

## PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN DAN KEMAMPUAN MOTORIK TERHADAP HASIL BELAJAR LARI JARAK PENDEK (STUDI EKSPERIMEN DI SMP NEGERI 34 KERINCI)

ANGGIL JUFINDA

Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Muhammadiyah Sungai Penuh  
anggiljufinda@gmail.com

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh model pembelajaran dan kemampuan motorik terhadap hasil belajar lari jarak pendek siswa kelas VII SMP Negeri 34 Kerinci. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 34 Kerinci, penelitian ini menggunakan metode eksperimental, dengan desain *treatment by level* 2x2. Sampel yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 64 siswa yang tergabung dalam dua kelompok perlakuan, jumlah sampel masing-masing kelompok sebanyak 64 orang termasuk ke dalam kemampuan motorik tinggi dan kemampuan motorik rendah. Teknik analisa data dengan menggunakan Anava (Analisis varians). Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa; hasil belajar lari jarak pendek bagi kelompok siswa yang diberikan dengan model pembelajaran bermain kreatif secara keseluruhan lebih baik dibandingkan dengan kelompok siswa yang diberi perlakuan dengan model pembelajaran kooperatif. Terdapat interaksi antara model pembelajaran dengan kemampuan motorik terhadap hasil belajar lari jarak pendek. Bagi siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi, hasil belajar lari jarak pendek melalui penerapan model pembelajaran bermain kreatif lebih baik dibandingkan dengan model pembelajaran kooperatif. Bagi siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah, hasil belajar lari jarak pendek melalui penerapan model pembelajaran kooperatif. lebih baik dibandingkan dengan model pembelajaran bermain kreatif.

**Kata kunci:** Model Pembelajaran bermain kreatif dan Model Pembelajaran kooperatif, Kemampuan Motorik, Hasil Belajar Lari Jarak Pendek.

**Abstract:** This study aims to examine the influence of model of learning and motor skills for learning outcomes sprint seventh grade students of SMP Negeri 34 Kerinci. The research was conducted in SMP Negeri 34 Kerinci, this research uses experimental methods, the design of treatment by the level of 2x2. Samples were involved in this study were 64 students who joined in the two treatment groups, the number of samples of each group of 64 people belonging to the high motor skills and motor skills are low. Data analysis techniques using Anova (analysis of variance). The results of this study concluded that; learning outcomes sprinting for a given group of students with learning model creative play better overall than the group of students treated with cooperative learning model. There is no interaction between the learning model with motor skills for learning outcomes sprint. For students who have a high motor skills, learning outcomes sprinting through the application of creative play learning model is better than the model of cooperative learning. For students who have poor motor skills, learning outcomes sprinting through the implementation of cooperative learning model. better than learning model creative play.

**Keywords:** creative play and Learning Model Cooperative Learning Model, Motor Ability, Learning Outcomes Sprint.

## A. Pendahuluan

Belajar menurut hamzah adalah suatu proses yang menghasilkan perubahan perilaku yang dilakukan dengan sengaja untuk memperoleh pengetahuan, kecakapan, dan pengalaman baru ke arah yang lebih baik,(2011 : 138). Pendidikan jasmani menurut Ega merupakan media untuk pendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, spiritual dan sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang, (2013 : 1). Dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Tujuan utama pendidikan jasmani menurut Mulyono Biyakto adalah mengembangkan kompetensi gerak. Sebagai insan guru pendidikan jasmani mereka harus mengenal bahwa esensi dari aktivitas jasmani adalah mengajar siswa bagaimana menjadi insan gerak yang terampil, (2010 : 57). Proses pembelajaran pendidikan jasmani tidak terlepas dari beberapa unsur seperti tujuan, dan Model mengajar, tugas ajar (materi ajar), serta evaluasi. Kegiatan yang paling strategis dalam proses belajar mengajar adalah pemilihan dan penerapan model pembelajaran sebelum proses itu dilaksanakan untuk memberikan gambaran mendasar untuk pertimbangan, dipilih dan ditetapkan model pembelajaran sebagai alat interaksi guru dengan siswa, termasuk pula cara dalam guru memperlakukan para siswanya, artinya Model mengajar merupakan satu cara untuk mencapai suatu keberhasilan terhadap hasil pembelajaran. Penerapan berbagai Model pembelajaran tersebut dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani diharapkan pemahaman sikap dan keterampilan gerak siswa sesuai dengan tujuan pembelajaran. Model pembelajaran tersebut antara lain adalah model pembelajaran bermain kreatif dan model pembelajaran kooperatif. Model pembelajaran bermain kreatif dalam kaitannya dengan proses pembelajaran pendidikan jasmani, bermain adalah merupakan salah satu bentuk pembelajaran pendidikan jasmani yang berupaya untuk mencapai tujuan pembelajaran dengan bermain dan memberi tugas dengan peraturan yang sederhana yang dikemukakan oleh guru. Pembelajaran bermain kreatif tak hanya terpaku pada kurikulum. Pembelajaran kreatif menekankan pada proses terciptanya kreativitas, Imajinasi dan nalar siswa ataupun guru sama-sama dikembangkan. Sedangkan model pembelajaran kooperatif adalah bentuk pembelajaran dengan cara siswa belajar dalam kelompok-kelompok kecil secara kolaboratif yang anggotanya terdiri dari empat sampai enam orang dengan struktur kelompok yang bersifat heterogen pada hakikatnya pembelajaran kooperatif adalah strategi pembelajaran yang melibatkan partisipasi siswa dalam satu kelompok kecil untuk saling berinteraksi.

Dalam hal ini bukan model pembelajaran saja yang memiliki peran penting dalam proses peningkatan pembelajaran, tetapi faktor kemampuan motorik siswa, dalam proses pendidikan jasmani setiap anak memiliki kemampuan yang berbeda, Perbedaan kemampuan motorik yang dimiliki oleh siswa perlu dijadikan bahan pemikiran bagi guru dalam mempertimbangkan pemilihan model pembelajaran. Kemampuan motorik merupakan salah satu indikator kebugaran yang penting pada setiap individu yang erat kaitannya dengan pencapaian kualitas fisik dan kualitas keterampilan gerak. kemampuan motorik (*motor fitness*) menurut widiastuti adalah sebagai suatu kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan kemampuan fisik untuk dapat melaksanakan suatu gerakan, atau dapat pula didefinisikan bahwa

kemampuan motorik adalah kapasitas penampilan seseorang dalam melakukan berbagai tugas gerak, (2015 : 191). Menurut James Tingkat baik buruknya gerak, selain dipengaruhi oleh rangkaian urutan keterampilan gerak, selain dipengaruhi oleh keadaan yang ikut menyebabkan terjadinya keterampilan gerak (yaitu latihan yang teratur dan terus menerus dengan takaran yang cukup), juga dipengaruhi oleh faktor dan lingkungan keluarganya atau keturunannya. Sebab pada umumnya apabila dari suatu lingkungan keluarganya sangat menyenangi dan gemar berolahraga kecenderungan akan memiliki dasar-dasar untuk menyenangi dari kegemaran terhadap olahraga, serta akan memiliki dasar-dasar keterampilan yang baik, (2012 : 40) kemampuan motorik adalah kemampuan individual siswa yang berhubungan erat dengan bawaan sejak lahir dan berkembang secara interaksi melalui latihan dan pengalaman. Kemampuan motorik dalam penelitian ini adalah kemampuan melakukan gerakan-gerakan cabang olahraga lari jarak pendek dari mulai gerak keterampilan yang paling sederhana sampai gerak keterampilan yang tersulit, kemampuan motorik secara khusus ditujukan untuk dapat menampilkan kualitas gerak yang baik. Apalagi dalam materi penjaskes di SMP Negeri 34 kerinci atletik khususnya lari jarak pendek merupakan salah satu materi wajib yang diajarkan pada siswa. Menurut Didik Tujuan dasar dalam cabang olahraga atletik khususnya nomor lari adalah memaksimumkan kecepatan lari rata-rata, (2010 : 3). Edi Purnomo menjelaskan tujuan lari jarak pendek adalah memaksimalkan kecepatan horizontal, yang dihasilkan dari dorongan badan ke depan. Kecepatan lari ditentukan oleh panjang langkah dan frekuensi langkah, (2011 : 34). Teknik dasar yang harus dipahami dalam lari jarak pendek ialah teknik *start*, teknik berlari dan teknik memasuki garis *finish*.

Ini berarti model pembelajaran yang tepat sangat penting untuk meningkatkan hasil belajar siswa secara efektif, kreatif dan menyenangkan. Disisi lain kemampuan motorik yang dimiliki siswa adalah salah satu faktor yang harus diperhatikan dalam pembelajaran lari jarak pendek.

## B. Metodologi Penelitian

Dalam penelitian ini dilibatkan tiga variabel, yakni : (1) variabel bebas adalah model pembelajaran bermain kreatif dan kooperatif (2) Variabel terikat adalah hasil lari jarak pendek, dan (3) Variabel atribut yaitu kemampuan motorik. Desain penelitian ini menggunakan rancangan *Treatment by level 2 x 2*. Rancangan *treatment* adalah unit-unit eksperimen ke dalam sel sedemikian rupa secara acak, sehingga unit-unit eksperimen dalam setiap sel relatif bersifat homogen. Secara visual desain penelitian ini dapat di gambarkan sebagai berikut :

**Tabel 1: Rancangan treatment by level 2 x 2**

Model Pembelajaran (A) <b>Kemampuan motorik (B)</b>	Bermain kreatif (A <sub>1</sub> )	kooperatif (A <sub>2</sub> )
Tinggi (B <sub>1</sub> )	A <sub>1</sub> B <sub>1</sub>	<del>A<sub>2</sub></del> B <sub>1</sub>
Rendah (B <sub>2</sub> )	A <sub>1</sub> B <sub>2</sub>	<del>A<sub>2</sub></del> B <sub>2</sub>
<b>Total</b>	A <sub>1&gt;</sub>	A <sub>2&gt;</sub>

Populasi sasaran dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 34 Kerinci, sedangkan populasi terjangkaunya seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 34 kerinci yang berjumlah 120 orang siswa, teknik pengambilan sampel dalam penelitian

ini menggunakan *Purposive Sampling*, Verducci menjelaskan bahwa prosedur untuk mendapatkan kelompok sampel komponen tinggi dan kelompok komponen rendah pada kedua model pembelajaran tersebut adalah: Pertama, tes kemampuan motorik yakni dari tes Barrow *Motor Ability Test* yang dikemukakan oleh Nurhasan terdiri dari tes (1)*standing broad jump*, (2) *softball throw*, (3) *zig-zag run*, (4) *wall pass*, (5) *medicine ball put*, (6) lari cepat 50 meter. (2007:127) kemudian diranking, setelah itu diambil 27% atas dari 120 orang berjumlah 32 sampel dan 27% bawah berjumlah 32 orang. Sehingga di dapat sampel 64 orang kemudian dibagi menjadi empat kelompok yang terdiri dari A<sub>1</sub>B<sub>1</sub> (kelompok siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi diberi perlakuan dengan model pembelajaran bermain kreatif) sebanyak 16 orang. Kelompok A<sub>2</sub>B<sub>1</sub> (kelompok siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi diberi perlakuan dengan model pembelajaran kooperatif) sebanyak 16 orang. A<sub>1</sub>B<sub>2</sub> (kelompok siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah diberi perlakuan dengan model pembelajaran bermain kreatif) yang berjumlah 16 orang. Dan A<sub>2</sub>B<sub>2</sub> (kelompok siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah diberi perlakuan dengan model pembelajaran kooperatif) yang berjumlah 16 orang. Untuk pengambilan data lari jarak pendek menggunakan instrumen lari yang sudah divalidasi oleh ahli indikator penilaiannya terdiri dari teknik *start* teknik berlari dan teknik memasuki garis *finish*. sedangkan untuk analisis data menggunakan Analisis Varians (ANOVA) dua arah pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  persyaratan yang diperlukan dalam analisis varian dua jalur ini adalah uji normalitas menggunakan uji lilliefors dan dilanjut dengan uji homogenitas dengan menggunakan uji barlett dan dilanjutkan dengan uji pembeda yakni uji Tukey.

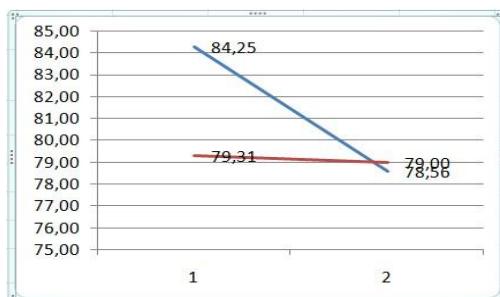
### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Perbedaan hasil belajar lari jarak pendek kelompok model pembelajaran bermain kreatif (A1) dan kelompok model pembelajaran kooperatif (A2)

Berdasarkan hasil analisis varian (ANOVA) pada taraf signifikan  $\alpha=0,05$  di dapat  $F_{hitung} = 7,420$  dan  $F_{tabel}=4,00$  dengan demikian  $F_{hitung} > F_{tabel}$ . Sehingga  $H_0$  ditolak. Dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan, terdapat perbedaan yang signifikan antara model pembelajaran bermain kreatif dengan model pembelajaran kooperatif terhadap hasil belajar lari jarak pendek. Dengan kata lain bahwa hasil belajar lari jarak pendek menggunakan model pembelajaran bermain kreatif ( $\bar{x}=81,41$ ; SD 4,14) lebih tinggi dari pada model pembelajaran kooperatif ( $\bar{x}=79,16$ ; SD 4,60). Hal ini berarti, bahwa hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa keseluruhan terdapat perbedaan hasil belajar lari jarak pendek antara model pembelajaran bermain kreatif dengan model pembelajaran kooperatif terbukti.

#### Interaksi antara model pembelajaran dengan kemampuan motorik terhadap hasil belajar lari jarak pendek

Hasil analisis varian tentang interaksi antara model pembelajaran dan kemampuan motorik terhadap hasil belajar lari jarak pendek terlihat pada tabel perhitungan ANOVA diatas, diketahui  $F_{hitung}= 4,174$  sedangkan  $F_{tabel}$  taraf signifikan 0,05 diketahui  $F_{tabel} =4,00$  Ini menunjukkan bahwa  $F_{hitung} > F_{tabel}$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat interaksi antara model pembelajaran dengan kemampuan motorik terhadap hasil belajar lari jarak pendek.



Gambar 1. interaksi model pembelajaran dan kemampuan motorik

**Tabel. Ringkasan Hasil Perhitungan Uji Tukey Skor Hasil Belajar Lari jarak pendek**

No	Kelompok yang Dibandingkan	Q <sub>hitung</sub>	Q <sub>tabel</sub>	Ket
1	A <sub>1</sub> dengan A <sub>2</sub>	4,086	2,77	Signifikan
2	A <sub>1</sub> B <sub>1</sub> dengan A <sub>2</sub> B <sub>1</sub>	8,967	3,63	Signifikan
3	A <sub>1</sub> B <sub>2</sub> dengan A <sub>2</sub> B <sub>2</sub>	0,795	3,63	Tidak Signifikan

Keterangan:

A1 = kelompok model pembelajaran bermain kreatif secara keseluruhan

A2 = kelompok model pembelajaran kooperatif secara keseluruhan

A1B1 = kelompok model pembelajaran bermain kreatif dengan kemampuan motorik tinggi

A2B1 = kelompok model pembelajaran kooperatif dengan kemampuan motorik tinggi

A1B2 = kelompok model pembelajaran bermain kreatif dengan kemampuan motorik rendah

A2B2 = kelompok model pembelajaran kooperatif dengan kemampuan motorik rendah

**Perbedaan pengaruh model pembelajaran bermain kreatif dengan model pembelajaran kooperatif terhadap hasil belajar lari jarak pendek bagi siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi**

Model pembelajaran bermain kreatif memberikan perbedaan yang signifikan terhadap hasil belajar lari jarak pendek pada kelompok siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi. Hal ini terbukti berdasarkan hasil uji lanjut dalam analisis varian (ANOVA) dengan menggunakan uji Tukey yang hasilnya sebagai berikut

**Tabel 2. Perbandingan Model Pembelajaran Model Pembelajaran Bermain Kreatif dan Kooperatif Dengan Kemampuan Motorik Tinggi**

No.	Kelompok yang dibandingkan	Q <sub>hitung</sub>	Q <sub>tabel</sub>	Keterangan
1	A <sub>1</sub> B <sub>1</sub> dengan A <sub>2</sub> B <sub>1</sub>	8,967	3,63	Signifikan

#### Keterangan

- A1B1 = kelompok model pembelajaran bermain kreatif dengan kemampuan motorik tinggi  
A2B1 = kelompok model pembelajaran kooperatif dengan kemampuan motorik tinggi

Perbedaan hasil nilai kelompok kemampuan motorik tinggi dengan model pembelajaran bermain kreatif dibanding dengan kelompok model pembelajaran kooperatif dengan kemampuan motorik tinggi diperoleh  $Q_h = 8,967$  dan  $Q_t = 3,63$ . Dengan demikian  $Q_h$  lebih besar dari  $Q_t$  sehingga  $H_0$  ditolak. Berdasarkan hasil perhitungan, didapat nilai rata-rata siswa kemampuan motorik tinggi dengan model pembelajaran bermain kreatif ( $\bar{x}=84,25$ ; SD 3,42) lebih tinggi dari model pembelajaran kooperatif ( $\bar{x}=79,31$ ; SD 4,59). Dengan demikian, hipotesis penelitian dinyatakan terbukti bahwa model pembelajaran bermain kreatif dengan siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi lebih baik dibandingkan dengan model pembelajaran kooperatif siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi dalam hasil belajar lari jarak pendek.

**Perbedaan hasil belajar lari jarak pendek antara model pembelajaran bermain kreatif dengan model pembelajaran kooperatif siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah.**

Model pembelajaran bermain kreatif dan model pembelajaran kooperatif memberikan perbedaan terhadap hasil belajar lari jarak pendek bagi kelompok siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah. Namun perbedaan hasil tersebut tidak signifikan. Hal ini terbukti berdasarkan hasil uji lanjut dengan menggunakan uji tukey yang hasilnya sebagai berikut:

**Tabel 3. Perbandingan Kelompok Antara Model Pembelajaran Bermain Kreatif dan Model Pembelajaran Kooperatif Yang Memiliki Motorik Rendah.**

No.	Kelompok yang dibandingkan	$Q_{hitung}$	$Q_{tabel}$	Keterangan
1	A <sub>1</sub> B <sub>2</sub> dengan A <sub>2</sub> B <sub>2</sub>	0,795	3,63	Tidak Signifikan

Keterangan:

A1B2 = kelompok model pembelajaran bermain kreatif dengan kemampuan motorik rendah

A2B2 = kelompok model pembelajaran kooperatif dengan kemampuan motorik tinggi

Model pembelajaran bermain kreatif dan kooperatif memberikan perbedaan terhadap hasil belajar lari jarak pendek pada kelompok yang memiliki kemampuan motorik rendah. Namun perbedaan hasil tersebut tidak signifikan. Hal ini terbukti berdasarkan hasil uji lanjut dengan menggunakan uji tukey didapat  $t_{(A1B2-A2B2)}$  atau  $t_{hitung} = 0,795$  sedangkan dari tabel t untuk taraf signifikan 0,05 diketahui  $t_{tabel} = 3,63$ . Artinya,  $H_0$  diterima. Berdasarkan perhitungan, didapat nilai rata-rata siswa memiliki kemampuan motorik rendah dengan menggunakan model pembelajaran bermain kreatif ( $\bar{x}=78,56$ ; SD 4,87) lebih rendah dari nilai model pembelajaran kooperatif dengan kemampuan motorik rendah ( $\bar{x}=79,00$ ; SD 4,60).

Berdasarkan pengolahan data dan hasil pengujian hipotesis secara statistik sebagaimana dikemukakan diatas, maka pembahasan hasil penelitian ini berisi empat hal pokok, yaitu sebagai berikut:

1. Hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa siswa yang diajar dengan model pembelajaran bermain kreatif (A1) dan model pembelajaran kooperatif (A2),

diterima kebenarannya, efektivitas model pembelajaran bermain kreatif terhadap hasil belajar lari jarak pendek , secara teoritis model pembelajaran bermain kreatif lebih efektif dibandingkan dengan model kooperatif. Setelah dilakukan penelitian ternyata hipotesis tersebut terbukti secara signifikan

2. Hipotesis penelitian kedua dinyatakan bahwa ada interaksi antara model pembelajaran kooperatif dan kemampuan motorik terhadap hasil belajar lari jarak pendek , diterima kebenarannya. Pengujian hipotesis yang dilakukan membuktikan bahwa pada interaksi antara model pembelajaran dan kemampuan motorik terhadap hasil belajar lari jarak pendek. Kelompok siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi diajar dengan model pembelajaran bermain kreatif mencapai hasil belajar lari jarak pendek lebih tinggi jika dibandingkan dengan kelompok siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi yang diajar dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif. Sebaliknya, pada kelompok siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah yang diajar dengan model pembelajaran bermain kreatif mencapai hasil belajar lari jarak pendek yang lebih rendah jika dibandingkan dengan kelompok siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah diajar dengan model pembelajaran kooperatif.
3. Hipotesis penelitian ketiga yang menyatakan bahwa kelompok siswa yang diajar dengan model pembelajaran bermain kreatif dan memiliki kemampuan motorik tinggi (A1B1) lebih tinggi hasil belajar lari jarak pendek dari model pembelajaran kooperatif siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi (A2B1), diterima kebenarannya. Kemampuan motorik adalah kapsitas umum (potensi dasar pendukung) dalam melakukan keterampilan teknik(motorik khusus) pada suatu cabang olahraga. Seseorang yang mempunyai kemampuan motorik tinggi tentu memiliki keuntungan dalam melakukan gerakan-gerakan secara baik. Model pembelajaran bermain kreatif merupakan model pembelajaran yang memberikan kesempatan pada anak-anak untuk mengembangkan keterampilan geraknya dalam berbagai cara untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani sehingga hasil belajar lari jarak pendek akan lebih baik dengan kemampuan motorik yang tinggi.
4. Hipotesis penelitian keempat yang menyatakan bahwa siswa memiliki kemampuan motorik rendah diajar dengan model pembelajaran bermain kreatif (A1B2) lebih rendah hasil belajar lari jarak pendek dari siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah yang diajar dengan model pembelajaran kooperatif (A2B2), diterima kebenarannya.

Kemampuan motorik yang rendah menunjukan bahwa tingkat kesiapan dalam mempelajari atau mendapatkan hasil belajar lari jarak pendek juga rendah. Ini dibuktikan dalam proses belajar model bermain kreatif bagi kelompok kemampuan motorik rendah mengalami kendala dalam mempraktekkan gerakan-gerakan yang memiliki tingkat kesulitan yang tinggi sesuai dengan tuntutan model pembelajaran bermain kreatif. Untuk model pembelajaran kooperatif, kelompok kemampuan motorik rendah tidak menemui kendala yang berarti, karena pembelajaran dengan gerakan yang disajikan dalam bentuk-bentuk tugas berkelompok dan bertahap, sehingga menimbulkan koordinasi yang serasi dan menghasilkan hasil belajar lari jarak pendek dengan baik. Sehingga dengan kelemahan kemampuan motorik rendah dapat diakomodir dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif. Jika dilihat dari perbedaan rata-rata model pembelajaran kooperatif lebih baik dibandingkan dengan model pembelajaran bermain kreatif, setelah dilakukan secara empirik perbedaan tersebut bermakna (signifikan). Dari hasil tersebut rekomendasi bagi siswa yang

memiliki kemampuan motorik rendah disarankan menggunakan model pembelajaran kooperatif untuk memperoleh hasil belajar lari jarak pendek yang baik.

#### D. Penutup

Berdasarkan hasil analisis data, hasil pengujian hipotesis dan hasil pembahasan penelitian yang telah diperoleh maka dapat dijelaskan beberapa kesimpulan sebagai berikut: 1) hasil belajar lari jarak pendek kelompok siswa yang diberikan model pembelajaran bermain kreatif secara keseluruhan lebih baik dibandingkan dengan kelompok siswa model pembelajaran kooperatif; 2) Terdapat interaksi antara model pembelajaran dengan kemampuan motorik terhadap hasil belajar lari jarak pendek siswa; 3) Bagi siswa yang memiliki kemampuan motorik tinggi, hasil belajar lari jarak pendek melalui model pembelajaran bermain kreatif lebih baik dibandingkan dengan model pembelajaran kooperatif; dan 4) bagi siswa yang memiliki kemampuan motorik rendah, hasil belajar lari jarak pendek lebih tinggi apabila menggunakan model pembelajaran kooperatif.

#### Daftar Pustaka

- Didik Zafar Sidik, 2010. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Eddy Purnomo dan Dapan, 2011. *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfamedia.
- Ega Trisna Rahayu, *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani (Implementasi Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan)*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Hamzah B. Uno dan Nurdin Mohamad, 2011. *Belajar Dengan Pendekatan PAILKEM*. Jakarta: Bumi Aksara.
- James Tangkudung dan Wahyuningtias Puspitorini, 2012. *Kepelatihan Olahraga “Pembinaan Prestasi Olahraga” Edisi II*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Mulyono Biyakto Atmojo, 2010. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Jasmani/ Olahraga*. Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan, UPT dan UNS Press
- Nurhasan dan Hasanudin, 2007. *Modul Tes dan Pengukuran Keolahragaan*, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Widiastuti, 2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT RajaGrafindo.