

ABSTRAK

PERBANDINGAN NILAI KEBUGARAN JASMANI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN PERLAKUAN MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE *TEAMS GAMES TOURNAMEN (TGT)*

MUHAMMAD LUTHFI NUR ZULHILMI

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar perbedaan nilai kebugaran jasmani siswa sekolah dasar sebelum dan sesudah diberikan perlakuan model pembelajaran kooperatif tipe *teams games tournament*. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen, populasinya adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Tilil Kota Bandung dengan jumlah sampel 60 orang yang diambil dengan cara *purposive sampling* dengan ketentuan siswa berusia 10-12 tahun. Penggunaan desain dalam penelitian ini adalah *one-group pretest-posttest design*. Instrumen yang digunakan adalah Tes TKJI yang bertujuan untuk mengukur kebugaran jasmani. Teknik analisis data statistik menggunakan uji *paired sample T test*. Hasil perhitungan nilai rata-rata sebelum diberikan perlakuan sebesar 9,55 dengan simpangan baku 1,96 sedangkan nilai rata-rata sesudah diberikan perlakuan sebesar 14,36 dengan simpangan baku 2,44. Hasil penghitungan signifikansi hipotesis diperoleh t_{hitung} sebesar -14,46 dan t_{tabel} -2,001. Kriteria pengujian untuk hipotesis ini adalah H_0 ditolak dan H_1 diterima apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka $-14,36 < -2,001$. Kesimpulannya bahwa sesudah diberikan perlakuan model pembelajaran kooperatif tipe *teams games tournament* memberikan pengaruh terhadap peningkatan nilai kebugaran jasmani. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani siswa berusaha semaksimal mungkin untuk menjadi pemenang dalam permainan beregu, hal ini membuat siswa bergerak lebih aktif bila dibandingkan dengan permainan individu karena siswa menjadi lebih termotivasi dengan titel pemenang diantara teman – teman yang lainnya. Sehingga tujuan pembelajaran ini dapat tercapai karena siswa dapat melakukan tugas gerak dengan lebih semangat dan aktif dalam pembelajaran yang dapat berdampak pada meningkatnya kebugaran siswa.

Kata Kunci : Kebugaran jasmani, model pembelajara kooperatif, *teams games tournament*

ABSTRACT

COMPARING VALUE OF PHYSICAL FITNESS BEFORE AND AFTER BEING GIVEN A MODEL OF COOPERATIVE LEARNING TYPE TEAMS GAMES TOURNAMEN (TGT)

MUHAMMAD LUTHFI NUR ZULHILMI

The purpose of this research is to know how big the size of physical exercise of elementary school students before and after. The research method used is the experiment, the population is the students of SDN 2 Tilil Bandung with the number of samples of 60 people taken by way of purposive sampling with the provisions of students aged 10-12 years. The use of design in this research is one-group pretest-posttest design. The instrument used is TKJI Tests aimed at measuring physical fitness. Statistical data analysis technique using paired sample T test. The result of the average calculation before the treatment was given 5.55 with standard deviation 1.96ARA average value with treated treatment 14,36 with standard deviation 2,44. The result of hypothesis significance is tcount -14.46 and ttable -2,001. Testing criteria for this hypothesis is H_0 treated and H_1 accepted after $t \text{ count} < t_{\text{table}}$ then $-14.36 < -2,001$. Interpretation of the coaching model of training for physical exertion. Learning to teach physical students tries as much as possible to be a winner in team games, this makes students more advanced when compared with individual games because students become more motivated with the title winners from other friends. With this goal can be achieved because students can do their work more passionately and actively in learning that can affect on fitness.

Keywords: physical fitness, cooperative learning model, team games tournament