

PENGARUH METODE BAGIAN TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK DASAR LOMPAT KANGKANG

¹ Akbar Gumilar (email: akbargumilar@student.upi.edu)

² Respaty Mulyanto (email: respaty@upi.edu)

³ Dinar Dinangsit (email: dinardinangsit@upi.edu)

Program Studi PGSD Pendidikan jasmani UPI Kampus Sumedang Jl. Mayor Abdurachman No. 211 Sumedang

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kurangnya minat siswa dan siswa cenderung lebih menyukai pembelajaran yang sifatnya permainan misalkan sepak bola, bola voli, bulutangkis, dan lain sebagainya. Khususnya siswa kelas V SDN Citimun I pada olahraga lompat kangkang, hal tersebut terjadi karena adanya rasa takut dalam diri siswa dan gerakan olahraga lompat kangkang cukup kompleks. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh metode bagian terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar lompat kangkang. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *one-group pretest and postes*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi Kelas V SDN Citimun 1 yang berjumlah 28 orang. Hasil dari penelitian ini yaitu Untuk hasil pengujian data memiliki nilai (sig2-tailed) = 0,049 < α = 0,05 artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima atau dengan kata lain pembelajaran dengan menggunakan metode bagian dapat berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan lompat kangkang pada siswa-siswi kelas 5 SDN Citimun 1.

Kata Kunci: Lompat kangkang, metode bagian, minat siswa

PENDAHULUAN

Proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar guru diharapkan mengajarkan keterampilan-keterampilan seperti gerak dasar, teknik, ataupun strategi dalam olahraga yang melibatkan keempat unsur dalam pendidikan jasmani yaitu fisik, intelektual, emosi, dan sosial. Pada hakikatnya, pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah-sekolah umumnya disampaikan dalam bentuk permainan dan pengulangan. Materi dan isi pembelajaran hendaknya diberikan secara bertahap sehingga tujuan pokok pembelajaran dapat dicapai oleh peserta didik. Untuk itu para guru seharusnya memiliki rencana pembelajaran yang didalamnya berisi bekal pengetahuan dan keterampilan tentang strategi dan stuktur mengajar untuk peningkatan belajar anak.

Berdasarkan observasi dan wawancara peneliti dengan guru penjas SDN Citimun 1, Proses pendidikan jasmani dan kesehatan di SDN Citimun 1 kondisinya kurang sesuai dengan karakteristik anak sekolah dasar, permainan-permainan kecil yang mengundang tawa dan perasaan senang yang menjadi karakteristik anak sekolah dasar masih belum digali secara maksimal, sehingga anak kurang aktif, cenderung membosankan, strategi pembelajaran yang dilakukan juga masih senantiasa menggunakan pendekatan konvensional. Hal tersebut berdampak pada keterampilan siswa yang kurang maksimal. Maka seorang guru diharapkan bisa memilih metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak dan mampu memotivasi siswa dari pembelajaran yang ada agar anak terangsang melakukan kegiatan

pembelajaran dan agar anak tidak mudah bosan, sehingga hasil yang diharapkan dari perbaikan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak agar anak kembali bergairah serta termotivasi untuk mengikuti pembelajaran selanjutnya. Selain itu terdapat pula kendala pada proses pembelajaran, khususnya di kelas V dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan lompat kangkang. Mereka merasa malas dan tidak antusias dalam mengikuti pembelajaran lompat kangkang. Mereka cenderung bosan karena pembelajaran lompat kangkang cenderung pasif dan gerakannya juga tidak bebas dan itu-itu saja, serta metode pembelajarannya juga yang kurang bervariasi dan membosankan serta kurang menarik. Selain itu juga sebagian anak cemas dan takut untuk melakukan gerakan atau teknik dari lompat kangkang sehingga proses pembelajaran berjalan kurang efektif.

Lompat kangkang merupakan bagian dari senam lantai karena gerakan lompat kangkang menggunakan matras yang bertujuan untuk menghindari cedera pada saat pendaratan. Menurut Widowati & Rasyono (2018, hlm. 13) "Senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan pada matras, unsur-unsur gerakannya terdiri dari mengguling, melompat, meloncat, berputar di udara, menumpu dengan tangan, atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat ke depan atau belakang." Maka dari pendapat tersebut terdapat unsur-unsur gerakan lompat kangkang, gerakan lompat kangkang itu sendiri merupakan gerakan yang sangat kompleks, dimana gerakannya membutuhkan faktor pendukung lainnya, tidak hanya dari aspek teknik yang berupa awalan, tolakan dan pendaratan. tetapi dibutuhkan juga aspek fisik yang berupa kekuatan otot lengan, power otot tungkai, kelenturan otot tungkai dan keseimbangan. Serta pada aspek mental yang berupa keberanian dan semangat. Menurut Mahendra, (2001, hlm. 187) "Lompat kangkang adalah jenis lompatan yang menyebabkan pesenam harus membuka kakinya (kangkang) pada saat melewati kuda. Dalam beberapa hal, dari mulai awalan sampai bagaimana sikap lengan ketika kontak dengan kuda dan dorongan yang terjadi..." selanjutnya menurut Hidayat (dalam Hidayati & Muhammad, 2014, hlm. 351) "Lompat kangkang ialah satu senam ketangkasan yang menggunakan alat dimana seseorang berlari menuju kuda lompat atau punggung teman kemudian melayang di udara dengan tangan menumpu dan menekan kuda lompat atau punggung teman sambil melakukan lompatan dengan gerakan posisi kaki kangkang (*straddle vault*)..." sejalan dengan Sumanto & Sukiyo (dalam Weldani & Muhammad, 2015, hlm. 304) "latihan dengan bentuk gerakan meloncat melewati rintangan (yang dalam hal ini kuda-kuda) dan pada waktu badan sedang melayang di atas kuda-kuda tangan direntangkan, kedua tungkai lurus dan direntangkan untuk dapat lewat kanan kiri kuda-kuda." Dapat disimpulkan bahwa lompat kangkang ini merupakan salah satu olahraga yang terdapat dalam pelajaran senam ketangkasan, maka dari itu, lompat kangkang merupakan materi lompat dengan berbagai macam variasi gerak yang sebelumnya telah dijelaskan, sehingga sangat perlu untuk diberikan sejak anak berada di sekolah dasar, bertujuan agar siswa memiliki keterampilan gerak

dasar melompat, juga memberikan pelajaran dari aspek mental yaitu keberanian untuk melakukan gerak dasar lompat kangkang.

Bila kondisi tersebut tetap dibiarkan dan sengaja diabaikan tentu sangatlah tidak baik, dikarenakan terdapat banyak manfaat yang timbul jika seorang siswa mempelajari teknik dari gerak dasar lompat kangkang. Beberapa manfaat dari mempelajari gerak dasar lompat kangkang seperti yang telah disebutkan sebelumnya diantaranya yaitu untuk melatih kelentukan otot tungkai, melatih keseimbangan, dan juga melatih aspek mental yang berupa keberanian. Dimana kelentukan otot juga sangatlah bagus bila terbentuk sedari dini atau di usia anak sekolah dasar karena akan mempermudah siswa mempelajari cabang olahraga yang lainnya, karena bagaimanapun juga cabang olahraga senam adalah salah satu cabang olahraga yang menjadi "ibu" atau yang lebih dikenal dengan *mother of sport* dari semua cabang olahraga yang ada.

Keberhasilan dalam proses pembelajaran salah satunya adalah pemilihan metode pembelajaran yang sesuai karakteristiknya. Penerapan metode pembelajaran yang baik dan tepat sangat penting dalam kegiatan pembelajaran agar memperoleh hasil belajar yang optimal. Namun demikian setiap metode pembelajaran tentu memiliki kelebihan dan kelemahan, sehingga guru dalam menerapkan metode pembelajaran harus diperhatikan tujuan pembelajaran yang hendak dicapai. Menurut Sutikno (2009, hlm. 90) menyatakan:

Pada prinsipnya tidak satu pun metode pembelajaran yang dapat dipandang sempurna dan cocok dengan semua pokok bahasan yang ada dalam setiap bidang studi. Karena setiap metode pembelajaran pasti memiliki keunggulan dan kelemahan masing masing. Karena itu, guru tidak boleh sembarangan memilih serta menggunakan metode pembelajaran.

Pendapat tersebut menunjukkan, setiap metode pembelajaran memiliki kelebihan dan kelemahan. Oleh karena itu, dalam memilih dan menerapkan metode pembelajaran harus diperhatikan beberapa faktor. Lebih lanjut Sutikno (2009, hlm. 91) menyatakan, "beberapa faktor yang mempengaruhi pemilihan dan penentuan metode pembelajaran antara lain: 1) Tujuan yang hendak dicapai 1) Materi pelajaran 2) Siswa 3) Situasi 4) Fasilitas 5) Guru". Pendapat tersebut menunjukkan dalam pemilihan dan penerapan metode pembelajaran ada enam aspek yang harus diperhatikan yaitu, tujuan yang hendak dicapai, materi pelajaran, siswa, situasi, fasilitas dan guru. Agar metode pembelajaran yang diterapkan memperoleh hasil yang optimal, maka aspek-aspek tersebut harus diperhatikan.

Peneliti memilih metode bagian yang dianggap cocok dalam kegiatan senam ketangkasan lompat kangkang. Menurut Soekirno, dkk (2017, hlm. 129) "Metode bagian adalah metode pembelajaran yang dilakukan dari bagian yang sederhana ke yang kompleks secara keseluruhan, dari yang umum ke yang khusus, dilaksanakan dari mempelajari bagian dasar, dan disusun dari bagian yang mudah ke yang sulit." Selanjutnya menurut Darmawan (2017, hlm. 251) "Metode bagian merupakan bentuk pembelajaran

pemecahan satu bagian yang lebih kecil. Pemecahan gerak menjadi bagian terkecil, mempunyai tujuan menghilangkan atau memperkecil kemungkinan melakukan kesalahan gerak.” Begitu pula menurut Agung (2017, hlm. 6) “metode bagian merupakan cara untuk melatih suatu keterampilan cabang olahraga tertentu dengan mempelajarinya secara bertahap atau tiap bagian. Pada metode ini seorang pemain akan mempelajari teknik dari tiap detail gerakan, diawali dengan teknik yang termudah sampai teknik yang komplit.” Dengan demikian, betapa pentingnya gerak dasar lompat kangkang dalam cabang olahraga senam ini untuk dipelajari karena jika dibiarkan tentunya akan memberikan beberapa kesulitan atau hambatan kepada anak dalam melakukan tugas geraknya khususnya pada cabang olahraga lainnya.

Melalui metode bagian, siswa diharapkan bisa melakukan tugas geraknya dalam olahraga lompat kangkang tanpa merasa terbebani. Untuk melatih keterampilan lompat kangkang ini juga bisa dilakukan dengan melewati teman yang tinggi badannya masih sama dengan orang yang akan melewati rintangan, teman yang berperan menjadi peti lompat harus dengan posisi badan membungkuk seperti posisi rukuk dalam sholat disesuaikan dengan tinggi pelompat, kemudian orang yang akan melewati bisa menolak kedua tangannya untuk melewati orang yang menjadi peti lompat tersebut, dengan melebarkan kaki ke samping. Namun, berdasarkan pengamatan tersebut, peneliti menganggap faktor yang paling dominan untuk keberhasilan lompat kangkang, yakni pada aspek teknik, aspek fisik, dan terutama aspek mental. Selain itu, metode pembelajaran yang bervariasi juga menentukan keberhasilan dalam pelaksanaan peningkatan keterampilan gerak dasar lompat kangkang agar siswa tidak merasa jenuh dalam melakukan tugas geraknya.

Peneliti mengharapkan dengan latihan menggunakan metode bagian, latihan dapat berjalan lebih efektif dan siswa dapat menguasai gerak dasar lompat kangkang dengan baik dan benar. Dengan alasan itulah maka dalam penelitian ini akan diambil judul “Pengaruh Metode Bagian Terhadap Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Lompat Kangkang.”

METODE PENELITIAN

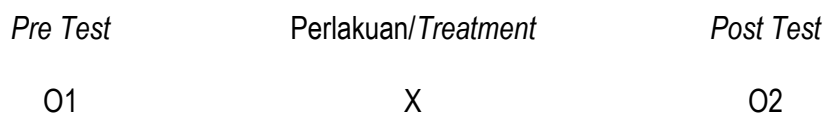
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen, Menurut (Sugiyono 2016, hlm. 72) mengemukakan, “... metode eksperimen dilakukan untuk mengetahui akibat dari suatu perlakuan”. Metode penelitian eksperimen merupakan rangkaian kegiatan percobaan dengan tujuan untuk menyelidiki sesuatu masalah sehingga diperoleh hasil.

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre eksperimen* dengan bentuk *one group pretest-posttest design*. Menurut Suherman (2013, hlm.52)

One Group Pretest-Posttest Design (Rancangan pra dan pos test pada kelompok tunggal). 1) Rancangan ini hanya satu kelompok saja yang diberikan pra dan pos uji. 2) Terlebih dahulu melakukan pengetesan awal, dilanjutkan pemberian perlakuan dan dilakukan pos tes. 3) Selisih antara hasil pos tes dengan hasil pre tes dinilai sebagai efek perlakuan eksperimen.

Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan :

O1: *Pre-test* yaitu tes awal (melakukan observasi sebelum menggunakan metode bagian).

X: Perlakuan yaitu menggunakan metode bagian keterampilan gerak dasar lompat kangkang.

O2: *post-test* yaitu tes akhir, yaitu observasi setelah menggunakan metode bagian keterampilan gerak dasar lompat kangkang.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini meliputi siswa kelas V SDN Citimun I, Ibu Dedeh Mulyati, S.Pd sebagai guru pendidikan jasmani SDN Citimun I, serta rekan-rekan PPL UPI Kampus Sumedang.

Populasi dan Sampel

Menurut Sugiyono (2013, hlm. 117) "Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya." Dengan uraian tersebut, populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan individu atau obyek yang ingin diteliti. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi Kelas V SDN Citimun 1. Untuk mempermudah pengumpulan data dalam penelitian ini, maka peneliti menggunakan sampling. Menurut Sugiyono (2014, hlm. 62) "sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi". Jadi sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang dijadikan wakil dalam penelitian. Dalam penelitian ini mengambil sampel dengan teknik sampling jenuh. Menurut Sugiyono (2014, hlm.68) "Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel". Maka dalam penelitian ini, Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah siswa-siswi Kelas V SDN Citimun 1 yang mengikuti kegiatan latihan lompat kangkang sebanyak 28 orang dengan rincian 11 orang laki-laki dan 17 orang perempuan.

Waktu dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebanyak 12 kali pertemuan dimulai dari tanggal 16 April 2019 sampai 11 Mei 2019. Lokasi penelitian ini dilakukan di lapangan SDN Citimun I yang beralamat di Jalan Tanjungkerta-Cimalaka-Desa Citimun, Kecamatan Cimalaka, Kabupaten Sumedang.

Instrumen Penelitian

Peneliti menggunakan pengembangan bentuk instrumen tes keterampilan gerak dasar lompat kangkang dari hasil penelitian jurnal milik Heri, dkk dengan judul Pengembangan Instrumen Penilaian Psikomotor Senam Lantai Dalam Pembelajaran Penjasorkes Pada Siswa Sekolah Dasar. Adapun dengan rincian sebagai berikut:

Deskriptor: a. Awalan 1) Skor 1, Mengambil awalan dengan berdiri, pada saat mulai berlari salah satu di depan dan pandangan ke arah balok tumpuan. 2) Skor 2, Berlari dengan cepat, mengayunkan tangan dan pandangan masih tetap ke arah balok tumpuan. 3) Skor 3, Pandangan ke arah depan, melompat dengan kedua kaki dan posisi kaki rapat. b. Tolakan 1) Skor 1, Kedua tangan lurus pada saat pada saat mau menyentuh balok tumpuan, kemudian dilemaskan. 2) Skor 2, Kedua tangan menumpu posisi kedua kaki terbuka sejajar. 3) Skor 3, Kedua tangan menumpu dengan kuat dengan posisi lurus pada saat dibalok tumpuan dan menjaga keseimbangan badan. c. Pendaratan 1) Skor 1, Memasuki pendaratan melepaskan kedua tangan dari balok tumpuan secara bersamaan dan pandangan mata ke tempat pendaratan. 2) Skor 2, Pandangan kedepan posisi badan dicondongkan dan kedua kaki rapat. 3) Skor 3, Posisi kaki menyentuh matras secara bersamaan, kemudia tangan lurus ke atas dan menjaga keseimbangan badan. Berdasarkan deskriptor yang telah ada, maka teknik penilaiannya dilihat dari skor ideal yang diperoleh yaitu 9. maka teknik penilaiannya adalah sebagai berikut.

$$\text{Penilaian} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor ideal}} \times 100\%$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data-data yang diperoleh dari tes lompat kangkang *pretest* dan *posttest*. *Pretest* dilakukan untuk mengukur tes awal kemampuan lompat kangkang siswa sebelum dilakukannya perlakuan (*treatment*), sedangkan *posttest* untuk mengukur hasil kemampuan lompat kangkang setelah dilakukannya perlakuan. Perlakuan yang diberikan yaitu dengan menerapkan metode bagian. Dengan jumlah siswa sebanyak 28 siswa dengan rincian 11 orang laki-laki dan 17 orang perempuan.

Untuk melihat perolehan jumlah skor siswa pada *pretest* dan *posttest* dapat dilihat dari jumlah perolehan nilai, nilai tertinggi, nilai terkecil dan rata-rata nilai dan standar deviasi dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut ini:

Tabel 1. Rekapitulasi Penilaian Hasil *Pretes* dan *Posttes*

Descriptive Statistics						
	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
PRETEST	28	66,6	200,0	3674,4	131,229	38,1192
POSTTEST	28	88,8	200,0	4085,3	145,904	31,2388
Valid N (listwise)	28					

Berdasarkan tabel 1 di atas dari 28 orang siswa yang mengikuti *pretest* dengan rata-rata perolehan nilai 131,229 dan standar deviasi 38,1192 didapat nilai tertinggi yaitu 200 dan nilai terkecil 66. Begitupun dengan hasil *posttest* diperoleh rata-rata perolehan nilai 145,904 dengan standar deviasi 31,2388 didapat nilai tertinggi 200 dan nilai terkecil 88. Hasil perhitungan menggunakan bantuan program *SPSS 20.0 for windows* dan data yang diperoleh berdasarkan penilaian dari guru penjas SDN Citimun 1 yang bernama Dedeh Mulyati, S.Pd dan peneliti.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari metode bagian terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar lompat kangkang. Temuan ini sendiri didapat dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan pada siswa-siswi kelas 5 SDN Citimun 1. Hasil pengolahan data penelitian dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 2. Rekapitulasi Uji Statistik

Nilai	Jumlah siswa	Uji Normalitas	Uji Homogenitas	Uji paired Sampel T Test	Keterangan
Pretest	28 orang	.101 (normal)	.202 (homogen)	.030	Terdapat pengaruh metode bagian
Posttest		.181 (normal)			

Berdasarkan tabel 2 di atas, hasil uji normalitas data *pretest* memiliki *P-value (sig)* senilai 0,101 Dengan demikian, uji normalitas (*Shapiro-Wilk*) data *pretest* dan hasil uji normalitas data *posttest* memiliki *P-value (sig)* senilai 0.181. keduanya lebih besar nilainya dari $\alpha = 0,05$ yang berarti data berdistribusi normal. Hasil uji homogenitas varians data *pretest* dan *posttest* ialah 0,202. Lebih besar dari α yang berarti data homogen. Selanjutnya dilakukan analisis data uji perbedaan rata-rata karena data *pretest* dan *posttest* yang diperoleh berdistribusi normal dan homogen, maka uji perbedaan rata-rata menggunakan Uji-t berpasangan (*Paired Sample t-test*). Uji data berpasangan ini dilakukan untuk mengetahui apakah kedua sampel yang berhubungan tersebut mempunyai rata-rata yang secara nyata berbeda ataukah tidak. Pengujian ini dilakukan terhadap dua sampel yang berpasangan. Menurut Sunjoyo, dkk (2013, hlm. 94) "sampel yang berpasangan diartikan sebagai sebuah sampel dengan subjek yang sama, namun

mengalami dua perlakuan atau pengukuran yang berbeda”. Perlakuan atau pengukuran tersebut ialah pretest dan posttest. Dilihat dari hasil uji beda rata-rata didapatkan nilai sebesar $.030 < \alpha = 0,05$.

Rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, siswa-siswi kelas 5 SDN Citimun 1 memiliki permasalahan dalam pembelajaran senam ketangkasan khususnya pada pembelajaran lompat kangkang. Siswa merasa enggan melakukan pembelajaran lompat kangkang dikarenakan siswa merasa bahwa pembelajaran lompat kangkang itu membosankan karena gerakannya yang cukup kompleks, selain itu siswa beranggapan bahwa pembelajaran senam akan membuat mereka ketakutan sehingga minat siswa dalam melakukan pembelajaran lompat kangkang menjadi menurun. Selain itu sebagian siswa-siswi lebih menyenangi olahraga bola besar, seperti bermain sepak bola dan bola voli karena permainan tersebut cukup bebas bergerak dan menyenangkan bagi mereka. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti beranggapan bahwa penerapan metode bagian dirasa tepat untuk meningkatkan kemampuan lompat kangkang pada siswa-siswi kelas 5 SDN Citimun 1. keterampilan juga bisa digunakan sebagai kata sifat, walaupun hal ini digunakan, kata tersebut sudah berubah strukturnya hanya menjadi trampil. Kata ini digunakan untuk menunjukan suatu tingkat keberhasilan dalam melakukan suatu tugas E Sudirjo, MN Alif (2019, hlm. 115)

Berdasarkan pengolahan dan analisis data telah dilakukan, dilakukan pengujian hipotesis dengan uji asumsi klasik yang diawali dengan uji normalitas terlebih dahulu menggunakan uji liliefors. Analisis data yang dilakukan kali ini menggunakan (*ShapiroWilk*) karena jumlah sampel yang digunakan kurang dari 50, jika sampel lebih dari atau sama dengan 50 maka analisis data uji normalitas menggunakan (*Kolmogorov-Sminorv^a*). Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Maulana (2016, hlm.234)

Uji *Kolmogorov-Sminorv* digantikan sebagai pengganti uji Kay-Kuadrat ketika menguji dua sampel bebas, distribusinya kontinu, datanya tersebar serta jumlah sampel pada setiap kelompok tidak harus sama dan disarankan bagi sampel yang berjumlah tidak lebih dari 50 subjek. Sementara untuk jumlah sampel yang berjumlah kurang dari 50 subjek, akan lebih akurat dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk*

Untuk pengujian hipotesis, yaitu untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari penggunaan metode bagian terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar lompat kangkang. Seperti pada tabel 1 yang telah dilakukan uji normalitas untuk pengolahan data *pretest* dan *posttest* yang diberi perlakuan metode latihan bagian memiliki nilai signifikansi senilai 0,101 untuk hasil *pretest* dan 0,181 untuk hasil *posttest*. Maka kedua data *pretest* dan *posttest* tersebut sama sama memiliki nilai signifikansi $\geq \alpha$ (0,05) sehingga H_0 diterima dan data dinyatakan berdistribusi normal.

Langkah berikutnya peneliti melakukan pengujian hipotesis uji asumsi *analysis of variance (Anova)* dengan menggunakan uji *homogeneity oneway anova between subjeck* untuk mengetahui hubungan atau seberapa besar relatif kontribusi metode bagian terhadap keterampilan lompat. Seperti tabel 1 yang telah

dilakukan uji homogenitas diketahui bahwa nilai signifikansi varians data *pretest* dan *posttest* ialah 0,202. Karena nilai signifikansi $0,202 > \alpha = 0,05$ artinya H_0 diterima dan H_1 ditolak atau dengan kata lain tidak terdapat perbedaan nilai varians yang signifikan antara data *pretest* dan *posttest*. Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa data *pretest* dan *posttest* bersifat homogen.

Pengaruh metode bagian dapat dilihat dari tabel 1 dengan hasil uji hipotesis kesamaan dua rata-rata data berpasangan (*Paired Samples Test*) menunjukkan *P-value (sig 2-tailed)* sebesar $0,030 < 0,05$ berarti bahwa H_0 ditolak atau dengan kata lain pembelajaran dengan menggunakan metode bagian dapat berpengaruh secara signifikan terhadap kemampuan lompat kangkang pada siswa-siswi SDN Citimun 1.

Dari hasil uji *Pearson Correlation* yang terdapat pada tabel 4.5 diperoleh nilai korelasi pearson 0,541. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang cukup signifikan atau dengan kata lain penggunaan metode bagian terhadap kemampuan lompat kangkang pada siswa SDN Citimun 1 yang mengikuti kegiatan pembelajaran lompat kangkang memberikan kontribusi besar yang signifikan.

SIMPULAN

Berdasarkan data yang telah di olah dan di analisis dari penelitian yang telah dilaksanakan pada siswa-siswi kelas V SDN Citimun 1 selama 12 pertemuan, dimana dua pertemuan digunakan untuk pelaksanaan tes awal dan tes akhir. Sehingga diperoleh kesimpulan sebagai berikut: 1) Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari penggunaan metode bagian terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar lompat kangkang. 2) Terdapat korelasi yang cukup besar atau dengan kata lain penerapan metode bagian terhadap keterampilan gerak dasar lompat kangkang pada siswa-siswi kelas V SDN Citimun 1 memberikan kontribusi yang signifikan.

REFERENSI

- Agung, R.P. (2017). Pengaruh Metode Bagian Dan Keseluruhan Terhadap Hasil free Throw Bola Basket Pada Pemain Putra Bola Basketkelompok Smp N 7 Wonogiri Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Spirit*. Vol 17 (1).
- Darmawan, dkk. (2017). Penerapan Metode *Part-whole* untuk Meningkatkan Keterampilan Senam Ketangkasan Gerakan Round-off pada Siswa Kelas XI RPL-3 SMK Negeri 5 Malang. *Jurnal Riset dan Konseptual*. Vol 2 (3).
- Sudirjo, E., & Alif, M. N. (2018). *Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik: Konsep Perkembangan dan Pertumbuhan Fisik dan Gerak Manusia*. UPI Sumedang Press.

- Hidayani, N & Muhammad, N.M. (2014). Peningkatan Hasil Belajar Pada Materi Lompat Kangkang Dengan Model pembelajaran Kooperatif Tipe *Teams Games Tournament* (Tgt). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol 02 (02).
- Heri, dkk. (2017). Pengembangan Instrumen Penilaian Psikomotor Senam Lantai dalam Pembelajaran Penjasorkes pada Siswa Sekolah Dasar. *Journal of Educational Research and Evaluation*. Vol 06 (23).
- Mahendra, A. (2001). *Pembelajaran Senam Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Maulana. (2016). *Statistika dalam Penelitian Pendidikan*. Sumedang: UPI Sumedang Press.
- Soekirno, D. R. S, dkk. (2017). Pengaruh Metode *Small Sided Games* Dan Metode Bagian Terhadap Hasil Belajar *Passing-Control* Sepakbola. *Jurnal gelanggang pendidikan jasmani indonesia*. Vol 1 (1).
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian* Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono.(2014). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman. A. (2013). *Statistik Pendidikan Jasmani*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sunjoyo, dkk.(2013). *Aplikasi SPSS Untuk Smart Riset (Program IBM SPSS 21.0)*. Bandung: Alfabeta.
- Sutikno, M.S. (2009). *Belajar dan Pembelajaran Upaya Kreatif dalam Mewujudkan Pembelajaran yang Berhasil*. Bandung: Prospect.
- Weldani, F & Muhammad, N.M. (2015). Penerapan Terapi Nlp (*Neuro Linguistic Programming*) Untuk Menurunkan Kecemasan Dalam Melakukan Lompat Kangkang Pada Siswa Kelas X. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Vol 03 (02).
- Widowati, A. & Rasyono. (2018). Pengembangan Bahan Ajar Senam Lantai Untuk Pembelajaran Senam Dasar Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. Vol 7 (1).