

**IDENTIFIKASI PEMBELAJARAN PJOK LARI 60 METER MELALUI
METODE BERMAIN KELAS V SD NEGERI TAMBAH DADI
KABUPATEN LAMPUNG TIMUR**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Sherly Merlian
19604221015

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
DEPARTEMEN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2023**

**IDENTIFIKASI PEMBELAJARAN PJOK LARI 60 METER MELALUI
METODE BERMAIN KELAS V SD NEGERI TAMBAH DADI
KABUPATEN LAMPUNG TIMUR**

Oleh:

Sherly Merlian
NIM. 19604221015

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur yang berjumlah 40 siswa. Teknik *Sampling* menggunakan *Total Sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu angket. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa diperoleh identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur adalah kategori "sangat kurang" dengan frekuensi 0 peserta didik (0,00%), kategori "kurang" dengan frekuensi 6 peserta didik (4,90%), kategori "cukup" dengan frekuensi 32 peserta didik (80,00%), kategori "baik" dengan frekuensi 2 peserta didik (5,00%), dan "sangat baik" dengan frekuensi 0 peserta didik (0,00%).

Kata Kunci: identifikasi, pembelajaran, PJOK, lari 60 meter, bermain

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sherly Merlian

Nim : 19604221015

Program Studi : PGSD Pendidikan Jasmani

Judul TAS : Identifikasi Pembelajaran PJOK Lari 60 Meter Melalui Metode
Bermain Kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung
Timur

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 13 Maret 2023
Yang menyatakan



Sherly Merlian
NIM. 19604221015

LEMBAR PESETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**IDENTIFIKASI PEMBELAJARAN PJOK LARI 60 METER MELALUI
METODE BERMAIN KELAS V SD NEGERI TAMBAH DADI
KABUPATEN LAMPUNG TIMUR**

Disusun oleh:

Sherly Merlian
NIM. 19604221015

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen pembimbing untuk
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang
bersangkutan.



Yogyakarta, 13 Maret 2023

Mengetahui,
Koordinator Program Studi

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing

Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or.
NIP. 11310800507489

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

IDENTIFIKASI PEMBELAJARAN PJOK LARI 60 METER MELALUI METODE BERMAIN KELAS V SD NEGERI TAMBAH DADI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR

Disusun oleh:

Sherly Merlian
NIM 19604221015

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal, 31 Maret 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or. Ketua Penguji/Pembimbing		5 April 2023
Riky Dwihandaka, S.Pd.Kor., M.Or. Sekretaris		5 April 2023
Drs. Sriawan, M.Kes. Penguji		5 April 2023

Yogyakarta, April 2023

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.
NIP. 196407071988121001

MOTTO

Nilailah kejelekan dirimu sendiri sebelum kamu menilai kejelekan orang lain.

(Sherly Merlian)

Pada akhirnya takdir Allah selalu baik walaupun terkadang perlu air mata untuk menerimanya.

(Ummar Bin Khattab)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur alhamdulillah saya ucapkan kepada Allah SWT yang telah mempermudah langkah saya dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya Bapak Paiman dan Ibu Jumilah yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan segala hal yang terbaik yang selalu mereka usahakan walaupun butuh pengorbanan untuk keberhasilan anaknya.
2. Kakak saya Rudi Riswanto dan Santi Wahyunui yang selalu mendoakan saya, memberi dukungan dari segi fisik maupun mental, memberikan motivasi, kasih sayang, dan segala yang telah diberikan kepada saya.
3. Lea Andrian serta teman-teman dan saudara/sepupu saya yang telah memberikan support dan semangat setiap waktu agar saya cepat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi yang berjudul "Identifikasi Pembelajaran PJOK Lari 60 Meter Melalui Metode Bermain Kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur" dapat diselesaikan dengan lancar. Selesainya penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini atas bantuan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes., selaku Ketua Departemen Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar sekaligus Korprodi yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Pembimbing Akademik yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik selama ini.
5. Kepala Sekolah SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur, yang telah memberikan ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi Ini.

6. Guru dan peserta didik SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur yang telah memberikan bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Saudara, teman, dan sahabat yang telah memberikan dukungan dan semangat selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari ALLAH SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 13 Maret 2023
Penulis,

Sherly Merlian
NIM. 19604221015

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
ABSTARK	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Masalah.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	8
1. Hakikat Identifikasi	8
2. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)	9
3. Hakikat Atletik	13
B. Kajian Penelitian yang Relevan	20
C. Kerangka Berfikir.....	20

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	22
C. Populasi dan Sampel Penelitian	22
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian	23
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	24
F. Validitas dan Reliabilitas.....	26
G. Teknik Analisis Data.....	28

BAB IV HASI PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	30
1. Faktor Pembukaan Pembelajaran	32
2. Faktor Pelaksanaan Pembelajaran.....	34
3. Faktor Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran.....	35
B. Pembahasan	37
1. Faktor Pembukaan Pembelajaran.....	40
2. Faktor Pelaksanaan Pembelajaran.....	42
3. Faktor Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran.....	45
C. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	47

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	49
B. Implikasi	49
C. Saran.....	50

DAFTAR PUSTAKA.....	51
----------------------------	-----------

LAMPIRAN	55
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket	24
Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen.....	25
Tabel 3. Hasil Uji Validitas Instrumen	27
Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas	28
Tabel 5. Norma Kategori Penilaian	28
Tabel 6. Deskriptif Statistik Identifikasi Pembelajaran PJOK lari 60 meter Melalui Metode Bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.....	30
Tabel 7. Norma Penilaian Identifikasi Pembelajaran PJOK Lari 60 meter Melalui Metode Bermain Kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.....	31
Tabel 8. Deskriptif Statistik Faktor Pembukaan Pembelajaran.....	32
Tabel 9. Norma Penilaian Faktor Pembukaan Pembelajaran.....	33
Tabel 10. Deskriptif Statistik Faktor Pelaksanaan Pembelajaran.....	34
Tabel 11. Norma Penilaian Faktor Pelaksanaan Pembelajaran.....	34
Tabel 12. Deskriptif Statistik Faktor Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran....	35
Tabel 13. Norma Penilaian Faktor Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran.....	36

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram Batang Identifikasi Pembelajaran PJOK Lari 60 meter Melalui Metode Bermain Kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur	31
Gambar 2. Diagram Batang Faktor Pembukaan Pembelajaran	33
Gambar 3. Diagram Batang Faktor Pelaksanaan Pembelajaran	35
Gambar 4. Diagram Batang Faktor Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran	36

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Bimbingan TAS	56
Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi.....	57
Lampiran 3. Surat Keterangan <i>Expert Judgment</i>	58
Lampiran 4. Surat Izin Uji Instrumen Penelitian.....	59
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian	60
Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri 1 Tambah Dadi	61
Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri 3 Tambah Dadi	62
Lampiran 8. Instrumen Penelitian.....	63
Lampiran 9. Data Uji Coba	65
Lampiran 10. Uji Validitas dan Reliabilitas	66
Lampiran. 11. Tabel r.....	67
Lampiran 12. Data Penelitian.....	68
Lampiran 13. Deskriptif Statistik	70
Lampiran 14. Menghitung Norma Penilaian (PAP)	72
Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian.....	75

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan adalah suatu usaha yang dilakukan secara sadar dan sengaja untuk mengetahui tingkah laku manusia baik secara individu maupun kelompok, untuk mendewasakan manusia melalui baik secara individu maupun kelompok, untuk mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan (Sugihartanto, dkk 2013: 3). Pendidikan juga merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam membangun pengaruh perkembangan dan kemajuan suatu bangsa untuk mendapatkan pendidikan tanpa membeda-bedakan ras, suku, dan budaya.

Proses belajar mengajar merupakan suatu kegiatan agar dapat mempengaruhi peserta didik menuju pada pembahasan tingkah laku baik intelektual, moral, maupun sosial. Tujuan pendidikan Indonesia dalam UU No. 20 tahun 2003 Pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh seluruh peserta didik yang melahirkan peserta didik yang bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, cerdas sehat jasmani dan rohani, kreatif, mandiri, cakap berbudi pekerti luhur, bertanggung jawab, serta dapat menjadi warga negara yang mematuhi segala aturan pemerintah yang berlaku.

Pendidikan sebagai suatu proses yang berlangsung, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki peran sangat penting, yaitu memberikan kesempatan pada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai

pengalaman belajar. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi media alat bantu olahraga, dan nilai-nilai sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain sebagainya.

Berdasarkan pendapat Samsudin (2008: 20) pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar juga dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan ranah jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif bagi setiap peserta didik.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, aspek kebugaran jasmani keterampilan gerak, stabilitas emosional dan sikap sportivitas. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah dasar memiliki banyak materi pembelajaran diantaranya adalah atletik. Atletik merupakan kegiatan fisik atau jasmani yang terdiri dari jalan, lari, lompat, dan lempar. Atletik juga bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan biomotorik, misalnya kekuatan daya tahan, kecepatan, kelenturan, koordinasi, dan lain sebagainya.

Pembelajaran merupakan suatu rangkaian aktivitas dan interaksi antara siswa dan guru yang terjadi dalam proses pendidikan formal maupun non formal. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 103

tahun 2014 tentang Pembelajaran dan Pendidikan Dasar dan Menengah pasal 2 ayat (1) menyatakan bahwa pembelajaran dilaksanakan berbasis aktivitas dengan karakteristik: (a) interaktif dan inspiratif, (b) menyenangkan, menantang, dan memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, (c) kontekstual dan kolaboratif, (d) memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian peserta didik, dan (e) sesuai dengan bakat, minat, kemampuan dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik.

Proses pembelajaran atletik di tingkat sekolah dasar yang terlalu monoton dan kurang menarik perhatian siswa dan mengakibatkan siswa bosan dalam proses pembelajaran, oleh karena itu pembelajaran atletik di sekolah dasar akan lebih menarik dan lebih menyenangkan jika dilakukan dengan pendekatan bermain yang dimodifikasi. Dari hasil wawancara dari beberapa guru penjas di SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur, menyatakan bahwa pembelajaran lari sprint 60 meter pada siswa kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur, tidak didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai. Kemudian dalam pengamatan di kegiatan pembelajaran lari 60 meter banyak siswa dalam proses kegiatan pembelajaran kurang optimal dan banyak tidak melaksanakan kegiatan yang diberikan oleh guru karena kebanyakan siswa mempunyai pandangan bahwa lari adalah kegiatan yang melelahkan sehingga mengakibatkan siswa tidak tertarik dengan kegiatan lari *sprint*.

Untuk menentukan permasalahan pada lari sprint 60 meter faktor terpenting dalam pembelajaran lari untuk sekolah dasar kelas atas adalah metode pembelajaran yang mengandung unsur yang menarik sehingga siswa tidak

mengalami kejenuhan dalam mengikuti proses pembelajaran berlangsung. Sehingga guru harus menerapkan pendekatan pembelajaran dengan melalui bermain agar siswa merasa senang dan antusias dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar dalam materi lari *sprint* 60 meter, dengan harapan pada proses pembelajaran lari *sprint* dapat disenangi oleh siswa sehingga dapat tercapainya tujuan pembelajaran yang diharapkan.

Salah satu cara untuk menemukan atau mencari hasil keaktifan siswa dalam proses mengikuti pembelajaran PJOK materi lari 60 meter yaitu dengan menggunakan wawancara, menyebarkan angket, observasi. Dalam penelitian ini bermaksud ingin menerapkan metode bermain dalam pembelajaran lari *sprint* 60 meter dengan harapan dapat menemukan hasil belajar siswa. Setelah penelitian mengamati hal-hal tersebut, peneliti mencoba menerapkan pembelajaran dengan metode pendekatan bermain, dengan tujuan agar peserta didik merasa senang sehingga tidak merasa jenuh dalam kegiatan pembelajaran serta menciptakan suasana yang nyaman sehingga banyak disenangi oleh siswa serta dapat tercapai tujuan pembelajaran.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Belum diidentifikasi hambatan pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.

2. Kurangnya antusias peserta didik dalam melakukan pembelajaran lari 60 meter.
3. Belum diketahuinya pemberian materi kepada peserta didik yang menarik dan bervariasi.
4. Belum memadainya sarana dan prasarana sehingga mempengaruhi hasil pembelajaran peserta didik.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan pada penelitian ini lebih terarah dan tidak menjadi luas, dan berdasarkan latar belakang serta beberapa identifikasi masalah maka penelitian ini adalah identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini, yaitu "Seberapa baik identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur?".

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini berkontribusi terhadap ilmu pendidikan dan akan mampu menggambarkan identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.

2. Secara Praktis

a. Bagi Guru

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam peningkatan kualitas mengajar dan menyempurnakan semangat belajar untuk peserta didik.

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan evaluasi serta menjadi gambaran bagi lembaga mengenai identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.

c. Bagi Siswa

Siswa dapat mengetahui pembelajaran PJOK lari 60 meter.

d. Bagi Peneliti

Dengan penelitian ini, peneliti mendapat wawasan pengetahuan mengenai identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.

e. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti lainnya agar dapat mempermudah yang ingin melakukan penelitian

terkait, serta dapat menambah wawasan yang berguna bagi peserta didik atau pihak lain yang membutuhkan.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Identifikasi

Identifikasi adalah proses pengenalan, menempatkan objek atau individu dalam suatu kelas sesuai dengan karakteristik tertentu. berdasarkan pendapat JP Chaplin yang diterjemahkan Kartini Kartono yang dikutip oleh Uttoro, (2008: 8). Identifikasi adalah penentuan atau penempatan identitas orang benda, dan sebagainya. Pengertian identifikasi secara umum memberikan sebuah tanda yang sesuai dengan golongan pada benda, barang, atau sesuatu, dengan tujuan membedakan komponen yang satu dengan yang lainnya (KBBI, 2012).

Berdasarkan pendapat Herdanawati (2003: 237) identifikasi adalah 1) Tanda kenal diri, 2) penentu atau penepatan identitas seseorang. Sedangkan berdasarkan pendapat Komarudin dan Yooke Tjuparmah (2000: 92) bahwa identifikasi bersasal dari bahasa latin, identitas, persamaan. 1) fakta, bukti, tanda, atau petunjuk mengenai identitas. Dua puluh pencarian atau penelitian ciri-ciri yang bersama. 3) pengenalan tanda-tanda atau karakteristik suatu hal berdasarkan tanda pengenal. Pada dasarnya proses identifikasi merupakan sarana atau cara untuk memelihara hubungan yang diinginkan dengan orang atau kelompok lain dan acara uuntuk menopang pengertian sendiri mengenai hubungan tersebut (Saifudin Azwar, 2005: 56). Proses identifikasi terjadi apabila individu meniru perilaku seseorang atau sikap kelompok lain dikarenakan sikap tersebut sesuai

dengan apa yang dianggapnya sebagai bentuk hubungan yang menyenangkan antara dua belah pihak lain yang dimaksud.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa identifikasi merupakan fakta atau petunjuk mengenai identitas seseorang atau objek tertentu.

2. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

a. Pengertian pembelajaran

Pembelajaran secara umum dapat sebagai pengembangan pengetahuan yang baru keterampilan atau sikap sebagaimana seorang individu itu berinteraksi dengan informasi dan lingkungan itu sendiri. Rosdiani (2013: 94) juga menyatakan bahwa pembelajaran merupakan proses komunikasi tradisional yang bersifat timbal balik, antara guru dengan peserta didik, peserta didik dengan peserta didik, untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan pendapat Majid (2013: 4) menjelaskan pembelajaran adalah suatu usaha pembelajaran seseorang maupun kelompok orang melalui berbagai upaya strategi, metode, dan pendekatan menuju pencapaian yang telah direncanakan. Aspek yang terdapat dalam pembelajaran antara lain:

1. Ranah Kognitif, adalah ranah yang mencakup kegiatan mental anak (otak).
Ranah kognitif dibagi menjadi enam yaitu: pengetahuan, pemahaman, penerapan atau aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi.
2. Ranah Afektif, adalah ranah yang berkaitan dengan sikap dan nilai, sikap seseorang dapat diramalkan perubahannya apabila ia telah memiliki penguasaan kognitif tingkat tinggi. Ada beberapa kategori ranah afektif

sebagai hasil belajar yaitu: penerimaan (*receiving*), jawaban (*responding*), penilaian (*valuing*), organisasi, karakteristik.

3. Ranah Psikomotor, adalah ranah yang berkaitan dengan keterampilan (*skill*) atau kemampuan bertindak setelah seseorang menerima pengalaman belajar tertentu.

b. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Berdasarkan pendapat Wuest dan Bucher dalam Suryobroto (2001) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk memperbaiki, untuk kerja, dan peningkatan pengembangan manusia melalui media aktivitas jasmani. Wuest dan Bucher dengan adanya istilah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, dengan alasan bahwa olahraga meliputi program pengajaran, ialah pengajaran dari program yang tradisional melayani anak-anak sekolah yang belum dewasa secara individu kearah program tradisional dalam macam-macam golongan masyarakat dan tingkat unsur.

Berdasarkan pendapat Mulyanto (2014: 34) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Ciri-ciri pendidikan jasmani adalah belajar melalui pengalaman gerak untuk mencapai tujuan pengajaran melalui pelaksanaan aktivitas jasmani, bermain dan olahraga. Rosdiani (2013: 23) berpendapat bawa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (PJOK) adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan

dan meningkatkan individu secara organik, *neuromuskuler*, perseptual, kognitif, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

Berdasarkan pendapat Wibowo (2017) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran yang penting, karena membantu mengembangkan siswa sebagai individu dan makhluk sosial agar tumbuh dan berkembang secara wajar. Pembelajaran PJOK adalah suatu pembelajaran yang lebih dari sekedar pengajaran pengetahuan dari seseorang guru kepada siswanya, lebih dari sekedar itu dalam proses pembelajaran ini harapannya seorang pendidik dapat mengoptimalkan potensi yang ada pada diri siswa (Marwati, S & Arsiwai, A.A, 2020).

Berdasarkan pendapat Saryono & Rithaudin (2011: 146) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, *neuromuscular*, perseptual, kognitif, afektif, dan psikomotor.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga (PJOK) merupakan proses pendidikan melalui gerak yang sudah direncanakan secara sistematis untuk menghasilkan tubuh yang sehat lahir dan batin serta meningkatkan mental, emosi, bahkan meningkatkan individu secara kognitif, afektif, dan psikomotor.

c. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Berdasarkan pendapat Suryobroto. A.S. (2004) pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah pada hakikatnya bertujuan untuk membantu pertumbuhan dan

perkembangan peserta didik melalui aktivitas jasmani atau gerak olahraga. Ketercapaian tujuan pembelajaran sangat ditentukan oleh beberapa unsur antara lain: guru, siswa, sarana, dan prasarana, media, tujuan, materi, metode, lingkungan, dan evaluasi.

Rahayu (2013: 19) mengungkapkan bahwa tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yaitu:

- 1) Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
- 2) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial, dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama.
- 3) Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
- 4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui pendidikan jasmani.
- 5) Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, aktivitas air (akuatik), dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*).
- 6) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.
- 7) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.

- 8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat.
- 9) Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah proses interaksi antara pendidik dengan peserta didik melalui aktivitas yang bertujuan untuk aspek mental, emosional, sosial, keterampilan, kesehatan, kebugaran jasmani, berfikir kritis, dan tindakan moral yang nantinya berguna dalam kehidupan sehari-hari di masyarakat.

3. Hakikat Atletik

a. Pengertian Atletik

Atletik dikatakan sebagai ”ibu atau induk” dari seluruh cabang olahraga atau disebut juga sebagai *Mother Of Sport*. Atletik sebagai cabang olahraga yang paling tua usianya karena gerakan atau kegiatan fisik dalam atletik ini mencerminkan kehidupan manusia di zaman purba, sehingga kegiatan lari, lompat, dan lempar secara tidak sadar sudah mereka lakukan dalam usaha mempertahankan dan mengembangkan kehidupan serta kegiatan ini digunakan untuk menyelamatkan diri dari gangguan alam sekitarnya.

Berdasarkan pendapat Purnomo & Dapan (2017: 1-3) menyatakan bahwa ”atletik” berasal dari bahasa Yunani, *Athlon* atau *athlum* yang berarti lomba atau perlombaan. Di Amerika dan sebagian Eropa serta Asia, istilah *Track And Field* sering kali dipakai untuk kata atletik ini. Sedangkan di Jerman, *leicbf athletic*, dan Belanda *athletiek*.

Purnomo & Dapan (2017: 1-3) menyatakan bahwa nomor-nomor dalam atletik yang sering diperlombakan adalah sebagai berikut:

1) Nomor Jalan dan Lari

- a. Jalan cepat untuk putri, 10 atau 20 km, dan putra 20 km dan 50 km.
- b. Lari.

Untuk nomor lari, ditinjau dari jarak tempuh terdiri dari:

- 1. Lari jarak pendek (*sprint*) mula dari 60 m sampai dengan 400 m
- 2. Lari jarak menengah (*middle distance*) 800 m dan 1500 m
- 3. Lari jarak jauh (*long distance*) 3000 m sampai dengan 42.195 (marathon)

2) Nomor Lompat terdiri dari:

- a. Lompat Tinggi (*high jump*)
- b. Lompat Jauh (*long jump*)
- c. Lompat Jangkit (*triple jump*)
- d. Lompat Tinggi Galah (*polevount*)

3) Nomor Lempar terdiri dari:

- a. Tolak Peluru (*shot put*)
- b. Lempar Lembing (*javelin throw*)
- c. Lempar Cakram (*discus throw*)
- d. Lontar Martil (*hammer*)

Dalam suatu perlombaan atletik bisa dikatakan lebih dari satu macam perlombaan. Misalnya nomor jalan cepat dapat dilaksanakan di jalan raya (*race walking*), sedangkan nomor lari, lompat, dan lempar dilakukan di dalam stadion.

Banyaknya jumlah perlombaan tergantung dari sifat dan tingkat perlombaan, baik tingkat daerah maupun tingkat nasional.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa atletik merupakan aktivitas jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan yang dinamis yang dilakukan oleh semua orang dalam kehidupan sehari-hari seperti: berjalan, berlari, melompat, dan melempar. Di samping itu atletik juga bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan biomotorik, misalnya daya tahan, kecepatan, kelenturan, koordinasi, dan sebagainya. Dan kegiatan atletik ini juga bermanfaat sebagai sarana penelitian bagi para ilmuwan di bidang keolahragaan. Pertandingan atau lomba untuk atletik ini disebut juga dengan nomor.

e. Lari 60 Meter

Lari *sprint* 60 meter adalah salah satu nomor lari yang tergolong sebagai lari *sprint*. Lari 60 meter dalam pelaksanaannya terdapat beberapa rangkaian gerakan yang dimulai dari tolakan, melayang, dan mendarat. Ada beberapa hal dalam lari *sprint* yang perlu di perhatikan dan harus dikuasai oleh seorang pelari serta dapat dilakukan dengan benar cepat, tepat, luwes, dan lancar menurut (Aip Syarifuddin 2002: 44) adalah sebagai berikut: lari dengan memakai ujung kaki, lutut atau paha diangkat tinggi, ayunan lengan atau tangan dari belakang kedepan, badan condong kedepan.

Lari jarak pendek merupakan salah satu cabang olahraga atletik yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. Lari merupakan lompatan yang berturut-turut dan di dalamnya terdapat suatu fase dimana kedua kaki tidak menginjak atau menumpu pada tanah. Lari *sprint* atau sering dikatakan lari cepat

adalah suatu cara untuk berlari dimana atlet harus menempuh seluruh jarak dengan kecepatan semaksimal mungkin dan dilakukan dengan kecepatan semaksimal mungkin dan dilakukan dengan kecepatan penuh (Abdul Salam Hidayat, dkk., 2021: 46). Kebutuhan lari 60 meter yang paling utama adalah kecepatan. Untuk mencapai hal tersebut yang diperlukan yaitu latihan untuk meningkatkan hasil lari dengan menguasai teknik dasar lari. Lari merupakan menggerakkan kedua kaki dan mengayunkan kedua lengan untuk melakukan gerakan. Banyak siswa yang menganggap bahwa lari adalah olahraga yang sangat membosankan oleh karena itu untuk dapat meningkatkan motivasi pada siswa dalam lari adalah melalui kegiatan pembelajaran yang menyenangkan salah satunya melalui pembelajaran yang divariasikan dengan bermain. Melalui variasi bermain siswa menjadi lebih aktif dalam proses pembelajaran serta lebih aktif dalam pembelajaran.

1) Pengertian Bermain.

Menurut beberapa ahli yang mengemukakan pendapat mengenai bermain, menurut (Tadkiroatun Musfiroh 2008: 1) mengemukakan bahwa bermain kegiatan yang dilakukan atas dasar suatu kesenangan dan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Bermain merupakan salah satu metode pendekatan dalam pembelajaran (Eichberg 2005: 4) maksudnya bahwa bermain dan permainan adalah salah satu sumber kreativitas bagi seorang anak. Dari beberapa pendapat menurut para ahli tentang definisi bermain adalah suatu kegiatan yang dapat merangsang kreativitas serta daya pikir anak secara optimal tanpa anak tersebut merasa terpaksa untuk melakukannya.

Dengan demikian pembelajaran bermain dapat menjadi proses belajar mengajar, proses ini juga dilatar belakangi karena dunia siswa adalah bermain dan belajarnya siswa melalui bermain. Bermain memiliki dua pengertian yang harus dibedakan, pengertian pertama yaitu bermain yang mencari kesenangan tanpa mencari menang atau kalah. Sedangkan pengertian yang kedua yaitu aktivitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan serta kepuasan pada anak dan untuk menentukan menang atau kalah. Bermain merupakan suatu aktivitas yang dilakukan seseorang untuk memperoleh kesenangan tanpa memikirkan hasil akhir.

Manfaat pembelajaran melalui bermain dapat mengaktifkan fungsi otak sebagai solusi untuk mengembangkan kecerdasan yang dimiliki oleh siswa. Dalam proses belajar pada siswa adalah sebagian besar melalui bermain yang dilakukan oleh siswa itu sendiri, baik itu bersama teman-teman, guru, orang tua, dan orang lain. Siswa yang bermain akan mendapatkan sebuah pengalaman bagi perkembangan dan pertumbuhannya.

Ada beberapa manfaat dari bermain yakni:

1. Memungkinkan siswa-siswa untuk menjadi kreatifitas, selain itu untuk mengembangkan imajinasi, ketangkasan, fisik, kognitif, dan kekuatan emosioanl.
2. Memungkinkan siswa untuk membuat dan menjelajahi dunianya dengan menguasai, menaklukkan ketakutan mereka saat berlatih peran orang dewasa.
3. Membantu siswa mengembangkan kompetensi baru yang mengarah pada tingkat keyakinan dan ketahanan untuk menghadapi tantangan masa depan.

4. Bermain memungkinkan siswa-siswa untuk bekerja dalam kelompok berbagai, bernegosiasi, menyelesaikan konflik, dan belajar mandiri menyokong keterampilan.
5. Siswa yang aktif bermain memungkinkan siswa-siswa untuk berlatih keterampilan, membuat keputusan, bergerak dengan kecepatan sendiri, menemukan jati diri sendiri, dan terlibat penuh dalam kegemarannya.
6. Membangun tubuh yang terlalu sehat.
7. Membantu siswa dalam bidang akademik, menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah dan meningkatkan kesiapan belajar siswa, perilaku belajar, dan kemampuan memecahkan masalah.
8. Bermain yang terjadwal memungkinkan siswa untuk interaksi teman sebaya merupakan komponen penting dari pembelajaran sosial-emosional.

Tujuan dari permasalahan permainan menurut Levit (Sujiono, 2010: 36) menyatakan bahwa kegiatan bermain dapat mengembangkan potensi pada anak. Dari pendapat Wolfgang menyatakan bahwa terdapat sejumlah nilai dalam bermain yaitu bermain dapat mengembangkan keterampilan sosial, emosional, dan kognitif. Bermain memiliki tujuan utama yaitu memelihara perkembangan atau pertumbuhan optimal anak usia dini melalui pendekatan yang kreatif, interaktif, dan terintegrasi dengan lingkungan bermain pada anak. Penekanan dari bermain adalah perkembangan kreativitas dari anak itu sendiri (Sujiono 2010).

2) Jenis Bermain Dalam Pembelajaran Olahraga

1. Berlari memindahkan bola kedalam keranjang

Cara melakukannya sebagai berikut:

- a. Pertama siswa dibagi menjadi beberapa kelompok
- b. Siswa baris di belakang garis *start*
- c. Ketika mendengarkan aba-aba "bersedia" siswa mengambil posisi *start*, ketika mendengarkan aba-aba "siap" siswa mengangkat sedikit panggul kaki sedikit ditekuk, dan aba "yaa" siswa berlari
- d. Siswa berlari 30 meter untuk mengambil bola setelah mengambil bola langsung berlari 30 meter lagi untuk meletakkan bola ke dalam keranjang
- e. Kemudian bergantian dengan teman yang di belakangnya dan begitu seterusnya sampai bola yang di depan habis.

2. Berlari *zig-zag* melewati *cone*

Cara melakukannya sebagai berikut:

- a. Pertama siswa dibagi menjadi beberapa kelompok
- b. Jarak *cone* anatar garis start 10 meter, jarak anatar *cone* yang satu dengan yang lain 1 meter dan jumlah *cone* 5 buah
- c. Siswa baris di belakang garis start
- d. Ketika mendengarkan aba-aba "bersedia" siswa mengambil posisi *start* ketika mendengar aba-aba "siap" siswa mengangkat sedikit panggul kaki sedikit ditekuk, dan aba-aba "yaa" siswa berlari
- e. Siswa berlari kemudian melewati *cone* dengan cara *zig-zag*, setelah itu berlari lagi, kemudian balik lagi dan berlari, kemudian melewati *cone zig-zag* dan berlari lagi sampai di garis start, lalu menyentuh tanah yang berada di belakangnya tadi
- f. Setelah itu teman yang berada di belakangnya yang disentuh berlari dan gerakannya juga sama seperti siswa yang berada di depannya

g. Dan begitu seterusnya sampai teman yang berada di belakangnya habis.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Untuk melengkapi kajian teori yang telah diuraikan di atas dan untuk mendukung hipotesis yang diajukan, berikut ini disajikan hasil-hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini:

1. Suci Noviarti (2012) yang berjudul Penerapan Model Bermain Lomba Memindahkan Benda Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Kecamatan Dukuhturi, Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2011/2012. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, penelitian ini menggunakan subyek adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri Bandarsari Kecamatan Dukuhturi, Kabupaten Tegal Tahun 2011/2012.
2. Muhammad Amin (2020) yang berjudul Identifikasi Guru Dalam Pembelajaran PJOK Materi Atletik Pada Kondisi Belajar Dari Rumah Ditingkat SMA Se- Kabupaten Klaten. Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif, teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner *google form*. Teknik analisis data yang digunakan deskriptif kuantitatif dengan persentase.

C. Kerangka Berfikir

Berdasarkan latar belakang dan kajian teoritik maka pembelajaran atletik lari 60 meter kelas V harus dilaksanakan sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani. Namun kenyataanya masih banyak siswa SD Negeri Tambah Dadi yang belum sepenuhnya melaksanakan dengan baik sesuai dengan kurikulum pendidikan jasmani di SD, salah satu penyebabnya karena masih rendahnya

motivasi siswa SD Negeri Tambah Dadi dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes lari 60 meter.

Rendahnya motivasi siswa dalam melakukan atletik lari 60 meter disebabkan oleh dua faktor yaitu: faktor intern dan ekstern. Faktor intern bisa berasal dari dalam individu itu sendiri sedangkan faktor ekstern berasal dari luar dari individu siswa. Faktor intern sendiri terdiri dari: 1) faktor jasmani, 2) faktor psikologis. Adapun faktor ekstern terdiri atas: 1) faktor keluarga, 2) faktor sekolah, 3) faktor masyarakat.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Sugiono (2017: 147), bahwa “Rancangan penelitian deskriptif adalah rancangan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memaparkan secara sistematis, faktual dan akurat secara objektif tentang suatu objek amatan yang terjadi pada masa kini”. Metode penelitian deskriptif digunakan untuk menjawab dan memecahkan masalah yang dihadapi saat dilakukannya penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket tertutup. Penelitian ini untuk mengidentifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur yang beralamat di Desa Tambah Dadi, Kecamatan Purbolinggo, Kabupaten Lampung Timur, Provinsi Lampung. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 9 sampai 23 Januari 2023.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Hardani, dkk., (2020: 361) menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian.

Arikunto (2019: 173) menyatakan bahwa “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Sesuai dengan pendapat tersebut, yang menjadi populasi dalam penelitian adalah peserta didik kelas V SD Negeri Tambah dadi, Kecamatan Purbolinggo, Kabupaten Lampung Timur yang berjumlah 40 peserta didik.

2. Sampel Penelitian

Sebagaimana karakteristik populasi, sampel yang mewakili populasi adalah sampel yang benar-benar terpilih sesuai dengan karakteristik populasi itu. Sampel adalah sebagian anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik pengambilan *sampling* (Hardani, dkk., 2020: 363). Pendapat Arikunto (2019: 81) bahwa sampel adalah bagian populasi atau sejumlah anggota populasi yang mewakili karakteristik populasi. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *total sampling*, artinya keseluruhan populasi diambil semua untuk menjadi sampel.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Arikunto (2019: 118) menyatakan bahwa “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur. Definisi operasional variabel tersebut yaitu proses untuk mengetahui pembelajaran PJOK lari 60 meter yang dilakukan guru pada peserta didik di kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur yang diukur menggunakan angket berdasarkan faktor pembukaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan penilaian dan evaluasi pembelajaran.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Arikunto (2019: 168), menyatakan bahwa “angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa, sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat”. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan *skala likert*, karena dibutuhkan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2017: 89).

Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi *skala likert* dengan empat pilihan jawaban yaitu:

Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket

Pernyataan	Alternatif Pilihan			
	Selalu (SL)	Sering (SR)	Kadang-Kadang (KD)	Tidak Pernah (TP)
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

Indikator yang digunakan untuk menyusun instrumen dalam penelitian berdasarkan teori yang telah dijelaskan pada BAB sebelumnya. Setelah butir-butir pernyataan tersusun, kemudian dilakukan konsultasi pada ahli atau kalibrasi ahli yaitu dengan dosen pembimbing, yaitu Bapak Heri Yogo Prayadi S.Pd.Jas., M.Or. Adapun kisi-kisi instrumen dalam tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Faktor	Indikator	No Urut Butir
Identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter	Pembukaan pembelajaran	Berdoa	1
		Membariskan	2
		Memberikan semangat	3
		Mengecek kehadiran	4
		Pemanasan	5
		Pemanasan dengan permainan	6
	Pelaksanaan pembelajaran	Sarana yang digunakan	7
		Alat di sekolahan	8
		Mendorong semangat peserta didik	9
		Mengkondisikan peserta didik	10
		Bermain dalam pembelajaran	11
		Pesiapan guru saat mengajar	12
		Memberikan contoh gerakan	13*
		Mengajarkan ketika ada yang belum jelas	14
		Menanyakan pemahaman peserta didik	15
		Menegur siswa	16
		Pembelajaran yang monoton	17*
		Memberikan semangat	18
		Penilaian dan evaluasi pembelajaran	Tanya jawab
	Mengevaluasi		20
	Memberikan umpan balik		21
Jumlah Butir			21

(Keterangan: * butir negatif)

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data peserta didik di kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur dengan meminta data absensi dari guru.

- b. Peneliti menyebarkan angket kepada responden dengan mendatangi ke sekolah setelah diberikan izin.
- c. Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket.
- d. Setelah memperoleh data penelitian, data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Pendapat Azwar (2018: 95) validitas adalah cara untuk mengetahui keakuratan skala ditinjau dari rujukannya. Uji validitas menurut Arikunto (2019: 169) adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkatan kevaliditas atau kesahihan suatu instrumen. Instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkapkan data variabel yang diteliti secara tepat. Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* ($df = 18-1= 17$) pada pada taraf signifikansi 0,05 (Ananda & Fadli, 2018: 122). Jika $r_{xy} > r_{tab}$ maka item tersebut dinyatakan valid. Hasil analisis uji validitas selengkapnya disajikan pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Instrumen

Butir	r hitung	r tabel (df 17)	Keterangan
Butir 01	0,880	0,456	Valid
Butir 02	0,612	0,456	Valid
Butir 03	0,878	0,456	Valid
Butir 04	0,691	0,456	Valid
Butir 05	0,878	0,456	Valid
Butir 06	0,614	0,456	Valid
Butir 07	0,838	0,456	Valid
Butir 08	0,705	0,456	Valid
Butir 09	0,895	0,456	Valid
Butir 10	0,541	0,456	Valid
Butir 11	0,903	0,456	Valid
Butir 12	0,594	0,456	Valid
Butir 13	0,934	0,456	Valid
Butir 14	0,778	0,456	Valid
Butir 15	0,594	0,456	Valid
Butir 16	0,895	0,456	Valid
Butir 17	0,778	0,456	Valid
Butir 18	0,934	0,456	Valid
Butir 19	0,899	0,456	Valid
Butir 20	0,477	0,456	Valid
Butir 21	0,896	0,456	Valid

Berdasarkan hasil uji coba pada tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 21 butir valid, karena $r_{hitung} < r_{tabel}$ (df 17 = 0,456), sehingga 21 butir valid digunakan untuk penelitian.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2019: 86). Kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Suatu instrumen dapat dinyatakan reliabel jika memiliki *Coefisient Alpha Cronbach* $\geq 0,7$ (Ghozali, 2018: 69). Uji reliabilitas ini

menggunakan program SPSS versi 23.0. Berdasarkan hasil analisis, hasil uji reliabilitas instrumen sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,970	21

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data, sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Analisis data untuk mencari *mean*, *median*, *modus*, *standar deviasi*, skor maksimal, dan skor minimal menggunakan SPSS 23. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase (Sugiyono, 2017: 112).

Rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

(Sumber: Sudijono, 2015: 40)

Widoyoko (2014: 238) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) ideal pada tabel 6 berikut:

Tabel 5. Norma Kategori Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$	Rendah
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Rendah

(Sumber: Widoyoko, 2014: 238)

Keterangan:

X = rata-rata

Mi = $\frac{1}{2}$ (skor maks ideal + skor min ideal)

Sbi = $\frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal)

Skor maks ideal = skor tertinggi

Skor min ideal = skor terendah

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur, yang diungkapkan dengan angket yang berjumlah 21 butir, dan terbagi dalam tiga faktor, yaitu pembukaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan penilaian dan evaluasi pembelajaran. Data yang digunakan merupakan data primer hasil kuesioner yang disebarkan kepada peserta didik di kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berjumlah 40 peserta didik.

Deskriptif statistik data hasil penelitian identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur didapat skor terendah (*minimum*) 64,00, skor tertinggi (*maksimum*) 83,00, rata-rata (*mean*) 73,82, nilai tengah (*median*) 74,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 73,00, *standar deviasi* (SD) 2,96. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Deskriptif Statistik Identifikasi Pembelajaran PJOK lari 60 meter Melalui Metode Bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur

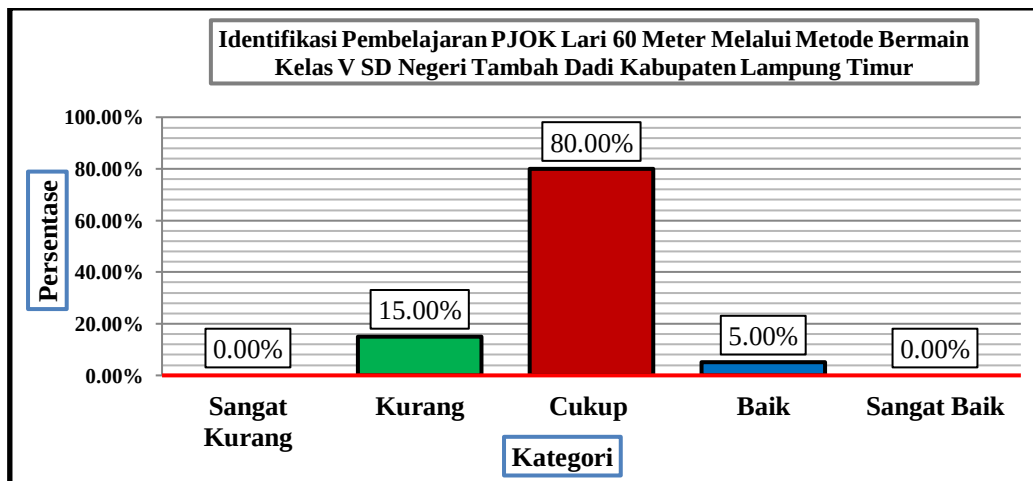
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	51,40
<i>Median</i>	51,50
<i>Mode</i>	51,00 ^a
<i>Std, Deviation</i>	3,40
<i>Minimum</i>	45,00
<i>Maximum</i>	60,00

Norma penilaian identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur disajikan pada tabel 7 berikut:

Tabel 7. Norma Penilaian Identifikasi Pembelajaran PJOK Lari 60 Meter Melalui Metode Bermain Kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$71 < X$	Sangat Baik	0	0,00%
2	$59 < X \leq 71$	Baik	2	5,00%
3	$47 < X \leq 59$	Cukup	32	80,00%
4	$35 < X \leq 47$	Kurang	6	15,00%
5	$X \leq 35$	Sangat Kurang	0	0,00%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan pada tabel 7 tersebut di atas, identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur dapat dilihat pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Identifikasi Pembelajaran PJOK Lari 60 Meter Melalui Metode Bermain Kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur

Berdasarkan tabel 7 dan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “kurang” 15,00% (6 peserta didik), “cukup” 80,00% (32 peserta didik), “baik” 5,00% (2 peserta didik), dan “sangat baik” 0,00% (0 peserta didik).

1. Faktor Pembukaan Pembelajaran

Deskriptif statistik identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor pembukaan pembelajaran pada tabel 8 berikut:

Tabel 8. Deskriptif Statistik Faktor Pembukaan Pembelajaran

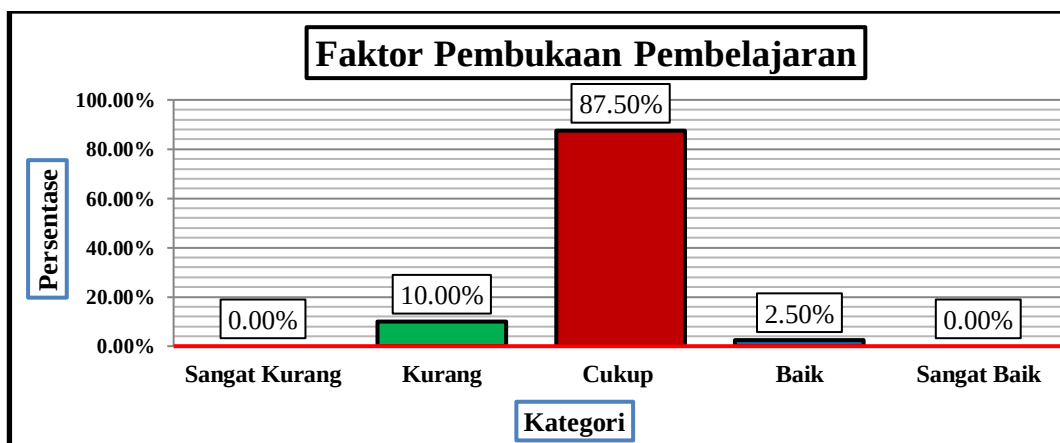
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	16,00
<i>Median</i>	16,00
<i>Mode</i>	16,00
<i>Std, Deviation</i>	1,06
<i>Minimum</i>	13,00
<i>Maximum</i>	18,00

Norma Penilaian identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor pembukaan pembelajaran pada tabel 8 berikut:

Tabel 9. Norma Penilaian Faktor Pembukaan Pembelajaran

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$20 < X$	Sangat Baik	0	0,00%
2	$17 < X \leq 20$	Baik	1	2,50%
3	$14 < X \leq 17$	Cukup	35	87,50%
4	$11 < X \leq 14$	Kurang	4	10,00%
5	$X \leq 11$	Sangat Kurang	0	0,00%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan tabel 9, identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor pembukaan pembelajaran pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Faktor Pembukaan Pembelajaran

Berdasarkan tabel 9 dan gambar 2 menunjukkan bahwa identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor pembukaan pembelajaran pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “kurang” 10,00% (4 peserta didik), “cukup” 87,50% (35 peserta didik), “baik” 2,50% (1 peserta didik), dan “sangat baik” 0,00% (0 peserta didik).

2. Faktor Pelaksanaan Pembelajaran

Deskriptif statistik identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor pelaksanaan pembelajaran pada tabel 10 berikut:

Tabel 10. Deskriptif Statistik Faktor Pelaksanaan Pembelajaran

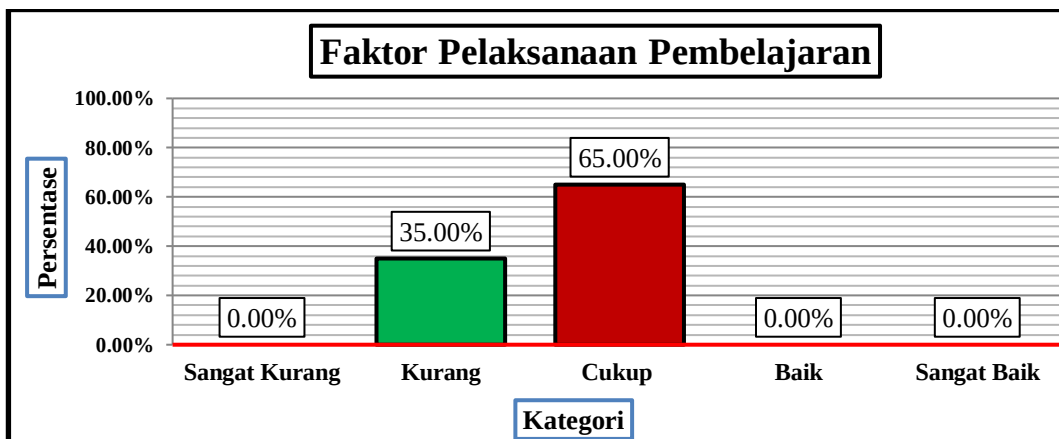
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	28,25
<i>Median</i>	28,00
<i>Mode</i>	29,00
<i>Std, Deviation</i>	2,33
<i>Minimum</i>	24,00
<i>Maximum</i>	34,00

Norma Penilaian identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor pelaksanaan pembelajaran pada tabel 11 berikut:

Tabel 11. Norma Penilaian Faktor Pelaksanaan Pembelajaran

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$41 < X$	Sangat Baik	0	0,00%
2	$34 < X \leq 41$	Baik	0	0,00%
3	$27 < X \leq 34$	Cukup	26	65,00%
4	$20 < X \leq 27$	Kurang	14	35,00%
5	$X \leq 20$	Sangat Kurang	0	0,00%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan tabel 11, identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor pelaksanaan pembelajaran pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Faktor Pelaksanaan Pembelajaran

Berdasarkan tabel 11 dan gambar 3 menunjukkan bahwa identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor pelaksanaan pembelajaran pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “kurang” 35,00% (0 peserta didik), “cukup” 65,00% (26 peserta didik), “baik” 0,00% (0 peserta didik), dan “sangat baik” 0,00% (0 peserta didik).

3. Faktor Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran

Deskriptif statistik identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor penilaian dan evaluasi pembelajaran pada tabel 12 berikut:

Tabel 12. Deskriptif Statistik Faktor Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran

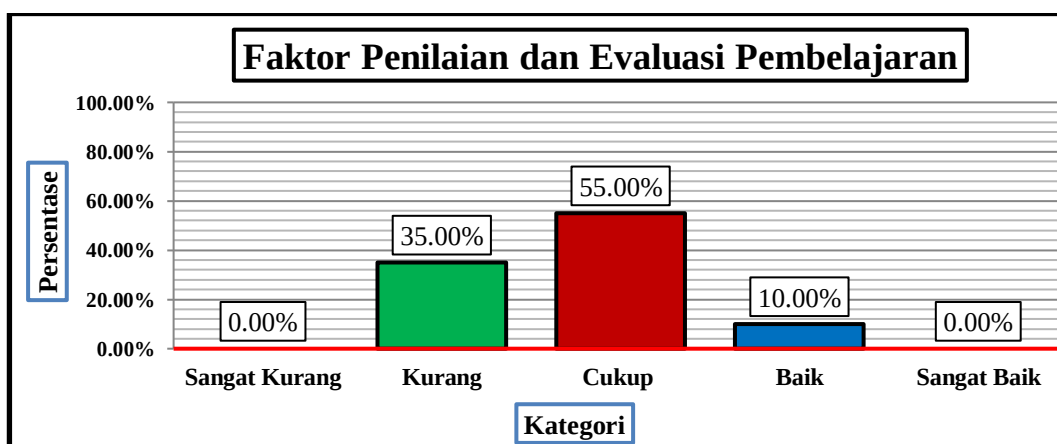
Statistik	
<i>N</i>	40
<i>Mean</i>	7,15
<i>Median</i>	7,00
<i>Mode</i>	6,00
<i>Std, Deviation</i>	1,03
<i>Minimum</i>	6,00
<i>Maximum</i>	9,00

Norma Penilaian identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor penilaian dan evaluasi pembelajaran pada tabel 13 berikut:

Tabel 13. Norma Penilaian Faktor Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$10 < X$	Sangat Baik	0	0,00%
2	$8 < X \leq 10$	Baik	4	10,00%
3	$6 < X \leq 8$	Cukup	22	55,00%
4	$4 < X \leq 6$	Kurang	14	35,00%
5	$X \leq 4$	Sangat Kurang	0	0,00%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan tabel 13, identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor penilaian dan evaluasi pembelajaran pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Faktor Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran

Berdasarkan tabel 13 dan gambar 4 menunjukkan bahwa identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor penilaian dan evaluasi pembelajaran pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “kurang” 35,00% (14 peserta didik), “cukup” 55,00% (22 peserta didik), “baik” 10,00% (4 peserta didik), dan “sangat baik” 0,00% (0 peserta didik).

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur tertinggi pada kategori “cukup” 80,00%. Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Haryanto (2020: 18) menyatakan bahwa pembelajaran secara luas didefinisikan sebagai sembarang proses dalam diri organisme hidup yang mengarah pada perubahan kapasitas secara permanen, yang bukan semata disebabkan oleh penuaan atau kematangan biologis. Dengan demikian, konsep pembelajaran ini bisa diterapkan kepada semua makhluk yang bisa berkembang dan mengembangkan dirinya melalui sebuah proses adaptasi dengan lingkungan di sekitarnya. Proses adaptasi inilah yang sebenarnya mengandung proses pembelajaran.

Djamaludin & Wardana (2019: 14) menjelaskan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan,

penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. PJOK merupakan mata pelajaran yang penting, karena membantu mengembangkan peserta didik sebagai individu dan makhluk sosial agar tumbuh dan berkembang secara wajar. Hal ini dikarenakan pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani khususnya olahraga dan kebiasaan hidup sehat. Dengan adanya PJOK olahraga dan kesehatan, maka potensi diri dari seseorang akan dapat berkembang (Utami & Purnomo, 2019: 11).

Kustiawan, dkk., (2019: 29) menyatakan bahwa PJOK bukan hanya merupakan bagian penting bagi kehidupan manusia saja. PJOK juga merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, melalui PJOK yang diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya. Berdasarkan hasil observasi dengan guru permasalahan yang terjadi yaitu pembelajaran masih berorientasi pada nilai. Aktivitas-aktivitas permainan kurang dikembangkan dalam proses pembelajaran, sehingga kurang bisa mengeksplor gerak peserta didik. Sarana dan prasarana yang dimiliki masing-masing sekolah tidak sama, ada beberapa sekolah yang mempunyai keterbatasan dalam hal sarana dan prasarana PJOK. Saat pembelajaran tidak semua materi yang ada pada silabus dapat dilaksanakan dengan baik. Materi yang tidak bisa terlaksana ini karena beberapa alasan seperti

kurangnya sarana dan prasarana, sehingga guru hanya dapat menyampaikan materi secara teori saja.

Pentingnya kualitas tenaga pendidik dan sarana prasarana pendukung untuk mewujudkan tujuan pendidikan, khususnya pada pembelajaran PJOK yang memiliki peran penting dalam tumbuh kembang peserta didik harus benar-benar diperhatikan. Peran guru PJOK begitu kompleks dalam program pendidikan. Mulai dari merencanakan dan memeriksa keselarasan berbagai langkah menuju hasil, keselarasan antara instruksi, kegiatan praktik, dan kompetisi mengarah pada hasil yang diinginkan. Kemudian, menyediakan kerangka kerja untuk mempelajari pengaruh setiap pengalaman belajar-mengajar terhadap perkembangan peserta didik.

Agar program pembelajaran berkualitas, salah satu faktor kunci adalah dengan meningkatkan kualitas dari guru. Kualitas guru sebagai kunci penentu pengalaman dan hasil siswa di sekolah. Guru memberikan pengalaman dalam belajar dimana siswa akan mendapatkan informasi selama proses pembelajaran. Jika interaksi ini didefinisikan sebagai pengalaman, fungsi guru adalah untuk memilih, memulai, mengaktifkan, memantau, dan memanipulasi pengalaman ini untuk mencapai tingkat harmoni dan kompatibilitas/kesesuaian antara pelajar dan lingkungannya. Tugas guru yakni sebagai perancang program pembelajaran, pelaksana, pemantau dan sekaligus sebagai evaluator untuk menilai apakah pengalaman belajar yang diberikan diterima dengan baik oleh peserta didik. Guru menggunakan data hasil belajar siswa dari berbagai penilaian untuk terus menerus mengevaluasi dan menyesuaikan instruksi. Baber (2021: 2) mengatakan bahwa

pembelajaran yang berkualitas akan terwujud dari peran guru menarik perhatian peserta didik ketika menyampaikan pembelajaran supaya mampu dipahami dengan mudah apa yang diajarkan.

Ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai akan sangat berpengaruh terhadap kesiapan, motivasi serta hasil belajar siswa. Namun pada kenyataannya berdasarkan hasil observasi yang dilakukan, peneliti menemukan beberapa masalah yang ada di sekolah, salah satu masalah terbesar dari proses pembelajaran PJOK adalah mengenai keberadaan sarana dan prasarana penunjang pembelajaran PJOK di sekolah. Pengadaan sarana dan prasarana masih mengalami kekurangan. Masih terbatasnya sarana dan prasarana yang tersedia disekolah sehingga menyulitkan guru dalam proses mengajar, guru cenderung menggunakan metode ceramah dan hanya memperagakan gerakan dengan sarana dan prasarana yang tersedia, hal tersebut berdampak terhadap motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan olahraga. Terbatasnya lahan untuk melakukan proses pembelajaran pendidikan jasmani, hal ini sangat berdampak terhadap minat serta motivasi siswa terhadap pembelajaran PJOK, sehingga bila minat dan motivasi siswa rendah dalam belajar akan berpengaruh terhadap hasil belajarnya.

1. Faktor Pembukaan Pembelajaran

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor pembukaan pembelajaran tertinggi pada kategori “cukup” 87,50%. Safitri & Pambudi (2019: 2) berpendapat sebelum melaksanakan pembelajaran salah satu hal yang harus

dipersiapkan adalah RPP yang memiliki fungsi dan tujuan yang penting untuk menyukseskan pembelajaran. Sesuai dengan Permendikbud, RPP adalah rencana kegiatan pembelajaran tatap muka untuk satu pertemuan atau lebih. RPP dikembangkan dari silabus untuk mengarahkan kegiatan pembelajaran peserta didik dalam upaya mencapai Kompetensi Dasar (KD). Setiap pendidik pada satuan pendidikan berkewajiban menyusun RPP secara lengkap dan sistematis agar pembelajaran berlangsung secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, efisien, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik. RPP disusun berdasarkan KD atau subtema yang dilaksanakan kali pertemuan atau lebih.

Tujuan pendidikan jasmani mencakup empat aspek yaitu (1) Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari beberapa organ tubuh seseorang (*physical fitness*). (2) Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, sempurna (*skillful*). (3) Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya. (4) Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan peserta didik dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat (Mustafa & Dwiyogo, 2020: 423).

2. Faktor Pelaksanaan Pembelajaran

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor pelaksanaan pembelajaran tertinggi pada kategori “cukup” sebesar 65,00%. Pengelolaan kelas yang efektif merupakan prasyarat mutlak bagi terjadinya proses belajar mengajar yang efektif. Hal lain juga ikut menentukan keberhasilan pendidik dalam mengelola kelas adalah kemampuan pendidik dalam mencegah timbulnya tingkah laku peserta didik yang mengganggu jalannya kegiatan belajar mengajar serta kondisi fisik tempat belajar mengajar dan kemampuan pendidik dalam mengelola (Pamela, dkk., 2019: 25).

Pelaksanaan pembelajaran adalah proses yang diatur sedemikian rupa langkah-langkah tertentu agar pelaksanaan mencapai hasil yang diharapkan. Pelaksanaan pembelajaran adalah operasionalisasi dari perencanaan pembelajaran sehingga tidak lepas dari perencanaan pembelajaran yang sudah dibuat (Widyastuti, dkk., 2021: 32). Pembelajaran PJOK yang efektif tercermin apabila peserta didik dapat terlibat aktif selama pembelajaran dan peserta didik dapat memperoleh pengalaman sukses serta memuaskan dalam setiap kegiatan belajar (Budi, et al., 2019: 131).

Usaha pendidik dalam menciptakan kondisi yang diharapkan akan efektif apabila: pertama, diketahui secara tepat faktor-faktor yang dapat menunjang terciptanya kondisi yang menguntungkan dalam proses belajar mengajar. Kedua, dikenal dengan masalah-masalah yang diperkirakan dan biasanya timbul dan

dapat merusak iklim belajar mengajar. Ketiga, dikuasainya berbagai pendekatan dalam pengelolaan pengelolaan kelas dan diketahui pula kapan dan untuk masalah mana suatu pendekatan digunakan. Maka dari itu keterampilan guru untuk membaca situasi kelas sangat penting agar yang dilakukan tepat guna. Dengan mengkaji konsep dasar pengelolaan kelas, mempelajari berbagai pendekatan pengelolaan dan mencobanya dalam situasi belajar mengajar.

Pengelolaan kelas adalah suatu usaha yang dilakukan oleh penanggung jawab kegiatan belajar mengajar dengan maksud agar dicapai kondisi yang optimal, sehingga dapat terlaksana kegiatan belajar mengajar seperti yang diharapkan. Pengelolaan kelas berkaitan dengan upaya-upaya untuk menciptakan dan mempertahankan kondisi yang optimal bagi terjadinya proses belajar. Pengelolaan kelas merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh para penanggung kegiatan pembelajaran atau membantu agar dicapai kondisi yang memuaskan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Pengelolaan kelas merupakan keterampilan seorang guru untuk terciptanya dan memelihara kondisi belajar yang optimal serta mengembalikan kondisi yang sebaik mungkin jika terjadi masalah, baik dengan mendisiplinkan atau melakukan kegiatan remedial terhadap peserta didik (Sumar, 2020: 471)

Sarana dan prasarana belajar menjadi bagian yang tidak dapat dipisahkan dari proses pendidikan. Pendapat Pratama (2019: 2) bahwa sarana pendidikan adalah peralatan dan perlengkapan yang secara langsung dipergunakan dalam menunjang proses pendidikan, misal buku, laboratorium, perpustakaan dan sebagainya. Prasarana pendidikan adalah fasilitas yang secara tidak langsung

menunjang jalannya proses pendidikan, misalnya lokasi atau tempat bangunan sekolah, lapangan tempat bermain, uang dan sebagainya.

Sarana pendidikan adalah segala macam alat yang digunakan secara langsung dalam proses pendidikan. Sementara prasarana pendidikan adalah segala macam alat yang tidak secara langsung digunakan dalam proses pendidikan. Erat terkait dengan sarana dan prasarana pendidikan itu, dalam daftar istilah pendidikan dikenal pula sebutan alat bantu pendidikan (*teaching aids*), yaitu segala macam peralatan yang dipakai guru untuk membantunya memudahkan melakukan kegiatan mengajar. Sarana dan prasarana memberikan manfaat yang banyak dalam proses pembelajaran. Kurangnya sarana dan prasarana penunjang pembelajaran di sekolah akan menghambat proses pembelajaran sehingga akan berpengaruh pada hasil akhir pembelajaran (Nugraha & Nurharsono, 2020: 382).

Dalam pembelajaran PJOK, sarana dan prasarana memiliki manfaat yang signifikan terhadap keberhasilan suatu proses pembelajaran di sekolah. Sarana mengandung arti sesuatu yang dapat digunakan atau dapat dimanfaatkan. Sarana pendidikan jasmani ialah segala sesuatu yang dapat digunakan atau dimanfaatkan di dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Sarana olahraga dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu (1) peralatan merupakan sesuatu yang digunakan, contohnya palang tunggal, palang sejajar, gelang-gelang, kuda-kuda dan lain-lain (2) Perlengkapan merupakan sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misalnya net, bola, raket dan lain-lain (Al Asad, dkk., 2020: 11).

Kebutuhan sarana dan prasarana PJOK dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah sangat vital artinya bahwa pembelajaran PJOK harus

menggunakan sarana dan prasarana yang sesuai dengan kebutuhan dan cara mengontrol ataupun cara pakainya. Sarana dan prasarana tersebut haruslah ada dalam setiap pembelajaran PJOK. Sarana dan prasarana juga harus memenuhi syarat agar tercipta proses pembelajaran PJOK secara efektif. Kebutuhan sarana dan prasarana pendidikan jasmani menjadi hal yang sangat vital dan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan pembelajaran (Riady, 2018: 20).

3. Faktor Penilaian dan Evaluasi Pembelajaran

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berdasarkan faktor penilaian dan evaluasi pembelajaran tertinggi pada kategori “cukup” sebesar 55,00%. Penilaian merupakan rangkaian pengumpulan dan pengolahan informasi dalam mengukur capaian hasil belajar siswa (Permendikbud No. 23 Tahun 2016 Pasal 1: 2). Standar Penilaian Pendidikan berupa kriteria mengenai lingkup, manfaat, prinsip, mekanisme, tujuan, prosedur, dan instrumen penilaian hasil belajar siswa digunakan sebagai dasar dalam penilaian hasil belajar siswa pada jenjang pendidikan dasar hingga menengah.

Sesuai dengan tujuan pembelajaran agar terwujudnya efisiensi dan efektivitas kegiatan belajar yang dilakukan peserta didik. Untuk menyediakan informasi tentang baik dan buruknya proses dan hasil pembelajaran perlu dilakukan evaluasi. Proses evaluasi tersebut diharapkan dapat memberikan sebuah informasi yang dijadikan dasar untuk mengetahui taraf kemajuan, perkembangan, dan pencapaian belajar siswa, serta keefektifan pegajaran guru, sehingga

bermanfaat bagi kemajuan pendidikan. Terdapat beberapa indikator yang digunakan dalam mengukur hasil belajar peserta didik. Pendapat yang paling terkemuka adalah yang disampaikan oleh Bloom yang membagi klasifikasi hasil belajar dalam tiga ranah, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik (Iswahyudi, 2019: 32).

Penyelenggaraan program pembelajaran PJOK hakikatnya mencerminkan karakteristik program PJOK itu sendiri, yaitu: "*Developmentally Appropriate Practice*" (DAP), artinya adalah tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajarnya. Pembelajaran PJOK yang diarahkan dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan kemampuan peserta didik akan memberikan hasil positif bagi peserta didik, baik dalam perkembangan kemampuan motorik maupun kepribadian peserta didik (Setiawan dkk., 2020: 86). Selain itu pembelajaran PJOK yang didukung dengan inovasi dan modifikasi pembelajaran yang tepat, terutama dengan memodifikasi olahraga permainan dapat memberikan kontribusi yang baik terhadap proses pembelajaran.

Penilaian hasil belajar sebagai usaha yang dilakukan oleh guru maupun siswa untuk memperoleh informasi yang berkaitan dengan pembelajaran yang dilakukan tersebut dapat dijadikan sebagai umpan balik, untuk melakukan perubahan aktivitas belajar mengajar yang lebih baik dari sebelumnya. Melalui kegiatan penilaian ini kemudian akan diperoleh gambaran kemampuan yang dimiliki oleh peserta didik dalam mencapai Standar Kompetensi dan Kompetensi

Dasar yang sebelumnya telah dirumuskan dalam kurikulum secara jelas. Dalam melakukan penilaian terhadap hasil belajar peserta didik di sekolah, ada beberapa mekanisme dan prosedur penilaian yang harus diketahui. Penilaian ini dimulai dari ulangan harian hingga ujian pada tiap akhir semester.

Penilaian yang baik dan cermat akan memberikan deskripsi proses dan output hasil belajar yang objektif. Sehubungan dengan itu, Mardapi (dalam Jumaeda & Alam, 2020: 4) mengatakan bahwa sistem penilaian yang digunakan di lembaga pendidikan harus mampu: (1) memberikan informasi yang akurat, (2) mendorong peserta didik belajar, (3) memotivasi tenaga pendidik mengajar, (4) meningkatkan kinerja lembaga, dan (5) meningkatkan kualitas pendidikan. Penilaian oleh guru dapat diketahui dari segi perencanaan, pelaksanaan dan pelaporan hasil belajar peserta didik. Perencanaan penilaian dapat terdeteksi melalui silabus, rencana pelaksanaan pembelajaran, dan kisi-kisi soal dalam penilaian yang digunakan guru. Pelaksanaan penilaian dapat dilihat dari dokumen peserta didik dan buku penilaian guru. Pelaporan hasil belajar peserta didik dapat dilihat dari buku laporan (rapor) hasil belajar peserta didik.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil angket, sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian

angket. Selain itu dalam pengisian angket diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.

2. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran angket penelitian kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diketahui bahwa identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “kurang” 15,00% (6 peserta didik), “cukup” 80,00% (32 peserta didik), “baik” 5,00% (2 peserta didik), dan “sangat baik” 0,00% (0 peserta didik).

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Faktor-faktor yang kurang dominan identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam meningkatkan pembelajaran PJOK lari 60 meter.
2. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memperluas pengetahuan bagi pembaca dan sebagai acuan peneliti lain yang mengadakan penelitian lebih lanjut tentang identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.

C. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar melakukan penelitian tentang identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur dengan metode lain.
2. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.
3. Bagi peneliti lain hendaknya melakukan penelitian dengan menambah referensi-referensi yang lebih baru, menggunakan pendekatan yang berbeda dan dengan objek yang berbeda pula, sehingga hasil dari penelitian akan dapat lebih menyempurnakan hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, S.H., Firmansyah, D., Sofyan, H. (2021). *Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Nomor Lari Berbasis Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar*. Jawa Tengah: CV. Sarnu Untung.
- Al Asad, H., Mulyadi, M., & Sugiharto, W. (2020). Survei sarana dan prasarana olahraga di SMP Negeri Sekecamatan Prabumulih Timur. *Jurnal Muara Olahraga*, 3(1), 11-20.
- Ananda, R., & Fadhli, M. (2018). *Statistik pendidikan teori dan praktik dalam pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik. (Edisi revisi)* Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2005). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baber, H. (2021). Social interaction and effectiveness of the online learning—A moderating role of maintaining social distance during the pandemic COVID-19. *Asian Education and Development Studies*, 2(2).
- Budi, D. R., Hidayat, R., & Febriani, A. R. (2019). The application of tactical approaches in learning handballs. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 4(2), 131-139..
- Chaplin, J.S dan Zan. (1994). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Diterjemahkan oleh Kartini Kartono. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Djamaludin. A., & Wardana. (2019). *Belajar dan pembelajaran, 4 pilar peningkatan kompetensi pedagogis*. Sulawesi Selatan: Penerbit CV Kaaffah Learning Center.
- Eddy P & Dapan. (2017). *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta.
- Eichbeg, H. (2005). Traditional Games: *Ajorker In Modern Development*. Some Experiences From Nordic Countries and Nordic-African Exchang. Paper For the International Conference Play the Game. Copenhagen: University Of Southern Denmark, Center For Sport, Health and Civil Society, Garlev.

- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiwaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. Wonosari: CV. Pustaka Ilmu.
- Haryanto. (2020). *Evaluasi pembelajaran (konsep dan manajemen)*. Yogyakarta: UNY Press.
- Herdanawati dkk. (2003). *Kamus Pelajar Sekolah Lanjutan Tingkat pertama*. Jakarta: Pusat Bahasa.
- Iswahyudi, D. (2019, November). Optimization of web-based learning media in SMK PGRI 3 Walikukun. In *Journal of Physics: Conference Series* (Vol. 1413, No. 1, p. 012026). IOP Publishing
- Jumaeda, S., & Alam, S. N. (2020). Evaluasi pelaksanaan classroom assesment di Madrasah Tsanawiyah Ddi Seppange Kecamatan Bengo Kabupaten Bone. *al-Iltizam: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 5(2), 66-79.
- Komarudin, dan Yooke Tjuparmah, S. Komarudin. (2000). *Kamus Istilah Karya Tulis Ilmiah*, Bumi Aksara. Jakarta.
- Kustiawan, A. A., Prayoga, A. S., Wahyudi, A. N., & Utomo, A. W. B. (2019). Upaya meningkatkan hasil belajar gerak dasar manipulatif dengan menggunakan modifikasi alat bantu pembelajaran sederhana di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 28-32.
- Marwati, S. & Arsiwi A.A. (2020). Analisis Pengembangan Materi Pembelajaran Bola Basket Berorientasi High Order Thinking Skill Di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Vol 16 No 1, 2020, 55-64.
- Majid, A. (2013). *Strategi Pembelajaran*. Bandung: Rosada Karya.
- Mulyanto, Respaty. (2014). *Belajar dan Pembelajaran Penjas*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422-438.
- Nugraha, K. A., & Nurharsono, T. (2020). Survei Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Kecamatan Kedu Kabupaten Temanggung tahun 2020. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 1(2), 382-â.

- Pamela, I. S., Chan, F., Fauzia, V., Susanti, E. P., Frimals, A., & Rahmat, O. (2019). Keterampilan guru dalam mengelola kelas. *Edustream: Jurnal Pendidikan Dasar*, 3(2), 23-30.
- Pratama, I. G., & Fauzen, M. N. R. (2021). Evaluasi pelaksanaan pembelajaran menggunakan CIPP pada Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMP Kabupaten Blitar. *Prosiding Transformasi Pembelajaran Nasional (Pro-Trapenas)*, 1(1), 524-534.
- Rahayu, E.T. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Riady, A. (2018). Survey sarana dan prasarana pendidikan jasmani di smp/mts swasta kabupaten pangkep. *Sportive Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 1(2), 27-35.
- Ritahudin, A & Saryono. (2011). Meta Analisis Pengaruh Pembelajaran Pendekatan Teknik (TGfU) terhadap Pengembangan Aspek Kognitif Siswa dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol 4, 146.
- Rosdiani, D. (2013). *Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta
- Safitri, E. W., & Pambudi, A. F. (2019). Analisis rpp pelajaran pjok SD Negeri Kelas V se-kecamatan Pakem Kabupaten Sleman ditinjau dari pembelajaran literasi. *PGSD Penjaskes*, 8(7).
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMP/MTS*. Penerbit: Litera. Jakarta.
- Setiawan, A., Yudiana, Y., Ugelta, S., Oktriani, S., Budi, D. R., & Listiandi, A. D. (2020). Hasil belajar pendidikan jasmani dan olahraga peserta didik sekolah dasar: pengaruh keterampilan motorik (tinggi) dan model pembelajaran (kooperatif). *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 3(2), 59-65.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugihartono. (2013). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta. Uny Press.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujiono, B, & Sujiono, Y.N. (2010). *Bemain Kreatif*. Jakarta: Indeks.

- Sumar, W. T. (2020). Pengelolaan kelas dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik. *Jambura Journal of Educational Management*, 49-59.
- Suryobroto, A.S. (2001). *Diktat Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Suryobroto, A.S. (2004). Peningkatan Kemampuan Manajemen Guru Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, Vol 1, No 1(2004).
- Syarifuddin, Aip. (2022). *Atletik*. Depdikbud Dirjendikti, Jakarta.
- Utami, M. S. U., & Purnomo, E. (2019). Minat siswa sekolah menengah pertama terhadap pembelajaran atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15 (1), 12-21.
- Widoyoko, E. P. (2014). *Evaluasi program pembelajaran; panduan praktis bagi pendidik dan calon pendidik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Bimbingan TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp. (0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092.
Laman : <http://www.fik.uny.ac.id> Surel : humas.fik@uny.ac.id

Nomor : 169/PJSD/XII/2022
Lamp : 1 Bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : **Bapak Heri Yogo Prayadi, M.Or.**
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Bapak untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :

Nama : Sherly Merlian
NIM : 19604221015
Judul Skripsi : Identifikasi Pembelajaran PJOK Lari 60 Meter Melalui Metode Bermain Kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur.

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 5 Desember 2022
Koord. Prodi PJSD.

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Tembuan :
1. Prodi
2. Ybs

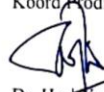
Lampiran 2. Kartu Bimbingan Skripsi

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Sherly Merhan
NIM : 19604221015
Program Studi : P50 PEMJAS
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Pembimbing : Heri Yogo Prayati, S.Pd.Jas., M.Or.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	25 Oktober 2022	Revisi Judul	
2.	1 November 2022	Revisi BAB I dan lanjut BAB II	
3.	8 November 2022	Revisi BAB II	
4.	16 November 2022	Revisi BAB III	
5.	24 November 2022	Revisi uji instrumen	
6.	5 Desember 2022	Revisi uji validitas	
7.	30 Januari 2023	Revisi BAB IV	
8.	12 Februari 2023	Revisi BAB V	
9.	27 Februari 2023	Revisi BAB I - V	
10	13 Maret 2023	Layak ujian TAS	

Mengetahui
Koord Prodi PJSD



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Lampiran 3. Surat Keterangan *Expert Judgment*

SURAT PERNYATAAN VALIDASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or.

NIP : 11310800507489

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TAS atas nama mahasiswa:

Nama : Sherly Merlian

Nim : 19604221015

Program Studi : PGSD Pendidikan Jasmani

Judul TAS : Identifikasi Pembelajaran PJOK Lari 60 Meter Melalui Metode Bermain Kelas V SD Negeri Tambah Dadi Kabupaten Lampung Timur

Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TAS Tersebut dapat dinyatakan:

- ☒ Layak digunakan untuk penelitian
- ☐ Layak digunakan dengan perbaikan
- ☐ Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

Dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 05 Desember 2022

Validator,



Heri Yogo Prayadi, S.Pd.Jas., M.Or.

NIP. 11310800507489

Catatan:

- ☐ Beri tanda ✓

Lampiran 4. Surat Izin Uji Instrumen Penelitian

SURAT IZIN UJI INSTRUMEN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-uji-instrumen/Yjll>



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/300/UN34.16/LT/2022

29 November 2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

Yth. : SD N Taman Bogo
Desa Taman Bogo, Kabupaten Lampung Timur

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Sherly Merlian
NIM : 19604221015
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - SI
Judul Tugas Akhir : IDENTIFIKASI PEMBELAJARAN PJOK LARI 60 METER MELALUI
METODE BERMAIN KELAS V SD NEGERI TAMBAH DADI
KABUPATEN LAMPUNG TIMUR
Waktu Uji Instrumen : 30 November - 3 Desember 2022

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP. 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-peneliti>



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1068/UN34.16/PT.01.04/2022

5 Desember 2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. SD Negeri 1 Tambah Dadi, Kabupaten Lampung Timur
SD Negeri 3 Tambah Dadi, Kabupaten Lampung Timur

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Sherly Merlian
NIM : 19604221015
Program Studi : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : IDENTIFIKASI PEMBELAJARAN PJOK LARI 60 METER MELALUI
METODE BERMAIN KELAS V SD NEGERI TAMBAH DADI
KABUPATEN LAMPUNG TIMUR
Waktu Penelitian : 9 - 23 Januari 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri 1 Tambah Dadi



PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG TIMUR
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UPTD SD N 1 TAMBAH DADI
NPSN : 10806530 NSS : 101120412051 NIS : 100080

Alamat : Jl. Rono Diharjo Desa Tambah Dadi, Purbolinggo, Lampung Timur Kode Pos. 34192

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 800/007/085/1/2023

Yang bertandatangan dibawah ini, Kepala UPTD SD Negeri 1 Tambah Dadi Kecamatan Purbolinggo, Kabupaten Lampung Timur Provinsi Lampung, menerangkan bahwa :

Nama	: SHERLY MERLIAN
NIM	: 19604221015
Program Studi	: Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar – S.1
Fakultas	: Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta

Nama tersebut diatas benar-benar telah melaksanakan Penelitian di UPTD SD Negeri 1 Tambah Dadi Kecamatan Purbolinggo, Kabupaten Lampung Timur Provinsi Lampung dalam rangka penyusunan tugas akhir skripsi yang berjudul “IDENTIFIKASI PEMBELAJARAN PJOK LARI 60 METER MELALUI METODE BERMAIN KELAS V SD NEGERI 1 TAMBAH DADI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR” pada tanggal 09 Januari s/d 23 Januari 2023.

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tambah Dadi, 31 Januari 2023

Kepala UPTD SD N 1 Tambah Dadi



SRI LASMINI, S.Pd

Pembina TK 1 /IVb

NIP. 19660122 198603 2 003

Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri 3 Tambah Dadi



**PEMERINTAH KABUPATEN LAMPUNG TIMUR
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UPTD SD NEGERI 3 TAMBAH DADI
KECAMAATAN PURBOLINGGO**

NPSN : 10805682

NSS : 101120412053

NIS : 100055

Alamat : Jl. Rono Diharjo Desa Tambah Dadi Kec. Purbolinggo Kab. Lampung Timur Kode Pos 34192

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421/ 04 / 087 /1 /2023

Yang bertandatangan di bawah ini, Kepala SD Negeri 3 Tambah Dadi menerangkan bahwa:

Nama : Sherly Merlian
Nim : 19604221015
Program studi : PGSD Pendidikan Jasmani – S1
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah melakukan penelitian di SD Negeri 3 Tambah Dadi dalam rangka penyusunan tugas akhir skripsi yang berjudul "IDENTIFIKASI PEMBELAJARAN PJOK LARI 60 METER MELALUI METODE BERMAIN KELAS V SD NEGERI TAMBAH DADI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR" pada tanggal 11 Januari 2023.

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Tambah Dadi, 11 Januari 2023
Kepala SD Negeri 3 Tambah Dadi


Siti Nurivah, S.Pd
NIP. 19631108 198503 2 004

TES PENELITIAN

IDENTIFIKASI PEMBELAJARAN PJOK LARI 60 METER MELALUI METODE BERMAIN KELAS V SD NEGERI TAMBAH DADI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR

A. Identitas Responden

Nama Lengkap :

Kelas :

Asal Sekolah :

B. Petunjuk Pengisian

Berilah tanda ceklis (✓) pada pilihan jawaban yang anda anggap paling benar.

C. Keterangan

SL : Selalu

SR : Sering

KD : Kadang-Kadang

TP : Tidak Pernah

NO	PERNYATAAN	SL	SR	KD	TP
1.	Berdoa sebelum melaksanakan kegiatan pembelajaran dimulai				
2.	Guru membariskan siswa terlebih dahulu				
3.	Guru memberikan yel-yel semangat sebelum pembelajaran dimulai				
4.	Guru melakukan presensei sebelum pembelajaran dimulai				
5.	Guru dan peserta didik melakukan pemanasan statis dan dinamis sebelum olahraga dimulai				
6.	Guru memberikan pemanasan menggunakan permainan				
7.	Guru menggunakan media atau alat yang menarik saat pembelajaran atletik				

8.	Alat yang terdapat di sekolahan seperti bola, cone, keranjang, pluit, stopwatch lengkap				
9.	Guru memberikan apresiasi atau hadiah untuk mendorong semangat belajar				
10.	Guru selalu mengkondisikan peserta didik sebelum pembelajaran				
11.	Guru dalam proses pembelajaran atletik memberikan dengan metode bermain				
12.	Guru memberikan contoh gerakan terlebih dahulu				
13.	Guru mengajarkan kepada peserta didik ketika masih ada yang kurang paham				
15.	Guru bertanya kepada peserta didik apakah sudah paham atau belum terkait gerakan tersebut				
16.	Guru menegur siswa yang tidak memperhatikan				
17.	Guru memberikan materi yang monoton atau pembelajaran yang berulang-ulang				
18.	Guru memberikan yel-yel terlebih dahulu sebelum pembelajaran dimulai				
19.	Guru memberikan Tanya jawab diakhir pembelajaran kepada peserta didik				
20.	Guru memberikan evaluasi atau masukan kepada peserta didik setelah melakukan pembelajaran				
21.	Guru memberikan umpan balik terhadap proses pembelajaran bermain				

Lampiran 9. Data Uji Coba

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	Σ
1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	42
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	45
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	42
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63
5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	44
6	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	49
7	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	48
8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	44
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	42
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63
12	3	1	3	1	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	54
13	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	70
14	4	2	4	3	4	2	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	71
15	3	1	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	50
16	3	2	2	2	2	2	4	2	4	2	3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	56
17	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	72
18	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	72

Lampiran 10. Uji Validitas dan Reliabilitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	107.2222	491.359	.880	.752
BUTIR 02	107.7778	502.301	.612	.758
BUTIR 03	107.4444	492.497	.878	.753
BUTIR 04	107.6111	501.310	.691	.757
BUTIR 05	107.4444	492.497	.878	.753
BUTIR 06	107.7222	507.507	.614	.761
BUTIR 07	107.2222	489.830	.838	.751
BUTIR 08	107.4444	504.026	.705	.759
BUTIR 09	107.1667	485.912	.895	.749
BUTIR 10	107.3889	505.310	.541	.760
BUTIR 11	107.3889	492.016	.903	.752
BUTIR 12	107.5556	503.673	.594	.759
BUTIR 13	107.1667	487.441	.934	.750
BUTIR 14	107.2222	497.595	.778	.755
BUTIR 15	107.5556	503.673	.594	.759
BUTIR 16	107.1667	485.912	.895	.749
BUTIR 17	107.2222	497.595	.778	.755
BUTIR 18	107.1667	487.441	.934	.750
BUTIR 19	107.2778	489.977	.899	.751
BUTIR 20	107.4444	509.203	.477	.762
BUTIR 21	107.3889	492.252	.896	.752
BUTIR 22	55.0000	130.118	1.000	.970

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.970	21

Lampiran. 11. Tabel r

Tabel r Product Moment											
Pada Sig.0,05 (Two Tail)											
N	r	N	R	N	r	N	r	N	r	N	R
1	0.997	41	0.301	81	0.216	121	0.177	161	0.154	201	0.138
2	0.95	42	0.297	82	0.215	122	0.176	162	0.153	202	0.137
3	0.878	43	0.294	83	0.213	123	0.176	163	0.153	203	0.137
4	0.811	44	0.291	84	0.212	124	0.175	164	0.152	204	0.137
5	0.754	45	0.288	85	0.211	125	0.174	165	0.152	205	0.136
6	0.707	46	0.285	86	0.21	126	0.174	166	0.151	206	0.136
7	0.666	47	0.282	87	0.208	127	0.173	167	0.151	207	0.136
8	0.632	48	0.279	88	0.207	128	0.172	168	0.151	208	0.135
9	0.602	49	0.276	89	0.206	129	0.172	169	0.15	209	0.135
10	0.576	50	0.273	90	0.205	130	0.171	170	0.15	210	0.135
11	0.553	51	0.271	91	0.204	131	0.17	171	0.149	211	0.134
12	0.532	52	0.268	92	0.203	132	0.17	172	0.149	212	0.134
13	0.514	53	0.266	93	0.202	133	0.169	173	0.148	213	0.134
14	0.497	54	0.263	94	0.201	134	0.168	174	0.148	214	0.134
15	0.482	55	0.261	95	0.2	135	0.168	175	0.148	215	0.133
16	0.468	56	0.259	96	0.199	136	0.167	176	0.147	216	0.133
17	0.456	57	0.256	97	0.198	137	0.167	177	0.147	217	0.133
18	0.444	58	0.254	98	0.197	138	0.166	178	0.146	218	0.132
19	0.433	59	0.252	99	0.196	139	0.165	179	0.146	219	0.132
20	0.423	60	0.25	100	0.195	140	0.165	180	0.146	220	0.132
21	0.413	61	0.248	101	0.194	141	0.164	181	0.145	221	0.131
22	0.404	62	0.246	102	0.193	142	0.164	182	0.145	222	0.131
23	0.396	63	0.244	103	0.192	143	0.163	183	0.144	223	0.131
24	0.388	64	0.242	104	0.191	144	0.163	184	0.144	224	0.131
25	0.381	65	0.24	105	0.19	145	0.162	185	0.144	225	0.13
26	0.374	66	0.239	106	0.189	146	0.161	186	0.143	226	0.13
27	0.367	67	0.237	107	0.188	147	0.161	187	0.143	227	0.13
28	0.361	68	0.235	108	0.187	148	0.16	188	0.142	228	0.129
29	0.355	69	0.234	109	0.187	149	0.16	189	0.142	229	0.129
30	0.349	70	0.232	110	0.186	150	0.159	190	0.142	230	0.129
31	0.344	71	0.23	111	0.185	151	0.159	191	0.141	231	0.129
32	0.339	72	0.229	112	0.184	152	0.158	192	0.141	232	0.128
33	0.334	73	0.227	113	0.183	153	0.158	193	0.141	233	0.128
34	0.329	74	0.226	114	0.182	154	0.157	194	0.14	234	0.128
35	0.325	75	0.224	115	0.182	155	0.157	195	0.14	235	0.127
36	0.32	76	0.223	116	0.181	156	0.156	196	0.139	236	0.127
37	0.316	77	0.221	117	0.18	157	0.156	197	0.139	237	0.127
38	0.312	78	0.22	118	0.179	158	0.155	198	0.139	238	0.127
39	0.308	79	0.219	119	0.179	159	0.155	199	0.138	239	0.126
40	0.304	80	0.217	120	0.178	160	0.154	200	0.138	240	0.126

Lampiran 12. Data Penelitian

No	Pembukaan pembelajaran						Pelaksanaan pembelajaran												Penilaian dan evaluasi pembelajaran			Σ
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
1	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	51
2	4	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	49
3	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	53
4	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	47
5	3	3	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	45
6	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	54
7	4	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	54
8	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	50
9	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	55
10	4	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47
11	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60
12	4	4	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	52
13	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	51
14	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	53
15	4	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	48
16	3	3	2	3	3	2	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	49
17	4	4	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	54
18	4	4	2	3	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	52
19	4	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	51
20	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	52
21	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	54
22	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	48
23	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	50
24	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	49

25	4	3	2	3	3	2	3	1	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	55
26	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	60
27	4	3	2	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	51
28	3	3	2	3	3	2	1	1	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	52
29	3	2	2	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	53
30	3	3	2	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	53
31	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	56
32	4	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	52
33	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	45
34	3	3	2	3	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	51
35	4	3	1	3	3	1	1	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	53
36	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47
37	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	53
38	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	47
39	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	51
40	4	3	1	3	3	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	49

Lampiran 13. Deskriptif Statistik

Statistics

	Identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain	Pembukaan pembelajaran	Pelaksanaan pembelajaran	Penilaian dan evaluasi pembelajaran
N	Valid 40	40	40	40
	Missing 0	0	0	0
Mean	51,40	16,00	28,25	7,15
Median	51,50	16,00	28,00	7,00
Mode	51,00 ^a	16,00	29,00	6,00
Std. Deviation	3,40	1,06	2,33	1,03
Minimum	45,00	13,00	24,00	6,00
Maximum	60,00	18,00	34,00	9,00
Sum	2056,00	640,00	1130,00	286,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Identifikasi pembelajaran PJOK lari 60 meter melalui metode bermain

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 45	2	5.0	5.0	5.0
47	4	10.0	10.0	15.0
48	2	5.0	5.0	20.0
49	4	10.0	10.0	30.0
50	2	5.0	5.0	35.0
51	6	15.0	15.0	50.0
52	5	12.5	12.5	62.5
53	6	15.0	15.0	77.5
54	4	10.0	10.0	87.5
55	2	5.0	5.0	92.5
56	1	2.5	2.5	95.0
60	2	5.0	5.0	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Pembukaan pembelajaran

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	13	1	2.5	2.5	2.5
	14	3	7.5	7.5	10.0
	15	6	15.0	15.0	25.0
	16	16	40.0	40.0	65.0
	17	13	32.5	32.5	97.5
	18	1	2.5	2.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Pelaksanaan pembelajaran

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	24	1	2.5	2.5	2.5
	25	4	10.0	10.0	12.5
	26	5	12.5	12.5	25.0
	27	4	10.0	10.0	35.0
	28	8	20.0	20.0	55.0
	29	10	25.0	25.0	80.0
	30	1	2.5	2.5	82.5
	31	4	10.0	10.0	92.5
	32	1	2.5	2.5	95.0
	34	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Penilaian dan evaluasi pembelajaran

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	14	35.0	35.0	35.0
	7	10	25.0	25.0	60.0
	8	12	30.0	30.0	90.0
	9	4	10.0	10.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Lampiran 14. Menghitung Norma Penilaian (PAP)

Tabel. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$	Rendah
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Rendah

Keterangan:

X = rata-rata

$Mi = \frac{1}{2}$ (skor maks ideal + skor min ideal)

$Sbi = \frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal)

Skor maks ideal = skor tertinggi

Skor min ideal = skor tekurang

Skor maks ideal = $21 \times 4 = 84$

Skor min ideal = $21 \times 1 = 21$

$Mi = \frac{1}{2} (84 + 21) = 52,5$

$Sbi = \frac{1}{6} (84 - 21) = 10,5$

Sangat Tinggi : $Mi + 1,8 Sbi < X$
: $52,5 + (1,8 \times 10,5) < X$
: **$71 < X$**

Tinggi : $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$
: $52,5 + (0,6 \times 10,5) < X \leq 52,5 + (1,8 \times 10,5)$
: **$59 < X \leq 71$**

Cukup : $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$
: $52,5 - (0,6 \times 10,5) < X \leq 52,5 + (0,6 \times 10,5)$
: **$47 < X \leq 59$**

Rendah : $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$
: $52,5 - (1,8 \times 10,5) < X \leq 52,5 - (0,6 \times 10,5)$
: **$35 < X \leq 47$**

Sangat Rendah : $X \leq Mi - 1,8 Sbi$
: $X \leq 52,5 - (1,8 \times 10,5)$
: **$X \leq 35$**

Pembukaan pembelajaran

Skor maks ideal	$= 6 \times 4 = 24$
Skor min ideal	$= 6 \times 1 = 6$
Mi	$= \frac{1}{2} (24 + 6) = 15$
Sbi	$= \frac{1}{6} (24 - 6) = 3$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $15 + (1,8 \times 3) < X$: $20 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $15 + (0,6 \times 3) < X \leq 15 + (1,8 \times 3)$: $17 < X \leq 20$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $15 - (0,6 \times 3) < X \leq 15 + (0,6 \times 3)$: $14 < X \leq 17$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $15 - (1,8 \times 3) < X \leq 15 - (0,6 \times 3)$: $11 < X \leq 14$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 15 - (1,8 \times 3)$: $X \leq 11$

Pelaksanaan pembelajaran

Skor maks ideal	$= 12 \times 4 = 48$
Skor min ideal	$= 12 \times 1 = 12$
Mi	$= \frac{1}{2} (48 + 12) = 30$
Sbi	$= \frac{1}{6} (48 - 12) = 6$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $30 + (1,8 \times 6) < X$: $41 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $30 + (0,6 \times 6) < X \leq 30 + (1,8 \times 6)$: $34 < X \leq 41$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $30 - (0,6 \times 6) < X \leq 30 + (0,6 \times 6)$: $27 < X \leq 34$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $30 - (1,8 \times 6) < X \leq 30 - (0,6 \times 6)$: $20 < X \leq 27$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 30 - (1,8 \times 6)$: $X \leq 20$

Penilaian dan evaluasi pembelajaran

Skor maks ideal $= 3 \times 4 = 12$

Skor min ideal $= 3 \times 1 = 3$

Mi $= \frac{1}{2} (12 + 3) = 7,5$

Sbi $= \frac{1}{6} (12 - 3) = 1,5$

Sangat Tinggi : $Mi + 1,8 Sbi < X$
: $7,5 + (1,8 \times 1,5) < X$
: **$10 < X$**

Tinggi : $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$
: $7,5 + (0,6 \times 1,5) < X \leq 7,5 + (1,8 \times 1,5)$
: **$8 < X \leq 10$**

Cukup : $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$
: $7,5 - (0,6 \times 1,5) < X \leq 7,5 + (0,6 \times 1,5)$
: **$6 < X \leq 8$**

Rendah : $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$
: $7,5 - (1,8 \times 1,5) < X \leq 7,5 - (0,6 \times 1,5)$
: **$4 < X \leq 6$**

Sangat Rendah : $X \leq Mi - 1,8 Sbi$
: $X \leq 7,5 - (1,8 \times 1,5)$
: **$X \leq 4$**

Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian



