

BAB. I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai proses dalam pertumbuhan dan perkembangan manusia berlangsung seumur hidup, dan pendidikan jasmani merupakan salah satu alat penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan tersebut, karena pendidikan jasmani sangat erat kaitannya dengan gerak manusia yaitu dengan bergerak manusia mampu bertahan hidup dan melalui gerak itulah manusia mencapai beberapa tujuan seperti pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan sosial. Apabila program pembelajaran pendidikan jasmani yang diselenggarakan di sekolah dasar dapat terorganisir dengan baik, maka akan memberikan sumbangan yang sangat berarti bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa.

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian dari kurikulum Nasional bagi lembaga Pendidikan Dasar dan Menengah, yang pengaruhnya tidak diragukan lagi bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa, jika prosesnya dilaksanakan dengan tepat. Hal tersebut sangat erat kaitannya dengan konsep pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah yang selalu diselaraskan untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani bersifat menyeluruh yang mencakup aspek fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral. Berkenaan dengan aspek fisik, tujuan utama pendidikan jasmani adalah untuk memperkaya perbendaharaan gerak dasar anak, sedangkan untuk aspek sosial tujuannya adalah pembentukan sikap sosial anak yaitu pengakuan dan penerimaan peraturan-peraturan dan norma-norma bersama, belajar bertanggung

jawab terhadap orang lain, memberi pertolongan, berkorban, dan belajar bekerja sama.

Hal di atas dimaksudkan untuk menyiapkan siswanya baik jasmani maupun rohani dalam meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar serta membantu mengembangkan kepribadiannya. Untuk mencapai peningkatan dan pengembangan tersebut, maka guru pendidikan jasmani SD harus dapat menggunakan pendekatan pembelajaran yang sesuai, yakni berdasar pada tahap-tahap perkembangan dan karakteristik anak.

Berpijak pada paradigma pembelajaran yang dilandasi dengan berbagai keanekaragaman model pembelajaran serta sistem evaluasi yang dirancang dan diterapkan dengan memperhatikan berbagai kaidah dan teori pendidikan tentang proses belajar mengajar, maka diharapkan guru sebagai aktor utama dalam proses pembelajaran di lingkungan pendidikan khususnya di sekolah dasar, akan dapat mengarahkan dan membimbing serta dapat memahami karakteristik anak didiknya. Guru dalam Sistem Pendidikan Nasional, bukanlah seorang pengajar yang menyajikan pengetahuan untuk dimengerti dan dihafal, karena kalau hanya itu saja tugas seorang guru, maka setiap orang yang memiliki pengetahuan, bisa menjadi seorang guru. Oleh sebab itu jabatan guru merupakan jabatan profesional yang memerlukan pendidikan profesional yakni pendidikan lanjutan guru dalam keahlian khusus.

Agar pengelolaan proses pembelajaran menyenangkan dan persuasif serta dapat meningkatkan kreativitas dan prakarsa yang baik dari anak didik, maka guru dapat menerapkan sistem pembelajaran yang berpijak pada empat pilar, yaitu: (1) learning to know (belajar mengetahui): rasa ingin tahu, memahami, memikirkan,

dan menalar, (2) learning to do (belajar berbuat); berlatih, berpraktek, mencari pengalaman, dan bekerja sambil belajar, (3) learning to be (belajar menjadi seseorang): berbuat sendiri, berinisiatif sendiri, merencanakan sendiri, bertanggung jawab sendiri, berpikir dan bernalar sendiri, dan memecahkan masalah sendiri, dan (4) learning to live together (belajar hidup bersama): belajar dalam kelompok, menyatukan pendapat yang berbeda-beda, toleransi, dan berorganisasi (Taruh, 2001:16-17).

Istilah belajar bagi orang awam dipahami sebagai pemilikan pengetahuan atau keterampilan baru. Definisi ini masih kurang memadai sehingga perlu dielaborasi suatu definisi yang lebih lengkap, seperti yang dikemukakan oleh Oxendine (1968) yang dikutip oleh Rusli Lutan (1988:101) bahwa belajar: adalah sebagai (1) akumulasi pengetahuan; (2) penyempurnaan dalam suatu kegiatan; (3) pemecahan suatu masalah; dan (4) penyesuaian dengan situasi yang berubah. Konsep-konsep yang menjadi kunci dalam deskripsi tersebut adalah perubahan, penyesuaian, dan adaptasi. Selanjutnya Morgan (1986; dalam Ratumanan, 2002:2) mendefinisikan belajar adalah: “Sebagai suatu perubahan tingkah laku yang relatif tetap dan terjadi sebagai hasil latihan atau pengalaman”. Pengertian-pengertian belajar ini memberikan warning bahwa orientasi belajar tidaklah semata-mata pada hasil, tetapi juga pada proses yang dilakukan untuk memperoleh hasil tersebut.

Proses pembelajaran merupakan suatu upaya menciptakan kondisi yang memungkinkan siswa dapat belajar. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani secara eksplisit ada kegiatan memilih, menetapkan dan mengembangkan model pembelajaran untuk mencapai hasil yang diinginkan. Guru pendidikan jasmani sebagai sentral dalam proses pembelajaran tentunya memiliki tanggung jawab besar

dalam upaya mengefektifkan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya di sekolah dasar. Mengingat betapa pentingnya kedudukan guru dalam proses pembelajaran, maka sewajarnya setiap guru pendidikan jasmani harus mengetahui, memahami, dan menghayati seluk beluk pembelajaran agar proses pembelajaran dapat berlangsung efektif dan mencapai hasil yang diinginkan berdasarkan tujuan pendidikan jasmani bersifat menyeluruh.

Kurangnya pengembangan model pembelajaran mengakibatkan tugas gerak yang diberikan oleh guru kepada siswa tidak berdampak positif terhadap perbendaharaan gerak dasar anak. Demikian pula terbatasnya alat dan fasilitas olahraga, serta kurangnya kreativitas guru dalam memodifikasi model pembelajaran berdampak terhadap kuantitas dan kualitas tugas gerak yang diberikan oleh guru kepada siswa, sehingga menghambat pengembangan perbendaharaan gerak dasar anak serta menyebabkan kesulitan di dalam pembinaan bakat dan prestasi awal dari usia dini. Selanjutnya guru kurang berusaha untuk memproses tercapainya tujuan pendidikan jasmani yang sesuai dengan keadaan tingkat kemampuan siswa, yaitu siswa harus memperoleh peningkatan pertumbuhan dan perkembangannya atau prestasi dalam belajarnya baik peningkatan dan penguasaan terhadap keterampilan gerak, penyempurnaan gerakan, pengetahuan, maupun nilai dan sikapnya.

Pembelajaran dalam pendidikan jasmani di SD disesuaikan dengan tujuan pendidikan jasmani dan olahraga yang dikembangkan oleh Olympic Aid, (----). Tujuan program tersebut menjabarkan beragam aktivitas dan topik-topik yang difokuskan pada lima komponen utama dari perkembangan anak yaitu: pikiran, tubuh, semangat, kesehatan, dan kedamaian. Kelima program itu melambangkan sifat yang saling berhubungan dari perkembangan anak secara keseluruhan, yang

mendorong perkembangan anak secara holistik dan simultan. Pada dasarnya perkembangan holistik dan simultan menyebabkan anak memiliki mental dan tubuh yang sehat, semangat tinggi, dan kecintaan terhadap perdamaian.

Tujuan yang diprogramkan oleh Olympic Aid yang dijabarkan dalam lima komponen tersebut, dilambangkan oleh lima lingkaran yang berbeda warna yaitu:

1. Pikiran. Komponen program ini dilambangkan dengan lingkaran merah yaitu menggambarkan proses kognitif dan intelektual anak serta persepsi anak terhadap dunia sekelilingnya, dan membangun pengetahuan serta kemampuan anak untuk memperoleh wawasan dalam aspek-aspek kehidupan yang berbeda.

Komponen program ini mempengaruhi perkembangan kognitif dan intelektual anak melalui bermain dan olahraga, karena bermain dan olahraga memiliki peranan tidak langsung terhadap perkembangan kognitif dan intelektual anak. Hal ini dapat menambah partisipasi akademis dan meningkatkan kualitas pembelajaran serta prestasi anak. Hasil akademis tersebut dapat ditingkatkan dengan membiasakan anak dalam melakukan aktivitas jasmani, oleh karena pada tahap ini anak mulai mengembangkan kemampuan visual, bahasa, dan keterampilan-keterampilan motoriknya (Mahoney dan Cairns, 1997; Sheppard, 1997; dalam Olympic Aid, ----).

2. Tubuh. Tubuh dilambangkan dengan lingkaran hitam yang menggambarkan perkembangan fisik dari tubuh anak serta kesadarannya terhadap tubuhnya sendiri.

Bermain dan olahraga mempengaruhi perkembangan fisik anak sebagaimana dikemukakan oleh Humphrey (1993; dalam Olympic Aid, ----) bahwa: "Partisipasi anak dalam aktivitas olahraga yang seimbang dapat merangsang

pertumbuhan fisik dan dapat mempertahankan kesehatan secara optimal". Bermain dan olahraga memiliki peran yang penting dalam kebugaran kardiovaskular, daya tahan, dan kapasitas pernafasan serta dapat meningkatkan perkembangan tulang dan otot.

Bermain dan olahraga secara positif berkaitan dengan pertumbuhan fisik anak melalui perkembangan keterampilan motorik (berlari, melompat dan penggunaan otot-otot besar lainnya), serta kekuatan dan daya tahan (Bailey, 1999; Blair dan Meredith, 1994; Health Education Authority, 1997; WHO, 1998; dalam Olympic Aid, ----).

3. Semangat. Aspek ini dilambangkan dengan lingkaran kuning yaitu menggambarkan aspek emosional dari perkembangan anak. Ini berhubungan dengan perasaan anak seperti kebahagiaan dan kegembiraan, serta rasa percaya diri dan optimisme anak.

Dalam hal perkembangan emosi, bermain dan olahraga terbukti dapat meningkatkan rasa percaya diri dan *self-esteem* anak. Selanjutnya, dikatakan pula bahwa kegiatan rekreasi yang dilakukan anak dalam lingkungan yang aman dapat mendukung dan memberikan kesempatan bagi anak untuk mengembangkan keterampilan dan menguji keterbatasan kemampuannya ((Fox, 1989; dalam Olympic Aid, ----).

4. Kesehatan. Aspek yang dilambangkan dengan lingkaran hijau menggambarkan definisi "Sehat" oleh WHO yakni suatu keadaan fisik, mental dan sosial yang lengkap, dan bukan semata-mata tidak adanya penyakit.

Olympic Aid mengemukakan hasil-hasil penelitian yang menunjukkan bahwa aktivitas jasmani memiliki efek terhadap pencegahan atau perlindungan

terhadap penyakit dan gangguan. Penyakit jantung dan diabetes merupakan masalah kesehatan di negara-negara berkembang, karena adanya tingkat merokok yang tinggi, obesitas, dan ketidakaktifan fisik yang tinggi.

Orang yang memiliki keadaan jiwa yang tertekan pada umumnya kurang aktif secara fisik dibanding individu yang tidak tertekan jiwanya. Melalui aktivitas jasmani gejala-gejala dari keadaan jiwa yang tertekan dapat disembuhkan. Jadi, aktivitas jasmani di samping membangun otot-otot, jantung, dan paru-paru, juga membantu membangun tubuh yang sehat (Petruzzello, 1991; Moses, 1995; dalam Olympic Aid, ----).

5. Kedamaian. Program ini dilambangkan dengan lingkaran biru yaitu menggambarkan aspek perkembangan sosial yang menyangkut hubungan anak dengan kawan sebayanya, keluarga, komunitas, dan alam.

Aktivitas jasmani dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk berinteraksi dengan kawan sebayanya, keluarga dan orang dewasa. Partisipasi anak dalam aktivitas bermain dan olahraga melatih keterampilan, komunikasi, kepemimpinan dan kerja kelompok, serta dapat meningkatkan hubungan dan pendekatan antara anak dengan orang dewasa (Fox, 1988; 1989; dalam Olympic Aid, ----).

Pengalaman bermain sportif meningkatkan perkembangan moral anak dengan membantu mereka belajar mengenal kepuasan diri berdasarkan kejujuran dan kepuasan bersama. Dengan belajar menghargai dan menerapkan aturan-aturan permainan, anak dibiasakan berempati dengan yang lainnya, dan menghargai fair play. Jadi, hubungan sosial yang berkembang dari partisipasi



dalam aktivitas jasmani dan rekreasi memberikan suatu inti sumber sosial yang dapat mendukung dan melindungi anak ketika mereka berkembang (PRO, Kids at Play, 1999; dalam Olympic Aid ----). Berkenaan dengan hal ini, untuk meningkatkan kemampuan dan kualitas hidup atau kesejahteraan hidup menuju kesejahteraan paripurna, maka kegiatan pembinaan-pemeliharaan kesehatan bagi siswa dapat diwujudkan melalui salah satu aspek dalam pendidikan jasmani, khususnya aktivitas jasmani yang berpengaruh terhadap aspek rohani dan sosial (Giriwijoyo, 2001:3).

Dalam konteks pendidikan di SD yang dipandang sebagai peletakan dasar, maka guru pendidikan jasmani SD sebagai sumber utama dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani tentunya memiliki tanggungjawab paling besar dalam upaya mengefektifkan pembelajarannya. Oleh karena esensi dari pembelajaran pendidikan jasmani yang baik adalah siswa harus dapat menikmati pengalaman dan memilih untuk melanjutkan keterlibatannya dalam aktivitas tersebut di luar jam pelajaran di sekolah.

Menyimak masalah di atas, guru Penjas SD perlu mencermati dan memperhatikan penerapannya di lapangan, yaitu tentang prinsip pembelajaran pendidikan jasmani yang bernuansa ke-SD-an, dengan kriteria seperti yang dipaparkan oleh Barret (1992; dalam Kahri, 1999:18) yakni:

- 1) Change is age-and experience-related and therefore is specific to the individual. Artinya, dalam membuat program pendidikan jasmani, tugas gerak yang akan diberikan kepada anak didik harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan usia dan pengalaman secara spesifik.
- 2) Change occurs in an orderly, sequential fashion. Artinya, dalam merencanakan tugas gerak yang akan diberikan kepada anak didik harus dilakukan secara bertahap dalam tata urutan yang benar.

Selanjutnya ditegaskan pula oleh Graham (1993) yang dikutip oleh Suherman (1997:9) bahwa azas yang melandasi program pendidikan jasmani adalah:

- 1) DAP (Developmentally Appropriate Practice), maksudnya adalah beberapa program latihan atau aktivitas gerak yang akan dilakukan oleh anak didik harus sesuai dengan kemampuannya.
- 2) IAP (Instructionally Appropriate Practice), maksudnya adalah penyampaian instruksi latihan, aktivitas belajar atau aktivitas gerak dilakukan secara tepat sesuai dengan beberapa pengalaman yang diambil dari berbagai hasil penelitian untuk memungkinkan bagi setiap peserta didik memperoleh kesempatan dan keberhasilan belajar secara optimal”.

Berdasarkan kriteria tersebut di atas, maka guru pendidikan jasmani harus memperhatikan aturan atau prinsip-prinsip pertumbuhan dan perkembangan fisik anak usia sekolah dasar, terutama tugas gerak yang diberikan oleh guru harus selalu disesuaikan dengan kemampuan gerak siswa atau jangan melebihi kemampuan siswa agar tugas gerak yang sedang dipelajarinya dapat dikuasai dengan baik dan benar. Jika demikian pelaksanaan proses pembelajaran Penjas di SD, maka akan tercermin guru sebagai seorang pendidik dan bukan sebagai seorang pelatih. Demikian pula dalam menjelaskan dan mendemonstrasikan bentuk-bentuk gerakan yang harus dilakukan oleh siswa jangan hanya sepiantas dan dalam waktu yang relatif singkat, agar apa yang dijelaskan dan didemonstrasikan itu dapat dipahami dan dikuasai oleh siswa dengan baik, serta tidak dijumpai siswa yang tidak dapat melakukan bentuk-bentuk gerakan tersebut.

Dalam merancang kegiatan pembelajaran Penjas, sebaiknya guru telah memperhatikan kondisi awal siswa dalam hal persepsi dan perilakunya dalam pendidikan jasmani. Hal tersebut dipaparkan oleh Bompa (1994; dalam Rusli Lutan, 1997:97) bahwa: “Pada jenjang pendidikan sekolah dasar, aspek pengembangan



biomotorik adalah pengayaan gerak atau pengembangan kemampuan fisik menyeluruh (multilateral) yang menjadi landasan bagi pembinaan spesialisasi cabang olahraga pada tahap berikutnya”. Namun dalam praktek pengajaran pendidikan jasmani, pendekatan pengajaran cenderung mencerminkan ciri pendekatan pelatihan (sporting based approach) yang kaku terikat dengan GBPP dan miskin dalam substansi bahkan terjadi penciutan dalam tujuan karena ingin dicapai semata-mata aspek keterampilan fisik sementara dampak pengiring positif seperti penanaman dan penghayatan nilai (misalnya toleransi, loyalitas, menghargai orang lain, dan sebagainya) terlalaikan. Akibatnya pengajaran pendidikan jasmani di SD tidak bersuasana ke-SD-an (Rusli Lutan, 1997:98).

Berdasarkan uraian di atas, penulis mencoba mengangkat dua model pembelajaran yang sedang berkembang pelaksanaannya di tingkat sekolah dasar meskipun belum sepenuhnya mendapat perhatian guru, khususnya guru pendidikan jasmani yakni: “model pembelajaran kooperatif dan ekspositori”. Kedua model ini kurang tersentuh dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di SD.

Model pembelajaran kooperatif merupakan kegiatan belajar yang berorientasi pada siswa yakni siswa belajar bersama dalam kelompok-kelompok kecil serta saling membantu, dan berdiskusi bersama-sama dalam menyelesaikan suatu kegiatan belajar. Oleh karena itu model pembelajaran ini sangat tepat untuk meningkatkan aktivitas siswa selama proses pembelajaran. Pembelajaran kooperatif bukan hanya merupakan belajar kelompok, melainkan belajar untuk memupuk pembentukan kelompok kerja dengan lingkungan positif yang dapat memacu semangat siswa untuk saling membantu memecahkan masalah yang mereka hadapi (Nur dan Wikandari, 1999:6).

Dengan demikian model tersebut dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk memperbaiki hubungan dalam satu kelompok atau kelas, menumbuhkan kesadaran mereka bahwa siswa perlu belajar berpikir, memecahkan masalah dan belajar untuk mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilannya. Di samping itu, model ini mempunyai keunggulan dari model pembelajaran ekspositori yakni pemahaman siswa terhadap materi yang dipelajari lebih mendalam, dan akan melekat lebih lama. Sedangkan peranan guru dalam model pembelajaran tersebut hanya sebagai motivator, fasilitator, dan moderator : (Ibrahim., dkk, 2000:17).

Oleh karena itu model pembelajaran kooperatif lebih efektif dan lebih unggul bila dibandingkan dengan model pembelajaran ekspositori, dimana guru lebih banyak menjelaskan materi dan memberikan contoh-contoh konkret serta meragakan sesuai dengan satuan pelajaran yang disusun. Dalam model pembelajaran ekspositori ini untuk pengecekan pemahaman siswa tentang materi yang diajarkan, guru memberikan beberapa soal atau tugas untuk dikerjakan siswa di tempat masing-masing, kemudian guru menjelaskan kembali materi berikutnya. Selesai satu pokok pikiran di cek kembali pemahaman siswa. Kegiatan ini berlangsung beberapa kali sampai kegiatan berakhir, di saat guru menutup pelajaran.

Jadi model pembelajaran ekspositori merupakan pengajaran yang berpusat pada guru, karena guru sebagai pembimbing program pembelajaran dan memilih program yang telah ditetapkan untuk dijelaskan serta bertindak selaku pelaksana proses pembelajaran.

Di dalam model pembelajaran Penjas kedua model tersebut belum dikenal, tetapi berdasarkan beberapa teori yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti

mencoba untuk meneliti mana yang lebih unggul diantara kedua model pembelajaran tersebut.

Walaupun kedua model tersebut mempunyai perbedaan, namun keduanya adalah termasuk model pembelajaran yang cukup penting di sekolah dasar, sebagaimana dikatakan oleh Foster dan Jarolimek (1976; dalam Moesa, 1992:107) bahwa: “ada empat model pembelajaran yang cukup penting untuk proses pembelajaran di sekolah dasar, yaitu: model ekspositori, model inkuiri, model demonstrasi, dan model kerjasama atau kooperatif (model aktif). Secara umum, model-model tersebut diuraikan sebagai berikut:

Model pembelajaran ekspositori adalah salah satu pendekatan pembelajaran yang paling banyak pemakainya. Hampir seluruh guru menggunakan model ini untuk mengajarkan semua topik, karena dalam model ini guru sebagai pembimbing program pembelajaran yang telah dipilih dan ditetapkan sehingga guru tersebut merupakan sumber informasi. Penyajian pengajaran dalam model ini dilakukan guru dengan cara penuturan atau penjelasan lisan secara langsung terhadap siswa, dimulai dengan memberikan informasi atau ceramah dalam menerangkan suatu konsep atau topik, mendemonstrasikan pola aturan tentang konsep atau topik tersebut. Selanjutnya guru menjelaskan kembali jika masih ada siswa yang belum mengerti serta memberikan contoh penggunaan konsep tersebut sekaligus memberikan soal-soal atau tugas-tugas yang serupa kepada siswa untuk dikerjakan atau dilakukan di tempat masing-masing. Kegiatan terakhir siswa menyusun kembali materi yang telah diterangkan dan biasanya disertai dengan soal-soal pekerjaan rumah (Djamarah dan Zain, 1996:110; Amrina, 1996:26).

Model pembelajaran inkuiri merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang mendambakan aktivitas siswa untuk memperoleh dan mengolah informasi sampai menemukan konsep-konsep. Informasi dapat diperoleh siswa melalui berbagai sumber misalnya dari observasi, eksperimen, dari guru sebagai nara sumber di sekolah dan sebagainya. Dalam pendekatan pembelajaran inkuiri keterlibatan guru relatif rendah, guru hanya bertindak selaku organisator dan fasilitator, yakni guru tidak memberitahukan konsep-konsep, tetapi membimbing siswa menemukan sendiri konsep-konsep tersebut melalui aktivitas belajarnya. Jadi model pembelajaran ini dirumuskan sebagai proses pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif menguji dan menafsirkan problema secara saintifik yang memberikan konklusi berdasarkan pembuktian (Fenton, 1966; dalam Nasution, 1992:118; Darmodjo dan Kaligis, 1992:36).

Model demonstrasi adalah salah satu pendekatan pembelajaran dengan cara penyajian materi diragakan atau dipertunjukkan oleh guru kepada siswa bagaimana proses terjadinya sesuatu, dan dijelaskan secara lisan. Jadi dengan model ini proses penerimaan siswa terhadap pelajaran akan lebih berkesan secara mendalam, sehingga membentuk pengertian dengan baik dan sempurna. Demikian pula siswa mendapatkan gambaran yang harus dilakukannya tentang bentuk dan urutan materi yang telah diragakan atau dipertunjukkan oleh guru. Selanjutnya guru memberikan tugas kepada siswa baik secara tertulis, lisan ataupun peragaan untuk menilai sejauh mana hasil pendekatan demonstrasi dalam pembelajaran tersebut dipahami oleh siswa (Djamarah dan Zain, 1996:102; Sudjana, 1989: 83; Djauzak, 1996:8).

Model pembelajaran kooperatif (model aktif) adalah salah satu pendekatan pembelajaran yang melibatkan sejumlah siswa secara aktif bekerja sama dalam satu

kelompok tertentu dan secara bersama-sama pula untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Model pembelajaran ini sangat tepat untuk meningkatkan aktivitas siswa selama proses pembelajaran, yakni dimulai dengan guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan memotivasi siswa untuk belajar, selanjutnya diikuti dengan penyampaian informasi atau naskah sekaligus mengelompokkan siswa menjadi beberapa kelompok ke dalam tim-tim belajar serta diikuti dengan bimbingan guru pada saat siswa bekerja bersama untuk menyelesaikan tugasnya secara bersama-sama, dan diakhiri dengan presentasi hasil akhir kerja kelompok atau evaluasi tentang apa yang mereka pelajari (Slavin, 1995; dalam Nur dan Wikandari, 1999:31).

Dari keempat model tersebut, yang lebih unggul untuk pembelajaran pendidikan jasmani adalah model pembelajaran kooperatif dan ekspositori, karena kedua model ini mempunyai kesamaan yakni dapat digunakan untuk siswa yang berinteligensi atau berkemampuan tinggi, sedang maupun rendah, dan lebih menekankan kepada kecakapan jasmani, perbendaharaan gerak anak, dan pembentukan kepribadian (sikap sosial) anak.

Perbedaan keduanya terletak pada peranan siswa dan guru, untuk model kooperatif siswa belajar membentuk kelompok kerjasama saling membantu satu sama lain dan berdiskusi, peranan guru memberi dukungan dan memberi kesempatan kepada siswa untuk menerapkan ide mereka sendiri dan strategi mereka dalam belajar, yakni mereka secara aktif membangun pengetahuannya sendiri dan menentukan apa yang mereka pelajari. Sedangkan model pembelajaran ekspositori siswa bersifat pasif, karena pembelajaran terpusat pada guru yakni guru merupakan pengendali, pembimbing dan memilih program pembelajaran yang telah ditetapkan.

Model ini dalam pembelajaran pendidikan jasmani diawali dengan guru memberikan informasi atau ceramah, kemudian menjelaskan suatu konsep atau topik gerakan sekaligus mendemonstrasikannya hingga siswa dapat menyusun atau merangkaikan urutan gerakan dan menghubungkannya dengan topik-topik gerakan yang telah dipelajari.

Model pembelajaran adalah suatu rencana atau suatu pola pendekatan yang digunakan untuk mendesain pembelajaran. Model pembelajaran mengandung strategi mengajar yakni pola urutan kegiatan instruksional yang digunakan untuk mencapai tujuan belajar yang diinginkan. Menurut Karpov dan Bransford (1995) yang dikutip oleh Nur dan Wikandari (1999:3) bahwa: model pembelajaran berdasarkan rujukan belajar konstruktivisme terdiri dari tujuh model, yaitu: (1) model pemagangan kognitif atau Cognitive Apprenticeship, (2) model proses top – down, (3) model pembelajaran kooperatif atau Cooperative Learning, (4) model pembelajaran generatif atau Generative Learning, (5) model pembelajaran dengan penemuan atau Discovery Learning, (6) Model pembelajaran dengan pengaturan diri atau Self-Regulated Learning, dan (7) model pembelajaran dengan bantuan atau Assisted Learning (Scaffolding).

Model pembelajaran kooperatif yang berdasarkan rujukan belajar konstruktivisme merupakan proses pembelajaran yang berorientasi pada siswa, yakni siswa belajar dalam kelompok-kelompok kecil. Dalam belajar kooperatif siswa belajar bersama, saling membantu, dan berdiskusi bersama-sama dalam menyelesaikan suatu kegiatan belajar. Pembelajaran kooperatif memupuk pembentukan kelompok kerja dengan lingkungan positif dalam persaingan individual dan isolasi di lingkungan akademik yakni membuat siswa bersemangat

untuk belajar, serta aktif atau berperan diantara teman-teman sebaya. Pembelajaran dengan pendekatan kooperatif penting diterapkan di sekolah dasar karena dapat melatih dan memacu semangat siswa untuk saling membantu memecahkan masalah yang mereka hadapi.

Pembelajaran ekspositori merupakan salah satu model pembelajaran yang sangat efektif, hal ini menurut Sunaryo (1989:91) bahwa:

”Model pembelajaran ekspositori yang pelaksanaannya didominasi oleh guru, tekanan utamanya terletak pada guru menjelaskan atau memberikan informasi melalui ceramah, demonstrasi, dan tanya jawab, dengan maksud agar penyajian informasi kepada siswa berlangsung secepatnya dan seefektif mungkin”.

Jadi model pembelajaran ekspositori ini dapat terlaksana dengan baik dan efektif apabila pesan yang akan disampaikan itu bersifat pemberian informasi. Dengan demikian model pembelajaran ekspositori dalam pendidikan jasmani secara menyeluruh dengan bentuk-bentuk kegiatan yang diberikan oleh guru akan secepatnya dimengerti dan dikuasai oleh siswa, akibatnya siswa dapat berpartisipasi secara aktif, senang dan bergairah mengikuti proses pembelajaran.

Dalam model pembelajaran ekspositori guru menyajikan materi pelajaran dalam bentuk yang telah dipersiapkan secara rapi, sistematis, dan lengkap, sehingga siswa tinggal menyimak dan mencernanya secara tertib dan teratur (Djamarah dan Zain, 1995:23). Demikian pula dalam proses pendidikan jasmani, sistem pendekatan ekspositori dapat menyesuaikan dengan materi dan kemampuan siswa, yakni materi yang ada di dalam kurikulum dapat disajikan secara sistematis sesuai dengan tahap-tahap perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotor siswa. Dengan demikian diharapkan pembelajaran pendidikan jasmani dapat dilakukan secara intensif.

Berdasarkan hal tersebut, maka model pembelajaran ekspositori dapat digunakan sebagai satu alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SD dengan mempertimbangkan tahap perkembangan dan karakteristik anak. Oleh karena itu guru pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran harus terampil dan teliti memilih metode yang digunakan agar teknik-teknik baku yang sukar menjadi teknik yang mudah untuk dikuasai oleh siswa, khususnya dalam penguasaan keterampilan teknik-teknik dasar. Dengan model pembelajaran pendidikan jasmani kooperatif dan ekspositori diharapkan keluasaan gerak siswa tidak akan terbatas dan akan menambah perbendaharaan gerak dalam menunjang upaya pengembangan penguasaan keterampilan teknik dasar pada nomor lari.

Berbagai bentuk dan corak gerakan yang diperoleh anak merupakan dasar di dalam memasuki tahap-tahap perkembangannya, baik perkembangan yang berhubungan dengan pengetahuan, nilai dan sikap maupun keterampilan gerak itu sendiri (kognitif, afektif, dan psikomotor). Upaya untuk mewujudkan keberhasilan keterampilan gerak anak dalam program pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar salah satunya adalah melalui pembelajaran lari, dan satu diantara berbagai sasaran belajar lari yang terpenting dan yang paling awal adalah bagaimana agar nomor lari digemari sehingga memunculkan minat untuk melakukannya dengan perasaan riang dan menyenangkan. Hal ini guru harus dapat merangkaikan gerakan lari dalam bentuk permainan yang sederhana dan sesuai dengan kemampuan siswa. Oleh karena ciri-ciri siswa SD adalah gemar bergerak dan selalu dalam suasana bermain. Latihan dalam bentuk permainan bagi siswa SD mempunyai nilai-nilai positif, oleh karena siswa lebih bebas dan merasa berbuat lebih banyak atas inisiatif sendiri. Dalam bentuk latihan seperti ini faktor

kegembiraan siswa sangat menonjol, sehingga latihan lari atau berlari bagi siswa SD menjadi sangat disenangi. Walaupun siswa dalam menghadapi latihan tersebut dengan maksud untuk bergembira dan bermain, namun demikian tujuan pembelajaran harus tetap nampak yakni agar siswa belajar bergerak dengan baik.

Sehubungan dengan hal di atas, maka guru dalam memberikan latihan gerakan lari harus sesuai dengan urutannya, atau bagian-bagian yang akan dipelajari oleh siswa harus dapat dirangkaikan menjadi suatu gerakan yang terpadu dengan menghindari pemberian tugas gerak yang melebihi kemampuan siswa. Demikian pula sebelum siswa melakukan suatu bentuk gerakan terlebih dahulu siswa harus memahami konsep atau pengertian terhadap bentuk gerakan yang harus dilakukannya.

Dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, ada kecenderungan pembelajaran yang lebih diarahkan pada pencapaian tujuan yang bersifat perkembangan fisik dan penguasaan keterampilan cabang olahraga, ketimbang pencapaian tujuan yang diarahkan pada dimensi afektif, termasuk pembentukan sosial anak. Kecenderungan tersebut bisa saja sebagai akibat implementasi dari penggunaan model pembelajaran yang tidak dapat mengoptimalkan peranan fungsi pengajaran, bahkan dari ketiga domain kognitif, afektif, dan psikomotorik, perkembangan sikap sosial siswa relatif kurang mendapat perhatian. Apabila hal ini kurang diperhatikan oleh guru, maka proses perkembangan kedewasaan siswa tidak akan mencerminkan atau kurang memperlihatkan perilaku yang bercirikan kerjasama dan hasrat untuk bersahabat (Abdoellah dan Manadji, 1994:182).

Rijsdorp (Rusli Lutan, 1997:8) dalam *Gymnologi* menguraikan pengalaman belajar yang bersifat mendidik antara lainnya adalah pembentukan sosial, dengan rincian sebagai berikut: (a) mengakui dan menerima peraturan dan norma bersama; (b) belajar bekerjasama, menerima pimpinan dan siap untuk memimpin; (c) mengembangkan pengakuan terhadap orang lain sebagai diri pribadi dan dalam hidup bermasyarakat.

Selanjutnya dikemukakan oleh Abdoellah dan Manadji (1994:182) tentang perkembangan sosial manusia yakni: semenjak lahir seseorang berkembang sebagai makhluk sosial dan juga sebagai satu individu yang mempunyai keinginan dan perhatian pribadi. Sementara proses menjadi dewasa berlanjut, anak memperlihatkan perilaku yang bercirikan kerjasama, hasrat untuk bersahabat atau kekeluargaan, bertanggung jawab, disiplin, dan kasih sayang atau tolong menolong. Berdasarkan hal ini, maka pengalaman untuk hidup bersama tersedia banyak dalam olahraga dan pendidikan jasmani dan melalui pengalaman nyata itu pula nilai-nilai inti untuk mewujudkan perdamaian, demokrasi, penghargaan terhadap hak azasi manusia, dan wawasan berorientasi lingkungan dapat dipupuk. Adegan pergaulan yang memupuk toleransi, saling mendukung, solidaritas, tanggung jawab, berpikir kritis dan orientasi ke depan mudah dijumpai dalam olahraga dan pendidikan jasmani bila dikelola dengan baik (Rusli Lutan, 1998:14).

Sehubungan dengan itu, implementasi nilai-nilai pendidikan jasmani sebagai pembinaan watak dan pembinaan moral dalam menumbuhkan suasana kerjasama, disiplin, tanggung jawab, bersahabat atau kekeluargaan, dan saling tolong-menolong akan mengurangi potensi munculnya perselisihan. Oleh karena itu pendidikan sebagai wahana pembinaan kepribadian dan perkembangan sosial anak akan

memberikan kontribusi yang lebih besar dan berpengaruh terhadap perubahan sikap dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Dengan demikian program pendidikan jasmani dapat dimanfaatkan sebagai alternatif untuk menumbuhkan perkembangan sikap sosial, sebagai upaya pendidikan menyeluruh yang mencakup perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional.

B. Perumusan Masalah

Sistem pembelajaran yang dilakukan saat ini oleh guru pendidikan jasmani SD di daerah Gorontalo masih bersifat tradisional, yaitu kebiasaan mengajar dengan cara lama yang sudah turun temurun atau sistem pembelajaran yang tidak mengutamakan prinsip karakteristik siswa, sehingga kurang efektif terhadap pengembangan dan peningkatan keterampilan gerak siswa. Demikian pula penjelasan dan demonstrasi gerakan yang diberikan oleh guru tidak dapat dipahami dan dikuasai oleh siswa dengan baik, karena terlalu singkat. Hal ini menyebabkan banyak siswa yang tidak dapat melakukan bentuk-bentuk gerakan yang harus dilakukannya. Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan tersebut, maka dapat dikatakan bahwa kurang efektifnya pembelajaran pendidikan jasmani SD di Kota Gorontalo diakibatkan karena kurangnya kreativitas guru dalam mengembangkan model pembelajaran dan kurangnya inisiatif guru dalam memodifikasi model pembelajaran. Di samping itu, terbatasnya alat dan fasilitas olahraga berdampak terhadap kuantitas dan kualitas tugas gerak yang diberikan oleh guru kepada siswa, sehingga menghambat pengembangan dan penguasaan keterampilan teknik dasar serta menyebabkan kesulitan di dalam pembinaan dan pengembangan bakat untuk prestasi awal anak usia dini.



Berdasarkan permasalahan di atas, penulis mencoba mengangkat dua pendekatan pembelajaran dalam pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar, yaitu model pembelajaran kooperatif dan ekspositori. Diantara kedua model tersebut akan dilihat mana yang lebih cocok untuk dikembangkan pelaksanaannya dalam rangka meningkatkan penguasaan keterampilan teknik dasar pada nomor lari dan sikap sosial siswa di tingkat sekolah dasar, dengan rumusan permasalahan sebagai berikut: “Seberapa besar pengaruh perbedaan model pembelajaran pendidikan jasmani kooperatif dan ekspositori terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lari dan sikap sosial siswa sekolah dasar”.

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan isu central dalam penelitian ini, yakni bagaimana pengaruh model pembelajaran pendidikan jasmani kooperatif dan ekspositori terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lari dan sikap sosial siswa sekolah dasar, maka masalah penelitian yang lebih spesifik dapat diformulasikan sebagai berikut:

1. Bagaimana pengaruh model pembelajaran Penjas kooperatif terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lari dan sikap sosial siswa sekolah dasar ?
2. Bagaimana pengaruh model pembelajaran Penjas ekspositori terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lari dan sikap sosial siswa sekolah dasar ?
3. Apakah antara model pembelajaran Penjas kooperatif dan ekspositori mempunyai pengaruh yang berbeda dalam penguasaan keterampilan teknik dasar lari dan sikap sosial siswa sekolah dasar?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan, maka penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengungkapkan pengaruh model pembelajaran Penjas kooperatif dan ekspositori terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lari dan sikap sosial siswa sekolah dasar. Secara khusus tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengungkap:

1. Besarnya pengaruh model pembelajaran Penjas kooperatif terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lari dan sikap sosial siswa sekolah dasar.
2. Besarnya pengaruh model pembelajaran Penjas ekspositori terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lari dan sikap sosial siswa sekolah dasar.
3. Besarnya perbedaan pengaruh antara model pembelajaran Penjas kooperatif dan ekspositori terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lari dan sikap sosial siswa sekolah dasar.

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan ilmiah

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberi informasi dan khasanah ilmu pengetahuan yang bersifat ilmiah terutama dalam bidang pedagogi olahraga. Hal ini untuk pengembangan dimensi afektif siswa melalui model pembelajaran kooperatif dan ekspositori dalam pendidikan jasmani di sekolah dasar.

2. Kegunaan praktis

Untuk memberikan sumbangan yang aplikatif bagi peningkatan pengelolaan model pembelajaran pendidikan jasmani terutama dalam menumbuhkembangkan

model pembelajaran yang bermuansa ke-SD-an dan peningkatan penguasaan keterampilan teknik dasar lari serta sikap sosial siswa.

F. Definisi Operasional

1. Kooperatif berarti bersifat kerja sama. Pembelajaran kooperatif merupakan pembelajaran yang mengacu pada metode pengajaran di mana siswa bekerja bersama dalam kelompok-kelompok kecil yang bervariasi kemampuannya, yakni siswa belajar bersama saling membantu dan berdiskusi bersama-sama dalam menyelesaikan suatu kegiatan belajar ((Ibrahim, dkk., 2000:17-20; Nur dan Wikandari, 1999:6).
2. Kata ekspositori berasal dari kata “eksposisi” yang berarti mempertontonkan, memberikan penjelasan. Dalam proses belajar mengajar, ekspositori berarti guru memberikan penjelasan kepada siswa tentang fakta, data, atau informasi penting lainnya (Sunaryo, 1989:92; Hudojo, 1990:123).
3. Pembelajaran Penjas kooperatif, selanjutnya disebut/disingkat pembelajaran kooperatif. Dalam model pembelajaran kooperatif, siswa lebih banyak belajar dari satu teman ke teman yang lain diantara sesama siswa daripada belajar dari guru (Ibrahim, dkk., 2000:17; Arends, 1997:110).
4. Pembelajaran Penjas ekspositori, selanjutnya disebut/disingkat pembelajaran ekspositori. Pada model pembelajaran ekspositori pelaksanaannya didominasi oleh guru, dan tekanan utamanya terletak pada guru menjelaskan atau memberi informasi melalui ceramah, demonstrasi, slide/gambar dan kadang-kadang ditambah dengan diskusi. Terakhir kepada siswa diberikan suatu soal

atau tugas gerak untuk dilaksanakan di tempat masing-masing (Sunaryo, 1989:92; Hudojo, 1990:123).

5. Penguasaan keterampilan teknik dasar lari adalah suatu kemampuan gerak dalam melakukan berbagai teknik gerak lari yang mendasari seluruh rangkaian teknik lari yang terdiri dari start, gerakan lari, dan gerakan melewati garis finish. Lari adalah suatu cara menggerakkan badan ke depan dengan melangkahkan kaki kanan dan kaki kiri ganti berganti dan ada saat melayang (Basuki, 1979:57; Moeslim, 1979:112; Syarifuddin, 1992:65).
6. Sikap sosial adalah kesadaran individu dalam menentukan perbuatan yang nyata, dan perbuatan-perbuatan yang mungkin akan terjadi secara berulang-ulang terhadap obyek sosial dalam satu masyarakat. Sikap tersebut adalah sikap terhadap suatu obyek tertentu yang juga merupakan sikap pandangan atau sikap perasaan, tetapi sikap mana disertai oleh kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan sikap terhadap obyek tersebut, (Ahmadi, 1999: 163; Gerungan, 1996:64).

G. Asumsi

1. Model pembelajaran kooperatif adalah cara mengajar yang dapat meningkatkan kemampuan mengembangkan konsep dan kemampuan akademik siswa yang lebih tinggi serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk berinteraksi dengan teman dalam mendiskusikan konsep-konsep. (Ong Eng Tek, 1991; dalam Hulukati, 2001:7; Arends, 1997; dalam Ibrahim, dkk., 2000:11; Nur dan Wikandari, 1999:6). Oleh karena itu model pembelajaran kooperatif merupakan kegiatan belajar yang berorientasi pada

siswa yakni siswa belajar bersama dalam kelompok-kelompok kecil serta saling membantu, dan berdiskusi bersama-sama dalam menyelesaikan suatu kegiatan belajar.

2. Model pembelajaran kooperatif memfokuskan pada pengaruh pembelajaran yang menumbuhkan keterampilan sosial dan kelompok, seperti tanggung rasa, bersikap sopan terhadap teman dan dalam mengkritik ide orang lain, berani mengemukakan pendapat dan mempertahankan pendapat serta berbagai keterampilan yang sengaja dilatihkan. Model ini dapat mengubah peran guru dari peran yang terpusat pada guru ke peran pengelola aktivitas belajar kelompok kecil, serta memiliki dampak yang amat positif untuk siswa yang rendah hasil belajarnya (Hulukati, 2001:12; Lundgren, 1994; dalam Ibrahim, dkk., 2000:17). Model pembelajaran kooperatif mempunyai keunggulan dari model pembelajaran ekspositori yakni pemahaman siswa terhadap materi yang dipelajari lebih mendalam dan akan melekat lebih lama, sedangkan peranan guru dalam model ini hanya sebagai motivator, fasilitator, dan moderator. Oleh karena itu model ini lebih efektif dan lebih unggul bila dibandingkan dengan model pembelajaran ekspositori, dimana guru lebih banyak menjelaskan materi dan memberikan contoh-contoh konkret serta meragakan sesuai dengan satuan pelajaran yang disusun.
3. Dalam model pembelajaran ekspositori siswa berperan aktif dalam memenuhi persyaratan yang ditetapkan oleh guru, yakni: membaca dan memahami materi yang diwajibkan, mengerjakan tugas, mendiskusikan topik yang diberikan oleh guru, dan mendemonstrasikan keterampilan yang dianggap penting (Ausubel, 1978; dalam Subagyo, 1981:15; Sunaryo,

1989:94; Djamarah dan Zain, 1995:23). Dalam model pembelajaran ini pengecekan pemahaman siswa tentang materi yang diajarkan, guru memberikan beberapa soal atau tugas untuk dikerjakan siswa di tempat masing-masing.

4. Model pembelajaran ekspositori adalah cara mengajar yang paling efektif dan efisien dalam menanamkan belajar bermakna. Model pembelajaran ekspositori merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang paling banyak pemakainya, yaitu hampir seluruh guru menggunakan model ini untuk mengajarkan semua topik, karena dalam model ini guru sebagai pembimbing program pembelajaran yang telah dipilih dan ditetapkan sehingga guru tersebut merupakan sumber informasi. Sedangkan penyajian pengajaran dalam model ini dilakukan guru dengan cara penuturan atau penjelasan lisan secara langsung terhadap siswa (Ausubel, dalam Ruseffendi, 1991:290; Sunaryo, 1989:92).
5. Penerapan model pembelajaran kooperatif dapat meningkatkan aktivitas siswa, kecenderungan guru berceramah menjadi berkurang, dan prestasi belajar siswa dapat meningkat. Pada pembelajaran kooperatif ini siswa percaya bahwa keberhasilan mereka akan tercapai jika setiap anggota kelompoknya berhasil. Jika tujuan kelompok telah tercapai, diharapkan kelompok tersebut dapat meningkat hasil belajarnya, dengan kata lain setiap anggota kelompok dapat menunjukkan prestasi belajar yang tinggi. Jadi dengan model pembelajaran kooperatif, motivasi dan hasil belajar siswa sangat dipengaruhi (Marjani, 2000:78; Lundgren, 1994; dalam Ibrahim, dkk., 2000:28). Pembelajaran kooperatif bukan hanya merupakan

belajar kelompok, melainkan belajar untuk memupuk pembentukan kelompok kerja dengan lingkungan positif yang dapat memacu semangat siswa untuk saling membantu memecahkan masalah yang mereka hadapi. Di samping itu pula siswa belajar berpikir, memecahkan masalah, dan belajar untuk mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilannya, sedangkan peranan guru hanya sebagai motivator, fasilitator, dan moderator. Jadi dalam pembelajaran kooperatif pemahaman siswa terhadap materi yang dipelajari lebih mendalam bila dibandingkan dengan pembelajaran ekspositori. Oleh karena itu model pembelajaran kooperatif pengaruhnya lebih besar dari pada model pembelajaran ekspositori (Nur dan Wikandari, 1999:15; Sunaryo, 1989:94; Djamarah dan Zain, 1995:23).

H. Hipotesis

Berdasarkan asumsi di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Model pembelajaran Penjas kooperatif meningkatkan penguasaan keterampilan teknik dasar lari siswa sekolah dasar.
2. Model pembelajaran Penjas kooperatif meningkatkan sikap sosial siswa sekolah dasar.
3. Model pembelajaran Penjas ekspositori meningkatkan penguasaan keterampilan teknik dasar lari siswa sekolah dasar.
4. Model pembelajaran Penjas ekspositori meningkatkan sikap sosial siswa sekolah dasar.

5. Model pembelajaran Penjas konvensional meningkatkan penguasaan keterampilan teknik dasar lari siswa sekolah dasar.
6. Model pembelajaran Penjas konvensional meningkatkan sikap sosial siswa sekolah dasar.
7. Model pembelajaran Penjas kooperatif memberikan pengaruh yang lebih baik dari pada model pembelajaran Penjas ekspositori, model pembelajaran Penjas ekspositori memberikan pengaruh lebih baik dari pada model pembelajaran Penjas konvensional terhadap penguasaan keterampilan teknik dasar lari siswa sekolah dasar.
8. Model pembelajaran Penjas kooperatif memberikan pengaruh yang lebih baik dari pada model pembelajaran Penjas ekspositori, model pembelajaran Penjas ekspositori memberikan pengaruh lebih baik dari pada model pembelajaran Penjas konvensional terhadap sikap sosial siswa sekolah dasar.

