

**PENGARUH PERMAINAN KECIL MENGGUNAKAN
ALAT DAN TANPA ALAT TERHADAP
KEMAMPUAN GERAK SISWA SEKOLAH DASAR**

TESIS

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan
Program Studi Pendidikan Olahraga



Oleh
Acep Ruswan
NIM 029400

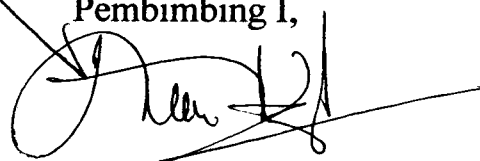
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2007**



LEMBAR PERSETUJUAN

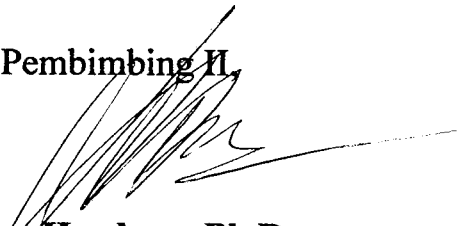
DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH PEMBIMBING

Pembimbing I,



Prof. Drs. H. Imam Hidayat, M.Pd.
NIP. 130 119 204

Pembimbing II,



Danu Hoedaya, Ph.D.
NIP. 130 366 533

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa Tesis dengan judul "*Pengaruh Permainan Kecil Menggunakan Alat dan Tanpa Alat terhadap Kemampuan Gerak Siswa Sekolah Dasar*" ini beserta isinya adalah benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Agustus 2007
Yang membuat pernyataan,



Acep Ruswan



ABSTRAK

Acep Ruswan, (2007). Pengaruh Permainan Kecil Menggunakan Alat dan Tanpa Alat terhadap Kemampuan Gerak Siswa Sekolah Dasar.

Perhatian orang tua siswa terhadap pendidikan jasmani masih rendah. Hal ini dipicu oleh anggapan bahwa pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang tidak penting. Kurangnya guru pendidikan jasmani di sekolah dasar dan kurangnya fasilitas pembelajaran serta guru pendidikan jasmani yang masih berorientasi mengajar kecabangan olahraga menyebabkan kemampuan gerak siswa sekolah dasar rendah.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis mencoba memberikan alternatif pemecahan masalah melalui pembelajaran permainan kecil menggunakan alat dan tanpa alat. Bentuk pembelajaran ini dianggap sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui pengaruh permainan kecil menggunakan alat terhadap kemampuan gerak siswa sekolah dasar, (2) mengetahui pengaruh permainan kecil tanpa alat terhadap kemampuan gerak siswa sekolah dasar, (3) mengetahui perbedaan pengaruh permainan kecil menggunakan alat dan tanpa alat terhadap kemampuan gerak siswa sekolah dasar.

Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen. Teknik pengambilan data menggunakan tes. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *motor ability test* untuk sekolah dasar yang terdiri atas *stuttle run test*, lempar tangkap bola 1 meter ke tembok selama 30 detik, *stork stand position balance test*, dan lari 30 meter. Teknik yang digunakan untuk pengujian hipotesis adalah Uji-t.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah: 1) Permainan kecil menggunakan alat berpengaruh terhadap kemampuan gerak siswa sekolah dasar; 2) Permainan kecil tanpa alat berpengaruh terhadap kemampuan gerak siswa sekolah dasar; 3) Terdapat perbedaan kemampuan gerak yang signifikan antara kelompok perlakuan yang dihasilkan antara permainan kecil menggunakan alat dan tanpa alat.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pengaruh permainan kecil menggunakan alat lebih efektif daripada pengaruh permainan kecil tanpa alat dalam mengembangkan kemampuan gerak siswa sekolah dasar.

Rekomendasi yang ingin penulis berikan dari hasil penelitian ini adalah agar pemerintah dan masyarakat lebih memperhatikan pendidikan jasmani, menambah guru pendidikan jasmani sesuai dengan kebutuhan khususnya di sekolah dasar, menyediakan fasilitas untuk bermain, dan guru pendidikan jasmani dalam memberikan pembelajaran hendaknya lebih berorientasi kepada perkembangan dan pertumbuhan siswa sekolah dasar.

ABSTRACT

Acep Ruswan, 2007. The Influence of simple-plays by using both appliance and non-appliance toward the motor ability of elementary students.

Paying attention toward physical education is still relatively less applied by their parents. At this point, it is effected by the issues that physical education is an unessential lecture. The lack of physical teacher and teaching-learning facilities which imperfect, besides physical teacher who oriented to the kinds of physical joint caused their motor ability are still inferior.

Based on the highlight above the writer is tried to make alternative solution through the simple-plays learning as mentioned on the top. The system is supposed to an appropriate characteristic of elementary students.

The research is the aim to: (1) knowing the simple-plays by using appliance influence toward students motor ability, (2) knowing simple-plays' by using non-appliance influence toward students motor ability, (3) knowing the difference of simple-plays' influence dealing with the using of appliance and non-appliance toward students motor ability.

The research method used is an experiment. Technique of collecting data is a test. The instrument used on this research is motor ability test for the elementary students includes shuttle run test, throw-catch ball 1 metre to the wall for 30 seconds, stork stand position balance test, and running for 30 metre. The technique used to hypothesis testing is t-test.

The result gained on this research are: (1) Simple-plays by using appliance affected toward the students motor ability, (2) Simple-plays by using non-appliance affected toward the students motor ability, (3) There is a significantly different in motor ability between the group escorted by appliance and non-appliance.

Based on the result of the research, it can be concluded that simple-plays' influence using appliance is more effectively than using non-appliance instead.

Recommendation that the writer used on the research in order to the government and the people are more deeply paying attention to the physical education and also accommodate physical teacher accordance with especially the needs, providing facilities for playing dealing with physical activities. It is recommended that physical teacher should be more oriented to the development and students elementary school growth.



KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah, penulis panjatkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT atas ridha dan kehendak-Nyalah penulis dapat menyelesaikan disertasi ini. Disertasi yang berjudul *“Pengaruh Permainan Kecil Menggunakan Alat dan Permainan Kecil Tanpa Alat terhadap Kemampuan Gerak Siswa Sekolah Dasar”* ini merupakan salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Bidang Pendidikan Olahraga dari Universitas Pendidikan Indonesia.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang tulus dan setinggi-tingginya kepada yang terhormat Bapak Prof. Drs. H. Imam Hidayat, M.Pd. dan Bapak Danu Hoedaya, Ph.D. yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan disertasi ini dengan penuh kesabaran dan ketelitian; Ibu Dr. Neng Tine Kartinah, dr., M.Kes. , Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga SPs. Universitas Pendidikan Indonesia yang selalu membimbing penulis dari awal perkuliahan sampai disertasi ini selesai; Bapak Prof. Dr. H. Asmawi Zainul, Direktur SPs. Universitas Pendidikan Indonesia, para Asisten Direktur SPs. Universitas Pendidikan Indonesia, yang telah menerima penulis kuliah di SPs. Universitas Pendidikan Indonesia; Bapak Dr. Sofyan Iskandar, M.Pd. (Direktur UPI Kampus Purwakarta); Bapak Prof. Dr. H. Ishak Abdulhaq, M.Pd. (Pembantu Rektor Bidang Umum dan Sumber Daya); Bapak Prof. Dr. H. Sunaryo Kartadinata, M.Pd. (Rektor UPI) yang telah memberikan izin kepada penulis untuk mengikuti program magister; tak lupa pula rasa hormat dan terima kasih penulis sampaikan kepada Bapak Prof. Drs. Tahir Djide yang senantiasa memberikan pencerahan bagi Program Pendidikan Olahraga.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan pula kepada seluruh Guru Besar dan Dosen-Dosen SPs. Universitas Pendidikan Indonesia yang telah mendidik dan membimbing penulis selama mengikuti perkuliahan, serta seluruh Staf Administrasi SPs. Universitas Pendidikan Indonesia yang telah membantu kelancaran baik

perkuliahan, maupun penyelesaian studi penulis. Salam hormat penulis sampaikan kepada teman-teman di UPI Kampus Purwakarta serta Kepala Sekolah dan Guru-Guru SDN Sudirman 8 Purwakarta yang telah membantu penulis dalam pengumpulan data.

Terakhir, penulis ucapkan rasa terima kasih dan syukur serta hormat kepada Ayahanda dan Ibunda (Alm.) yang selalu membimbing dan mendoakan penulis ketika kecil; Istriku tercinta serta anak-anakku tersayang yang selalu berkorban, ikhlas, dan menanti dengan penuh kesabaran demi keberhasilan penulis.

Akhirnya dengan hati tulus ikhlas, penulis doakan semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda atas jasa baik Bapak, Ibu, dan rekan-rekan semua. Insya Allah, Allah akan mencatatnya sebagai amal shaleh. Semoga penelitian ini dapat memberikan sumbangan dalam dunia pendidikan dan pengajaran. Amin-amin yaa Robbal 'alamin.

Purwakarta, Agustus 2007

Acep Ruswan
NIM. 029400



DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Masalah Penelitian	7
C. Definisi Operasional	9
D. Tujuan Penelitian	10
E. Manfaat Penelitian	11
F. Asumsi Dasar dan Hipotesis	12
BAB II KAJIAN TEORETIS	15
A. Bermain	15
1. Fungsi Bermain dalam Pendidikan	18
2. Pendekatan Bermain	19
3. Tipe bermain	20

4. Pengelompokan permainan	21
5. Permainan Kecil Menggunakan Alat	23
a. Lomba Memindahkan Balok atau Batu.....	23
b. Permainan Bola Kasti.....	24
c. Permainan Rounders.....	25
d. Permainan Bola Beranting (<i>Estafet</i>).....	28
e. Permainan Menjadi Raja Bola.....	29
f. Permainan Lomba Membawa Buku di Atas Kepala.....	30
6. Permainan Kecil Tanpa Alat	32
a. Perlombaan Gobag Sodor.....	32
b. Permainan Komodo Berlari.....	34
c. Permainan Menjala Ikan.....	34
d. Permainan Menulis Dengan Kaki.....	35
e. Permainan Katak dan Bangau.....	36
f. Permainan Hitam Hijau.....	37
B. Konsep Belajar Gerak	38
1. Pengertian Belajar	38
2. Pengertian Belajar Gerak	40
a. Belajar merupakan pengaruh latihan atau pengalaman	40
b. Belajar tidak langsung teramati	41
c. Perubahan yang terjadi relatif menetap	41

3. Pembagian Jenis Gerak	42
a. Segi Ruang atau Jarak	42
b. Sistem Otot	42
c. Pembagian Gerakan Manusia Menurut Teori Taksonomi	43
d. Kemampuan Perseptual.	44
e. Kemampuan Fisik	44
4. Kemampuan Gerak Dasar	45
a. Kemampuan Gerak Lokomotor	45
b. Kemampuan Gerak Nonlokomotor	47
c. Kemampuan Gerak Manipulatif	47
C. Perkembangan Fisik Anak Besar	49
1. Perkembangan Kekuatan	51
2. Perkembangan Fleksibilitas	52
3. Perkembangan Keseimbangan	52
4. Perkembangan Kemampuan Gerak dan Minat Melakukan Aktivitas Fisik	53
a. Perkembangan Koordinasi Gerak.....	53
b. Perkembangan Penguasaan Gerak	53
5. Minat Melakukan Aktivitas Fisik pada Anak Besar	56
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	58
A. Metode dan Desain Penelitian	58
1. Metode Penelitian	58

2. Desain Penelitian	59
B. Variabel Penelitian	60
C. Populasi dan Sampel Penelitian	61
1. Populasi	61
2. Sampel	62
D. Instrumen Tes	62
1. Administrasi Tes	63
2. Validitas Tes	64
3. Reliabilitas Tes	67
E. Prosedur Penelitian	68
1. Tahap persiapan.....	68
2. Tahap Pelaksanaan.....	68
3. Tahap Pengumpulan Data.....	69
4. Tahap Analisis Data.....	73
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	76
A. Pengujian Persyaratan Analisis	76
1. Skor <i>Pre test</i> Kemampuan Gerak untuk Mengetahui Kemampuan Awal Kelas Perlakuan (Permainan Kecil Menggunakan Alat dan Tanpa Alat).....	77
2. Uji Perbedaan Skor <i>Pre test</i> antara Kelas Perlakuan	80
3. Uji Kenormalan Distribusi Populasi	81

B. Deskripsi Data	83
1. Deskripsi Skor Kemampuan Gerak Berdasarkan Permainan Kecil Menggunakan Alat	83
2. Deskripsi Skor Kemampuan Gerak Berdasarkan Permainan Kecil Tanpa Alat	86
C. Pengujian Hipotesis Penelitian	89
D. Diskusi Penelitian	91
E. Keterbatasan Penelitian	92
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	93
A. Kesimpulan	93
B. Saran	93
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN-LAMPIRAN	98



DAFTAR TABEL

	Halaman
3.1 Interpretasi Koefisien Korelasi	66
3.2 Perhitungan Validitas <i>Motor Ability Test</i>	66
3.3 Perhitungan Reliabilitas <i>Motor Ability Test</i>	67
3.4 Tabel Konversi <i>Shuttles Run</i> 3 X 10 meter.....	69
3.5 Tabel Konversi Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter ke Tembok selama 30 detik.....	69
3.6 Tabel Konversi <i>Stork Stand Positional Balance test</i>	70
3.7 Tabel Lari Cepat 30 meter.....	70
3.8 Tabel Konversi <i>Shuttles Run test</i> 3 X 10 meter.....	71
3.9 Tabel Konversi Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter ke Tembok selama 30 detik.....	71
3.10 Tabel Konversi <i>Stork Stand Positional Balance test</i>	71
3.11 Tabel Lari Cepat 30 meter.....	72
3.12 Tabel Konversi <i>Shuttles Run test</i> 3 X 10 meter.....	72
3.13 Tabel Konversi Lempar Tangkap Bola Jarak 1 meter ke Tembok selama 30 detik.....	72
3.14 Tabel Konversi <i>Stork Stand Positional Balance test</i>	73
3.15 Tabel Lari Cepat 30 meter.....	73
4.1 Perbandingan Data <i>Pre Test</i> Kelas Permainan Kecil Menggunakan Alat dan Tanpa Alat.....	77
4.2 Skor Tertinggi, Terendah, Rata-rata Skor, dan Standar Deviasi Tes Awal Kemampuan Gerak.....	79
4.3 Rangkuman Hasil Uji Kenormalan Distribusi Populasi Data Penelitian.....	82
4.4 Distribusi Frekuensi Skor <i>Pre Test</i> Kemampuan Gerak Kelompok Permainan Kecil Menggunakan Alat.....	85
4.5 Distribusi Frekuensi Skor <i>Pre Test</i> Kemampuan Gerak Kelompok Permainan Kecil Tanpa Alat.....	88



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.1 Gambar Posisi Lomba Memindahkan Balok atau Batu.....	24
2.2 Gambar Lapangan Kasti.....	25
2.3 Gambar Lapang Rounders.....	25
2.4 Gambar Posisi Bola Beranting (<i>Estafet</i>).....	29
2.5 Gambar Posisi Menjadi Raja Bola.....	30
2.6 Gambar Posisi Permainan Lomba Membawa Buku di Atas kepala.....	30
2.7 Gambar Lapangan Permainan Gobak Sodor.....	33
2.8 Gambar Posisi Permainan Komodo Berlari.....	34
2.9 Gambar Posisi Permainan Menjala Ikan.....	35
2.10 Gambar posisi Permainan Katak dan Bangau.....	36
2.11 Gambar Posisi Permainan Hitam-Hijau.....	37
3.1 Tahapan Atau Langkah-Langkah Penelitian.....	75
4.1 Histogram Kemampuan Gerak Siswa SD Sudirman 8 dalam Permainan Kecil Menggunakan Alat.....	84
4.2 Histogram Kemampuan Gerak Siswa SD Sudirman 8 dalam Permainan Kecil Tanpa Alat.....	87
4.3 Perbandingan Skor Rata-rata Kemampuan Gerak yang Dihasilkan antara Permainan Kecil Menggunakan Alat dan Tanpa Alat.....	90



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1	Jadwal Pembelajaran Pendidikan Jasmani 98
Lampiran 2	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 1 99
Lampiran 3	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 2 101
Lampiran 4	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 3 103
Lampiran 5	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 4 104
Lampiran 6	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 5 105
Lampiran 7	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 6 106
Lampiran 8	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 7 107
Lampiran 9	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 8 109
Lampiran 10	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 9 111
Lampiran 11	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 10 112
Lampiran 12	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 11..... 113
Lampiran 13	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 12 114
Lampiran 14	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 13 115
Lampiran 15	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 14 116
Lampiran 16	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 15 117
Lampiran 17	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 16 118
Lampiran 18	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 17 119
Lampiran 19	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 18 120
Lampiran 20	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 19 121
Lampiran 21	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 20 122
Lampiran 22	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 21..... 123
Lampiran 23	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 22..... 124
Lampiran 24	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 23..... 125
Lampiran 25	Pelaksanaan Kegiatan Pembelajaran 24..... 126
Lampiran 26	Skor Mentah <i>Pre Test</i> Kemampuan Gerak Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Sudirman 8..... 127
Lampiran 27	Penentuan Konversi Nilai <i>Pre Test</i> Kemampuan Gerak Siswa..... 129
Lampiran 28	Skor Lengkap <i>Pre Test</i> Kemampuan Gerak Siswa SD Negeri Sudirman 8..... 131
Lampiran 29	Data Mentah Kemampuan Gerak Siswa yang Mengikuti Permainan Kecil Menggunakan Alat..... 133
Lampiran 30	Penentuan Konversi Nilai <i>Post Test</i> Kelompok Permainan Kecil Menggunakan Alat..... 135
Lampiran 31	Data Konversi <i>Post Test</i> Kemampuan Gerak Siswa yang Mengikuti Permainan Kecil Menggunakan Alat..... 137
Lampiran 32	Data Mentah <i>Post Test</i> Kemampuan Gerak Siswa yang Mengikuti Permainan Kecil Tanpa Alat..... 139
Lampiran 33	Penentuan Konversi Nilai <i>Post Test</i> Kelompok Permainan Kecil Tanpa Alat..... 141

Lampiran 34	Data Konversi Kemampuan Gerak Siswa yang Mengikuti Permainan Kecil Tanpa Alat.....	143
Lampiran 35	Uji Homogenitas Varians.....	145
Lampiran 36	Uji Hipotesis.....	148
Lampiran 37	Validitas dan Reliabilitas <i>Shuttle Run Test</i>	149
Lampiran 38	Validitas dan Reliabilitas Tes Lempar Tangkap Bola ke Tembok.....	151
Lampiran 39	Validitas dan Reliabilitas <i>Strok Stand Positional Balance Test</i>	153
Lampiran 40	Validitas dan Reliabilitas Tes Lari Cepat 30 m.....	155
Lampiran 41	Tabel Normalitas <i>Shuttle Run Test</i>	157
Lampiran 42	Tabel Normalitas Tes Lempar Tangkap Bola ke Tembok.....	158
Lampiran 43	Tabel Normalitas <i>Strok Stand Positional Balance Test</i>	159
Lampiran 44	Tabel Normalitas Tes Lari Cepat 30 m.....	160

