

**SIKAP SISWA TERHADAP PELAKSANAAN PEMANASAN
MELALUI PERMAINAN KECIL DAN KONVENSIONAL
DI SMU NEGERI TAMBUN KABUPATEN BEKASI**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari
syarat memperoleh Gelar Sarjana Satu Pendidikan
Jurusan Pendidikan Olahraga



Oleh

UJANG SURIANA
948017



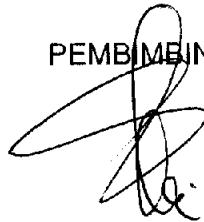
**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
INSTITUT KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN BANDUNG
1996**

UJANG SURIANA

**SIKAP SISWA TERHADAP PELAKSANAAN PEMANASAN
MELALUI PERMAINAN KECIL DAN KONVENSIONAL
DI SMU NEGERI TAMBUN KABUPATEN BEKASI**

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH PEMBIMBING :

PEMBIMBING I



(Drs. J. S. HUSDARTA)

NIP : 130 370 212

PEMBIMBING II



(Drs. ADJANG SUPARLAN)

NIP : 131 122 432

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA



(Drs. AMUNG MA'MUN, MPd)

NIP : 131 633 779

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah sepenuhnya karya saya sendiri.

Tidak ada bagian di dalamnya yang termasuk plagiat
dari karya orang lain.

Nama : UJANG SURIANA

**" Sesungguhnya Allah tidak akan
merubah nasib suatu kaum, sebelum
kaum itu merubah nasibnya sendiri "**

(Q.S. Ar-Ra'ad : 11)

**Kupersembahkan untuk :
Kedua orang tua dan Tati Saerani
istriku tercinta atas untaian do'a
serta dorongan moril yang diberikan.**

ABSTRAK

Skripsi ini mengambil judul "Sikap Siswa Terhadap Pelaksanaan Pemanasan Melalui Permainan Kecil dan Konvensional di SMU Negeri Tambun Kabupaten Bekasi".

Masalah yang diteliti adalah : 1. Bagaimana sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan melalui permainan kecil. 2. Bagaimana sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan secara konvensional. 3. Seberapa jauh perbedaan sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan dengan melalui permainan kecil dan pemanasan yang dilakukan secara konvensional.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Ingin mengetahui sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan melalui permainan kecil.
2. Ingin mengetahui sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan secara konvensional.
3. Ingin mengetahui seberapa besar perbedaan sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan melalui permainan kecil dan pemanasan yang dilakukan secara konvensional.

Metode penelitian yang dipergunakan adalah sebuah survey dengan teknik pengambilan data melalui angket

dengan menggunakan analisis korelasi dan populasi penelitiannya adalah para siswa Sekolah Menengah Umum Negeri Tambun Kabupaten Bekasi, kelas I putra tahun pelajaran 1996/1997. Jumlah sampel diambil sebanyak 100 orang siswa melalui cara random. Dari sampel ini diambil 27% kelompok atas dan 27% kelompok bawah, untuk masing-masing sampel sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan melalui permainan kecil dan sampel sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan secara konvensional.

Sebelum dilakukan analisis data terlebih dahulu dipenuhi syarat-syarat analisis yaitu uji normalitas. Berdasarkan hasil uji Lilliefors skor sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan melalui permainan kecil diperoleh L_0 0,1192 lebih kecil dari L tabel sebesar 0,1206 dan uji Lilliefors skor sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan secara konvensional diperoleh L_0 sebesar 0,1185 lebih kecil dari L tabel 0,1206. Dengan demikian kelompok sampel terbentuk dari populasi yang berdistribusi normal.

Analisa data dengan teknik analisis korelasi, sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan melalui permainan kecil diperoleh r -hitung sebesar 0,998 lebih besar dari r tabel 0,195 pada taraf nyata (α) 0,05 dan sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan secara konvensional diperoleh r -hitung sebesar 0,996 lebih besar dari r tabel 0,195 pada taraf nyata (α) 0,05.

Penelitian menyimpulkan terdapat hubungan berbanding lurus atau korelasi positif antara sikap siswa kelas I SMU Negeri Tambun Kabupaten Bekasi terhadap pelaksanaan pemanasan dilakukan melalui permainan kecil dan pemanasan yang dilakukan secara konvensional.

Berdasarkan hasil perhitungan dan analisis data test akhir sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan melalui permainan kecil diperoleh skor rata-rata (\bar{X}) 64,41 dan test sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan secara konvensional diperoleh skor rata-rata (\bar{X}) 33,91. Dengan demikian terdapat perbedaan yang jelas antara sikap siswa yang melakukan pemanasan melalui permainan kecil dengan sikap siswa yang melakukan pemanasan secara konvensional.

Maka dapat disimpulkan bahwa siswa kelas I SMU Negeri Tambun Kabupaten Bekasi pada waktu melakukan pemanasan lebih senang yang dilakukan melalui permainan kecil dibandingkan dengan pemanasan yang dilakukan secara konvensional.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala petunjuk serta ridha-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Pada penulisan skripsi ini penulis mengungkapkan masalah sikap siswa terhadap pelaksanaan pemanasan yang dilakukan melalui permainan kecil dan konvensional di SMU Negeri Tambun Kabupaten Bekasi. Penelitian ini mengambil sampel siswa Sekolah Menengah Umum Tingkat Atas kelas satu tahun pelajaran 1996/1997.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana satu pendidikan, pada jurusan pendidikan olahraga FPOK- IKIP Bandung.

Keberhasilan yang penulis peroleh dalam menyelesaikan penulisan ini adalah juga karena peran serta berbagai pihak, tanpa adanya sumbangan pikiran, bimbingan serta dorongan semangat, maka sulit kiranya bagi penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu pada kesempatan yang baik ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Dr. Rusli Lutan, selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Bandung.
2. Drs. J.S. Husdarta, selaku pembimbing pertama yang telah banyak memberikan bimbingan serta mengarahkan penulis penuh kesabaran, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan secara lancar.

3. Drs. Adjang Suparlan, selaku pembimbing kedua yang telah membimbing dan mengarahkan penulis dengan penuh kesabaran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Drs. Amung Ma'mun MPd selaku ketua jurusan Pendidikan Olahraga FPOK-IKIP Bandung.
5. Drs. Andi Suntoda, selaku dosen pembimbing akademik, yang telah begitu banyak memberikan dorongan, arahan, serta bimbingan selama penulis menempuh study maupun dalam penyusunan skripsi.
6. Drs. Beltasar Tarigan, selaku dosen team peneliti yang telah memberi semangat dalam penyusunan skripsi ini.
7. Bapak/Ibu dosen dan Asisten lainnya selaku tenaga pengajar pada jurusan pendidikan Olahraga dan Kesehatan FPOK-IKIP Bandung.
8. Dra. Ella M. Seba, selaku kepala Perpustakaan beserta seluruh karyawan di lingkungan FPOK-IKIP Bandung yang turut membantu dalam hal ini.
9. Bapak Suryaman dan Bapak Dadang beserta staf Tata Laksana di lingkungan FPOK-IKIP Bandung yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
10. H. Mukhamad Suyud, BA. Selaku Kepala Sekolah Menengah Umum (SMU) Negeri Tambun Kabupaten Bekasi, yang telah memberi izin dan fasilitasnya selama penulis melaksanakan penelitian.
11. Drs. Agus Gusyana dan Drs. Iyan Alfian selaku guru matematika dan rekan seprofesi yang telah banyak memberikan bantuan, dorongan, semangat serta saran sehingga se-

lesainya skripsi ini.

12. Orang tua dan istriku, yang senantiasa memberikan do'a dan dorongan semangat bagi penulis.
13. Siswa kelas I SMU Negeri Tambun Kabupaten Bekasi, selaku sampel dalam penelitian ini.
14. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga segala jasa serta amal baiknya mendapat imbalan yang setimpal dari Allah SWT. Amin.

Bekasi, Nopember 1996

Wassalam

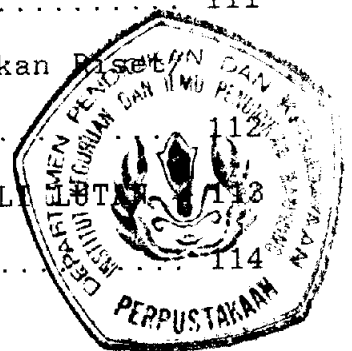
U.S

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|---------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR TABEL | x |
| DAFTAR GAMBAR | xi |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Masalah Penelitian | 5 |
| C. Tujuan Penelitian | 5 |
| D. Manfaat Penelitian | 6 |
| E. Pembatasan Penelitian | 6 |
| F. Pembatasan Istilah | 7 |
| G. Anggapan Dasar dan Hipotesis | 8 |
| | |
| BAB II TINJAUAN TEORITIS | 11 |
| A. Hakekat Sikap | 11 |
| B. Hakekat Minat | 12 |
| C. Permainan | 13 |
| D. Permainan Kecil | 15 |
| 1. Sejarah Permainan Kecil | 17 |
| 2. Fungsi dan Manfaat Permainan Kecil | 17 |
| 3. Bentuk-bentuk Permainan Kecil | 20 |
| 3.1. Hijau Hitam | 21 |

| | |
|---|----|
| 3.2. Kucing dan Tikus dalam lorong- lorong | 23 |
| 3.3. Mengangkat Batu | 25 |
| 3.4. Cari Teman | 26 |
| 3.5. Berlomba dalam Lingkaran | 29 |
| 3.6. Bola Beranting Atas Kepala | 30 |
| 3.7. Bola Beranting antara Kedua kaki . | 32 |
| 3.8. Menembak Kijang | 34 |
| BAB III PROSEDUR PENELITIAN | 38 |
| A. Metoda Penelitian | 38 |
| B. Populasi dan Sampel | 40 |
| C. Alat Pengumpul Data | 42 |
| D. Prosedur Penelitian | 48 |
| BAB IV PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN | 63 |
| A. Hasil Pengolahan dan Analisa Data | 63 |
| B. Diskusi Penemuan | 66 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 67 |
| A. Kesimpulan | 67 |
| B. Saran | 67 |
| KEPUSTAKAAN | 69 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | |
| 1. Jadwal Pemberian Materi Permainan Kecil .. | 71 |
| 2. Program Penyusunan Skripsi | 72 |
| 3. Kisi-kisi Minat Siswa untuk Mengikuti Pe- manasan Melalui Permainan Kecil dan Kon- vensional | 75 |

| | |
|--|-----|
| 4. Angket Penelitian Konvensional | 77 |
| 5. Angket Penelitian Permainan Kecil | 86 |
| 6. Hasil Test Pemanasan melalui Permainan Ke- cil | 95 |
| 7. Hasil Test Pemanasan secara Konvensional . | 97 |
| 8. Hasil Uji Lillieforse Test Pemanasan seca- ra Konvensional | 99 |
| 9. Hasil Uji Lillieforse Test Pemanasan me- lalui Permainan Kecil | 101 |
| 10. Hasil Test Permainan Kecil Kelompok Ganjil dan Kelompok Genap | 103 |
| 11. Hasil Test Konvensional Kelompok Ganjil dan Kelompok Genap | 104 |
| 12. Nilai Kritis L untuk Uji Lilliefors | 105 |
| 13. Luas dibawah Lengkungan Normal Standard dari 0 ke Z | 106 |
| 14. Nilai Persentil untuk Distribusi t | 107 |
| 15. Bilai Persentil untuk Distribusi f | 108 |
| 16. Surat Tugas Pembimbing Skripsi | 109 |
| 17. Surat Permohonan untuk Mengadakan Riset/ Penelitian | 110 |
| 18. Surat Izin untuk Melaksanakan Riset/Pene- litian | 111 |
| 19. Surat Keterangan telah melaksanakan Riset/ Penelitian | 112 |
| 20. Surat izin mengutip dari DR. RUSL | 113 |
| RIWAYAT HIDUP | 114 |



DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|--|---------|
| 1.3 Kriteria Penyekoran Butir Soal | 45 |
| 2.3 Analisis Butir Soal Permainan Kecil | 51 |
| 3.3 Analisis Butir Soal Konvensional | 54 |
| 4.4 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sikap Siswa terhadap Pelaksanaan Pemanasan melalui Permainan Kecil dan Konvensional | 63 |
| 5.4 Hasil Perhitungan Signifikasi Korelasi Sikap Siswa terhadap pelaksanaan Pemanasan melalui Permainan Kecil dan Konvensional | 64 |
| 6.4 Hasil Perhitungan dan Analisis Sikap Siswa terhadap Pelaksanaan Pemanasan Melalui Permainan Kecil dan Konvensional | 65 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|---|---------|
| 1.2. Hijau Hitam | 22 |
| 2.2. Kucing dan Tikus dalam Lorong-lorong | 24 |
| 3.2. Mengangkat Batu | 26 |
| 4.2. Mencari Teman | 28 |
| 5.2. Berlomba dalam Lingkaran | 30 |
| 6.2. Bola Beranting Atas Kepala | 32 |
| 7.2. Bola Beranting Antara Dua Kaki | 34 |
| 8.2. Menembak Kijang | 36 |

KEPUSTAKAAN

- Abdullah. Olahraga untuk Pelatih, Pembina dan Penggemar, Penerbit Sastra Hudaya, tahun 1981.
- Arikunto. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek, Penerbit Rineka Cipta Jakarta, tahun 1993, 208 halaman.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Permainan Metodik, untuk SGO tahun 1979, 101 halaman.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Olahraga Pendidikan di Sekolah Dasar, untuk SGO tahun 1982/1983, 118 halaman.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, Petunjuk Pelaksanaan Penilaian, tahun 1990, 48 halaman.
- Garis-garis Besar Haluan Negara, Bidang Agama dan Kepercayaan Terhadap Tuhan Yang Maha Esa, Sosial Budaya, tahun 1993-1998, 103 halaman.
- Kartono. Penelitian Pendidikan, tahun 1990, 133 halaman.
- Nazir, Metode Penelitian, Penerbit Ghalia Indonesia, tahun 1983, 63 halaman.
- Pidato Kenegaraan Presiden Republik Indonesia, Pelaksanaan Repelita 5 Tahun Keempat, tahun 1993, XV/3 halaman.
- Rusli, L, Ilmu Keolahragaan dan Beberapa Isu Fisiologi, Penerbit atas kerjasama ITB dan FPOK-IKIP Bandung.
- Sudjana, Metoda Statistika, Penerbit Tarsito Bandung, tahun 1993, 369 halaman.
- Surakhmad, Pengantar Penelitian Ilmiah Dasar Metoda Teknik. Penerbit Tarsito Bandung, tahun 1985, 338 halaman.
- Sutoto, Mukholid, Aminah, Pendidikan Permainan Anak dan Aktivitas Ritmik, penerbit Universitas Terbuka Depdikbud Jakarta tahun 1993, 41 halaman.
- Setyobroto, Pengantar Psikologi Olahraga, tahun 1989, 38 halaman.
- Soejadi, Olahraga dan Pendidikan, Penerbit Ternate Bandung tahun 1962, 43 halaman.



Vembrianto, Psikologi Sosial Suatu Pengantar Ringkas,
penerbit Yayasan Pendidikan Paramita, Yogyakarta, tahun
1981, 65 halaman.

Wirawan, Pengantar Umum Psikologi, penerbit Bulan Bintang,
tahun 1976, 104 halaman.