Journal Transformation of Mandalika. Vol. 6, No.5, 2025, e-ISSN: 2745-5882 / p-ISSN: 2962-2956
Available at: https://ojs.cahayamandalika.com/index.php/jtm

Pengaruh Model Pembelajaran Teaching Games For Understanding Terhadap Motivasi Belajar Lari Jarak Pendek Siswa Kelas V SDN 01 Pringga Jurang Utara Tahun 2024

M. Hismullutfi[1],Muhsan[2]
[1,2]Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan Masyarakat (FIKKM) Universitas Pendidikan Mandalika (UNDIKMA) Mataram, Indonesia
muhsan@undikma.ac.id

Abstract: *The problem in this research is that many students are less enthusiastic and unmotivated in taking part in learning short distance running material, what strategies should teachers use to increase learning motivation and enthusiasm in class V students at SDN 01 Pringgajurang Utara in 2024 in taking part in running lessons? short-haul. The aim to be achieved in this research is to find out whether there is an influence of the Teaching Games For Understanding learning model on the motivation to learn to run short distances for class V students at SDN 01 Pringgajurang Utara in 2024. This research method is an experimental method. This research was conducted at SDN 01 Pringgajurang Utara. The subjects used were class V of SDN 01 Pringgajurang Utara in 2024, totaling 21 students consisting of 17 boys and 4 girls. The data analysis used was to test the hypothesis of the two groups or pretest and posttest data using the paired sample t-test with the help of the SPSS statistics 27 program. Based on the results of the paired sample t-test data analysis, the value (sig.) < α (0.05) namely (0.000 < 0.05) then H0 is rejected, Ha is accepted meaning there is an influence. So it can be concluded that there is a significant influence of the Teaching Games For Understanding learning model on the motivation to learn short distance running for class V students at SDN 01 Pringgajurang Utara in 2024, because students' motivation to learn short distance running has increased after being given the Teaching Games For Understanding learning model treatment.*
Keywords:*Teaching Games For Understanding Learning Model, learning motivation*

Abstrak: Permasalahan yang terdapat dalam penelitian ini adalah banyak siswa yang kurang antusias dan tidak termotivasi dalam mengikuti pembelajaran materi lari jarak pendek, strategi apa yang harus digunakan oleh guru untuk dapat meningkatkan motivasi belajar dan antusias siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara tahun 2024 dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* terhadap motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara tahun 2024. Metode penelitian ini adalah metode eksperimen. Penelitian ini dilakukan di SDN 01 Pringgajurang Utara. Subyek yang digunakan adalah kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara tahun 2024 yang berjumlah 21 siswa yang terdiri dari 17 laki-laki dan 4 perempuan. Analisis data yang digunakan adalah menguji hipotesis kedua kelompok atau data *pretest* dan *posttest* menggunakan uji-t *paired sample t test* dengan bantuan program SPSS *statistics* 27. Berdasarkan hasil dari analisis data uji-t *paired sample t test adalah* nilai (sig.) < α (0,05) yaitu (0,000 < 0,05) maka H0 ditolak, Ha diterima berarti ada pengaruh. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *ada* pengaruh yang signifikan model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* terhadap motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara tahun 2024, karena motivasi belajar lari jarak pendek siswa mengalami peningkatan setelah diberikan *treatment* model pembelajaran *Teaching Games For Understanding*
KataKunci: Pendidikan karakter, Anak sekolah dasar, Era Serba Digital

Pendahuluan

Pendidikan memegang peranan penting dalam meningkatkan derajat seseorang dalam kehidupan manusia. Dengan meningkatnya sumber daya manusia, kualitas sumber daya manusia sangat bergantung pada kualitas pendidikan, karena kualitas pendidikan sangat menentukan kelangsungan hidup suatu bangsa ditengah pesatnya perkembangan global yang berlangsung begitu cepat (Lengkana & Sofa, 2017) mengatakan bahwa terdapat faktor yang berperan dalam peningkatan kualitas pendidikan yaitu faktor pendidik, peserta didik, alat pendidikan, lingkungan dan tujuan pendidikan. Menurut Undang-Undang No.20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, salah satu tujuan pendidikan adalah untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia

This is an open-access article under the CC-BY-SA License.

yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (UU RI, 2003). Salah satu upaya pemerintah dalam mencapai tujuan pendidikan tersebut adalah melalui pendidikan yang ada di sekolah salah satunya adalah melalui pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

Di dalam pendidikan yang ada di sekolah, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang sangat berperan penting dalam mencapai tujuan pendidikan, karena mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dapat berperan penting dalam memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar yang melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) (Kasan et al., 2020) Di dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK), terdapat delapan ruang lingkup bidang pelajaran seperti aktivitas beladiri, aktivitas pengembangan kebugaran jasmani, aktivitas permainan bola besar dan bola kecil, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, aktivitas atletik, aktivitas air dan kesehatan. Terdapat poin dalam ruang lingkup bidang pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yaitu aktivitas atletik, yang termasuk di dalamnya terdapat materi pembelajaran atletik (Hafidz et al., 2021).

Atletik sendiri merupakan induk dari cabang olahraga, karena sebagian besar dari cabang olahraga tersebut menggabungkan gerakan atletik seperti berjalan, berlari, lompat, dan melempar. Oleh karena itu, atletik menjadi mata pelajaran wajib yang harus diajarkan di sekolah. Kemampuan melakukan gerak-gerakan dasar atletik yang baik dan benar juga memerlukan penguasaan dan pemahaman terhadap materi atau bahan ajar, salah satu bentuk materi yang terdapat dalam atletik yaitu materi pembelajaran lari jarak pendek (Anggraeni et al., 2021).

Lari jarak pendek merupakaan salah satu nomor dalam cabang olahraga atletik. “Lari jarak pendek adalah lari yang menempuh jarak antara 50 meter sampai dengan jarak 400 meter” (Eddy et al., 2017). Lari jarak pendek masih menjadi materi pembelajaran yang tidak banyak digemari oleh siswa, karena metode pembelajaranya yang masih monoton, sehingga diperlukan metode pembelajaran yang menarik untuk diterapkan. Seiring kemajuan dunia pendidikan, banyak bermuculan metode pembelajaran yang memberikan alternatif pemecahan masalah pembelajaran, salah satunya adalah model pembelajaran *Teaching Games For Understanding*.

Teaching Games For Understanding merupakan pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani yang membantu anak memahami olahraga melalui bentuk konsep dasar bermain, sehingga pembelajaran akan lebih dinamis dan sesuai dengan tahap perkembangan pada anak sehingga Pembelajaran akan menjadi tidak membosankan lagi bagi anak. Pendekatan pembelajaran ini memungkinkan anak untuk memahami dengan lebih baik gerakan-gerakan yang ditampilkan langsung dalam sebuah permainan (Agus Pujianto, 2014).

Model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* masih belum diterapkan oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dalam materi atletik. Sesuai dengan hasil observasi dalam proses pembelajaran siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara, banyak siswa yang kurang antusias dan tidak termotivasi dalam mengikuti pembelajaran materi lari jarak pendek, karena guru masih menggunakan model pembelajaran yang monoton sehingga akan berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa.

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor penting yang harus dimiliki oleh siswa karena akan mempengaruhi hasil belajar yang dicapai siswa selama kegiatan pembelajaran (Nugroho & Attin Warmi, 2022). Kegiatan pembelajaran dimulai ketika

siswa mempunyai suatu tujuan dan tujuan tersebut berawal dari motivasi. Sehingga siswa yang bermotivasi tinggi dapat mencurahkan banyak energi dalam kegiatan belajar. Oleh karena itu, peranan motivasi dalam proses pembelajaran dapat mengembangkan gerak dan semangat siswa dalam belajar

Metode Penelitian

Metode dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. "Metode penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh *treatment* (perlakuan) tertentu" (Sugiyono, 2014: 6). Dimana siswa diberikan model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* untuk mengetahui pengaruh terhadap motivasi belajar lari jarak pendek siswa apakah meningkat atau tidak dan semua ini dilakukan secara eksperimen. Adapun rancangan penelitiannya adalah menggunakan *one-group pretest-posttest design*. Dalam desain ini tidak ada kelompok kontrol. Kelebihan dari desain ini adalah dilakukan *pretest* dan *posttest* untuk mengetahui dengan pasti apakah ada perbedaan dari hasil *treatment* yang sudah diberikan. Desain tersebut bisa dilihat pada table 1. Dibawah ini.

Table 1. Disain *one-group pretest-posttest design*

Pretest	**Treatment**	**Posttest**
O_1	X	O_2

Keterangan:

O_1 : nilai *pretest* (sebelum diberi perlakuan)

O_2 : nilai *posttest* (setelah diberi perlakuan)

X : *treatment* (perlakuan)

Analisi data dilakukan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Uji hipotesis yang digunakan adalah uji-T *paired sample t test* untuk menguji hipotesis kedua kelompok atau data *pretest* dan *posttest* tersebut. Namun sebelum melakukan uji-T *paired sample t test*, terlebih dahulu melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas data dan homogenitas.

Hasil dan Pembahasan

Pengolahan dan analisis data peneliti terlebih dahulu peneliti mengambil tes awal (*pretest*) dan diberikan perlakuan (*treatment*) setelah diberikan *treatment*, peneliti mengambil tes akhir (*posttest*)

Table 2. Deskripsi data hasil *pretest* dan *posttest*

Paired Samples Statistics				
	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest	102.3810	21	8.06521	1.75997
Posttest	128.0000	21	13.38282	2.92037

Dari hasil analisi data deskriptif pada table 2 untuk hasil *pretest* dengan mean sebesar 102.3810 dan untuk hasil *posttest* mean sebesar 128.0 sehingga terdapat peningkatan setelah diberikan perlakuan model pembelajaran *Teaching Games For Understanding*.

Uji Normalitas dan Homogenitas *Pretest* dan *Posttest*

Setelah diketahui hasil mean dari hasil *pretest* dan *posttest,* maka selanjutnya dilakukan uji normalitas dan homogenitas data untuk menentukan uji statistik yang akan digunakan sesuai hipotesis yang diajukan.

Table 3. Uji Normalitas Data

Tests of Normality			
	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Pretest	.935	21	.176
Posttest	.944	21	.265

Uji normalitas data *pretes*t dan *posttest* dapat dilihat dari *Shapiro wilk*. Hasilnya adalah *pretest* 0,176 > 0,05 dan hasil *posttest* 0,265 > 0,05. Sehingga dapat dikatakan bahwa kedua data *pretest* dan *posttest* data berdistribusi normal.

Table 4. Uji Homogenitas

Tests of Homogeneity of Variances				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Based on Mean	5.482	1	40	.024
Based on Median	3.477	1	40	.070
Based on Median and with adjusted df	3.477	1	31.829	.071
Based on trimmed mean	5.855	1	40	.020

Setelah pengujian normalitas data dilakukan, maka selanjutnya dilakukan dengan uji homogenitas data dengan hasil sig. sebesar 0,024 dapat diketahui nilai 0,024 lebih kecil dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bawa data bersifat tidak homogen.

Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji prasyarat, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis. Hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan Uji-T *paired sample t test* didapatkan nilai sig sebesar 0,000 mengidikasikan bahwa terdapat pengaruh model pembelajaran *Teaching*

Games For Understanding terhadap motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara Tahun 2024. Hasil dari output dapat dilihat pada table 5 di bawah ini.

Table 5. Hasil uji-T *paired sample t test*

Paired Samples Test								
				95% Confidence Interval of the Difference				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper	t	df	Sig. (2-tailed)
Pretest-Posttest	25.61905	17.80864	3.88616	-33.72544	-17.51265	-6.592	20	.000

Berdasarkan hasil output yang didapatkan dari table 5 hasil uji-T *paired sample t test* dapat diketahui nilai (sig.) < α (0,05) yaitu (0,000 < 0,05), maka H0 ditolak, Ha diterima berarti ada pengaruh. Sehingga model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* berpengaruh terhadap motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara tahun 2024.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang signifikan model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* terhadap motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara tahun 2024. adapun urutan kegiatan yang harus dilakukan sehingga akhirnya dapat ditarik kesimpulan adalah: (1) diadakan *pretest* dengan tujuan untuk mengetahui motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas v sebelum *treatment* diberikan, (2) siswa diberikan *treatment* yaitu model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* sebanyak 16 kali pertemuan, (3) kemudian yang terakhir adalah diadakannya *posttest* yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan motivasi belajar lari jarak pendek siswa setelah diberikan *treatment* (perlakuan).

Untuk mengetahui adanya perbedaan pengaruh model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* terhadap motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara tahun 2024 dapat dibuktikan dengan uji-T *paired sample t test*. Hasil dari uji-T *paired sample t test* menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* terhadap motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara Tahun 2024 yang dapat dibuktikan dengan nilai (sig.) < α (0,05) yaitu (0,000 < 0,05) maka H0 ditolak, Ha diterima berarti ada pengaruh. Sehingga motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara tahun 2024 mengalami peningkatan setelah diberikan *treatment* model pembelajaran *Teaching Games For Understanding.*

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisi data dalam penelitian ini, maka Kesimpulan yang dapat diambil untuk menjawab hipotesis yang diajukan adalah (1) Terdapat peningkatan motivasi belajar lari jarak pendek dari siswa setelah diberikan model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* yang dibuktikan dari hasil mean *pretest* diperoleh

rata-rata yaitu 102,38 dan dari hasil mean *posttest* diperoleh rata-rata yaitu 128,00 sehingga terdapat peningkatan motivasi belajar siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara 2024. (2) Ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* terhadap motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara tahun 2024, dengan nilai (sig.) < α (0,05) yaitu (0,000 < 0,05) maka H0 ditolak, Ha diterima berarti ada pengaruh.

Sehingga kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* terhadap motivasi belajar lari jarak pendek siswa kelas V SDN 01 Pringgajurang Utara Tahun 2024.

Saran utuk peneliti selanjutnya adalah pembelajaran lari jarak pendek khususnya di sekolah dasar sebelum melakukan praktik, sebaiknya guru memberikan model pendekatan bermain salah satunya model pembelajaran *Teaching Games For Understanding* untuk memberi rangsangan kepada siswa agar siswa tersebut dapat termotivasi dalam mengikuti pembelajaran dan hendaknya guru lebih sering menggunakan metode pembelajaran dalam bentuk permainan, sehingga dapat menghidupkan peroses pembelajaran dan dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan khususnya pada materi lari jarak pendek.

Daftar Pustaka

Anggraeni, C. S., Nurwansyah, R., & Yuda, A. K. (2021). *Tingkat Pengetahuan Pembelajaran Atletik Lari Jarak Pendek Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Kelas XII.* Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, *7*(8), 680–690. https://doi.org/10.5281/zenodo.5804633

Eddy, Purnomo, & Dapan. (2017). *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. In Alfamedia.

Hafidz, I. A., Syafei, M. M., & Afrinaldi, R. (2021). *Survei Pengetahuan Siswa Terhadap Pembelajaran Atletik Nomor Lompat Jauh di SMAN 1 Rengasdengklok.* Jurnal Literasi Olahraga, 2(2), 104–109.

Kasan, K., Gustiawati, R., & Ismaya, B. (2020). *Small Side Games Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMPN 2 Cilamaya Kulon.* Jurnal Literasi Olahraga, 1(1), 1–7. https://doi.org/10.35706/jlo.v1i1.3940

Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). *Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan.* Jurnal Olahraga, *3*(1), 2. https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67

Nugroho, R., & Attin Warmi. (2022). *Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Di Smpn 2 Tirtamulya. EduMatSains :* Jurnal Pendidikan, Matematika Dan Sains, 6(2), 407–418. https://doi.org/10.33541/edumatsains.v6i2.3627

Sugiyono. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. 2003. Jakarta: Pusdiklat Perpusnas