengan lebih sederhana melibatkan tujuh langkah utama: (1) pengumpulan informasi lapangan, (2) analisis terhadap informasi awal, (3) validasi draf awal dan revisi, (4) uji coba

skala kecil dan revisi, (5) uji coba skala besar dan revisi, (6) produk akhir, dan (7) uji efektivitas.

Prosedur Pengembangan

Dwiyoga (2004: 6) menyatakan bahwa setiap pengembang dapat memilih dan menentukan langkah yang paling tepat bagi penelitiannya berdasarkan kondisi dan kendala yang dihadapi. Prosedur penelitian dan pengembangan ini menggunakan langkah-langkah Borg & Gall (2007: 775-776) yang disederhanakan. Kemudian dari adaptasi prosedur penelitian dan pengembangan tersebut peneliti melakukan langkah-langkah penelitian dan pengembangan disajikan pada Gambar 1 sebagai berikut ini:



Gambar 8. Bagan Prosedur Pengembangan

Gambar prosedur pengembangan di atas, dijelaskan sebagai berikut:

1. Pengumpulan Informasi di Lapangan

Pengumpulan informasi adalah langkah awal yang dilakukan dalam penelitian ini. Dalam kajian awal yang dilakukan adalah kajian tentang isi dari muatan kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di sekolah dasar. Fokus dari kajian adalah penyelarasan antara muatan isi dari kurikulum dan materi yang diberikan oleh guru yang tertuang di Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Studi yang dilakukan melalui observasi dan wawancara langsung ke sekolah melalui guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.

Selanjutnya melakukan observasi ke beberapa sekolah dasar, untuk memperoleh informasi lebih lanjut tentang kondisi di lapangan, serta permasalahan yang dihadapi oleh guru dalam mengajarkan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di sekolah. Observasi dan wawancara dilakukan terhadap beberapa guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Dari hasil observasi lapangan, hasil wawancara dan di dukung hasil catatan lapangan dapat diterjemahkan bahwa adanya potensi masalah yang harus dicarikan solusi dalam proses pembelajaran.

Hasil yang didapat dari observasi, wawancara dan catatan lapangan yaitu : (a). guru memerlukan bentuk pembelajaran permainan dengan materi gerak dasar khususnya lempar yang bervariasi untuk menarik minat siswa dalam melakukan gerakan dan untuk menunjang prestasi pada nomor lempar turbo, (b). guru memerlukan variasi model permainan untuk meningkatkan gerak dasar lempar (c). guru memerlukan model permainan untuk meningkatkan perilaku siswa, (d). perlu adanya alternatif penggunaan sarana dan prasarana di sekolah, (e). perlu adanya pembelajaran dalam bentuk permainan guna meningkatkan siswa dari segi aspek afektif, aspek psikomotor dan aspek kognitif.

2. Melakukan Analisis terhadap Informasi yang telah Dikumpulkan

Semua informasi yang sudah didapat dari informasi lapangan selanjutnya dianalisis. Analisis dilakukan pertama adalah studi pustaka dan yang kedua studi hasil observasi. Studi pustaka adalah pengumpulan teori-teori yang ada dengan penerapan permasalahan yang ada di

lapangan. Selain itu analisis studi pustaka digunakan untuk pemantapan dalam memfokuskan masalah yang dikaji. Sementara analisis dari hasil observasi, wawancara dan catatan lapangan dilakukan untuk mengetahui kebenaran asumsi peneliti dari kondisi nyata di lapangan mengenai permasalahan yang ada. Dalam pengumpulan informasi lapangan juga di lengkapi dengan studi dokumentasi tentang keadaan sekolah serta dokumentasi sarana dan prasarana. Hasil analisis dokumentasi dapat digunakan dalam referensi pembuatan alat yang akan diujicobakan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.

Hasil dari analisis disimpulkan mengenai permasalahan-permasalahan yang dihadapi guru sekolah dasar kelas atas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, kemudian berdasarkan analisis kebutuhan ditarik solusi/kesimpulan yang dapat di buat dalam penelitian ini

3. Pengembangan Produk Awal (*Draft Model*)

Setelah proses analisis, dalam penelitian ini dimulai dengan mengembangkan suatu produk yang berguna membantu guru sekolah dasar mengatasi permasalahan yang ditemukan dalam proses pembelajaran produk pengembangan masih berupa produk awal. Produk yang akan dibuat juga berdasarkan pada kebutuhan yang dibutuhkan dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Sekolah Dasar. Produk yang akan dibuat masih dalam produk awal dan dalam pengembangan produk berdasarkan pada:

- a. Analisis muatan kurikulum di sekolah dasar kelas atas khususnya kelas lima, yaitu berdasarkan Kompetensi inti dan Kompetensi Dasar.
- b. Analisis tujuan pembelajaran di Sekolah Dasar dan karakter produk. Analisis tujuan berdasarkan pada sasaran penggunaan produk serta tujuan dari pembuatan produk tidak melenceng dari panduan yang sudah diracangkan dalam kurikulum yang sedang digunakan.

- c. Analisis karakteristik peserta didik. Karakteristik peserta didik antara satu dengan yang lainnya sudah dapat dipastikan berbeda, sehingga dalam pembuatan produk awal harus mempertimbangkan karakter peserta didik.
- d. Menetapkan tujuan dan bentuk permainan. Tujuan dari permainan sebagai media yang bisa digunakan sesuai dengan perkembangan peserta didik serta tahapan dalam menyerap materi dari Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan yang diajarkan oleh guru.
- e. Menetapkan strategi pengorganisasian dalam pembelajaran. Dalam menjalankan proses pembelajaran seorang guru harus selalu berinovatif supaya materi penyampaian pelajaran dapat berkualitas dan dapat diterima oleh peserta didik.
- f. Menganalisis kenyamanan produk saat digunakan, yang meliputi keamanan dan kenyamanan. Serta menganalisa alat-alat yang digunakan dalam produk merupakan alat yang mudah untuk dibuat dan mudah untuk diperoleh/dijangkau.
- g. Pembuatan produk awal (*draf*) juga mempertimbangkan akan hasil dari permainan yang dapat meningkatkan gerak *fundamental*.
- h. Pembuatan produk awal (*draf*) juga mempertimbangkan akan hasil dari permainan yang dapat meningkatkan perilaku sosial, yang terdiri atas tanggung jawab, kerja sama dan kejujuran.

4. Validasi Ahli dan Revisi

Sebelum dilakukan uji coba skala kecil terhadap produk awal, produk harus mendapat validasi oleh para ahli. Dalam hal ini validasi dilakukan oleh para ahli (*expert*) yaitu: (1) ahli Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan sekolah dasar, (2) ahli gerak dasar dan atletik, (3) praktisi (guru) Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan sekolah dasar. Dalam penelitian ini melibatkan ahli dibidangnya yaitu sebagai ahli pendidikan jasmani adalah Prof. Dr. Suharjana, M.Kes, kemudian ahli gerak dasar dan atletik adalah Dr. Ria Lumintuarso, serta

praktisi (guru) yaitu Bapak Abdul Malik S.Pd, Ibu Endang Pujiati S.Pd dan Bapak Bambang S.Pd.

5. Uji Coba Lapangan Skala Kecil dan Revisi

Draf awal atau produk awal yang sudah mendapatkan validasi dari *expert judgment* (ahli), selanjutnya produk awal dapat dilakukan uji coba lapangan. Uji coba pertama adalah uji coba skala kecil atau skala terbatas. Uji coba skala kecil dilakukan untuk mengetahui tingkat implementasi model permainan yang dikembangkan. Uji coba skala kecil ini dilakukan dengan mengimplementasikan model permainan yang telah dibuat. Uji coba skala kecil dilaksanakan pada mahasiswa PKS yang sedang kuliah di FIK UNY yang mengambil matakuliah pembelajaran atletik. Dalam uji coba produk di lapangan didokumentasikan dalam bentuk *Digital Video Disc* (DVD), yang kemudian diobservasi oleh para ahli materi. Hasil observasi dari ahli materi digunakan sebagai revisi produk selanjutnya untuk diperbaiki dan selanjutnya diteruskan pada uji skala besar.

6. Uji Coba Lapangan Skala Besar dan Revisi

Proses yang dilakukan pada tahap uji coba lapangan skala besar serupa dengan proses yang dilakukan pada tahap uji coba skala kecil. Hal yang membedakan terletak pada jumlah subjek uji coba skala besar yang lebih banyak daripada uji coba skala kecil serta hasil revisi produk. Pada uji coba skala besar banyak peserta didik dan guru yang dilibatkan. Uji coba skala besar sudah tidak melibatkan peserta didik pada uji coba skala kecil. Pada penelitian ini melibatkan tiga sekolah yang berbeda. Subjek uji coba skalabesar dalam penelitian ini yaitu siswa kelas 5 (lima) Sekolah Dasar Negeri di kota Banjarnegara.

7. Pembuatan Produk Final

Dari hasil penelitian yang dibuat nantinya dapat digunakan oleh praktisi Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Dari produk yang sudah melewati proses tahap demi tahap, jika sudah melewati validasi produk dan melalui revisi selanjutnya dibuat produk final. Dalam

hal ini pembuatan produk final dalam penelitian pengembangan ini berupa buku panduan model bermain sederhana dan modifikasi alat yaitu model “Permainan Atletik Nomor lari sprint (lari cepat, gawang dan estafet). Di dalamnya terdapat beberapa aktivitas permainan yang disusun dalam buku panduan permainan. Isi dari buku panduan meliputi tata cara pelaksanaan model, peralatan yang digunakan, peraturan pelaksanaan permainan serta panduan keselamatan. Di dalam buku panduan selain gambar dan aturan permainan juga disertakan draf penilaian dari semua aktivitas permainan, sehingga dengan menggunakan model permainan nomor sprint diharapkan sudah satu paket komplet dalam mengisi pertemuan dalam materi permainan pembelajaran gerak di Sekolah Dasar kelas atas. Dari segi visualnya dibuat dalam video yang bisa diputar dengan aplikasi *computer* atau *laptop*, model tersebut digunakan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada sekolah dasar kelas atas.

8. Uji Efektivitas Produk

Setelah produk yang dibuat dan ditetapkan sebagai produk akhir, maka selanjutnya dilakukan uji efektivitas produk akhir. Pengujian produk akhir, dimaksudkan untuk menguji apakah suatu produk yang sudah dihasilkan layak dan memiliki keunggulan dalam tataran implementasi model di lapangan. Pengujian ini tujuannya bukan lagi menyempurnakan produk akhir, karena produk yang dibuat sudah bisa dikatakan mendekati sempurna.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*The One Group Pretest Posttest Design*” atau tidak adanya grup kontrol (Sukardi, 2015: 18). Adapun desain eksperimen esain digambarkan sebagai berikut:



Keterangan:

Y_1 : Pengukuran Awal (*Pretest*)

X : Perlakuan (*Treatment* dengan 5 inti permainan)

Y_2 : Pengukuran Akhir (*Posttest*)

Desain Uji Coba Produk

Uji coba produk ini dilakukan untuk mendapatkan informasi terkait tingkat penggunaan model serta tingkat keefektifan model yang telah dikembangkan. Uji coba model dilakukan dengan menggunakan model bermain yang dilakukan dengan maksud dan tujuan untuk menyempurnakan model permainan yang telah dikembangkan dengan mempraktikkan secara langsung di lapangan. Uji coba produk dilakukan untuk mendapatkan data yang akan digunakan untuk mengetahui kelemahan-kelemahan produk yang dikembangkan sebagai dasar untuk melakukan revisi produk. Selain itu, tujuan dari uji coba model ini untuk mengetahui tingkat kelayakan dan tingkat efektivitas dari model permainan.

1. Desain Uji Coba

Uji Coba dilakukan dengan tujuan untuk menyempurnakan model permainan dengan mempraktikkan secara langsung di lapangan. Uji coba produk dilakukan sebanyak dua kali yaitu uji coba skala kecil dan uji coba skala besar. Pada uji coba skalakecil dan skalabesar produk yang digunakan sama yaitu model permainan lari sprint, adapun langkah-langkah yang dilaksanakan yaitu:

- a. Sebelum produk diujicobakan, produk divalidasi terlebih dahulu kepada para ahli dan praktisi/guru yaitu satu ahli bidang atletik, satu ahli pembelajaran dan satu guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Dalam tahap tersebut selain validasi para ahli dan praktisi juga akan memberikan penilaian terhadap draf model sehingga hasil produk yang dibuat layak untuk di ujicobakan dan dipergunakan sebagai acuan dasar pengembangan produk.
- b. Setelah produk di validasi dan direvisi kemudian ujicoba skala kecil, revisi dan diujicoba skala besar pada peserta didik kelas V sekolah dasar.
- c. Setelah dilakukan proses tersebut maka akan menghasilkan sebuah model/produk yang valid dan selanjutnya produk akhir dilakukan uji efektivitas sehingga produk yang dihasilkan

sudah efektif dan memiliki keunggulan dalam tataran implementasi model di lapangan serta apakah produk akhir sesuai dengan tujuan yang akan dicapai.

2. Subjek Coba dan Jenis Data

Subjek coba dalam penelitian ini adalah peserta didik sekolah dasar kelas atas terutama kelas V (lima) sekolah dasar. Untuk ujicoba skala kecil dilakukan di lakukan pada mahasiswa PKS yang mengikuti pembelajaran atletik dengan jumlah 18 mahasiswa yang dibagi menjadi 3 kelompok (kelompok sprint, gawang dan estafet).

Jenis data penelitian yang digunakan terdiri dari dua jenis data, yaitu data kualitatif dan data kuantitatif. Data kualitatif berasal dari: (a) hasil wawancara dalam studi pendahuluan dengan guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, serta observasi dan catatan lapangan dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Sekolah Dasar, (b) data masukan dan hasil revisi dari ahli materi dan praktisi. Sedangkan, data kuantitatif berasal dari: (a) penilaian ahli materi dan praktisi terhadap penyusunan *draf* model awal permainan, (b) penilaian ahli materi dan praktisi terhadap model permainan dalam uji coba produk skala kecil dan uji coba produk uji skala besar, (c) penilaian dari uji efektivitas terhadap model permainan.

3. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini berupa data kualitatif dan data kuantitatif. Jenis data kualitatif berasal dari hasil wawancara dengan guru Penjasorkes dan data masukan ahli materi terhadap produk yang dikembangkan. Data kuantitatif diperoleh dari hasil penilaian terhadap model permainan. Pada saat studi pendahuluan teknik pengumpulan data yang digunakan ialah wawancara. Teknik pengumpulan data uji coba di lapangan (skala kecil dan skala besar) menggunakan kuisisioner dan observasi.

a. Instrumen Pengumpulan Data Studi Pendahuluan

Studi pendahuluan atau analisis kebutuhan menggunakan instrumen pengumpulan data berupa pedoman wawancara. Pedoman wawancara berisi daftar pertanyaan yang merupakan garis besar tentang hal mendasar yang akan ditanyakan. Pewawancara berhak mengembangkan pertanyaan untuk memperdalam informasi. Moleong (2010: 187) berpendapat bahwa jenis wawancara terbuka mengharuskan pewawancara membuat kerangka dan garis besar pokok-pokok yang dirumuskan, namun tidak perlu ditanyakan secara berurutan. Pelaksanaan wawancara dilakukan secara terbuka sehingga informan mengetahui bahwa sedang diadakan penelitian dan informan menjadi salah satu sumber informasi, sehingga data-data sehubungan dengan kritik dan masukan-masukan yang bermanfaat bagi kualitas produk tersebut. Hasil wawancara ini digunakan untuk menganalisis kebutuhan dalam pengembangan model permainan.

b. Instrumen Produk

Instrumen berupa angket disusun untuk mengetahui kualitas produk yang dihasilkan. Angket berisi daftar pernyataan disertai skala nilai digunakan untuk memberikan penilaian pada validasi ahli materi, uji coba skala kecil, dan uji coba skala besar. Skala nilai dalam penelitian ini menggunakan Skala Guttman dengan skala Ya (1) dan Tidak (0).

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen untuk Ahli Materi terhadap Model Permainan

No	Aspek yang Dinilai	Pernyataan	Jawab	
			Ya	Tidak
1.	Isi Materi	Isi materi mencakup Kompetensi Inti		
2.		Isi materi mencakup Kompetensi Dasar		
3.	Kesesuaian tujuan	Ketercapaian tujuan sesuai dengan tujuan pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan.		
4.		Isi tujuan dalam lembar instrumen mencakup tentang kemampuan motorik (gerak dasar lempar)		
5.		Isi tujuan dalam lembar instrumen mencakup tentang perilaku sosial		

		(kerjasama, tanggungjawab, jujur, dan menghargai lawan)		
6.	Bahasa	Rumusan aspek dan pernyataan dalam lembar instrumen menggunakan bahasa Indonesia yang benar, sederhana, komunikatif dan mudah dipahami		
7.		Rumusan aspek dan pernyataan dalam lembar instrumen tidak menggunakan kata-kata/kalimat yang menimbulkan makna ganda.		
8.		Penjelasan lembar instrumen jelas.		
9.	Petunjuk dan Format Penulisan	Butir pernyataan jelas dan mudah dipahami.		
10.		Petunjuk pengisian lembar instrumen dinyatakan dengan jelas.		
11.		Keterbacaan buku panduan draft model jelas dan mudah dipahami		
12.		Kriteria penilaian dalam lembar instrumen dinyatakan dengan jelas.		
13.		Pemberian angka atau nilai mudah.		
14.	Draf isi instrumen	Butir pernyataan jelas dan mudah dipahami		
15.		Butir pernyataan mengacu pada tujuan instrumen		
16.		Tujuan dari instrumen dapat dipahami oleh para pakar ahli atau praktisi.		

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen untuk Guru terhadap Model Permainan

No	Aspek yang Dinilai	Pernyataan	Jawab	
			Ya	Tidak
1.	Isi Materi	Isi materi dalam instrumen penilaian mencakup Kompetensi inti.		
2.		Isi materi dalam instrumen penilaian mencakup Kompetensi Dasar.		

3.	Kesesuaian tujuan	Ketercapaian tujuan sesuai dengan tujuan pembelajaran pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan.		
4.		Isi tujuan dalam lembar instrumen penilaian mencakup tentang kemampuan motorik (gerak dasar lempar)		
5.		Isi tujuan dalam lembar instrumen penilaian mencakup tentang perilaku sosial (kerjasama, tanggungjawab, jujur, menghargai lawan)		
6.	Bahasa	Penjelasan dalam lembar instrumen penilaian menggunakan bahasa indonesia yang benar, sederhana, komunikatif, dan mudah dipahami		
7.		Penjelasan lembar instrumen jelas.		
8.	Petunjuk dan Format Penulisan	Urutan penyajian tulisan mudah dipahami.		
9.		Petunjuk pengisian lembar instrumen penilaian dinyatakan dengan jelas.		
10.		Tampilan lembar instrumen penilaian yang mudah dipahami.		
11.		Kriteria penilaian dalam lembar instrumen penilaian dinyatakan dengan jelas.		
12.	Draf isi instrumen	Butir penilaian jelas dan mudah dipahami.		
13.		Butir penilaian mengacu pada tujuan instrumen penilaian.		
14.		Tujuan dari instrumen penilaian dapat dipahami oleh para pakar ahli atau praktisi.		

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen untuk Siswa

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah anda bisa melakukan permainan yang diajarkan?		
2	Apakah anda memahami peraturan permainan yang diajarkan?		
3	Apakah anda selalu mentaati peraturan permainan yang diajarkan?		
4	Apakah permainan mudah untuk dilakukan?		
5	Apakah anda suka dengan alat yang digunakan untuk bermain?		
6	lari		
7	Apakah permainan dapat membantu anda mengembangkan keterampilan gerak dasar lari?		
8	Apakah permainan menyenangkan?		
9	Apakah anda berani melakukan permainan yang diajarkan?		
10	Apakah anda ingin mengulang kembali permainan yang diajarkan?		

c. Instrumen Uji Efektivitas

Instrumen pengumpulan data dalam uji efektivitas berupa butir pertanyaan. Butir pertanyaan untuk uji efektivitas produk dilakukan pada *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Uji Efektivitas

Aspek	Indikator	Total Skor
Psikomotor	Efektifitas pembelajaran	12
	Efisiensi pembelajaran	
	Daya tarik pembelajaran	

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif kuantitatif dan analisis deskriptif kualitatif. Analisis deskriptif kuantitatif dilakukan untuk menganalisis data-data berikut: (1) data skala nilai hasil penilaian terhadap draf model, (2) data hasil observasi uji coba skala kecil, (3) data hasil observasi skala besar, (4) data uji efektivitas. Sementara analisis deskriptif kualitatif dilakukan terhadap: (1) data hasil wawancara saat studi pendahuluan, (2) data kekurangan dan masukan terhadap model sebelum uji coba maupun setelah uji coba di lapangan.

Draf awal model dianggap layak untuk diujicobakan dalam skala kecil apabila para ahli telah memberi validasi terhadap instrumen dan layak untuk diujicobakan. Data yang

didapatkan kemudian dihitung, kemudian persentase yang didapatkan dikonversikan ke dalam tabel konversi yang dipaparkan oleh Sugiyono (2015: 93) pada Tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 5. Konversi Penilaian Berdasarkan Persentase

No	Persentase	Nilai	Kategori
1	81% – 100%	A	Sangat Baik
2	61% - 80%	B	Baik
3	41% - 60%	C	Cukup Baik
4	21% - 40%	D	Kurang
5	0% - 20%	E	Sangat Kurang

Pengujian uji efektivitas menggunakan uji-t dengan bantuan program SPSS 20 yaitu dengan membandingkan *mean* antara *pretest* dan *posttest*. Apabila nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka H_0 ditolak, jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 diterima (Sugiyono, 2011: 122).

Hasil Pengembangan Produk Awal

Penelitian ini bertujuan mengembangkan model bermain gerak dasar atletik yang disusun dalam buku pedoman yang berjudul “Bermain Gerak Dasar Atletik pada Nomor lari sprint. Peneliti mengharapkan produk yang dihasilkan dalam pengembangan model bermain gerak dasar atletik ini dapat menjadi alternatif pembelajaran atletik khususnya pada nomor lari sprint (lari sprint, estafet dan gawang) untuk siswa sekolah dasar kelas atas.

Peneliti melakukan observasi pada saat pembelajaran dengan atletik khususnya pada nomor lari. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara terhadap guru terkait proses pembelajaran Penjasorkes atletik khususnya pada nomor lari. Hasil observasi ke sekolah dan wawancara terhadap guru penjas menunjukkan bahwa model pembelajaran yang digunakan dalam Sekolah Dasar kelas atas khususnya pada nomor lari sprint masih belum variatif yang cenderung monoton dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan khususnya materi pembelajaran gerak dasar atletik.

Berdasar pada uraian di atas, maka peneliti mengembangkan model bermain gerak dasar atletik khususnya pada nomor lari sprint. Peneliti mengharapkan produk media yang dihasilkan dapat: (1) menambah variasi model bermain gerak dasar atletik khususnya pada

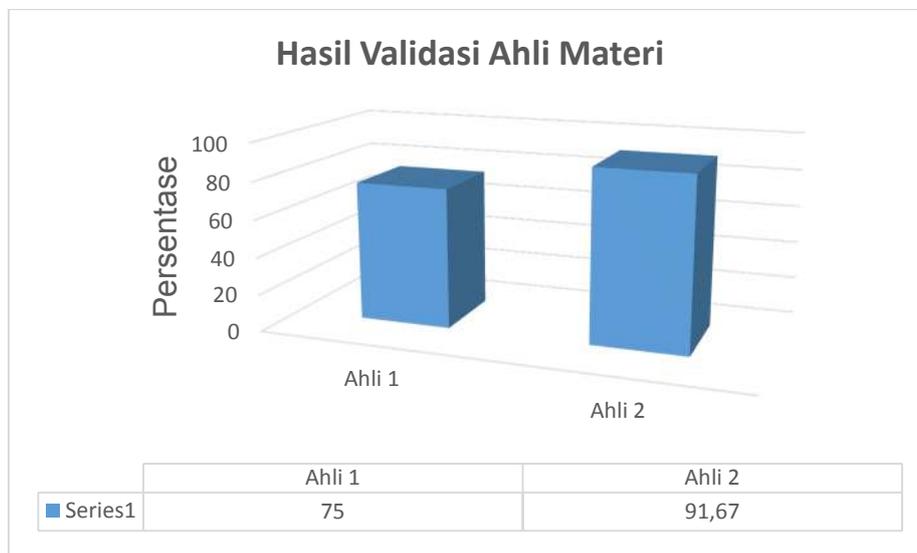
nomor lari sprint baik dalam pembelajaran di sekolah maupun secara mandiri, (2) menambah keragaman model bermain yang sederhana pada pembelajaran gerak dasar atletik dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di sekolah dasar, (3) Memacu guru dalam mengembangkan jenis model bermain baru yang lain sesuai dengan kebutuhan gerak peserta didik sekolah dasar.

Setelah membuat draf model, tahap selanjutnya yaitu penelitian melakukan validasi dengan dua pakar. Hasil penilaian ahli terhadap draf model disajikan pada tabel 3 sebagai berikut.

Tabel 4.1. Data Hasil Validasi Ahli Materi pada Draft Model

No	Ahli	Skor Rill	Skor Maksimal	%	Kategori
1	Ahli 1	10	12	83,34	Sangat Baik
2	Ahli 2	11	12	91,67	Sangat Baik

Berdasarkan Tabel 4.1 di atas, jika ditampilkan dalam bentuk diagram hasilnya dapat dilihat pada Gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Hasil Penilaian Ahli pada Draft Model

Tabel 4.1 dan Gambar 1 di atas menunjukkan penilaian ahli 1 persentase sebesar 75% masuk dalam kategori baik dan ahli 2 persentase sebesar 91.67% masuk dalam kategori sangat baik. Dari ahli didapatkan penilaian dalam kategori sangat baik, kemudian saran dan masukan

dari draf awal direvisi sesuai dengan hasil validasi. Hal ini menunjukkan penilaian ahli terhadap model yang dibuat telah layak untuk diujicobakan.

Hasil Uji Coba Produk

Setelah menentukan produk yang akan dikembangkan, tahap yang dilakukan selanjutnya adalah menyusun uji coba produk. Proses ini dilakukan agar produk yang dikembangkan layak untuk digunakan sebagai model bermain gerak dasar atletik khususnya pada nomor lempar lembing/turbo untuk siswa sekolah dasar kelas atas. Uji coba produk dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Hasil Uji Coba Skala Kecil

Uji coba skala kecil dalam penelitian ini dilakukan di FIK UNY pada mahasiswa PKS dari daerah Banjarnegara. Uji coba dilakukan jumlah 18 siswa dan 3 orang guru (mahasiswa). Model permainan yang digunakan dalam uji coba skala kecil merupakan rancangan produk awal yang telah mengalami perbaikan berdasarkan saran dan masukan dari para pakar pada tahap validasi. Siswa diberikan kesempatan mencoba model permainan yang telah dibuat.

Uji coba skala kecil ini dilakukan pada hari Kamis tanggal 20 Juni 2018. Kegiatan dimulai sekitar pukul 07.30 WIB-selesai. Sebelumnya, telah dipersiapkan lapangan sesuai kebutuhan permainan. Kemudian guru mempersiapkan alat-alat yang dibutuhkan untuk melakukan permainan tersebut. Setelah semua peralatan dan lapangan siap, guru mempersiapkan anak-anak untuk menuju lapangan tempat kegiatan akan berlangsung.

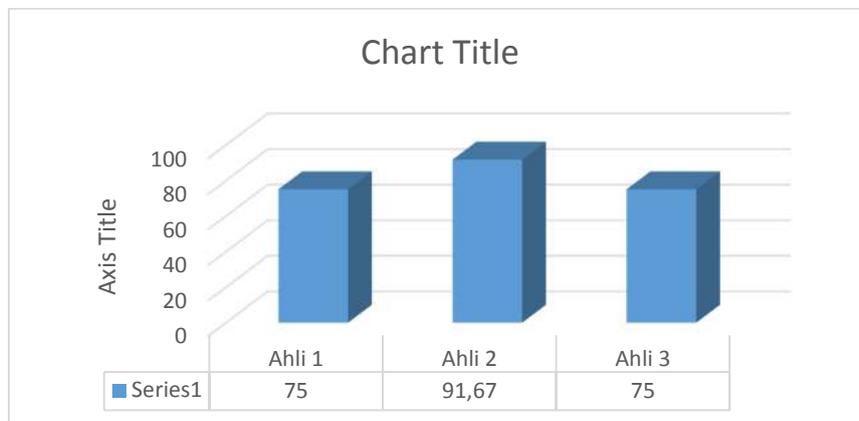
Kegiatan dimulai dengan melakukan pemanasan, setelah pemanasan selesai, anak diarahkan untuk melakukan permainan. Penentuan pemenang bertujuan agar terdapat atmosfer kompetisi sehingga anak semakin bersemangat untuk melakukan permainan berikutnya. Setelah permainan selesai, maka anak diarahkan untuk melakukan permainan kedua, dan seterusnya. Pendinginan dilakukan setelah semua permainan selesai dilakukan. Selanjutnya peneliti memberikan angket kepada siswa dan guru untuk diisi sebagai penilaian terhadap

model permainan. Data hasil uji coba skala kecil terhadap guru yang diperoleh melalui angket dapat dilihat pada Tabel 6 di bawah ini.

Tabel 4.2. Data Hasil Penilaian Guru terhadap Model Permainan pada Ujicoba Skala Kecil

No	Ahli	Skor Rill	Skor Maksimal	%	Kategori
1	Guru 1	10	12	75	Baik
2	Guru 2	11	12	91.67	Sangat Baik
3	Guru 3	10	12	75	Baik

Berdasarkan Tabel 4.2 di atas, jika ditampilkan dalam bentuk diagram hasilnya dapat dilihat pada Gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Hasil Penilaian Guru pada Uji Coba Skala Kecil

Tabel 4.2 dan Gambar 2 di atas menunjukkan penilaian guru 1 terhadap model permainan persentase sebesar 75% masuk dalam kategori baik, guru 2 persentase sebesar 91,67% masuk dalam kategori sangat baik, dan penilaian guru 3 persentase sebesar 75% masuk dalam kategori baik. Dari penilaian pada uji coba skala kecil didapatkan penilaian guru dalam kategori baik, hal ini menunjukkan penilaian guru terhadap model permainan yang dibuat telah layak untuk diujicobakan pada skala besar.

Data hasil uji coba skala kecil terhadap siswa yang diperoleh melalui angket dapat dilihat pada Tabel 6 di bawah ini.

Tabel 8. Data Hasil Penilaian Siswa terhadap Model Permainan pada Ujicoba Skala Kecil

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah anda bisa melakukan permainan yang diajarkan?	100% (18 siswa)	0% (0 siswa)
2	Apakah anda memahami peraturan permainan yang diajarkan?	83.3% (15 siswa)	16.7% (3 siswa)
3	Apakah anda selalu mentaati peraturan permainan yang diajarkan?	94.4% (17 siswa)	5.6% (1 siswa)
4	Apakah permainan mudah untuk dilakukan?	88.8% (16 siswa)	11.2% (2 siswa)
5	Apakah anda suka dengan alat yang digunakan untuk bermain?	100% (18 siswa)	0% (0 siswa)
6	Apakah permainan dapat membantu anda untuk mengenal gerak dasar lempar?	94.4% (17 siswa)	5.6% (1 siswa)
7	Apakah permainan dapat membantu anda mengembangkan keterampilan gerak dasar lempar?	100% (18 siswa)	0% (0 siswa)
8	Apakah permainan menyenangkan?	94.4% (17 siswa)	5.6% (1 siswa)
9	Apakah anda berani melakukan permainan yang diajarkan?	100% (18 siswa)	0% (0 siswa)
10	Apakah anda ingin mengulang kembali permainan yang diajarkan?	94.4% (17 siswa)	5.6% (1 siswa)

Hasil Uji Coba Skala Besar

Setelah dilakukan ujicoba skala kecil dan telah dilakukan revisi terhadap media pembelajaran, tahap selanjutnya adalah melakukan ujicoba skala besar. Tidak ada yang berbeda dengan uji coba skala kecil, hanya saja subjek dan tempat yang digunakan sedikit berbeda. Uji coba skala besar dalam penelitian ini dilakukan di 3 SD Negeri kota banjar negara dengan jumlah 60 siswa kelas V (lima) . Model permainan yang digunakan dalam uji coba skala besar merupakan rancangan produk awal yang telah mengalami perbaikan berdasarkan saran dan masukan dari para pakar pada tahap validasi dan uji coba skala kecil. Siswa diberikan kesempatan mencoba model permainan yang telah dibuat.

Uji coba skala besar ini dilakukan pada hari Rabu tanggal 27 dan jum'at tanggal 28 Juni 2018 . Kegiatan dimulai pukul 07.30 WIB-selesai. Sebelumnya, telah dipersiapkan lapangan sesuai kebutuhan permainan. Kemudian guru mempersiapkan alat-alat yang dibutuhkan untuk

melakukan permainan tersebut. Setelah semua peralatan dan lapangan siap, guru mempersiapkan anak-anak untuk menuju lapangan tempat kegiatan akan berlangsung.

Kegiatan dimulai dengan melakukan pemanasan, setelah pemanasan selesai, anak diarahkan untuk melakukan permainan. Penentuan pemenang bertujuan agar terdapat atmosfer kompetisi sehingga anak semakin bersemangat untuk melakukan permainan berikutnya. Setelah permainan selesai, maka anak diarahkan untuk melakukan permainan kedua, dan seterusnya. Pendinginan dilakukan setelah semua permainan selesai dilakukan. Selanjutnya peneliti memberikan angket kepada siswa untuk diisi sebagai penilaian terhadap model permainan. Data hasil uji coba skala besar terhadap siswa dapat dilihat pada Tabel di bawah ini.

Tabel 4.3. Data Hasil Penilaian Siswa terhadap Model Permainan pada Ujicoba Skala Besar

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah anda bisa melakukan permainan yang diajarkan?	91,7% (55 siswa)	8,3% (5 siswa)
2	Apakah anda memahami peraturan permainan yang diajarkan?	95% (57 siswa)	5% (3 siswa)
3	Apakah anda selalu mentaati peraturan permainan yang diajarkan?	90% (54 siswa)	10% (6 siswa)
4	Apakah permainan mudah untuk dilakukan?	93.3% (56 siswa)	6.7% (4 siswa)
5	Apakah anda suka dengan alat yang digunakan untuk bermain?	93.3% (56 siswa)	6.7% (4 siswa)
6	Apakah permainan dapat membantu anda untuk mengenal gerak dasar lempar?	95% (57 siswa)	5% (3 siswa)
7	Apakah permainan dapat membantu anda mengembangkan keterampilan gerak dasar lempar?	90% (54 siswa)	10% (6 siswa)
8	Apakah permainan menyenangkan?	93.3% (56 siswa)	6.7% (4 siswa)
9	Apakah anda berani melakukan permainan yang diajarkan?	95% (57 siswa)	5% (3 siswa)
10	Apakah anda ingin mengulang kembali permainan yang diajarkan?	93.3% (56 siswa)	6.7% (4 siswa)

Dari penilaian pada uji coba skala besar didapatkan penilaian siswa terhadap model permainan sangat baik, hal ini menunjukkan model permainan yang dibuat telah layak, kemudian dilanjutkan uji efektivitas.

Revisi Produk

Revisi produk dilakukan sebanyak tiga kali, yaitu: (1) revisi I dilakukan pada tahap validasi, (2) revisi II dilakukan setelah uji coba skala kecil, dan (3) revisi III dilakukan setelah uji coba skala besar. Revisi-revisi ini didasarkan pada data saran dan masukan dari para pakar dan guru. Adapun rincian kegiatan revisi tersebut adalah sebagai berikut.

1. Revisi Tahap I

Data yang digunakan untuk melakukan revisi pertama ini merupakan data saran dan masukan yang didapat peneliti ketika melakukan validasi rancangan produk awal permainan. Berikut ini merupakan data saran dan masukan yang diperoleh pada saat validasi.

Tabel 4.4. Masukan Ahli terhadap Draf Awal Model Permainan

Ahli	Masukan terhadap Model Permainan
Ahli 1	- Permainan harus lebih difokuskan pada satu nomor lari sprint - Jumlah permainan terlalu banyak, disesuaikan pada waktu jam pembelajaran - Permainan dibuat dari yang mudah ke yang sulit
Ahli 2	- Permainan harus variatif - fokus pada satu nomor sprint, estafet dan gawang - alat yang digunakan dibuat seperti/mirip pada nomornya

Berdasarkan saran dan perbaikan dari tahap validasi pakar maka selanjutnya peneliti melakukan revisi terhadap produk awal model permainan sebelum produk diujicobakan pada tahap berikutnya yaitu uji skala kecil. Adapun revisi produk yang dilakukan berdasarkan saran dan perbaikan dari masing-masing ahli adalah sebagai berikut.

- a. Permainan harus lebih difokuskan pada nomor lari sprint, pada awalnya jumlah permainan ada 12 permainan lempar yaitu 4 permainan sprint, 4 lari estafet dan 4 estafet, dengan permainan yang berbeda nomor akan mempersulit pada penilaiannya.
- b. Jumlah permainan disesuaikan pada waktu jam pembelajaran yang digunakan, dengan 1 pertemuan dengan 6 permainan maka permainan tersebut cukup untuk diterapkan.

- c. Permainan variatif, permainan dibuat menarik dan menyenangkan dengan menggunakan bentuk permainan yang berbeda tetapi masih fokus pada 1 gerak dasar lempar, contoh bentuk lapangan dan alat.
- d. Alat yang digunakan disesuaikan pada nomor, bentuk boleh berbeda tetapi tidak merubah gerakannya.
- e. Permainan dibuat dari yang mudah ke yang sukar.

2. Revisi Tahap II

Data yang digunakan untuk melakukan revisi kedua ini merupakan data saran dan masukan yang didapat peneliti setelah melakukan uji coba skala kecil. Berikut ini merupakan data saran dan masukan yang diperoleh setelah melakukan uji coba skala kecil.

Tabel 4.5. Masukan terhadap Model Permainan Setelah Uji Coba Skala Kecil

Pakar	Masukan Terhadap Model Permainan
Guru 1	Nama permainan disesuaikan dan diperjelas.
Guru 2	Peraturan sedikit diperjelas
Guru 3	Alat yang digunakan pada gawang masih ada terlalu tinggi dan terlalu rendah harus menggunakan kardus dan kerucut.

Berdasarkan saran dan perbaikan dari tahap uji coba skala kecil maka selanjutnya peneliti akan melakukan revisi terhadap produk model permainan untuk kemudian diujicobakan pada tahap skala besar. Adapun revisi produk yang dilakukan berdasarkan saran dan perbaikan dari masing-masing pakar adalah sebagai berikut.

- a. Nama permainan disesuaikan pada bentuk permainan agar dapat mudah dimengerti.
- b. Peraturan permainan sedikit di perjelas agar lebih mudah dipahami
- c. Alat yang digunakan pada alat lari gawang diganti dengan kardus dan kerucut agar tidak mudah patah dan mudah didapat.

Draf awal model permainan yang telah mengalami revisi setelah uji coba skala kecil ini.

3. Revisi Tahap III

Data yang digunakan untuk melakukan revisi kedua ini merupakan data saran dan masukan yang didapat peneliti setelah melakukan uji coba skala besar. Berikut ini merupakan data saran dan masukan yang diperoleh setelah melakukan uji coba skala besar.

Tabel 4.6. Masukan terhadap Draf Model Permainan Setelah Uji Coba Skala Besar

Pakar	Masukan Terhadap Model Permainan
Pakar 1	-
Pakar 2	-
Guru	-

Berdasarkan saran dan perbaikan dari tahap uji coba skala besar, maka selanjutnya peneliti akan melakukan revisi terhadap produk model permainan untuk kemudian dijadikan sebagai draf produk akhir permainan. Draf produk akhir model permainan yang telah mengalami revisi setelah uji coba skala besar, dapat dilihat di lampiran.

Kajian Produk Akhir

1. Produk Akhir

Tujuan akhir dari penelitian pengembangan ini adalah menghasilkan sebuah produk berupa model bermain gerak dasar atletik yang disusun dalam buku pedoman yang berjudul “Bermain Gerak Dasar Atletik pada Nomor lari sprint (sprint, estafet dan gawang) untuk anak sekolah dasar kelas atas. Tujuan dibuatnya buku pedoman adalah menjelaskan secara lebih spesifik tentang model bermain, sehingga guru dan siswa sebagai praktisi di lapangan dan para pembaca akan memahami tujuan dari model bermain yang dikembangkan, alat-alat yang diperlukan, penyusunan alat, dan cara melaksanakan. Permainan ini terdiri atas lima jenis permainan, yaitu (1) permainan individu, (2) permainan berpasangan, (3) permainan berpasangan 4, 8 orang, (4) permainan lari beregu, dan (5) permainan bersifat kompetisi. Model permainan sebagai berikut:

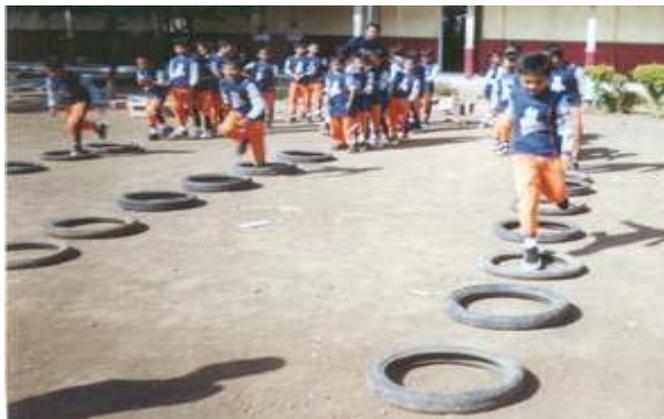
a. Permainan lari secara berkeompok dengan alat roda motor



b. Permainan lari sprint melewati roda



c. Permainan lari sprint dengan jarak ban lebih lebar



d. Permainan lari sprint dengan jarak yg lebih lebar



e. Permainan Lari Gawang



f. Permainan Lari gawang dengan bambu



g. Permainan estafet dengan membawa ban



h. Permainan Lari dengan menyusun ban



i. Permainan lari dengan menyusun kardus



2. Uji Efektivitas

Uji efektivitas dalam penelitian ini dilakukan dengan pelaksanaan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui pengaruh model permainan terhadap peningkatan teknik melempar lembing dan untuk memantapkan kesimpulan bahwa produk berupa model permainan tersebut layak digunakan. Pelaksanaan *pre-test* dan *post-test* dalam penelitian ini tidak bermaksud untuk menguji keefektivitasan secara mendalam seperti yang diterapkan pada penelitian eksperimen. Pemberian perlakuan selama 3 hari, kemudian siswa diberikan *posstest*.

Pre-test dilaksanakan sebelum siswa diberikan model bermain gerak dasar atletik khususnya nomor lari sprint dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan awal siswa. Pelaksanaan *pre-test* menggunakan lembar observasi. *Post-test* dilaksanakan setelah siswa diberikan model bermain gerak dasar atletik khususnya nomor lari sprint dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan siswa sesudah diberikan model bermain gerak dasar atletik khususnya nomor lari sprint. Pelaksanaan *post-test* menggunakan lembar observasi sama pada saat *pretest*.

Kesimpulan penelitian dinyatakan signifikan jika nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan nilai *sig* lebih kecil dari 0.05 ($Sig < 0.05$). Hasil uji efektivitas antara data *pretest* dan data *posttest* sebagai berikut.

Tabel 13. Uji t *Pretest* dan *Posttest*

Kelompok	Rata-rata	t_{ht}	Sig	Selisih	%
<i>Pretest</i>	6.5500	8.114	0.000	3,60	54,96%
<i>Posttest</i>	10.150				

Berdasarkan hasil uji-t pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai signifikansi $p < 0,005$. Oleh karena nilai signifikansi $< 0,05$, maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Rerata skor *pre-test* sebesar 6,55 dan rerata *post-test* sebesar 10,15. Selisih rerata skor *pre-test* terhadap rerata skor *post-test* sebesar 3,60. Hal ini membuktikan bahwa telah terjadi peningkatan teknik lari sprint siswa pada nomor sprint, gawang dan estafet. Peningkatan tersebut juga menunjukkan bahwa model bermain gerak dasar atletik khususnya

nomor lari sprint tersebut mempunyai pengaruh terhadap peningkatan teknik lari khususnya nomor sprint (sprint, gawang dan estafet).

Keterbatasan Penelitian

Beberapa hal yang menjadi keterbatasan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Uji coba hanya dilakukan pada tiga sekolah saja. Agar hasil lebih maksimal perlu dilakukan uji coba pada lebih banyak sekolah dan jumlah subjek coba yang lebih banyak. Pelaksanaan uji coba dapat dilakukan di sekolah negeri maupun swasta, sekolah di daerah pedesaan maupun daerah perkotaan.
2. Penelitian hanya ditujukan untuk siswa kelas atas, pada penelitian lebih lanjut dapat dikembangkan permainan aktivitas jasmani terintegrasi untuk semua siswa.
3. Instrumen dalam penelitian ini tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas.
4. Tidak dilakukan diseminasi terhadap model/produk.