

PENGARUH PENERAPAN PERMAINAN KUCING DAN TIKUS TERHADAP HASIL BELAJAR LARI SPRINT

Nugie Herdiansyah¹, Anggi Setia Lengkana², Encep Sudirjo³

Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}

asetialengkana@upi.edu²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan kucing dan tikus terhadap hasil kecepatan dalam belajar lari sprint terhadap siswa kelas V SDN Dahniar. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif *pre-exsperimen one grup pretest* dan *posttest*. Berdasarkan hasil dari uji normalitas, diketahui bahwa data keseluruhan pretest 0.062 dan posttest 0.034 > 0.05 didistribusikan normal. Kemudian diujikan menggunakan uji *paired sampel T test*, Dimana nilai test awal rata-rata test awal sebesar 2.85 sedangkan nilai test akhir sebesar 3.40 sehingga didapatkan nilai rata-rata keduanya sebesar -0.550 dengan nilai *sig paired sampel T test* >0,05 yaitu sebesar 0.142, hal ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh permainan kucing dan tikus terhadap hasil kecepatan belajar lari sprint siswa kelas V SD negeri Dahniar dan hasil kecepatan belajar lari sprint tidak dapat dipengaruhi oleh permainan kucing dan tikus terhadap siswa kelas V SD negeri Dahniar. Simpulan, bahwa hasil belajar lari sprint tidak dipengaruhi oleh permainan kucing dan tikus.

Kata Kunci: Hasil Belajar, Lari Print, Pengaruh, Permainan

ABSTRACT

This research aims to determine the effect of the game of cat and mouse on speed results in learning to sprint for class V students at SDN Dahniar. This research uses a quantitative pre-experiment method, one group pretest and posttest. Based on the normality test results, it is known that the overall pretest data 0.062 and posttest 0.034 > 0.05 are normally distributed. Then, it was tested using the paired sample T-test, where the average initial test value of the initial test was 2.85 while the final test value was 3.40 so that the average value of both was -0.550 with a sig value of paired T-test samples >0.05, namely 0.142. This shows that there is no influence of the cat and mouse game on the results of the sprint learning speed of class V students at Dahniar State Elementary School, and the cat and mouse game of class V students of Dahniar State Elementary School cannot influence the results of sprint learning speed. The conclusion is that the game of cat and mouse does not influence the results of learning to sprint.

Keywords: Games, Influence, Print Running Learning Results

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani yang terencana dan sistematis. Tujuannya untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan siswa dalam aspek fisik, psikomotorik, kognitif, afektif, sosial dan emosional. Pendidikan jasmani bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada siswa untuk memahami berbagai keterampilan yang kompleks dan berinteraksi dengan baik dengan masyarakat. Menurut Abduljabar, (2011), pendidikan jasmani adalah suatu proses terjadinya adaptasi dan pembelajaran secara organik, neuromuscular, intelektual,

sosial, kultural, emosional, dan estetika yang dihasilkan dari proses pemilihan berbagai aktivitas jasmani. Menurut Budi, (2021), aktivitas jasmani merupakan sebuah materi pokok dari pendidikan jasmani yaitu yang berupa olahraga maupun non formal, salah satu aktivitas jasmani yaitu dengan bermain, aktivitas bermain sudah dilakukan semenjak usia anak-anak sampai usia dewasa atau bermain hingga sepanjang hayat.

Pendidikan jasmani yang dilaksanakan dengan menggunakan aktivitas jasmani dapat mengembangkan perubahan fisik dan psikis serta membawa perubahan positif pada kualitas individu. Menurut Arifin, (2017), pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kebugaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila. Oleh karena itu, pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan. Selanjutnya, jika dibimbing dan dipelihara dengan baik, siswa dapat mengembangkan keterampilan yang berguna untuk memanfaatkan waktu luangnya, berpartisipasi dalam kegiatan positif untuk mengembangkan hidup sehat, dan mengembangkan masyarakat, serta berkontribusi secara fisik dan mental.

Salah satu faktor utama dalam pendidikan di Indonesia yaitu belum efektif pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar, yang seharusnya dalam proses pembelajaran siswa di arahkan kepada pengembangan pribadi anak. Salah satu materi pendidikan di sekolah dasar adalah melalui permainan. Permainan diharapkan mampu mengembangkan peserta didik kepada tujuan pembelajaran. Pengertian bermain, terdapat beberapa ahli yang mengemukakan pendapat tentang bermain yaitu menurut Priyanto, (2014), mengemukakan bahwa bermain adalah kegiatan yang dilakukan atas dasar suatu kesenangan dan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Kegiatan tersebut dilakukan secara suka rela, tanpa paksaan atau tekanan dari pihak luar.

Selain itu pengertian menurut Brockman et al., (2011) bermain menurut sangat luas dan melampaui manfaat kesehatan dari aktivitas fisik. Bermain telah diakui secara luas sebagai bagian penting dari pembangunan manusia dan sebagai hak dasar setiap anak. Meskipun terdapat ketidak sepakatan di kalangan akademisi mengenai definisi menyeluruh dari bermain, karakteristik umum dari perilaku bermain adalah bahwa perilaku tersebut dipilih secara bebas, diarahkan secara pribadi termotivasi secara intrinsik, spontan dan menyenangkan. Ada banyak jenis permainan yang berbeda-beda, yang bervariasi menurut usia dan lingkungan. Selama tahun-tahun sekolah dasar anak-anak dilaporkan terlibat dalam bentuk permainan aktif yang disebut bermain aktivitas fisik, atau bermain aktif.

Dengan demikian belajar sambil bermain akan menjadi strategi untuk melakukan pembelajaran yang efektif, Menurut Lubis, (2019), bermain merupakan cara yang paling baik untuk mengembangkan kemampuan anak. Selain itu, bermain menjadi cara yang baik bagi anak dalam memahami diri, orang lain, dan lingkungan. Pada saat bermain, anak-anak mengarahkan energi mereka untuk melakukan aktivitas yang mereka pilih sehingga aktivitas ini merangsang perkembangannya. Ketertarikan siswa dalam pembelajaran PJOK sangat perlu untuk meningkatkan kebugaran siswa dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Oleh karena itu seorang guru harus melakukan metode yang tepat dalam pembelajaran PJOK. Salah satunya yaitu dalam pembelajaran yang tidak monoton. Maka pada pembelajaran kali ini kecepatan gerak lari yang dikemas dalam permainan kucing dan tikus.

Menurut Handoko & Gumantan, (2021), Olahraga permainan tradisional adalah permainan yang berasal dari masyarakat permainan tersebut merupakan aset budaya bangsa dan di dalamnya terdapat unsur olah fisik. Permainan rakyat yang sudah berlangsung lama ini perlu dilestarikan karena selain menyenangkan, menghibur sebagai olahraga, dan memiliki nilai sosial, olahraga ini dapat meningkatkan potensi kualitas fisik pelakunya. Olahraga tradisional adalah olahraga rakyat yang permainannya mengandung unsur dan moral, permainan tradisional sering kali dimainkan oleh Masyarakat jaman dulu hingga jaman sekarang pada umumnya permainan tradisional seringkali dimainkan pada anak-anak, biasanya anak-anak bermain di ruang terbuka seperti lapang atau lahan rumah yang kosong. Pada dasarnya anak-anak bermain permainan tradisional untuk mendapatkan kesenangan dan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Keterlibatan siswa dalam permainan tradisional akan menumbuhkan pengembangan kreativitas, semangat inovasi, mengasah dan menajamkan potensi anak dalam proses bermain. Pada permainan tradisional sangat banyak manfaatnya selain hanya untuk bersenang-senang.

Adapun menurut Ishak, (2015), permainan tradisional ternyata juga dapat melatih berbagai komponen kondisi fisik anak, seperti kecepatan, kelincahan, kekuatan, daya tahan dan lain-lain. Artinya dengan aktivitas gerak yang dilakukan seorang anak mereka secara tidak langsung sudah mulai berlatih untuk meningkatkan kecepatannya, kelincahannya, kekuatannya dan daya tahannya. Menurut Marzoan & Hamidi, (2017), salah satu ciri yang paling menonjol dalam permainan tradisional adalah dilakukan oleh dua orang atau lebih secara bertatap muka, keadaan ini memungkinkan anak untuk berinteraksi dengan teman bermainnya. Saat memainkan permainan tradisional, anak-anak diajak untuk berkumpul dan mengenal teman sepermainannya. Permainan tradisional dapat memberikan alternatif yang berbeda dalam kehidupan anak.

Permainan kucing dan tikus merupakan permainan tradisional yang biasa dimainkan oleh anak-anak pada saat waktu luang, biasanya permainan ini dimainkan dilapangan yang luas atau lahan yang luas. Permainan kucing dan tikus ini juga sangat populer di kenal dikalangan Masyarakat yaitu kucing-kucingan. Menurut Kusmiran, (2022), permainan tradisional Kucing dan tikus adalah permainan yang memperlihatkan seolah-olah kucing mengejar tikus, ada anak yang menjadi “kucing” dan seorang anak lagi menjadi “tikus”. Permainan ini sangat meriahkan suasana karena pasti selalu penuh dengan teriakan-teriakan. Selain itu, juga dapat merangsang tubuh untuk bergerak. Apa lagi untuk anak-anak yang harus banyak bergerak untuk mendukung proses pertumbuhannya. Permainan kucing dan tikus ini sangat baik untuk anak sekolah dasar karena permainan ini dapat meningkatkan motoric kasar anak. Menurut Asrima et al., (2022), Permainan kucing dan tikus adalah permainan yang dikenal sejak tahun 1913 yang sering dimainkan di daerah istimewa Yogyakarta. Permainan ini dapat melatih kemampuan motorik anak, selain itu juga permainan ini juga membutuhkan berlari yang cepat untuk menghidar dari kejaran kucing.

Menurut Anggil, (2020), Atletik merupakan aktivitas jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan harmonis, yaitu jalan, lari, lompat dan lempar. bila dilihat dari arti atau istilah “atletik” berasal dari bahasa Yunani yaitu Athlon atau athlum yang berarti “lomba atau perlombaan/ pertandingan. Atletik juga merupakan sarana pendidikan jasmani dalam upaya meningkatkan kemampuan biomorik, misalnya kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelenturan, koordinasi, dan sebagainya.

Lari sprint merupakan termasuk kedalam nomor pada cabang atletik, olahraga ini memerlukan kecepatan, kelincahan dan kekuatan pada umumnya lari sprint terbagi menjadi beberapa nomor yaitu 100, 200 meter, dan 400 meter. Menurut Ishak, (2015),

lari pendek adalah salah satu jenis lari dengan menempu jarak yang pendek. Peserta dituntut untuk menempuh jarak 50meter, 60meter, 100meter, 200meter dan 400meter. Namun yang sering di lombakan pada nomor 100meter, 200meter dan 400meter, dengan berlari kecepatan penuh dari awal sampai akhir. Nomor atletik lari jarak pendek biasa disebut sprint race. Sedangkan untuk pelari pada jenis lari ini disebut dengan sprinter. Olahraga ini diutamakan adalah kecepatan pada otot tungkai untuk memaksimalkan full speed. Tujuan utama lari sprint adalah untuk memaksimalkan kecepatan horizontal, yang dihasilkan dari dorongan badan kedepan. Kecepatan lari ditentukan oleh panjanglangkah dan frekuensi langkah. Menurut Alejos, (2017), teknik yang baik ditandai oleh mengecilnya daya pengereman, lengan-lengan efektif, gerakan kaki dan badan dan suatu koordinasi tingkat tinggi dari gerakan tubuh keseluruhan. Teknik lari sprint dapat dirinci menjadi tahap-tahap sebagai berikut: Tahap reaksi dan dorongan; Tahap lari akelerasi; Tahap transisi/perubahan; Tahap kecepatan maksimum; tahap pemeliharaan kecepatan; Finish. Dengan demikian guru mampu memberikan modifikasi pembelajaran akan meningkatnya hasil belajar siswa dalam proses pembelajaran, selanjutnya meningkatnya hasil belajar siswa akan mengaruh kepada minat siswa dalam proses pembelajaran contohnya yaitu modifikasi materi lari sprint pada pembelajaran siswa sekolah dasar dengan memodifikasi kedalam permainan Kucing dan tikus yg dimana terdapat unsur kecepatan, kelincahan, Teknik, dan awalan.

Mengenai penelitian sebelumnya Dede Sumarna, (2021), melakukan studi tentang pengaruh permainan tradisional bebentengan terhadap pembelajaran atletik sprint. Endawan & Sukmawati, (2022), melakukan studi tentang upaya meningkatkan hasil belajar lari 60 meter menggunakan permainan tradisional bentengan. Handoko & Gumantan, (2021), melakukan studi penerapan permainan tradisional dalam pembelajaran olahraga di SMA Negeri Baradatu

Berdasarkan dari permasalahan diatas, maka peneliti ingin memadukan permainan tradisional Kucing dan tikus dengan pembelajaran gerakan dasar lari sprint untuk melatih kondisi fisik yang diperlukan guna meningkatkan kecepatan lari sprint. Peneliti ingin mengetahui lebih jauh bagaimana permainan tradisional ini secara bertahap dapat melatih motorik kasar anak. terutama pada anak kelas V sekolah dasar pada usia 10-13 tahun. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penelitian tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh penerapan permainan Kucing dan tikus terhadap hasil belajar lari sprint”.

KAJIAN TEORI

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan oleh masyarakat atau anggota untuk mencapai keugaran jasmani dan rohani yang dilakukan dengan secara sadar dan teratur. Menurut Arifin, (2017), Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai peorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dengan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia berkualitas berdasarkan pancasila. Aktivitas jasmani juga dapat diartikan sebagai kegiatan peserta didik untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional mencakup kognitif, afektif, dan sosial. Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan anak didik tumbuh dan berkembang secara sehat dan segar jasmaninya, serta berkembang kepribadiannya secara harmonis. Dari penejelasan diatas seorang guru juga berperan penting dalam proses pembelajaran yaitu guru haru

kreatif memodifikasi pembelajara. Maka pada penelitian kali ini ingin melakukan penerapan permainan kucing dan tikus terhadap hasil belajar lari sprint. Lari sprint merupakan salah satu nomor dari cabang olahraga atletik.

Menurut Supriatno, (2022), atletik adalah aktivitas jasmani atau latihan fisik yang berisikan geakan-gerakan alamiah atau wajar seperti jalan, lari, lompat dan lempar. Pada penelitian kali ini pertaman siswa diberikan treatment yaitu permainan kucing dan tikus, permainan ini merupakan permainan tradisional yang biasa dilakukan di lapangan yang luas yang dimana ada kucing dan tikus yang saling mengejar. Cara bermain pada permainan ini yaitu siswa dibagi kelompok sesuai jumlah yang ada, kemudian kelompok yang bermain pertama membuat lingkaran yang sering disebut pada permainan ini yaitu sangkar yaitu tempat berlindungnya kucing, setelah siswa sudah membuat lingkaran dipilih yang akan menjadi kucing dan tikus, setelah terpilih kucing berada diluar samping kanan lingkaran dan tikus berada diluar samping kiri lingkaran setelah peluit berbunyi kucing mengejar tikus dengan sesuai batas arena lapangan. Menurut Halimatus Zahroh et al., (2022), permainan tradisional kucing dan tikus dapat berguna bagi anak untuk melatih kecepatan, kelincahan dan ketahanan fisik. Dalam permainan ini semua anggota tubuh anak dapa ber gerak. Menurut Kusmiran,(2022), Permainan tradisional Kucing dan tikus adalah permainan yang memperlihatkan seolah-olah kucing mengejar tikus, ada anak yang menjadi “kucing” dan seorang anak lagi menjadi “tikus”.

METODE PENELITIAN

Dari latar belakang masalah penelitian ini ingin menguji dan mengetahui hubungan dari permainan kucing dan tikus terhadap kecepatan lari sprint. Maka penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Kuantitatif yaitu metode yang memilik pengaruh atau hubungan variabel bebas dengan variabel terikat, maka dengan menggunakan pendekatan kuantitatif hasil dari penelitian akan diperoleh seberapa besar atau kecilnya hubungan dari variabel yang diteliti. Sedangkan metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu penelitian *pre-exsperimen*. Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari sesuatu yang dilakukan pada subyek penelitian.

Penelitian ini akan menggunakan metode kuantitatif yaitu metode yang cocok untuk meneliti yang sudah jelas dan penelitian ini menggunakan instrumen dan alat ukur tertentu maka metode ini akan menjadi relevan karena peneliti akan berupaya menggambarkan dalam bentuk pendapat-pendapat serta meninjau langsung kelapangan untuk berusaha menggali secara dalam dan detail dari kejadian tersebut tidak akan terjawab jika tindakan atau test khusus untuk mengukur kemampuan terhadap penerapan permainan kucing dan tikus terhadap hasil belajar lari sprint. Maka penelitian ini juga akan dilakukan secara sistematis dan terusun, sehingga akan penelitian ini akan berjalan secara tersusun dengan data berupa angka-angka pasti, pengambilan data dengan instrumen, dan menekankan pada analisis data secara statistik (Waruwu, 2023).

Kemudian diberi perlakuan yaitu *Pretest-Posttest* merupakan suatu desain yang dimana dalam kelompok penelitian dipilih secara acak dan setelah itu di berikan test awal berupa pretest untuk mengetahui kondisi awal, sebelum tindakan selanjutnya dilakukan. Setelah tindakan dilakukan, maka kelompok tersebut kemudian diberikan test akhir yaitu posttest untuk menilai kondisi akhir. Desain yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain one grup pretest dan posttest yang nantinya akan digunakan untuk membandingkan perubahan atau efek yang telah telah diberikan tindakan.

Populasi adalah sebuah objek yang akan di jadikan penelitian, populasi yaitu keseluruhan dari subjek penelitian, wilayah, seluruh kelompok orang atau peristiwa. Jika sesuatu orang ingin melihat elemen dari sebuah penelitian maka penelitian yang digunakan yaitu studi populasi. Studi atau penelitiannya juga biasa di kenal dengan studi sensus atau studi populasi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN Dahniar yang berjumlah 44 siswa. Pada penelitian ini pemilihan tempat yaitu sesuai dengan pengamatan dan pengalaman. Sampel adalah bagian kecil dari populasi yang mewakili populasi yang akan diambil sebagai objek penelitian atau dievaluasi yang memiliki karakteristik tertentu dari sebuah populasi. Apabila dikatakan penelitian sampel maka yang dimaksud adalah untuk menggeneralisasikan hasil dari penelitian. Jadi sampel adalah sebagian dari keseluruhan obyek yang akan diteliti atau dievaluasi yang memiliki karakteristik tertentu dari sebuah populasi.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu teknik purposive sampling. Purposive sampling adalah teknik yang penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu atau yang memiliki kriteria tertentu, karena subjek yang dipilih memenuhi syarat tertentu, yaitu siswa SDN umur 10-11 tahun kelas V, siswa laki-laki dan Perempuan. Maka dengan syarat tertentu sampel yang diambil sebanyak 20 siswa SDN Dahniar

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk mengukur hasil kecepatan belajar lari sprint. Test kecepatan lari sprint 60 meter ini yaitu untuk mengukur hasil kecepatan dari belajar lari sprint. Test yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu menggunakan test lari sprint jarak 60 meter, jarak lari sprint untuk siswa adalah 60 meter. Test yang digunakan yaitu dengan melakukan lari sprint dengan berpacu kepada kecepatan atau waktu, Adapun beberapa kriteria atau penilaian hasil dari test sprint ini yaitu sebagai berikut Kriteria penilaian lari sprint 60 M.

Tabel 1.
Penilaian Lari 60 M (Sprint)

Umur 13 s/d 15 tahun		Nilai	Umur 16 s/d 19 Tahun	
Putra	Putri		Putra	Putri
Sd-6.7 detik	Sd-7.7 detik	5	Sd-7.2 detik	Sd-8.4 Detik
6.8-7.6 detik	7.8-9 detik	4	7.3-8.3 Detik	8.5-9.8 Detik
7.7-8.7 detik	8.8-9.9 detik	3	8.4-9.6 Detik	9.9-11.4 Detik
8.8-10.3 detik	10.9-11.9 detik	2	9.7-11.0 Detik	11.5-13.4 Detik
10.4-dst	12.0- dst	1	11.1-dst	13.5-dst

Analisis data atau pengolahan data dalam sebuah penelitian merupakan sebuah langkah penting dalam melakukan suatu penelitian analisis, yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis statistik yang dibantu dengan SPSS yang Dimana analisis statistik ini yaitu proses pengolahan data hasil pengukuran yang diperoleh secara berulang ulang untuk memperoleh hasil pengujian akhir dari suatu pengukuran. Analisis data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas, uji homogenitas, uji paired samples T test, dan uji R square.

Dalam analisis data statistik kuantitatif langkah awal menggunakan validitas setelah itu Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data awal kemampuan

siswa berdistribusi normal atau tidak. Analisis data ini menggunakan uji Shapiro-Wilk yang umumnya digunakan untuk sampel berjumlah kecil yaitu kurang dari 50. Uji normalitas diperlukan juga untuk menentukan uji beda rata-rata mana yang akan digunakan., Namun bila salah satu atau kedua data tidak berdistribusi normal maka dilanjutkan dengan uji beda rata-rata Perhitungan uji normalitas pada penelitian ini menggunakan software SPSS 20 for windows. Adapun hipotesis yang akan di uji adalah sebagai berikut.

H--o = Data berasal dari sampel berdistribusi normal.

H--i= Data berasal dari sampel berdistribusi tidak normal.

Taraf signifikansi yaitu ($\alpha = 0,05$), jika nilai P-value (sig) $\leq 0,05$ maka H--o ditolak dan jika nilai P-value (sig) $\geq 0,05$ maka H--o diterima. Uji berpasangan T adalah uji parametrik yang digunakan pada dua data berpasangan. Tujuannya adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan rata-rata antara dua sampel yang saling berhubungan atau berpasangan satu sama lain. Uji regresi linier (Uji R Square) digunakan untuk mengetahui persentase peningkatan variabel bebas yaitu permainan tradisional bebenteng secara simultan atau bersama-sama dalam memberikan kontribusi terhadap variabel terikat yaitu Pembelajaran gerak dasar lari sprint.

HASIL PENELITIAN

Hasil dari penelitian ini akan berbentuk berupa tabel, grafik atau deskriptif. Setelah itu data yang sudah terkumpulkan kemudian dianalisis, data yang dianalisis adalah data pre-test dan post-test dari hasil lari sprint 60 M dalam mengikuti pembelajaran lari sprint pada siswa SD Negeri Dahniar kelas V, untuk dapat mengetahui apakah ada pengaruh dari permainan kucing dan tikus terhadap hasil belajar lari sprint 60 M. Adapun data yang disajikan pada tabel ini yaitu Adapun data yang disajikan pada tabel ini yaitu hasil perhitungan uji normalitas dengan menggunakan uji kolmogorov-smirnov dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1.
Test Normality

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretest	.156	20	.200*	.909	20	.062
posttest	.181	20	.084	.896	20	.034

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa hasil uji normalitas diperoleh nilai signifikansi data Pretest nilai sig 0.62 dan data Posttest 0.34 kedua data tersebut melebihi taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) artinya kedua data normal. Dikarenakan kedua data tersebut berdistribusi normal maka dilanjutkan dengan uji paired simple T-test untuk mengetahui apakah ada pengaruh penerapan permainan kucing dan tikus terhadap kecepatan siswa dalam mengikuti pembelajaran lari sprint.

Tabel 2.
Paired samples Statistik

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 pretest	2.85	20	1.348	.302
posttest	3.40	20	1.278	.285

Dapat dilihat hasil dari tabel 2. Bahwa hasil nilai mean pretest sebesar 2.85 dan posttest sebesar 3.40. dengan standar Deviation pretest sebesar 1.348 dan standar Deviation sebesar 1.275. Dengan jumlah sampel 20 siswa.

Tabel 3.
Paired Samples T Statistik

	Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower				Upper
Pair 1 pretest - posttest	-.550	1.605	.359	-1.301	.201	1.532	19	.142

Paired Samples T-test merupakan prosedur yang digunakan untuk membandingkan rata-rata dari rata-rata nilai test lari sprint 60 M sebelum dan sesudah diberikan perlakuan permainan kucing dan tikus pada penelitian ini dilakukan analisis terhadap hasil kecepatan belajar lari sprint dengan menggunakan test lari sprint 60 M. Hasil dari analisis tersebut bahwa ada suatu perubahan bahwa dalam hasil kecepatan belajar lari sprint yang dilakukan oleh siswa kelas V SD Negeri Dahniar sepanjang diberikan perlakuan atau treatment. Berdasarkan pengolahan data dan analisis dari hasil penelitian terhadap hasil test, terdapat hasil yang signifikan. Hal ini dapat dibuktikan bahwa hasil nilai test rata-rata bahwa test awal berupa 2.85 sedangkan hasil nilai dari test akhir sebesar 3.40. perbedaan nilai tersebut sebesar -0.550. Nilai dari Paired Samples T-test menunjukkan bahwa nilai sig > 0.05 yaitu sebesar 0.142. Maka hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak adanya pengaruh terhadap hasil belajar lari sprint terhadap permainan kucing dan tikus.

Tabel 4.
Uji R square
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.251 ^a	.063	.011	1.341

a. Predictors: (Constant), posttest

Berdasarkan hasil tabel 4. Uji R Square diketahui nilai R Square adalah (0.063). Maka berdasarkan perhitungan tersebut dapat disimpulkan bahwa peningkatan kecepatan lari sprint siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan permainan tradisional kucing dan tikus terdapat peningkatan sebesar 6.3%.

PEMBAHASAN

Menurut Arifin, (2017), Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan

sistematik melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kebugaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila. Oleh karena itu, pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan. Dalam jurnal Inovasi et al., (2022), Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, ketrampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai pendidikan nasional. Pendidikan jasmani bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada siswa untuk memahami berbagai keterampilan yang kompleks dan berinteraksi dengan baik dengan masyarakat.

Pada penelitian ini dilihat dari hasil lari sprint siswa SDN Dahniar dalam melaksanakan pretest masih banyak siswa yang kurang maksimal dalam hasil melakukan pembelajaran lari sprint, sehingga pada pembelajaran pendidikan jasmani belum mencapai tujuan belajar. Maka dalam penelitian ini melakukan treatment dengan melakukan permainan kucing dan tikus, yang dimana dapat kita ketahui permainan ini sangat umum dengan cara bermain di lapangan yang luas lalu siswa membuat lingkaran besar, setelah itu dua orang siswa di pilih untuk menjadi kucing dan tikus sedangkan siswa lainnya membuat pagar berupa lingkaran yang diberi nama jangkar yaitu untuk berlindungnya tikus dari kejaran kucing, setelah kucing dan tikus kejar-kejaran, tikus masuk kesangkar untuk berlindung dari kejaran kucing, siswa yang menjadi sangkar melakukan jongkok dan menghitung dengan memberi waktu 10 kali hitungan setelah 10 hitungan jangkar berdiri tikus harus siap keluar dan berlari. Permainan ini terus dilakukan bergilir dengan siswa yang belum melakukan permainan kucing dan tikus. Menurut Kemampuan et al., (2022), permainan tradisional kucing dan tikus dapat berguna bagi anak untuk melatih kecepatan, kelincahan dan ketahanan fisik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hasil data dari pretest dan posttest menunjukkan normal dan menunjukkan peningkatan dari hari pretest sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan. Dengan demikian hasil dari test lari sprint 60 M pada siswa V SDN Dahniar dari hasil analisis data bahwa hasil lari meningkat. Dengan itu penelitian ini dapat diketahui bahwa penerapan permainan kucing dan tikus terhadap hasil belajar lari sprint tidak ada pengaruh terhadap hasil belajar lari sprint. Setelah melakukan uji normalitas bahwa data berdistribusi normal yaitu nilai pretest sebesar 0.62 sedangkan hasil nilai dari *posttest* sebesar 0.34 hasil dari pretest dan posttest lebih besar dari >0.05 maka data tersebut berdistribusi normal. Namun setelah di uji paired sampel T test untuk mengetahui apakah ada pengaruh permainan kucing dan tikus terhadap hasil belajar lari sprint, hasil ini menunjukkan tidak ada pengaruh dari penerapan permainan kucing dan tikus terhadap hasil belajar lari sprint. Karena berdasarkan hasil uji paired sampel T test menunjukkan hasil nilai sig sebesar 0.142 yaitu lebih besar dari >0.05 maka tidak ada pengaruh dari permainan kucing dan tikus terhadap hasil belajar lari sprint. Jika nilai signya lebih kecil dari <0.05 maka dapat dikatakan ada pengaruh. Selanjutnya penelitian ini melakukan uji R square untuk mengetahui seberapa persen peningkatan dari sebelum di berikan perlakuan (pretest) dan sesudah diberikan perlakuan (posttest) hasil dari uji R menunjukkan terdapat peningkatan sebesar 6.3%

DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Ilmu Pendidikan*, 1991, 36.
- Alejos, H. (2017). No Title الـتواصل على طفرة «التواصل الإلكتروني». *Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 01, 1–7.
- Anggil, J. (2020). Uji Coba Start Block Berbahan Dasar Baja Ringan Sebagai Media Pembelajaran Lari Jarak Pendek Kelas Viii Smp. *Jurnal Edu Research : Indonesian Institute For Corporate Learning And Studies (IICLS)*, 2(2), 28–33.
- Arifin, S. (2017). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1). <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3666>
- Asrima, N., Hasraini Siregar, L., Khadijah, & Khairunisa. (2022). Permainan Tradisional Kucing-Tikus dan Engklek Usia Dini Melalui Kegiatan Outdoor. *TILA: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 2(1), 162–172.
- Brockman, R., Fox, K. R., & Jago, R. (2011). *Apa arti dan sifat bermain aktif bagi anak-anak masa kini di Inggris ?* 1–7.
- Budi, D. R. (2021). *Modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani*.
- Dede Sumarna. (2021). Pengaruh Permainan Tradisional Bebenangan Terhadap Pembelajaran Atletik Sprint. *SPORTIF: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi*, 6(1), 35–41. <https://doi.org/10.54438/sportif.v6i1.265>
- Endawan, I. B., & Sukmawati, N. (2022). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari 60 Meter Menggunakan Permainan Tradisional Bentengan*. 2(2), 92–96.
- Handoko, D., & Gumantan, A. (2021). Penerapan Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Olahraga di SMAN 1 Baradatu. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.33365/joupe.v2i1.951>
- Inovasi, J., Pendidikan, P., & Vol, P. (2022). *No Title*. 1(3), 256–263.
- Ishak, M. (2015). Latihan Olahraga Dalam Permainan Tradisional. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 14(2), 42–48.
- Kemampuan, M., Kasar, M., Permainan, M., Kucing, T., & Tikus, D. A. N. (2022). *Meningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui permainan tradisional kucing dan tikus*. 1(4), 203–214.
- Kusmiran. (2022). Permainan Tradisional Kucing-Kucing untuk Meningkatkan Perilaku Sosial Anak TK Pelangi. *Journal Of Innovation And Knowledge*, 1(12), 195–1702.
- Lubis, M. Y. (2019). Mengembangkan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Bermain. *Generasi Emas*, 2(1), 47. [https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2\(1\).3301](https://doi.org/10.25299/ge.2019.vol2(1).3301)
- Marzoan, M., & Hamidi, H. (2017). Permainan Tradisional sebagai Kegiatan Ekstrakurikuler untuk Meningkatkan Kompetensi Sosial Siswa. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 2(1), 62–82. <https://doi.org/10.33367/psi.v2i1.345>
- Priyanto, A. (2014). Pengembangan Kreativitas Pada Anak Usia Dini Melalui Aktivitas Bermain. *Journal.Uny.Ac.Id*, 02.
- Supriatno, E. S. (2022). *Pembelajaran Lari Sprint Menggunakan Pendekatan Permainan Lari Bola Keranjang Pada Siswa Kelas III MI Ma'arif 01 Rejamulya Kedungreja Kabupaten Cilacap*. 3(1), 42–48.
- Waruwu, M. (2023). Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2896–2910.