

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi experiment*). Penelitian metode eksperimen merupakan metode penelitian yang dapat dengan benar menguji hipotesis mengenai hubungan-hubungan sebab-akibat (L. R. Gay: 1981: 2007). Sekelompok siswa dipilih secara random, untuk kemudian dikelompokkan berdasarkan kemampuan motorik tinggi dan rendah. Masing-masing kelompok dibagi lagi ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok satu (A1) mendapat perlakuan pembelajaran kooperatif, dan kelompok dua (A2) mendapat perlakuan pembelajaran kompetitif.

Pada awal dan akhir perlakuan dilakukan pengukuran *self-esteem* melalui *self esteem questionnaire*, yang juga telah dikembangkan oleh Theodorakou & Zervas (2004), dengan lama pembelajaran berlangsung selama tiga bulan. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis secara statistik dengan menggunakan prosedur ANAVA analisis dua jalur untuk dua variabel yang berbeda, dengan tujuan melihat dampak perlakuan dan perbedaan dampak diantara kedua kelompok yang dipilih. Sedangkan rancangan penelitian menggunakan desain faktorial 2 X 2 (Sudjana: 109 – 121). Peneliti dengan sengaja dan secara sistematis menggunakan perlakuan-perlakuan dan memanipulasi pembelajaran kooperatif dan kompetitif disertai pertimbangan kemampuan motorik tinggi dan rendah dalam pengembangan *self-esteem* para siswa, untuk kemudian mengamati

pengaruh dari perlakuan tersebut. Rancangan penelitian selengkapnya dapat dilihat pada Gambar 3.1.

Model Pembelajaran (A) \ Kemampuan Motorik (B)	Model Pembelajaran Kooperatif (A1)	Model Pembelajaran Kompetitif (A1)
Tinggi (B1)	A1B1	A2B1
Rendah (B2)	A1B2	A2B2

Gambar 3.1. Rancangan Penelitian Desain Faktorial 2 X 2.

Keterangan:

A1B1 : rerata skor penyebaran angket *self-esteem* siswa yang menggunakan pendekatan pembelajaran kooperatif pada siswa yang mempunyai kemampuan motorik tinggi.

A1B2 : rerata skor penyebaran angket *self-esteem* siswa yang menggunakan pendekatan pembelajaran kooperatif pada siswa yang mempunyai kemampuan motorik rendah.

A2B1 : rerata skor penyebaran angket *self-esteem* siswa yang menggunakan pendekatan pembelajaran kompetitif pada siswa yang mempunyai kemampuan motorik tinggi.

A2B2 : rerata skor penyebaran angket *self-esteem* siswa yang menggunakan pendekatan pembelajaran kompetitif pada siswa yang mempunyai kemampuan motorik rendah.

Penelitian ini melibatkan satu variabel bebas yang dimanipulasi, satu variabel bebas yang dikendalikan (atribut), dan satu variabel terikat. Variabel bebas yang dimanipulasi terdiri atas; (a) model pembelajaran kooperatif (*cooperative learning approach*) dan (b) model pembelajaran kompetitif (*competitive learning approach*). Variabel bebas yang dikendalikan (atribut) adalah kemampuan motorik, yang terdiri atas (a) kemampuan motorik tinggi dan (b) kemampuan motorik rendah, dengan variabel terikatnya adalah *self esteem*. Rancangan penelitiannya menggunakan desain faktorial 2 X 2. Unit-unit eksperimen dikelompokkan ke dalam sel yang diatur secara proporsional sehingga unit-unit eksperimen bersifat homogen.

Agar rancangan penelitian yang dilakukan dapat memenuhi persyaratan untuk pengujian hipotesis, dan hasil dari perlakuan (*treatment*) yang diberikan dapat mencerminkan perlakuan yang diberikan, serta dapat digeneralisasikan kepada populasi yang ada, maka dalam penelitian ini dilakukan pengontrolan terhadap validitas internal dan validitas eksternal.

1. Validitas Internal

Validitas internal adalah pengendalian terhadap variabel-variabel luar yang dapat menimbulkan interpretasi yang tidak sesuai. Validitas internal mengarah kepada kondisi perbedaan yang diamati dan merupakan hasil langsung dari manipulasi yang dilakukan terhadap variabel bebas, dan bukan dari variabel yang lain (Gay, 1981:211). Ada pendapat lainnya yang mengatakan bahwa validitas internal berkaitan dengan pertanyaan; apakah perlakuan yang dikenakan benar-benar menjadi penyebab dari hasil yang terungkap dari penelitian yang

dilaksanakan (Vockell & Asher, 1995:219). Dapat dijelaskan pula bahwa validitas internal berhubungan dengan sebab-akibat antara perlakuan dan hasil pengamatan dari variabel bebas. Agar validitas internal dapat berwujud dengan baik, maka harus diusahakan untuk menghilangkan beberapa kemungkinan yang mengancam validitas internal. Selanjutnya Vockell & Asher (1995:219). menentukan sepuluh variabel eksternal yang menjadi ancaman terhadap validitas internal suatu penelitian, yaitu sejarah, pemilihan subjek, kematangan, instrumentasi, statistik, mortalitas, tes awal, instabilitas, peneliti, dan sosial psikologis.

Sehubungan dengan pelaksanaan eksperimen yang telah dilakukan, semua variabel eksternal yang disebutkan tadi berusaha dikendalikan pengaruhnya dengan cara sebagai berikut (Campbell, 2002:55):

- a. Pengaruh Sejarah. Variabel ini menunjuk kepada adanya kegiatan tambahan di luar eksperimen atau kejadian-kejadian yang dialami subjek peneliti di luar eksperimen yang muncul selama eksperimen berlangsung, yaitu periode antara saat eksperimen dimulai sampai eksperimen berakhir. Pengaruh sejarah dikendalikan dengan cara mengatur rencana eksperimen dengan jelas dan terjadwal dengan baik, serta menyarankan kepada subjek penelitian agar tidak menggunakan waktu luangnya untuk berolahraga di luar sekolah.
- b. Pengaruh Kematangan. Perubahan dalam hasil eksperimen dapat terjadi karena berlalunya waktu dan perubahan alamiah sebagai akibat dari faktor pertumbuhan dan perkembangan subjek. Oleh karena itu perlakuan

disesuaikan dengan jadwal pelajaran pendidikan jasmani di sekolah tempat penelitian dalam waktu enam bulan.

- c. Pengaruh Pengetesan. Variabel ini dikontrol dengan memberikan tenggang waktu pengetesan kemampuan motorik awal pada tanggal 1 April 2008 sedangkan tes awal *self-esteem* dilaksanakan pada tanggal 6 April 2008. Tes akhir dilaksanakan setelah 24 pertemuan berakhir. Tes *self-esteem* akhir perlakuan dilakukan tanggal 20 Nopember 2008 .
- d. Pengaruh Instrumentasi. Variabel instrumentasi menunjuk pada perubahan hasil eksperimen sebagai akibat dari perubahan yang terjadi pada proses pengetesan yang dilakukan. Misalnya, petugas pengetesan yang tidak sama dalam menjelaskan pengetesan terhadap siswa. Pengendalian yang dilakukan adalah dengan cara tidak mengubah pengetes (guru) pada proses mengetes, baik pada tes awal maupun pada tes akhir. Petugas tes adalah guru-guru pendidikan jasmani pada sekolah yang dijadikan objek penelitian. Diasumsikan guru-guru tersebut memiliki tingkat kemampuan berpikir dan tingkat keterampilan yang hampir sama. Peneliti tidak terlibat langsung dalam proses penelitian, dan demikian juga dalam proses pengumpulan data, dengan harapan terhindar dari gejala "*hallo effect*."
- e. Pengaruh pemilihan subjek. Pengaruh pemilihan subjek menunjuk pada adanya komposisi kelompok subjek yang dikenai perlakuan yang berpeluang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Pengendalian terhadap pengaruh pemilihan subjek dilakukan dengan cara memilih subjek penelitian dengan teknik penugasan secara *random*.

- f. Pengaruh mortalitas. Pengaruh mortalitas menunjuk kepada murdurnya subyek dari kelompok eksperimen, yang mengakibatkan terjadinya perubahan komposisi kelompok. Pengendaliannya dilakukan dengan cara memberikan motivasi terus-menerus, misalnya dengan cara memberikan penguatan/*reinforcement* berupa verbal atau hadiah/bingkisan nilai pada saat selesai atau akhir pertemuan/perlakuan. Memonitor kehadiran subjek dengan ramah tetapi ketat melalui pengecekan kehadiran.
- g. Pengaruh instabilitas. Pengaruh instabilitas menunjuk pada adanya ketidaktetapan dalam memperoleh skor sebagai akibat proses pengetesan. Pengendaliannya dilakukan dengan melakukan menguji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data.
- h. Pengaruh Statistik. Statistik dapat mempengaruhi validitas internal karena adanya kelompok yang memiliki skor terlalu tinggi atau skor terlalu rendah (ekstrim). Pengendalian terhadap pengaruh statistik dilakukan dengan cara tidak memasukkan subjek yang memiliki skor yang ekstrim tersebut sebagai anggota sampel penelitian, dan dengan melakukan pengacakan terhadap subjek sampel yang memiliki skor ekstrim.
- i. Pengaruh peneliti. Pengaruh peneliti terjadi apabila peneliti mengharapkan hasil yang diinginkan dari eksperimen sesuai dengan kehendaknya. Hal ini akan berpengaruh pada eksperimen yang dilakukan. Pengendalian pengaruh terhadap peneliti dilakukan dengan cara merancang pelaksanaan eksperimen yang tidak terganggu atau dicemari oleh harapan-harapan

peneliti akan hasil penelitiannya, dengan tidak terlibat secara aktif (mengajar) dalam pemberian perlakuan.

- j. Pengaruh aspek sosial dan psikologis. Pengaruh aspek sosial dan psikologis menunjuk pada ancaman terhadap validitas internal yang muncul sebagai akibat dari dinamika psikologis (kejiwaan) dan interaksi sosial yang terjadi pada saat eksperimen berlangsung.

Campble (2002) menyatakan variabel yang muncul akibat dinamika kejiwaan dan interaksi sosial adalah:

Difusi; terjadi akibat dari adanya komunikasi yang menyebabkan pertukaran informasi antar anggota kelompok eksperimen. Pengaruh difusi dikendalikan dengan cara memisahkan kelompok eksperimen berdasarkan perlakuan. Pemisahan dilakukan dengan cara menggunakan dua kelompok yang berbeda untuk setiap perlakuan yang diberikan, diutamakan kelompok satu dengan kelompok lainnya tidak saling mengenal. Pengendalian terjadinya difusi dilakukan dengan cara memperhatikan:

- a. Perlakuan; terjadi karena peneliti atau pelaksana penelitian merasakan adanya ketidakadilan dalam perlakuan antara dua kelompok eksperimen, dan melakukan upaya untuk mengubah perlakuan. Pengaruh perubahan perlakuan dikendalikan dengan merancang program perlakuan yang setara untuk tiap-tiap kelompok eksperimen.
- b. Persaingan antar kelompok eksperimen, terjadi karena adanya respon yang emosional dari salah satu kelompok eksperimen terhadap kelompok lain, yang memacu kelompok tersebut untuk berlatih lebih keras dibandingkan

kelompok lainnya. Pengaruh persaingan dikendalikan dengan memisahkan kelompok eksperimen, memberikan penjelasan kepada anggota kelompok mengenai eksperimen yang sedang dilakukan.

- c. Hilangnya semangat. Terjadi ketika subjek dari satu kelompok merasa diabaikan, merasa bahwa upaya yang dilakukan merupakan hal yang sia-sia. Pengaruh hilangnya semangat ini dikendalikan dengan mengurangi perhatian-perhatian khusus yang diberikan kepada salah satu kelompok atau anggota kelompok, dan menjelaskan bahwa eksperimen yang dilakukan merupakan bagian dari kegiatan sekolah.

2. Validitas Eksternal

Validitas eksternal menunjuk pada ke-representatif-an hasil eksperimen atau sejauh mana hasil penelitian dapat digeneralisasikan (Ary, Jacobs, dan Razovich: 1985:264). Sedangkan Vockell dan Asher (1995:338) mengemukakan bahwa validitas eksternal berkaitan dengan persoalan generalisasi hasil penelitian kepada manusia, keadaan dan waktu lain di luar lingkup eksperimen. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa validitas eksternal berhubungan dengan ke-representatif-an hasil eksperimen, atau sejauh mana suatu eksperimen dapat digeneralisasikan kepada populasi, keadaan dan waktu di luar lingkup eksperimen. Selanjutnya dikemukakan oleh Bracht dan Glass, bahwa terdapat dua macam Validitas eksternal, yaitu; (1) Validitas populasi, dan (2) Validitas ekologi (Ary, Jacobs, & Razovich: 1985:264). Validitas populasi menyangkut identifikasi populasi yang digeneralisasi berdasarkan hasil eksperimen, sedangkan validitas ekologi berkaitan dengan persoalan

penggeneralisasian pengaruh eksperimen kepada kondisi lingkungan yang lain.

Pengendalian terhadap validitas eksternal dilakukan sebagai berikut:

- a. Validitas Populasi. Pengendalian terhadap validitas populasi dilakukan dengan jalan, 1) Agar hasil eksperimen dapat digeneralisasikan dari sampel ke populasi terjangkau, dan dari populasi terjangkau ke populasi sasaran, maka penarikan sampel dilakukan secara acak, 2) Pengaruh interaksi antara efek perlakuan dan manusia dikendalikan dengan cara memberikan batasan yang jelas terhadap kriteria karakteristik subjek eksperimen (sampel) dan populasi, yaitu a) siswa sekolah dasar kelas lima yang memiliki kemampuan motorik tinggi dan belum diketahui tingkat *self-esteemnya*, dan b) siswa sekolah dasar kelas lima yang memiliki kemampuan motorik rendah dan belum diketahui tingkat *self-esteemnya*.
- b. Validitas Ekologi. Pengendalian terhadap validitas ekologi dilakukan dengan cara: 1) mendeskripsikan variabel bebas dengan jelas 2) menyusun program perlakuan, jadwal kegiatan, dan tempat pelaksanaan dengan jelas 3) untuk menghindari “*Hallo effect*” atau “*Hawthorne*” subjek eksperimen tidak diberi tahu bahwa mereka sedang diteliti, 4) memastikan bahwa subjek eksperimen tidak sedang diteliti oleh peneliti lain untuk menghindari adanya perlakuan ganda, dan 5) memilih instruktur-instruktur yang mengajar dan mengawasi pembelajaran dengan kemampuan yang relatif sama, yaitu para guru yang dilibatkan berlatar pendidikan Sekolah Guru Olahraga.

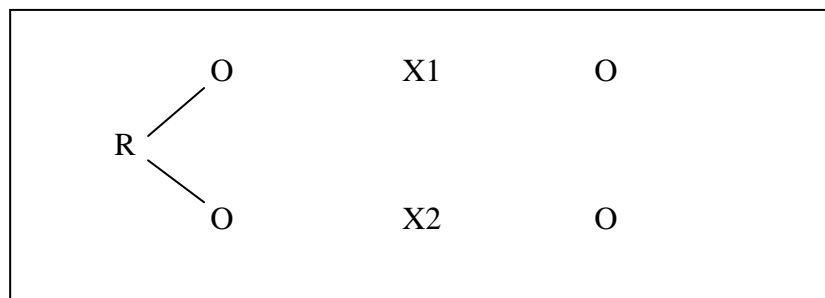
B. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang dilakukan pada dua kelompok siswa dari Sekolah Dasar Negeri Perindustrian Angkatan Darat

(PINDAD) I, II, dan III, yang berusia antara 11-12 tahun. Dipilihnya siswa pada tingkatan ini, karena pada tahapan kelas ini perkembangan emosi siswa menuju kestabilan emosi. Pada tahap perkembangan emosi ini siswa telah mampu merasakan dan bersikap secara lugas, menuju kematangan emosional, mampu berempati, bersikap toleran, dan berperilaku lugas.

Penelitian ini dikenakan pada dua kelompok yang berbeda. Satu kelompok merupakan kelompok eksperimen (S_E), dan satu kelompok lain merupakan kelompok kontrol (S_K). Penelitian ini diawali dengan tindakan pengukuran pertama (pre-test), berupa angket *self-esteem*. Program perlakuan yang diberlakukan pada kelompok eksperimen berupa pembelajaran kooperatif, sedangkan pada kelompok kontrol adalah pembelajaran kompetitif. Pada tahapan menjelang akhir penelitian dilakukan pengukuran pada aspek *self-esteem* siswa untuk mengetahui perbedaan hasil perlakuan.

Desain seperti ini sering disebut sebagai *Untreated Control Group Design With Dependent Pretest and Posttest Sample* atau sering juga disebut sebagai *nonequivalent comparison group design* (Campbell, 2002:136). Pengukuran dilakukan dua kali di awal dan di akhir program perlakuan ini dimaksudkan untuk melihat perbandingan *causal-comparative* perubahan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Selain itu, penelitian ini berupaya untuk membandingkan dampak perlakuan pembelajaran kooperatif terhadap satu kelompok kontrol dampak pembelajaran kompetitif pada kelompok lain, di awal dan akhir perlakuan diukur *self-esteem* siswa. Desain penelitian selengkapnya diilustrasikan melalui Gambar 3.2.



Gambar 3.2.

Desain Penelitian

Nonequivalent Comparison Group Design (Campbell, 2002:55)

Pengertian simbol-simbol tersebut adalah:

- R : Kelompok random, yaitu subyek penelitian yang diperoleh secara random. Pada kedua kelompok ini ingin diketahui perbedaan self esteem siswa.
- X1 : Perlakuan, yaitu penerapan model pembelajaran kooperatif dalam hubungan dengan *self esteem*.
- X2 : Perlakuan, yaitu penerapan model pembelajaran kompetitif dalam hubungan dengan *self esteem*.
- O : Observasi berupa tes atau pengukuran self esteem yang didasarkan pada kelompok motorik tinggi dan kelompok motorik rendah.

Untuk menjaga kestabilan validitas internal penelitian, beberapa faktor yang turut dikendalikan dalam penelitian ini adalah: sampel diambil secara random, menelusuri latarbelakang siswa, yaitu yang berasal dari kelompok populasi yang sejenis, memelihara kematangan karakteristik yang diukur sebagai dampak dari perlakuan, menjaga siswa berhenti dari program perlakuan yang diberikan selama masa kurang lebih tiga bulan, dan menjaga siswa fokus pada keikutsertaan dalam program perlakuan yang diberikan.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi penelitian adalah siswa Sekolah Dasar kelas V yang belum diketahui tingkat *self-esteem*nya. Sehubungan jumlah sekolah dasar yang ada di Provinsi Jawa Barat sangat banyak, maka tidak mungkin peneliti mengambil populasi penelitian semua Sekolah Dasar. Perlu ditetapkan populasi terjangkau, yaitu siswa Sekolah Dasar kelas V yang belum diketahui tingkat *self-esteem*nya, yaitu siswa-siswa yang bersekolah di Sekolah Dasar Negeri PINDAD (Perindustrian Angkatan Darat) I, II, dan III Jalan Papanggungan, Kecamatan Kiaracondong, Kota Bandung, Provinsi Jawa Barat.

Dengan demikian populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri kelas V dari tiga sekolah dasar (SD Negeri PINDAD I, II, dan III), yang berada di kompleks PINDAD Kota Bandung. Semua siswa terdaftar pada tahun ajaran 2007/2008, sehingga sah sebagai siswa di sekolah tersebut, serta belum dilakukan pengukuran *self-esteem*. Hal ini diketahui dengan cara bertanya, apakah selama ini pernah ada penelitian tentang *self-esteem* di sekolah? Jawaban guru pendidikan jasmani, belum ada penelitian terkait pengembangan *self-esteem* siswa di sekolah bersangkutan.

Dipilihnya siswa Sekolah Dasar kelas V sebagai subjek penelitian dengan pertimbangan sebagai berikut: *Pertama* Siswa Sekolah Dasar kelas V relatif masuk kedalam golongan usia pemula untuk melakukan kecabangan olahraga, dan di mana pengenalan terhadap cabang olahraga mulai dilakukan. *Kedua* Siswa Sekolah Dasar kelas V relatif masuk ke dalam fase pengembangan menyeluruh (*multilateral development*) dalam prinsip-prinsip latihan termasuk pembelajaran

gerak di sekolah. Pada fase ini latihan atau pembelajaran ditekankan untuk memberikan kesempatan seluas-luasnya bagi organ-organ tubuh secara fungsional (Bompa:1994:18,19). Secara fisiologis siswa kelas V Sekolah Dasar mempunyai karakteristik yang relatif sama dan telah siap untuk dikembangkan menuju tahap penguasaan keterampilan gerak dasar (gerak fundamental) dan pemahaman terhadap nilai-nilai aktivitas fisik. Dikemukakan oleh Anarino, Cowell dan Hazelton (1980:117) bahwa secara fisiologis para siswa kelas V memiliki karakteristik sebagai berikut: 1. koordinasi dalam keterampilan gerak dasar telah mulai terbentuk, 2. daya tahan mulai meningkat, 3. pertumbuhan fisik relatif menetap, 4. koordinasi mata dan tangan baik, 5. perbedaan jenis kelamin belum tampak, 6. otot-otot penunjang gerak telah berkembang dengan baik, 7. pemahaman tubuh mulai berkembang, dan 8. lebih menyukai cabang olahraga kompetitif.

Dari data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen yang ada pada Sekolah Dasar Negeri I, II, dan III PINDAD terdapat 210 siswa kelas V yang terdaftar pada tahun ajaran 2007/2008. Dengan demikian populasi terjangkau pada penelitian ini berjumlah 210 siswa kelas V yang bersekolah pada Sekolah Dasar Negeri PINDAD tersebut.

Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *random sampling* (Vockell & Asher, 1995:172). Pengambilan sampel dilakukan dengan cara mendaftar 210 nama ke dalam tabel, kemudian memberi kode kepada masing-masing nama dimulai angka 001-210. Langkah berikutnya adalah menuliskan kode berupa angka 001-210 pada kertas berukuran 4x4 cm yang

kemudian digulung dan dimasukkan ke dalam kotak undian. Setelah gulungan kertas diaduk, pengundian kemudian dilakukan untuk mendapatkan 80 sampel dari total 160 sampel, dan terjaring ada 34 siswi dan 46 siswa. Pada tahap ini pengundian dilakukan satu per satu dengan cara mengambil gulungan kertas dari dalam kotak dengan mata tertutup sampai mencapai jumlah yang dikehendaki. Dengan demikian semua anggota populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk dijadikan anggota sampel. Tahap berikutnya adalah melakukan penempatan 80 sampel yang telah terpilih kedalam dua kelompok (eksperimen dan kontrol). Untuk keperluan ini dilakukan random assignment (Vockell & Asher, 1995: 255-256). Dengan cara ini dapat dikatakan bahwa kesempatan atau peluang untuk masuk ke dalam salah satu kelompok tersebut sama besar. Pada tahap ini juga dilakukan undian sama seperti pada langkah-langkah untuk mendapatkan sampel (random sampling). Dengan cara tersebut didapatkan 80 sampel untuk setiap kelompok. Dengan demikian hanya kesempatan, yang dijadikan satu-satunya faktor bagi siswa untuk dapat dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini.

Setelah itu dilakukan tes kemampuan motorik dari Kirkendall (1980:323-328) untuk menentukan sub-sub kelompok yang terdiri dari subyek yang memiliki kemampuan motorik tinggi dan rendah. Dari jumlah populasi yang ada, siswa di kelompokkan berdasar prosentase yaitu, 27% untuk batas atas yang mewakili kelompok kemampuan motorik tinggi dan 27% batas bawah yang mewakili kelompok kemampuan motorik rendah (Verducci, 1980:176-177). Dengan cara ini didapatkan 40 sampel untuk masing-masing kelompok perlakuan yang terdiri dari 20 sampel dengan skor kemampuan motorik tertinggi dan 20 sampel dengan skor

kemampuan motorik terendah. Sedangkan anggota sampel yang skornya berada diantara kedua kategori tersebut tidak dilibatkan dalam penelitian. Secara keseluruhan jumlah sampel penelitian yang terlibat adalah 80 siswa, yang terbagi ke dalam 4 sub-kelompok (sel) perlakuan. Yaitu dua kelompok untuk model pembelajaran koooperatif (kemampuan motorik tinggi dan rendah), dan dua kelompok untuk model pembelajaran kompetitif (kemampuan motorik tinggi dan rendah). Adapun hasil penentuan hasil sampel penelitian dapat dilihat pada Tabel 3.1. sebagai berikut.

Tabel 3.1. Pengelompokkan Sampel Eksperimen

Model Pembelajaran (A)	Model Pembelajaran Kooperatif (A1)	Model Pembelajaran Kompetitif (A1)
Kemampuan motorik (B)		
Tinggi (B1)	20	20
Rendah (B2)	20	20

D. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Perindustrian Angkatan Darat (PINDAD) I, II, dan III yang berlokasi di Jalan Papanggungan Kecamatan Kiaracondong, Kota Bandung, Provinsi Jawa Barat. Penetapan tempat

penelitian di sekolah ini didasarkan pada informasi bahwa siswa-siswa di sekolah ini memiliki *self-esteem* yang cukup konsisten, sebagai akibat dari lingkungan kedisiplinan anggota ABRI. Selain itu, lingkungan sekolah pun didukung oleh infrastruktur yang mendukung terhadap pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah, baik dari sumber daya manusianya, sarana bangunan fisik, maupun fasilitas dan peralatan pengajaran pendidikan jasmani.

Pelaksanaan penelitian dilakukan selama enam bulan, jumlah pertemuan sebanyak 24 pertemuan, dengan frekuensi perlakuan satu minggu satu kali pertemuan sesuai dengan jadwal pelajaran pendidikan jasmani di sekolah tersebut. Hal ini dilakukan dengan alasan; *Pertama*; agar tidak mengganggu proses belajar-mengajar pada sekolah tersebut. *Kedua*, agar siswa tidak merasa sedang diteliti. Penelitian dilakukan sejak tanggal 1 April 2008 sampai dengan tanggal 4 November 2008.

Pelaksanaan penelitian dimulai dengan uji coba instrumen penelitian yang dilakukan untuk menguji kelayakan alat ukur yang digunakan dalam penelitian dan pengembangan alat ukur *self-esteem* siswa sekolah dasar.

E. Teknik Pengumpulan Data

Sesuai dengan variabel yang diteliti, terdapat dua macam data yang harus dikumpulkan, yaitu: (1) Data kemampuan motorik, dan (2) Data tentang *self-esteem*. Data kemampuan motorik digunakan untuk mengelompokkan kemampuan motorik tinggi dan kemampuan motorik rendah. Data kemampuan motorik ini diambil sebelum perlakuan diberikan dan dikumpulkan dengan

instrumen pengukuran kemampuan motorik dari Arnheim dan Sinclair (1975; dalam Kirkendall, 1980:321). Data tentang *self-esteem* diambil sebelum perlakuan dan setelah 24 kali pertemuan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan *Measuring Self-esteem in Children* (Haywood, 1986:317), kemudian dibuat angket yang dikembangkan oleh peneliti.

Dengan demikian penelitian ini menggunakan dua macam instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data, yaitu (1) tes kemampuan motorik, untuk mengukur kemampuan motorik tinggi dan rendah, dan (2) instrumen pengukuran *self-esteem*, untuk mengukur tingkat *self-esteem*.

F. Instrumen Penelitian

1. Konsep yang mendasari penyusunan instrumen.

Penelitian mengenai pengaruh pendekatan pembelajaran dan kemampuan motorik terhadap *self-esteem* ini, setidaknya diperlukan dua instrumen pengukuran dan dua pendekatan pembelajaran sebagai bentuk perlakuan. Instrumen pengukuran digunakan untuk mendapatkan tingkat kemampuan motorik dan *self-esteem*. Sedangkan dua model pembelajaran yaitu: a. model pembelajaran kooperatif (*cooperative learning model*) dari Metzler (2000:220), dan b. model pembelajaran kompetitif (*competitive learning*) dari Werner (1979:6-7). Dua model pembelajaran inilah yang akan dibandingkan pengaruhnya dan digunakan sebagai perlakuan terhadap unit eksperimen. Dengan kata lain, kedua model pembelajaran tersebut dijadikan kondisi eksperimen yang akan diterapkan pada unit eksperimen dalam ruang lingkup desain yang dipilih. Aspek

yang dikaji untuk masing-masing instrumen disesuaikan dengan kajian teoretis dan definisi operasional masing-masing variabel.

Sesuai dengan konsep kemampuan motorik yang ditujukan untuk mengukur kemampuan motorik siswa sekolah dasar dalam menampilkan keterampilan gerak dan aktivitas fisik secara keseluruhan, maka tes yang digunakan adalah tes kemampuan motorik untuk siswa sekolah dasar yang dikembangkan oleh Arnheim dan Sinclair (1975; dalam Kirkendall, 1980:321). Tes ini terdiri atas tujuh item tes yaitu: a. melempar pada sasaran atau target (target throwing), b. Kelentukan tolok dan tungkai bagian belakang (back and hamstring), c. melompat jauh ke depan tanpa awalan (standing long jump), d. telungkup langsung bangun (face down to standing), e. push up pada kursi (chair push-up), f. kesetimbangan statis (static balance), dan g. kelincahan lari (run agility).

Pengetesan dilakukan pada hari Selasa tanggal 1 April 2008 mulai pukul 07.00 sampai pukul 11.00 Waktu Indonesia Barat di kompleks Sekolah Dasar PINDAD Kota Bandung.

Self esteem dikonsepsikan sebagai indikator yang ditujukan untuk mengecek manipulasi faktor pengajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. Mengukur *self esteem* tidak dapat langsung diukur dengan tes keterampilan gerak, seperti mengukur hasil lompatan, mengukur kekuatan fleksibilitas. Tetapi mengukur *self esteem* diukur dengan alat ukur berupa kuesioner atau angket yang komponen-komponennya telah disusun oleh Haywood (1986:317) dan Harter (1985:94) yang terdiri dari enam komponen, yakni: a. *scholastic competence* (kemampuan

akademik), b. *social acceptance* (penerimaan sosial), c. *athletic competence* (kemampuan berolahraga), d. *physical appearance* (penampilan fisik), e. *behavioral conduct* (perilaku yang bermakna), f. *self-worth* (kebermaknaan diri). Mengacu kepada enam komponen tersebut disusunlah angket oleh peneliti dengan setiap komponen terdiri dari 15 option. Untuk memvalidasi angket, peneliti melakukan beberapa kali uji coba angket tersebut sehingga diperoleh angket yang peneliti anggap tepat untuk mengukur *self esteem* siswa Sekolah Dasar kelas V, yang berusia sekitar 11 tahun.

a. Pengembangan Spesifikasi Instrumen Penelitian

Lima hal pokok yang dikembangkan dalam spesifikasi instrumen penelitian adalah: subjek, tujuan, model skala, kisi-kisi, dan waktu. Subjek adalah dua kelompok peserta didik atau siswa sekolah dasar kelas 5 Sekolah Dasar Negeri PINDAD Kota Bandung.

Pengukuran didasarkan pada tujuan untuk mengetahui perbedaan proses model pembelajaran kooperatif dan model pembelajaran kompetitif diantara kedua kelompok kemampuan motorik tinggi dan rendah. Model skala yang digunakan adalah model yang itemnya diberi skor dikotomis dan setiap pernyataan dibedakan menjadi pernyataan positif dan negatif. Adapun kisi-kisi dibuat untuk menetapkan konstruksi psikologis yang hendak diukur dan berfungsi sebagai pedoman penulisan butir-butir pertanyaan. Kisi-kisi dapat dilihat di Tabel 3.2.

Tabel 3.2.

Kisi-kisi Pengaruh model Pendekatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Self-esteem

Variabel	Sub variabel	Indikator
<p>Self esteem is your personal judgment of your own capability, significance, success, and worthness, and you convey it to others in words and in actions (Coopersmith; 1967, dalam Haywood 1993: 313).</p> <p>Jika diubah kedalam Bahasa Indonesia, self-esteem adalah penilaian personal tentang kapabilitas diri, signifikansi diri, keberhasilan diri, nilai diri, dan kesesuaian diri dengan kenyataan yang ada. (Coopersmith; 1967, dalam Haywood 1993: 313).</p>	1) kompetensi skolastik	Belajar Bekerja Membaca Menulis Mengingat Menyelesaikan Pandai Terampil Rajin Tekun
	2) kompetensi keolahragaan	Menangkap Melempar Berguling Menendang Berlari Melompat Menggiring bola Berloncat Menggantung Memukul
	3) kompetensi sosial	Berkomunikasi Bergaul Berteman Menyukai teman Disukai guru Meminta maaf Mudah marah Menolong teman Mengatasi kesedihan Menyapa teman
	4) penampilan fisik	Badan kuat Kulit halus Wajah menarik Rambut indah Mata bercahaya Berjalan tegap Kaki indah Energik Lentur Perut langsing

Tabel 3.2. (Lanjutan)

Kisi-kisi Pengaruh model Pendekatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Self-esteem

Variabel	Sub variabel	Indikator
	Tata Perilaku	Jujur Menepati janji Amanah Menolong Memperbaiki kesalahan Menerima akibat Hidup hemat Mematuhi guru Sopan Hormat Memberi salam Peduli teman
	Kebermaknaan Diri	Beribadah Memberi manfaat Berbagi ilmu Mendoakan teman Patuh beragama Berbakti pada orangtua Berguna Beprestasi Belajar serius Memotivasi diri

3. Penulisan butir pernyataan

Respon yang diharapkan oleh responden adalah derajat atau ketidaksesuaian dalam lima alternatif secara dikotomis. Yaitu mengarah ke angka yang lebih kecil atau ke arah angka yang lebih besar (1-2-3-4-5). Menurut Handayani dan Singarimbun (1997) ada beberapa petunjuk praktis yang harus diperhatikan ketika merumuskan butir pernyataan; yaitu; (1) gunakan kata yang sederhana dan dimengerti oleh setiap subjek. (2) usahakan supaya pernyataan jelas dan khusus (3) hindarkan pernyataan yang memiliki lebih dari satu pengertian dan

mengandung sugesti, (4) pernyataan harus berlaku bagi semua responden. Sesuai dengan petunjuk ini, maka setiap butir pernyataan dirumuskan dalam suatu kalimat yang sederhana, jelas, tegas, dan spesifik. Perumusan tiap butir kemampuan pernyataan disesuaikan dengan perkiraan kemampuan verbal responden dalam menangkap maksud dari setiap butir pernyataan tersebut.

4. Penelaahan butir pernyataan

Penelaahan butir-butir pernyataan dilakukan secara kualitatif oleh para profesional yang dalam hal ini melibatkan dua orang dosen SPS UPI, seorang guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, dan seorang guru Bahasa Indonesia Sekolah Dasar. Penelaahan dilakukan dalam bentuk penelusuran butir pernyataan secara memadai atau tidak memadai.

5. Uji coba dan analisis hasil uji coba

Pelaksanaan uji coba dimaksudkan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen penelitian yang telah disusun, sehingga diketahui layak tidaknya alat ukur tersebut dipergunakan sebagai alat pengumpul data. Uji coba pertama dilaksanakan pada hari Senin tanggal 3 Desember 2007, pukul 07.00 sampai pukul 08.30. Uji coba yang kedua dilaksanakan pada hari Senin tanggal 5 Maret 2008. Pukul 07.00 sampai pukul 08.30. Uji coba melibatkan sekitar 32 orang siswa kelas V SD N Babakan Sari, yaitu siswa di luar lingkungan sekolah objek penelitian.

6. Penentuan Validitas dan reliabilitas

Uji validitas berarti menguji relevansi dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi alat ukurnya. Instrumen ukur dikatakan valid bila alat

tersebut mampu menjalankan fungsi ukurnya akan memberikan hasil ukur sesuai dengan maksud pengukuran tersebut (Azwar; 1997).

Jenis validitas yang dicermati dalam angket ini adalah validitas isi dan butir. Penelaahan validitas isi dilakukan melalui analisis rasional atau melalui *professional judgment*. Tujuannya untuk mengetahui kesesuaian item-item tes yang dibuat mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur.

Adapun uji validitas butir bertujuan untuk mengetahui apakah item yang digunakan baik atau tidak. Cara pengujiannya dilakukan dengan mengkorelasikan skor tiap-tiap item dengan skor total. Indeks koefisien korelasi yang tinggi menunjukkan kesesuaian antara fungsi-fungsi butir item dengan fungsi angket keseluruhan. Teknis analisis yang digunakan untuk menguji validitas butir adalah korelasi Product Moment dari Pearson. Sistem komputasinya dilakukan dengan bantuan komputer menggunakan program SPSS *release 14 for Windows*. Kaidah pengujiannya adalah item dinyatakan valid jika indeks koefisien korelasi yang diperoleh $\geq 0,367$. Sebaliknya jika $< 0,367$ maka dinyatakan gugur. Setelah dianalisis, dari 90 item pernyataan yang diuji cobakan terdapat 60 item yang dinyatakan gugur dan sisanya sebanyak 30 butir dinyatakan valid, ini merupakan uji coba instrumen yang pertama. Tabel 4 menyajikan setiap komponen hasil uji coba instrumen yang pertama.

Tabel 3.3. Butir Pernyataan yang Valid pada setiap Dimensi Variabel Hasil Uji Coba ke I

Jenis dan dimensi Variabel	Nomor Pernyataan	Jumlah Pernyataan Valid
Kemampuan Akademik (scholastic Competence)	2,4	2
Kemampuan Berolahraga (Athletic Competence)	1,2,6,7,8,9	6
Penerimaan Sosial (Social Acceptance)	1,5,7,8,10,12	6
Penampilan Fisik (Physical Appearance)	3,6,7,9,10	5
Perilaku (Behavioral Conduct)	1,4,6,7,11,12,13	7
Kebermaknaan Diri (Self Worth)	2,6,11,12	4
	Jumlah	30

Selanjutnya, semua item yang gugur diperbaiki redaksinya atau kalimatnya dan tujuan yang dimaksud responden. Setelah diperbaiki item yang gugur tersebut diuji cobakan lagi berikut item yang sudah valid. Seperti pengujian validitas yang pertama, pada uji validitas yang kedua juga digunakan korelasi *Product Moment* dari Pearson. Begitu juga sistem komputasinya dilakukan dengan bantuan komputer menggunakan program *SPSS release 10 for Windows*. Kaidah pengujiannya adalah item dinyatakan valid jika indek koefisien korelasi yang diperoleh lebih besar dari 2,12. Sebaliknya jika lebih kecil dari 2,12 maka dinyatakan gugur. Setelah di analisis, dari 90 item pernyataan yang diuji cobakan terdapat 5 item yang dinyatakan gugur dan sisanya sebanyak 85 item dinyatakan valid. Semua item yang valid digunakan dalam analisis data selanjutnya. Tabel 5 menyajikan item pernyataan yang valid untuk setiap komponen.

Tabel 3.4. Butir Pernyataan yang Valid pada Setiap Dimensi Variabel Hasil Uji Coba ke II

Jenis dan dimensi Variabel	Nomor Pernyataan	Jumlah Pernyataan Valid
Kemampuan Akademik (scholastic Competence)	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15	15
Kemampuan Berolahraga (Athletic Competence)	1,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15	12
Penerimaan Sosial (Social Acceptance)	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15	15
Penampilan Fisik (Physical Appearance)	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15	15
Perilaku (Behavioral Conduct)	1,2,3,4,5,6,8,9,10,11,13,14,15	13
Kebermaknaan Diri (Self Worth)	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15	15
	Jumlah	85

Penentuan reliabilitas instrumen penelitian dimaksudkan untuk memperoleh ketetapan atau keajegan instrumen penelitian dalam mengukur apa yang hendak diukur sehingga instrumen tersebut dapat digunakan. Prosedur pengujiannya dilakukan dengan menggunakan pendekatan konsistensi internal. Penghitungan koefisien reliabilitasnya dilakukan dengan menggunakan formula koefisien Test dan Retest. Setelah dianalisis diperoleh indeks koefisien reliabilitas sebesar 0,681. Tabel 6 menyajikan hasil penghitungan reliabilitas angket self esteem.

Tabel 3.5. Hasil Penghitungan Reabilitas Angket Self-Esteem

	Test 1	Test 2
Test 1 Pearson Corelation	1000	078
Sig (2- tailed)		.681
N	30.000	30
Test 1 Pearson Corelation	.078	1000
Sig (2- tailed)	.681	
N	30	30.000

G. Prosedur Eksperimen

Pelaksanaan penelitian dibagi menjadi beberapa tahapan dimulai dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir. Tahap persiapan terdiri dari kegiatan penelitian, penyeleksian subjek, dan kemampuan motorik. Tahap pelaksanaan adalah tahap pemberian perlakuan atau manipulasi, sedangkan Tahap akhir berisi kegiatan pengecekan manipulasi dan pelaksanaan tes akhir.

1. Tahap persiapan

a. Tahap pra penelitian

Pra penelitian yang dimaksud adalah eksperimen awal sebelum eksperimen yang sesungguhnya dilakukan, karena itu disebut juga pra eksperimen. Sub tahap ini dilakukan untuk kepentingan uji coba angket *self esteem*. Bahan ajar yang diberikan pada subjek tidak keluar dari aturan dan materi yang ada dalam kurikulum. Penekanan pembelajaran adalah model pembelajaran kooperatif dan model pembelajaran kompetitif. Pelaksanaan pembelajaran disesuaikan dengan kurikulum tingkat satuan pendidikan yang berlaku di tingkat sekolah dasar. Sedangkan subjek penelitian adalah subjek uji coba sebanyak 30 orang.

b. Tahap penyeleksian subjek

Sekolah yang ditetapkan sebagai lokasi penelitian memiliki karakteristik berdekatan dengan kompleks kemilitieran, sehingga cenderung para siswanya memiliki tingkat kedisiplinan, yang diduga berkaitan dengan self-esteem siswa. Penetapan pada Sekolah Dasar Negeri Perindustrian Angkatan Darat (PINDAD), yang berlokasi di Jalan Papanggungan, dan berada di lokasi Perindustrian Angkatan Darat, Kecamatan Kiaracondong, Kota Bandung juga didasarkan pada kelengkapan sarana-prasaran dan peralatan pengajaran pendidikan jasmani yang cukup lengkap. Sekolah Dasar Negeri PINDAD I, PINDAD II, dan PINDAD III memiliki siswa enam kelas V yang dapat dijadikan populasi (240 orang). Karakteristik subjek penelitian yang diinginkan yakni kelas lima dan berusia antara 10 – 12 tahun, jenis kelamin putra dan putri, yang ditetapkan melalui teknik sampling acak sederhana sebanyak 80 orang. Hal ini ditetapkan setelah di uji dengan tes kemampuan motorik. Hasil tes dibagi dua kelompok yaitu 40 orang yang memiliki kemampuan motorik tinggi dan 40 orang yang memiliki kemampuan motorik rendah. Dari 40 orang subjek yang memiliki kemampuan motorik tinggi kemudian dibagi dua kelompok menjadi 20 orang untuk belajar pendidikan jasmani melalui model pembelajaran kooperatif, dan 20 orang subjek belajar pendidikan jasmani melalui model pembelajaran kompetitif. Begitu juga 40 orang subjek yang memiliki kemampuan motorik rendah, juga dibagi kedalam dua kelompok. Sebanyak 20 orang belajar pendidikan jasmani melalui model pembelajaran kooperatif, dan 20 orang lagi belajar pendidikan jasmani melalui model pembelajaran kompetitif.

c. Pemberian Perlakuan

Setelah ditetapkan 80 subjek penelitian, kemudian langkah selanjutnya adalah mengelompokkannya menjadi empat kelompok eksperimen (empat sel) dengan prosedur ranking kemampuan motorik siswa untuk mendapatkan setiap kelompok terdiri atas 20 orang. Kondisi eksperimen di dasarkan pada dua kategori kemampuan motorik, yaitu kemampuan motorik tinggi dua kelompok eksperimen. Satu kelompok belajar pendidikan jasmani melalui model pembelajaran kooperatif (*cooperative learning*). Satu kelompok lagi belajar pendidikan jasmani melalui model pembelajaran kompetitif (*competitive learning*). Demikian juga kelompok kemampuan motorik rendah. Satu kelompok belajar pendidikan jasmani melalui model belajar kooperatif (*cooperative learning*). Sedangkan satu kelompok lagi belajar pendidikan jasmani melalui mode belajar kompetitif (*competitive learning*). Semua kelompok memperoleh proses belajar pendidikan jasmani pada jadwal pelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar Negeri Perindustrian Angkatan Darat. Masing-masing kelompok diajar oleh Guru Pendidikan Jasmani yang sudah biasa mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah tersebut, tetapi sudah mendapatkan pengarahan tentang pembelajaran kooperatif dan kompetitif. Tempat pembelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan di lapangan dan halaman sekolah milik Sekolah Dasar Negeri PINDAD. Perlakuan diberikan satu minggu satu kali, setiap pertemuan 2 X 35 menit. Perlakuan dilaksanakan selama 5 bulan, dengan rincian seperti disajikan pada tabel 7 berikut ini. Pembelajaran memperhatikan panduan, berupa orientasi sentuhan emosional, pengendalian emosional, dan pengembangan emosional.

Tabel 3.6. Tahap dan Waktu Pelaksanaan Penelitian

Tahap Perlakuan	Waktu Pelaksanaan																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Tes Kemampuan Motorik	X																	
Tes Awal	X																	
Perlakuan		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Tes Akhir																		X

Tes kemampuan motorik bertujuan untuk menentukan subjek yang memiliki motorik tinggi dan subjek memiliki motorik rendah.

Tahap tes awal yaitu subjek mengisi angket yang sudah baku, sehingga diperoleh data awal atau data sebelum perlakuan.

Tahap perlakuan adalah pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani selama 18 minggu. Materi pembelajaran disampaikan oleh guru pendidikan jasmani di sekolah dasar negeri PINDAD tersebut. Ke empat orang guru Pendidikan jasmani itu memiliki latar belakang pendidikan yang sama yaitu lulusan Sekolah Guru Olahraga (SGO). Guru-guru tersebut juga saat penelitian ini dilakukan sedang menjalani kuliah Program S-1 di Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) kajian Pendidikan Jasmani, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (FPOK), Universitas Pendidikan Indonesia.

Bahan ajar atau materi pelajaran berupa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang disusun oleh peneliti, untuk 28 pertemuan terdapat pada bagian lampiran.

d. Tahap Akhir

Tes akhir untuk mengisi angket *self-esteem* diberikan pada hari Kamis tanggal 28 Agustus 2008, mulai pukul 07.00 sampai pukul 09.00 Waktu Indonesia Bagian Barat. Tes *self-esteem* dimaksudkan untuk mengukur tingkat *self-esteem* siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri PINDAD. Untuk melihat jadwal pertemuan pemberian perlakuan disajikan pada Tabel 8.

Tabel 3.7. Waktu Pelaksanaan Penelitian

Pertemuan ke-	Hari, Tanggal, Tahun	Kelompok	Keterangan
1	Selasa, 15 April 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 17 April 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
2	Selasa, 22 April 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 24 April 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
3	Selasa, 29 April 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Rabu, 30 April 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
4	Selasa, 6 Mei 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 8 Mei 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
5	Selasa, 13 Mei 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 15 Mei 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
6	Rabu, 21 Mei 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 22 Mei 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
7	Selasa, 27 Mei 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 29 Mei 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
8	Selasa, 3 Juni 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 5 Juni 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
9	Selasa, 10 Juni 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 12 Juni 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
10	Selasa, 17 Juni 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 19 Juni 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
11	Selasa, 24 Juni 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 26 Juni 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
12	Selasa, 1 Juli 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 3 Juli 2008	Motorik Rendah	Terlaksana

Tabel 3.7. Waktu Pelaksanaan Penelitian (Lanjutan)

Pertemuan ke-	Hari, Tanggal, Tahun	Kelompok	Keterangan
13	Selasa, 8 Juli 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 10 Juli 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
14	Selasa, 15 Juli 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 17 Juli 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
15	Selasa, 22 Juli 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 24 Juli 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
16	Selasa, 29 Juli 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 31 Juli 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
17	Selasa, 5 Agustus 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 7 Agustus 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
18	Selasa, 12 Agustus 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 14 Agustus 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
19	Selasa, 19 Agustus 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Kamis, 21 Agustus 2008	Motorik Rendah	Terlaksana
20	Senin, 25 Agustus 2008	Motorik Tinggi	Terlaksana
	Selasa, 26 Agustus 2008	Motorik Rendah	Terlaksana

H. Bahan Eksperimen

Bahan eksperimen adalah Rencana Pelaksanaan yang disusun oleh peneliti dan menjadi pegangan bagi para guru penjas. Materi perlakuan disesuaikan dengan materi yang ada dalam kurikulum. Untuk satu semester dibuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran untuk 16 sampai 20 pertemuan. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran untuk model pendekatan pembelajaran kooperatif dan untuk model pendekatan kompetitif dibuat berbeda secara pelaksanaan proses belajar mengajarnya. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran selengkapnya dapat dilihat pada bagian lampiran.

Bahan eksperimen pengembangan *self-esteem* melalui kegiatan aktivitas jasmani atau olahraga, baik secara kooperatif maupun kompetitif berlangsung selama 2 jam per minggu, 1 kali pertemuan setiap minggu, dan 1,5 jam di setiap

pertemuan. Selama perlakuan pembelajaran kooperatif dipilih tema, baik aktivitas bermain maupun pembelajaran permainan yang menyerupai cabang olahraga. Pada pembelajaran kompetitif sangat diutamakan aktivitas gerak yang dipelajari siswa dan dikemas dalam bentuk kompetisi, seperti format pertandingan.

Perlakuan dikenakan dengan memperhatikan tiga faktor utama pembelajaran, yaitu 1) *emotional attachment*; 2) *emotional control*; dan 3) *emotional development*. *Emotional attachment* lebih berkenaan dengan cara bersama guru pendidikan jasmani dan siswa melibatkan diri secara emosional ke dalam gerak atau aktivitas jasmani yang dipelajari. Dalam bahasa psikologi olahraga sering disebut sebagai “*tune-in*”, yaitu ibarat seseorang yang memposisikan gelombang radio sedemikian sehingga suara yang didapat bersih dan terdengar jelas, sebagai akibat dari tepatnya posisi gelombang radio tadi. Demikian juga ketika siswa akan melakukan tugas gerak, emosional siswa perlu digugah atau ditumbuhkan dengan tuntutan tugas yang sedang dipelajarinya. Teknik yang dilakukan bisa berupa gugahan, rangsangan, motivasi, atau dorongan, sehingga siswa menjadi terlibat terhadap tugas gerak yang dilakukannya. Pada faktor ini juga diarahkan motivasi dan kesenangan siswa yang terpusat pada tugas gerak yang harus dan perlu dilakukan dalam mewujudkan gerak. Segenap emosi siswa ditujukan pada tugas gerak yang ditampilkan, bukan hanya mengundang siswa untuk tersentuh emosinya dan mengenal situasi pembelajaran tetapi juga mampu menggunakan segenap potensi emosional untuk mewujudkan tampilan gerak yang diinginkan.

Emotional Control, berkaitan dengan kemampuan siswa melibatkan diri secara kognitif-afektif terhadap tugas gerak yang akan dilakukannya. Perlibatan kognitif ini diarahkan untuk menjaga keterhubungan emosi dengan tugas gerak yang sedang ditampilkannya. Siswa perlu memelihara kegiatan fisik yang dilakukan agar senantiasa seluruh potensi tubuh dan keterampilan yang dimiliki siswa mampu dicurahkan untuk melakukan tugas gerak yang dibebankan. Siswa juga diminta untuk responsif terhadap variasi tugas dan tantangan gerak yang dihadapkannya. Dalam kaitan ini, guru memberikan tahapan belajar gerak dan memperkaya cakrawala gerak yang perlu dimiliki siswa. Guru juga memberikan masalah-masalah gerak kepada siswa dengan cara membuat variasi atau bahkan memodifikasi situasi belajar gerak yang berisikan tantangan gerak yang perlu dipecahkan oleh siswa.

Emotional development adalah kemampuan siswa mengembangkan tugas gerak yang sedang dipelajarinya agar menjadi lebih bermakna secara kontekstual dengan kenyataan diri di lapangan dan kehidupan kesehariannya. Siswa mengembangkan kemampuan emosinya dalam kaitan untuk menilai dan memposisikan diri sebagai seseorang yang memiliki *self-esteem* tertentu. Teknik yang dapat dilakukan dengan cara mencari hubungan interaksi antara tugas gerak dengan pengalaman hidup. Selain itu, secara kualitas, siswa juga mengembangkan tugas gerak yang dipelajarinya itu. Pada tahapan akhir ini siswa dituntut untuk lebih kreatif dalam menciptakan bentuk-bentuk gerak yang bisa mengatasi semua masalah gerak yang dihadapi. Para siswa dituntut untuk membuat alasan-alasan,

justifikasi dan refleksi, tentu dibantu oleh gugahan dari gurunya, untuk senantiasa secara kritis menjawab semua permasalahan dan tantangan gerak.

Bersamaan dengan tiga faktor pembelajaran tadi, pengajaran kooperatif dan kompetitif diduga mampu menumbuhkan *self-esteem* siswa. Keterlibatan secara emosional diprediksi dalam mempengaruhi cara bagaimana siswa menilai dan memposisikan diri dalam kehidupannya. Melalui pembelajaran yang berorientasi pada keberhasilan penampilan tugas gerak dan tercapainya tingkatan kompetensi fisik siswa, baik dengan cara saling menghargai, menghormati, membantu, memotivasi dan bekerjasama diantara sesama siswa serta melalui unjuk keberhasilan, kebolehan, kelebihan, keunggulan, dan kepercayaan diri akan berdampak pada tingkatan *self-esteem* tertentu. Selanjutnya, gambaran proses pelaksanaan ini diwujudkan dalam bentuk rencana pembelajaran *self-esteem* melalui aktivitas jasmani sebagaimana uraian di bawah ini.

Sebelum Rencana Pelaksanaan Pembelajaran disusun, terlebih dahulu dibuat panduan untuk penjelasan pelaksanaan proses belajar mengajar. Panduan untuk proses pembelajaran kooperatif tentu berbeda dengan panduan untuk proses pembelajaran kompetitif. Rumusan penyusunan panduan memperhatikan karakteristik yang menonjol pada setiap ciri belajar utamanya. Sebagai contoh, pembelajaran kooperatif sangat menekankan pada pengembangan keterampilan sosial. Pembelajaran kooperatif mengutamakan pada upaya bersama siswa dalam meraih tujuan pendidikan secara bersama-sama. Panduan pembelajaran kooperatif adalah sebagai berikut:

- I. Pembelajaran kooperatif adalah: Pembelajaran yang menekankan kerja sama antar siswa dalam meraih tujuan pelajaran.
- II. Tujuannya adalah meraih nilai kerja sama (kolektif).
- III. Ciri-ciri Proses Belajar Mengajar pada pembelajaran kooperatif adalah:

saling menghargai (seperti: siswa menghargai keputusan teman untuk mengejar ikan yang akan ditangkap), saling menghormati (seperti: dalam permainan siswa tidak diperkenankan saling mengejek atau mencemoohkan teman yang terbatas kemampuannya), saling membantu (seperti: mempersempit gerak ikan ketika akan ditangkap dalam permainan jala-ikan), saling memotivasi (seperti: satu siswa dengan siswa lain saling mendukung dan memberikan semangat), bekerjasama (seperti: bekerja bersama-sama untuk menjala ikan saat permainan jala-ikan).
- IV. Unsur-Unsur Pembelajaran Kooperatif, meliputi pembentukan kelompok atau tim dengan ciri terbentuknya komitmen bersama untuk belajar secara bersama pula; memberikan kebebasan positif dicirikan oleh hadirnya ekspresi diri dan pengakuan teman sebagai wujud sikap toleran; memberikan tanggungjawab individual dicirikan oleh kesedian memberi dan menerima hak dan kewajiban teman sebagai anggota kelompok; mengarahkan keterampilan kolaboratif dicirikan oleh sikap sinergistik dan bahu-membahu dalam meraih tujuan kelompok.
- V. Keterlibatan siswa. Proses belajar mengajar pendidikan jasmani melalui pembelajaran kooperatif, dilengkapi dengan tugas gerak dari guru yang harus dilakukan oleh siswa. Tugas gerak tersebut harus dapat mempengaruhi siswa

sebagai berikut: siswa menerima tugas gerak, siswa merespon tugas gerak, siswa menilai tugas gerak, siswa mengkristalisasi tugas gerak.

VI. Evaluasi *self-esteem* melalui penyebaran angket.

Panduan Pembelajaran Kompetitif (Competitive Learning).

- I. Pembelajaran kompetitif: adalah Pembelajaran yang menekankan pada persaingan atau kompetisi antar siswa dalam meraih tujuan pengajaran.
- II. Tujuannya meraih nilai-nilai persaingan (individu).
- III. Ciri-ciri Proses Belajar Mengajar Pembelajaran kompetitif adalah: keunggulan diri (seperti: unggul dari kelebihan orang lain), unjuk diri (seperti: memperlihatkan diri sebagai pribadi unggul), kebolehan diri (seperti: menunjukkan persaingan), kelebihan diri (seperti: pernyataan diri dapat melebihi kemampuan orang lain), dan kemenangan diri (seperti: peraih kemenangan tanpa kesombongan dan melecehkan orang lain). Ciri-ciri tersebut merupakan bagian dari komponen-komponen *self-esteem*.

Dalam proses belajar mengajar dengan menggunakan pembelajaran kompetitif tetap ada tugas gerak dari guru yang harus dilakukan oleh siswa. Tugas gerak tersebut harus membangkitkan sentuhan emosional siswa dan melibatkan siswa dalam proses ajar. Ada lima hal yang harus diperhatikan oleh guru pendidikan jasmani dalam memberikan tugas gerak kepada siswa, yaitu: - siswa menerima tugas gerak. Siswa diharapkan untuk merespon tugas gerak, menilai tugas gerak, mengendalikan tugas gerak, dan siswa mengkristali tugas gerak. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dituangkan pada Tabel 3.8.-3.11.

Tabel 3.8.
Inti Pengajaran Kooperatif dalam Pengembangan Self Esteem
melalui Kegiatan Olahraga Permainan

Materi Pembelajaran Olahraga Permainan	Menghargai	Menghormati	Membantu	Memotivasi	Bekerjasama
Permainan Menyerupai Sepak Bola	Siswa menghargai teman dan lawan bermain.	Siswa menghormati tugas dan peran pemain baik sebagai lawan maupun kawan.	Siswa membantu kemudahan memasukan bola ke gawang lawan	Siswa saling memotivasi untuk keberhasilan tugas dan peran pemain.	Siswa bekerjasama bahu membahu membentuk tim yang padu.
Permainan Menyerupai Bola Voli	Siswa menerima dan mengakui teman bermain.	Siswa menghormati kawan bermain.	Siswa mempermudah teman melakukan permainan.	Siswa memberikan semangat pada kawan bermain.	Siswa melakukan kerjasama dalam pertahanan dan penyerangan.
Permainan Menyerupai Bola Basket	Siswa mengakui kesalahan yang dilakukan.	Siswa mentaati peraturan permainan yang berlaku.	Siswa membentuk tim yang padu dan solid.	Siswa memicu semangat bermain.	Siswa mengoper bola pada teman satu regu sebelum terjadi angka.
Permainan Menyerupai Bola Tangan	Siswa memperlakukan lawan sebagai teman bermain.	Siswa bertindak jujur dan sportif kepada lawan bermain.	Siswa memperpendek jarak lemparan.	Siswa dan membantu teman yang kesulitan melakukan lemparan	Siswa melakukan lempar tangkap bola tanpa mendapatkan kesulitan.
Permainan Kejar-Kejaran	Siswa dapat saling menghargai keputusan teman untuk mengejar atau dikejar.	Siswa harus dapat menghormati peran masing-masing.	Siswa saling membantu mempermudah penangkapan sasaran.	Siswa saling memberi motivasi untuk dapat menyentuh target pengejaran.	Siswa saling bekerjasama dalam upaya mengejar target sampai tersentuh tubuhnya.
Permainan Menyerupai Atletik	Siswa berlari melintasi rintangan dengan tertib dan teratur.	Siswa menghormati kehadiran teman bermain.	Siswa membantu teman yang mengalami kesulitan.	Siswa memicu kemampuan teman bermain.	Siswa bekerjasama menampilkan keterampilan yang ditetapkan.
Permainan Menyerupai Bulutangkis	Siswa menghargai lawan sebagai kawan bermain.	Siswa memberi kesempatan lawan untuk jeda istirahat.	Siswa membetulkan gerak memukul bola yang keliru.	Siswa menyemangati kawan bermain.	Siswa menunjukkan usaha bersama agar shuttlecock jatuh di lapangan lawan.
Permainan Menyerupai Softball	Siswa menghargai peran dan tugas ketika bermain.	Siswa tidak melecehkan lawan bermain.	Siswa menolong teman bermain agar mampu memukul lemparan bola.	Siswa memberikan dukungan pada teman agar berhasil mencapai homebase.	Siswa menunjukkan keterampilan lempar-tangkap tanpa ada kesalahan.

Tabel 3.9.

Contoh Program Pengajaran Pendidikan Jasmani
Pembelajaran Kooperatif dalam Pengembangan *Self-Esteem*

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani
Kelas/Semester : V dan VI/ Genap
Standar Kompetensi : Penanaman *Self-Esteem*

KOMPETENSI DASAR :

1. Siswa memiliki kompetensi dan keterampilan fisik.
2. Siswa memiliki kepercayaan diri.
3. Siswa memiliki *self-esteem*

TUJUAN : Menumbuhkan *self-esteem*.

INDIKATOR

1. Siswa menunjukkan sikap dan perilaku saling menghargai dan merasakan kehadiran siswa lain.
2. Siswa menunjukkan sikap dan perilaku keberupayaan terlibat aktif dalam aktivitas jasmani.
3. Siswa menunjukkan sikap dan perilaku pengerahan kemampuan diri.
4. Siswa menunjukkan sikap dan perilaku memotivasi diri.
5. Siswa mampu merefleksi sikap dan perilaku di luar kegiatan pendidikan jasmani.

MATERI POKOK : Permainan kejar-kejaran (*tag game*)

JUMLAH JAM PELAJARAN : 4 jam pelajaran

KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR : Pendekatan Pembelajaran Kooperatif

Kegiatan Guru	Kegiatan Siswa
<p>Pendahuluan: Guru mengelaborasi <i>self-esteem</i> mulai dari pengertian, faktor penentu, unsur pembentuk <i>self-esteem</i>, dan peran, fungsi, dan pentingnya <i>self-esteem</i>.</p>	<p>Siswa menjawab, berdiskusi, dan mengembangkan <i>self-esteem</i>.</p>

Tabel 3.9. (Lanjutan)

Kegiatan Guru	Kegiatan Siswa
<p>Kegiatan Aktivitas Jasmani: Guru memberikan penjelasan, pengorganisasian, pengaturan, dan contoh permainan kejar-kejaran, seperti:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjala Ikan 2. Ayam dan Musang 3. Boy-boyan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok jala dan kelompok ikan. 2. Kelompok jala tangannya berpegangan tangan dengan kuat, sedangkan kelompok ikan bertebaran di lapangan bermain. 3. Secara bersama-sama kelompok jala menangkap ikan dan ikan berusaha menghindari kelompok jala. 4. Jika ikan tertangkap maka jala semakin lebar untuk memudahkan penangkapan dan kemampuan kerjasama. 1. Sebagian besar siswa membuat kandang ayam dengan cara bergandengan tangan dalam bentuk lingkaran. 2. Tiga atau lima orang siswa berperan sebagai ayam di dalam lingkaran dan 1 atau 2 siswa berperan sebagai musang di luar lingkaran. 3. Ketika kandang terbuka, musang bisa menerobos masuk untuk menangkap ayam. 1. Siswa dibagi menjadi dua kelompok besar, satu kelompok pemain dan satu kelompok penjaga, yang bisa ditentukan dengan cara undian. 2. Kelompok pemain berusaha menghamburkan tumpukkan genting yang telah disusun sebelumnya sampai rubuh, setiap pemain diberi kesempatan 3x lemparan.

<p>4. Bebecaan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 3. Manakala susunan genting roboh, kelompok bermain berhamburan di sekitar lapangan bermain agar dapat menyusun kembali dan menghindari lemparan bola kelompok penjaga. 4. Jika kelompok pemain dapat dikenai lemparan bola, permainan bertukar peran tanpa diawali lemparan sampai satu kelompok dapat menyusun genting yang roboh tadi 5. Skor atau poin angka diperoleh terjadi ketika satu regu dapat menyusun genteng yang roboh dan permainan diawali dari lemparan. <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa diinstruksikan membuat kelompok kecil. Satu kelompok terdiri dari 3 orang. Dua orang jadi beca satu orang jadi penumpang. 2. Tukang beca tersebut berusaha mengambil dan mengantarkan penumpang / barang bawaan ke tempat yang telah ditentukan. 3. Dalam menyelesaikan tugasnya beca beca tersebut tidak boleh rusak sampai pada garis akhir. 4. Beca yang lain berusaha untuk menghambat perjalanan beca yang mengantar barang agar tidak sampai ke tujuan. Jika gagal atau rusak maka gantian tapi jika selamat mendapat poin atau menang.
<p>5. Kucing Gaet (Kucing Cantel)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa melakukan gambrel untuk menentukan siapa yang menjadi kucing yang pertama. 2. Kucing berusaha mencari teman dengan mengejar teman yang lain. 3. Jika ada yang kena berarti menjadi teman kucing dan membantu mengejar temannya yang lain. 4. Dalam pengejaran bisa dengan cara berpegangan tangan, bisa juga tidak tergantung kesepakatan. 5. Orang yang bertahan terakhir adalah orang yang dianggap pemenang.

Tabel 3.9. (Lanjutan)

Kegiatan Guru	Kegiatan Siswa
Penutup: Refleksi <i>self-esteem</i> dan kegiatan aktivitas jasmani dalam kehidupan keseharian siswa.	Siswa menjawab, berdiskusi, dan merefleksikan <i>self-esteem</i> untuk bekal keseharian hidup di masyarakat.
Evaluasi: Tes self esteem.	Siswa melakukan tes <i>self-esteem</i> .

Tabel 3.10.

Inti Pengajaran **Kompetitif** dalam Pengembangan *Self-Esteem* melalui Kegiatan Olahraga Permainan

Materi Pembelajaran Olahraga Permainan	Keunggulan Diri	Unjuk Diri	Kebolehan Diri	Kelebihan Diri	Kemenangan Diri
Permainan Menyerupai Sepak Bola	Siswa memperlihatkan kelebihan keterampilan bermain.	Siswa menunjukkan kemampuan bermain sepakbola	Siswa bersikap percaya diri tanpa melecehkan lawan bermain.	Siswa berperilaku lebih percaya diri daripada lawan bermain.	Siswa mengungguli daripada kemampuan lawan bermain.
Permainan Menyerupai Bola Voli	Siswa terampil dalam melakukan teknik dasar bermain bola voli.	Siswa memperlihatkan diri sebagai pemain berpenampilan baik.	Siswa dapat melakukan berbagai teknik dasar bermain bola voli.	Siswa memunculkan ego pribadi secara positif.	Siswa mengumpulkan point/angka terbanyak dari lawan bermain.
Permainan Menyerupai Bola Basket	Siswa berhasil melakukan lemparan ke basket.	Siswa menunjukkan berbagai gaya bermain secara positif.	Siswa dapat menerobos penjagaan lawan, berhasil mencetak angka.	Siswa memperlihatkan kepercayaan diri tanpa meremehkan lawan bermain.	Siswa dapat mencetak angka terbanyak dalam satu permainan atau pertandingan.
Permainan Menyerupai Bola Tangan	Siswa mampu menggiring bola dari lapangan sendiri sampai lapangan lawan.	Siswa dapat melakukan lempar-tangkap bola diantara kawan bermain.	Siswa menunjukkan kekuatan dan kecepatan lempar, tangkap dan berlari.	Siswa terampil melakukan berbagai macam lemparan dan tangkapan.	Siswa mampu meraih angka demi angka, lebih banyak dari perolehan angka lawan.
Permainan Kejar-kejaran	Siswa mampu menyentuh tubuh lawan tanpa kesombongan.	Siswa dapat memperlihatkan kecepatan lari dan mengejar lawan.	Siswa memperlihatkan kecepatan lebih dari kemampuan lawan bermain.	Siswa berhasil mengejar kecepatan lari lawan bermain.	Siswa dapat menggapai garis finish lebih dahulu daripada lawan bermain.
Permainan Menyerupai Atletik	Siswa berlari lebih cepat dari lawan bermain.	Siswa mampu melemparkan benda lebih jauh dari lemparan lawan bermain.	Siswa menunjukkan keberhasilan lompatan yang lebih jauh dari lompatan lawan bermain.	Siswa mampu melakukan berbagai teknik lari daripada teknik lawan bermain.	Siswa memenangkan lomba lari jarak menengah.

Tabel 3.10. (lanjutan)
Inti Pengajaran **Kompetitif** dalam Pengembangan Self Esteem
melalui Kegiatan Olahraga Permainan

Materi Pembelajaran Olahraga Permainan	Keunggulan Diri	Unjuk Diri	Kebolehan Diri	Kelebihan Diri	Kemenangan Diri
Permainan Menyerupai Bulutangkis	Siswa dapat melakukan pukulan lebih baik dari lawan bermain.	Siswa mampu menunjukkan pukulan smash menemukik ke daerah permainan lawan.	Siswa mampu memperlihatkan gaya bermain secara sportif dan <i>fair</i> .	Siswa dapat melakukan teknik pukulan yang menyulitkan lawan.	Siswa mampu memenangkan pertandingan antar pemain dalam satu sekolah.
Permainan Menyerupai Softball	Siswa mampu melempar, menangkap, dan memukul bola.	Siswa memperlihatkan pukulan keras jatuh jauh dari penjagaan lawan.	Siswa mampu memperlihatkan berbagai lemparan dan tangkapan dibandingkan lawan bermain.	Siswa menunjukkan keterampilan lebih unggul daripada keterampilan lawan bermain.	Siswa mampu melakukan pukulan terjauh dan behasil kembali ke homebase tanpa dapat dimatikan.

Tabel 3.11.
Program Pengajaran Pendidikan Jasmani
Pembelajaran Kompetitif dalam Pengembangan *Self-Esteem*

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani
Kelas/Semester : V dan VI/ Genap
Standar Kompetensi : Penanaman *Self-Esteem*

KOMPETENSI DASAR

1. Siswa memiliki kompetensi dan keterampilan fisik.
2. Siswa memiliki kepercayaan diri.
3. Siswa memiliki *self-esteem*

TUJUAN : Menumbuhkan *self-esteem*.

INDIKATOR

1. Siswa menunjukkan sikap dan perilaku saling menghargai dan merasakan kehadiran siswa lain.
2. Siswa menunjukkan sikap dan perilaku keberupayaan terlibat aktif dalam aktivitas jasmani.
3. Siswa menunjukkan sikap dan perilaku pengerahan kemampuan diri.
4. Siswa menunjukkan sikap dan perilaku memotivasi diri.
5. Siswa mampu merefleksi sikap dan perilaku di luar kegiatan pendidikan jasmani.

MATERI POKOK : Permainan kejar-kejaran

JUMLAH JAM PELAJARAN : 4 jam pelajaran

KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR : Kegiatan Pendekatan Pembelajaran Kompetitif dapat dilihat di Tabel 3.11. di bawah ini :

Tabel 3.11.

Kegiatan Pendekatan Pembelajaran Kompetitif

Kegiatan Guru	Kegiatan Siswa
<p>Pendahuluan: Guru mengelaborasi <i>self-esteem</i> mulai dari pengertian, faktor penentu, unsur pembentuk <i>self-esteem</i>, dan peran, fungsi, dan pentingnya <i>self-esteem</i>.</p>	<p>Siswa menjawab, berdiskusi, dan mengembangkan <i>self-esteem</i>.</p>
<p>Kegiatan Aktivitas Jasmani:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pencuri dan Polisi 2. Hijau-Hitam 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Polisi menangkap pencuri pada saat mengambil berlian, dan pencuri berlari di kejar polisi sampai pada batas aman yang telah ditentukan. 2. Jika dalam pengejaran, pencuri ditangkap polisi, maka peran bisa bergantian. 3. Polisi melakukan cara-cara tersulit dalam pengejaran dalam kondisi yang diciptakan. 4. Pencuri bisa melakukan gerakan tipuan sekedarnya untuk mendapatkan berlian. 1. Siswa dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok hijau dan kelompok hitam. 2. Kelompok hitam dan hijau posisi berdiri berdekatan. 3. Ketika disebutkan “hitam” maka kelompok hitam berlari ke arah belakangnya, dan kelompok “hijau” berlari mengejar “hitam”. 4. Jika kelompok yang berlari mampu menangkap kelompok lawannya, maka kelompok yang menangkap diberikan hadiah “digendong” dari batas rumah hijau ke rumah hitam. 5. Permainan dapat dipersulit, misalnya kedua kelompok berawal dari posisi jongkok, tidur, atau posisi lainnya.

Tabel 3.11. (Lanjutan)

Kegiatan Guru	Kegiatan Siswa
3. Bebentengan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa dibagi menjadi dua kelompok dan mendiami benteng masing-masing. 2. Bagi yang memenangkan undian, berhak melakukan pengejaran ke benteng lawan. 3. Benteng harus dipertahankan dari serbuan regu lawan. 4. Pemain yang keluar dari benteng dapat dikejar oleh pemain yang keluar kemudian dari bentengnya. Demikian selanjutnya. 5. Jika pemain dapat dikejar dan tertangkap, maka pemain yang bersangkutan membuat barisan untuk mendapatkan bantuan dari teman satu benteng. 6. Benteng yang pemainnya habis tertangkap oleh regu lawannya dianggap kalah, dan regu pemenang berhak mendapatkan hadiah “digendong” lawannya dari satu benteng kembali ke benteng lainnya. 7. Permainan dapat dipersulit dengan memperluas daerah permainan.
4. Petak umpet	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sebelum permainan dimulai ditentukan satu orang sebagai “kucing” melalui undian. 2. Pada saat kucing berada “dikandangnya” sambil berhitung 1-25 (atau 1-10 sebanyak 5x), sementara teman lainnya bersembunyi (ngumpet) di tempat sekitar sehingga sukar ditemukan kucing. 3. Setelah selesai menyebut angka, kucing mencari teman yang ngumpet tadi. 4. Seketika ditemukan, kucing harus kembali ke kandangnya berlomba sampai di kandangnya sambil menyebut nama teman yang

<p>5. Galah-Asin (istilah Bahasa Sunda)</p>	<p>ditemukan.</p> <p>5. Jika kucing lebih dahulu sampai, teman yang di emukan tidak dapat bermain lagi, namun sebaliknya jika teman yang ditemukan itu lebih dahulu sampai, kucing harus kembali menghitung angka seperti awal permainan tadi.</p> <p>6. Demikian selanjutnya sampai semua teman ditemukan.</p> <p>7. Teman yang ditemukan pertama menjadi “kucing” untuk permainan berikutnya.</p> <p>1. Pada awal permainan buat garis berupa petak dengan jarak cukup dalam jangkauan pemain, untuk posisi regu penjaga.</p> <p>2. Pemain dibagi ke dalam dua kelompok yaitu regu penyerang dan regu penjaga.</p> <p>3. Pemain penyerang harus melewati penjaga demi penjaga dan kembali ke tempat awal permainan.</p> <p>4. Jika pemain penjaga dapat menyentuh penyerang, maka penyerang itu “mati”.</p> <p>5. Pemain penyerang yang selamat dari penjagaan sampai ke tempat asal, maka dia berhak menyebut “asin”.</p> <p>6. Permainan bergiliran setelah ada tiga kali penangkapan penyerang.</p> <p>7. Setelah tiga kali penangkapan permainan bertukar peran.</p>
<p>Penutup: Refleksi <i>self-esteem</i> dan kegiatan aktivitas jasmani dalam kehidupan keseharian siswa.</p>	<p>Siswa menjawab, berdiskusi, dan merefleksi <i>self-esteem</i> untuk bekal keseharian hidup di masyarakat.</p>
<p>Evaluasi: Tes <i>Self-Esteem</i>.</p>	<p>Siswa melakukan tes <i>self-esteem</i>.</p>

I. Teknik Analisis Data

Pengujian seluruh hipotesis, seperti tertuang pada Bab I butir perumusan hipotesis terangkum dalam uji ANAVA Faktorial 2 x 2 dan analisis uji lanjut. Pengujian pendahuluan dilakukan untuk mendapatkan tingkat normalitas dan prosedur pengujian varian-kovarian untuk dapat menentukan tingkat homogenitas data. Pengujian juga dilakukan untuk melihat perbedaan variabel terikat pada setiap variabel bebas yang diajukan secara sendiri-sendiri. Akhirnya pengujian berujung pada upaya mencari signifikansi, interaksi antar pendekatan mengajar dengan tingkat kemampuan motorik tinggi dan rendah. Pengujian interaksi ini bermaksud apakah ada keterlibatan kedua pendekatan dan tingkat kemampuan motorik terhadap perkembangan *self-esteem* siswa.

Pengujian hipotesis dilakukan manakala telah tercapai tingkat normalitas sebaran data, dan homogenitas distribusi data yang diperoleh. Pengujian normalitas ditempuh melalui prosedur uji kenormalan dari Liliefors, sedangkan pengujian homogenitas ditempuh melalui prosedur SPSS Versi 14.0. Secara umum, teknik analisis data yang dilakukan terdiri dari uji pendahuluan dan uji hipotesis ANAVA Faktorial 2 x 2, untuk menjawab perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran kooperatif dan kompetitif dengan variasi kemampuan motorik tinggi dan rendah terhadap perkembangan self esteem. Analisis uji lanjut untuk menjawab tingkat interaksi yang terjadi antara pendekatan pembelajaran dan kemampuan motorik. Secara keseluruhan, proses analisis data ditempuh melalui prosedur SPSS Versi 14.0.