

Tipe Koleksi: UHAMKA - Tesis MPEP

Pengaruh Metode Belajar Kelincahan dan Daya Eksplosif Terhadap Kemampuan Lari Cepat 50 Meter (Studi Eksperimen Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 267 Jakarta)

Mokh. Fatkhuri Makrus

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=64080&lokasi=lokal>

Abstrak

Mokh. Fatkhuri Makrus, Pengaruh Metode Belajar Kelincahan dan Daya Eksplosif Terhadap Kemampuan Lari Cepat 50 Meter (Studi Eksperimen Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 267 Jakarta). Tesis. Jakarta : Program Studi Penelitian dan Evaluasi Pendidikan, Sekolah Pascasarjana Universitas Prof. DR. HAMKA. Nopember 2013.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mengetahui efektifitas pembelajaran lari cepat 50 meter yaitu : Pengaruh Metode Belajar Kelincahan (X1) dan Daya Eksplosif (X2) terhadap Kemampuan Lari Cepat 50 Meter (Y).

Hipotesis yang diuji adalah : (1) Kemampuan lari cepat 50 meter siswa yang belajar menggunakan metode belajar kelincahan obstacle run lebih tinggi daripada yang menggunakan metode belajar kelincahan shuttle run, (2) Terdapat interaksi antara metode belajar kelincahan dan daya eksplosif siswa terhadap kemampuan lari cepat 50 meter, (3) Kemampuan lari cepat 50 meter siswa yang diajar dengan metode belajar kelincahan obstacle run lebih tinggi daripada yang diajar dengan metode belajar kelincahan shuttle run untuk siswa yang memiliki daya eksplosif tinggi, dan (4) Kemampuan lari cepat 50 meter siswa yang diajar dengan metode belajar kelincahan obstacle run lebih rendah daripada yang diajar dengan metode belajar kelincahan shuttle run untuk siswa yang memiliki daya eksplosif rendah.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan disain faktorial 2 x 2 treatment by level design. Teknik pengambilan sampel menggunakan Sampling Kelompok (Cluster Random Sampling design) pada siswa kelas VIII SMP Negeri 267 Jakarta pada tahun pelajaran 2013-2014. Jumlah sampel penelitian ini adalah 48 siswa, dibedakan atas siswa yang mempunyai daya eksplosif tinggi dan eksplosif rendah. Analisis data yang digunakan adalah ANAVA dua jalurdengan uji lanjut menggunakan uji t-Dunnett. Dari hasil penelitian data dilapangan dan teori dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kemampuan lari cepat 50 meter siswa yang belajar menggunakan metode belajar kelincahan obstacle run lebih tinggi daripada yang menggunakan metode belajar kelincahan shuttle run. Hal ini berdasarkan sumber varians Antar Kolom diperoleh $F_{hitung} = 4,129$ lebih besar dari $F_{tabel} = 4,062$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis penelitian (H_1) diterima. Hasil tersebut ditunjukkan pula dimana $YA_1 = 62,00 > YA_2 = 55,46$.

2. Terdapat interaksi antara metode belajar kelincahan dan daya eksplosif siswa terhadap kemampuan lari cepat 50 meter siswa. Hal ini berdasarkan sumber varians Interaksi diperoleh $F_{hitung} = 19,940$ lebih besar dari $F_{tabel} = 4,062$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dan $F_{tabel} = 7,248$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,01$ sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis penelitian (H_1) diterima.

3. Kemampuan lari cepat 50 meter siswa yang belajar menggunakan metode belajar kelincahan obstacle run lebih tinggi daripada yang menggunakan metode belajar kelincahan shuttle run bagi siswa yang mempunyai daya eksplosif tinggi. Dari hasil uji lanjut dengan uji t-Dunnnett untuk kelompok A1B1 dan A2B1 diperoleh $t_{hitung} = 4,594$ lebih besar dari $t_{tabel} = 1,680$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis penelitian (H_1) diterima. Hasil tersebut ditunjukkan pula dimana nilai $YA_{1B1} = 75,08 > YA_{2B1} = 54,17$.

4. Kemampuan lari cepat 50 meter siswa yang belajar menggunakan metode belajar kelincahan obstacle run lebih rendah daripada menggunakan metode belajar kelincahan shuttle run bagi siswa yang mempunyai daya eksplosif rendah. Dari hasil uji lanjut dengan uji t-Dunnnett untuk kelompok A1B2 dan A2B2 diperoleh $t_{hitung} = 1,721$ lebih besar dari $t_{tabel} = 1,680$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis penelitian (H_1) diterima. Hasil tersebut ditunjukkan pula dimana nilai $YA_{1B2} = 48,92 < YA_{2B2} = 56,75$.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi dalam pembelajaran lari cepat 50 meter di sekolah, khususnya untuk membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan lari cepat 50 meter.