

HUBUNGAN ACADEMIC LEARNING TIME PHYSICAL EDUCATION (ALT-PE) DENGAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWA

Amrizal¹, Ramadi², Kristi Agust³

^{1,2,3} Universitas Riau, Program Studi Penjaskesrek

Alamat: Kampus Bina Widya Km 12,5 Simpang Baru Pekanbaru 28293-Indonesia

Email: amrizalbon@gmail.com¹, ramadi@lecturer.unri.ac.id²,
Kristi.agust@lecturer.unri.ac.id³

Abstract: *The aim of this research is to determine the relationship between academic learning time physical education (ALT-PE) and students' motor skills. This research uses a correlational method with a quantitative descriptive research design. The sampling technique uses total sampling. Participating in this research activity were 28 fifth grade students at SD 003 Sukaramai. The test instrument used in this research is ALT-PE Coding and Peneliana. The data collection techniques used were observation, interviews, documents, ALT-PE coding assessment, and five motor skills tests. The power analysis technique uses a statistical analysis approach. Conclusion results show that there is a relationship between academic learning time-physical education (ALT-PE) and students' motor skills at SD Negeri 003 Sukaramai, namely $F \text{ count} = 1.835 > F \text{ table} = 1.316$.*

Keywords: ALT-PE, motor skills, elementary school students

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *academic learning time physical education* (alt-pe) dengan kemampuan motorik siswa. penelitian ini menggunakan metode korelasional Dengan desain penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Partisipasi dalam kegiatan penelitian ini adalah siswa kelas V SD 003 Sukaramai sebanyak 28 siswa. Instrument tes yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan ALT-PE Coding dan Peneliana. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu pengamatan, wawancara, dokumen, penilaian pengkodean ALT-PE, dan lima tes keterampilan motorik. Teknik analisis daya menggunakan pendekatan analisis statistik. hasil Kesimpulan bawa terdapat hubungan *academic learning time-physical education* (ALT-PE) dengan kemampuan motorik siswa di SD Negeri 003 Sukaramai yaitu sebesar $F \text{ hitung} = 1,835 > F \text{ tabel} = 1,316$.

Kata Kunci: ALT-PE, Kemampuan Motorik, Siswa SD

Kegiatan jasmani biasanya aktivitas fisik, termasuk kecerdasan, emosi, mempengaruhi potensi siswa pada fokus, kolaborasi, keterampilan, dan hal kognitif, afektif dan psikomotorik. sebagainya (Maksum, 2017). Tujuan Anak-anak akan memperoleh berbagai pengalaman hidup yang penting melalui pendidikan jasmani adalah untuk mendidik, menurut (Bangun, 2016); 1) pertumbuhan

organ tubuh untuk meningkatkan fisik dan sehat; 2) perkembangan neuron dan otot; 3) perkembangan pikiran dan emosi; 4) perkembangan masyarakat; dan 5) pengembangan intelek.

Program pendidikan jasmani indonesia masih relatif berkualitas buruk. Rendahnya hasil belajar pendidikan jasmani siswa di semua jenjang pendidikan disekolah merupakan indikasi darihal ini. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Mardiana et al., 2012) hal ini menunjukkan bahwa, di sejumlah kota besar di indonesia, frekuensi obesitas di kalangan siswa sekolah dasar telah meningkat selama tiga dekade terakhir, berkisaran 2,1-25%. Selain itu, temuan penelitian Ditjora (dalam Depdiknas 2007) menunjukkan bahwa kurang dari 20% orang indonesia memenuhi kriteria kebugaran fisik sedang atau lebih tinggi. Hal ini menunjukkan bukti hasil belajar yang tidak memadai di sekolah formal, khususnya dalam pembelajaran gerakan.

Anak-anak di sekolah dasar secara fisik berkembang ketika datang kemampuan bereka untuk mengkoordinasikan suatu gerakan seperti melompat, berlari, menggantung, melempar, dan menjaga keseimbangan (Zahari et al., 2022). Suapaya meningkatkan koordinasi gerakan motorik. Namun, dibandingkan dengan masa bayi,

kemampuannya lebih konsisten dan lancar. Mereka memiliki gaya berjalan yang lebih cepat, memiliki teknik melompat yang unggul, dan dapat menjaga keseimbangan mereka. Menurut Phillips & Carlisle dalam (Walker, 2019) meningkatkan jumlah waktu yang dihabiskan siswa untuk kegiatan yang perlu mereka kuasai untuk mencapai tingkat keberhasilan yang tinggi adalah salah satu strategi untuk meningkatkan tingkat keterampilan.

ALT-PE dapat digunakan untuk menilai efektivitas pengajaran pendidikan jasmani di kelas. Sebuat studi panjang yang di sebut Waktu Belajar Akademik dalam Pendidikan Jasmani, atau ALT-PE, digunakan untuk menentukan berapa banyak waktu yang dihabiskan siswa untuk berbagai aspek kelas (Valdivia-Moral et al., 2018).

Belajar membutuhkan waktu lama dalam pendidikan jasmani. Karena saat ini tidak digunakan secara maksimal, pembelajaran akademik yang dikombinasikan dengan pendidikan jasmani (ALT-PE) adalah cara terbaik untuk memanfaatkan waktu yang dihabiskan di kelas. ALT-PE adalah strategi untuk mendapatkan kesuksesan maksimal (Pratiwi et al., 2018).

Motorik halus yang dimiliki sorang anak adalah unik. Variasi ini tidak terbatas pada anak-anak biasa. Keterampilan

motorik halus secara umum mencakup tugas-tugas seperti mencengkrum mainan, mengancingkan pakaian, menulis, dan menggambar yang membutuhkan kekuatan, ketangkasan, dan koordinasi tangan-mata (Zahari et al., 2022). Tingkat keselarasan antara bakat anak-anak dan kegiatan yang diperlukan untuk perkembangan motorik halus pada usia mereka menunjukkan bahwa mereka memiliki keterampilan motorik halus yang baik (Sampurno et al., 2021).

Pembahasan di atas akan membantu dalam mencapai tujuan pembelajaran di sekolah dasar, salah satunya adalah keterampilan motorik, dengan mengoptimalkan pembelajaran saat siswa masih berstatus siswa (Subroto & Sari, 2022). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Agust et al., 2019) ini mengklaim bahwa pentingnya waktu belajar siswa adalah tanda bahwa perkembangan motorik mereka membaik. Tetapi sampai sekarang, peneliti belum menemukan data yang menunjukkan fungsi ALT-PE dalam kemampuan motorik siswa sekolah dasar. Untuk alasan ini, para peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan *Academic Learning Time Physical Education* (ALT-PE) dengan Kemampuan Motorik Siswa Di SD”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *academic learning time physical education* (ALT-PE) dengan kemampuan motorik siswa menggunakan metode korelasional. Menurut (Arikunto, 2013) Korelasional bertujuan untuk mengetahui apakah dua atau lebih variabel berhubungan satu sama lain.

Partisipasi yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 28 siswa kelas V SD Negeri 003 Sukaramai. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling, jumlah sampel ditetapkan pada jumlah yang sama dengan jumlah populasi yang ada saat ini (Sugiyono, 2017).

Instrument yang dipakai mencoba untuk memastikan berdasarkan ungkapan dan konteks masalah hubungan *academic learning time physical education* (ALT-PE) dengan kemampuan *motoric* siswa. Instrument yang dipakai yaitu ALT-PE *Coding* dan Penilaian.

Teknik pengumpulan data yang dipakai pengamatan, wawancara, dokumen, penilaian pengkodean ALT-PE, dan lima tes keterampilan motorik. Teknik analisis data menggunakan pendekatan analisis statistik dengan memperhitungkan presentase sesuai dengan tujuan yang diantisipasi, yaitu untuk memperoleh

gambaran kegiatan belajar mengajar. Proses analisis data untuk evaluasi efektivitas waktu siswa menggunakan rumus untuk mengukur lebar stop.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk menentukan nilai ALT-PE sebagai variabel X, hasil penelitian disajikan dalam bentuk data dari uji lapangan dan dokumentasi. *Push-up*, *sprint* 30 meter, *shuttle run*, melempar dan menangkap bola di dinding, dan tes keterampilan motorik membentuk variabel Y. selanjutnya data akan disaring menggunakan beberapa matrik seperti mean, varians, standar deviasi, nilai terbesar, nilai terendah. Langkah selanjutnya melibatkan mencari kategorisasi setiap Kumpulan data dan menguji prasyarat analisis dan hipotesis yang sebelumnya telah diusulkan menggunakan rumus uji distribusi (t). hal ini dilakukan setelah data direduksi dengan tujuan memperoleh deksripsi data dari masing-masing variabel.

a. Data ALT-PE.

Berdasarkan hasil perhitungan dari tes ALT-PE *Coding* berupa menganalisis waktu aktif belajar dengan beberapa kode sesuai dengan singkatannya yaitu (A) Active, (K) Kognitif, (W) Waiting, (M)

Management, (T) Transisi, (O) Off-Task dari 2 siswa.

Tabel 1. ALT-PE Result Analisis

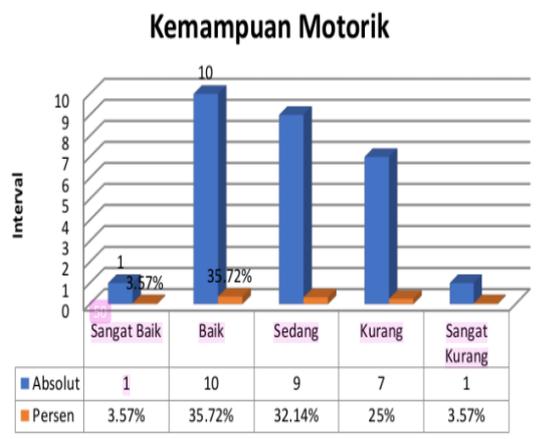
Kategori	Elementary Class		
	Sum	Mean	Persen
<i>Active</i>	46350	1757,14	55,21
<i>Kognitif</i>	13420	479,28	15,98
<i>Waiting</i>	2800	100	3,33
<i>Manajemen</i>	10480	374,28	12,48
<i>Transisi</i>	2800	100	3,33
<i>Off-Task</i>	8100	188,57	9,65

Seperti penelitian yang dilakukan (Dwiyana & Studi, 2016) memperoleh hasil waktu aktif belajar dengan persentase aktivitas sebesar 65% dan 81%. Selain itu penelitian ini menemukan periode kelas waktu dalam kegiatan yang tidak terlibat seperti dalam kegiatan yang terlibat (40%). Di sisi lain, studi ini menemukan bahwa siswa lebih sering terlibat dari pada yang tidak yaitu sebesar 34% dan 31% dalam hal ini studi, dan 40% dan 31% dalam studi Metzler). hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa siswa menghabiskan dua kali lebih banyak waktu dalam respon motorik seperti dalam keterlibatan kognitif

b. Data Kemampuan Motorik

Bedasarkan hasil uji kelas interval melalui pengategorian dengan tes kemampuan motorik siswa kelas V baik laki-laki maupun Perempuan didapat hasil dari rentang $X \leq 55,55$ ada satu

orang (3,57%) dengan kategori kurang sekali, pada rentang $55,56 \leq X < 64,98$ ada 7 orang (25%) dengan kategori kurang, pada rentang $64,99 \leq X < 93,24$ ada 9 orang (32,14%) dengan kategori sedang, pada rentang $93,24 \leq X < 112,08$ terdapat 10 siswa (35,72%) dengan kategori baik, pada rentang $X < 112,08$ didapat 1 siswa (3,57%) dengan kategori sangat baik. sehingga data yang diambil melalui hasil didapat rata-rata sebesar 83,82 jika dikategorikan termasuk sedang. Untuk lebih jelasnya bisa dilihat pada histogram batang diawah ini:



Gambar 1. Histogram Kemampuan Motorik

c. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Ada hubungan *academic learning time-physical education* (ALT-PE) dengan kemampuan motorik siswa di SD Negeri 003 Sukaramai. Dalam rangka pengujian hipotesis tersebut digunakan analisis regresi menggunakan bantuan komputer program SPSS release 16.

Berdasarkan hasil analisis data pada lampiran diperoleh persamaan regresi $\hat{Y} = ,423 + 0,06X$. Uji keberartian persamaan regresi tersebut dilakukan dengan uji F. Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan bantuan komputer program SPSS release 22.0 diperoleh hasil seperti terangkum pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis

Sumber Varians	JK	RK	F _{hitung}	F _{tabel}	Kriteria
Regresi	96,69	96,19	1,835	1,316	Sigifikan
Residu	1,36	0,06			
Total	98,05				

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, serta penemuan dilapangan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan academic learning time-physical education (ALT-PE) dengan kemampuan motorik siswa di SD Negeri 003 Sukaramai yaitu sebesar $F_{hitung} = 1,835 > F_{tabel} = 1,316$

Hasil penelitian ini menjadi acuan siswa harus memasukkan waktu belajar aktif dalam kursus penjas untuk memperoleh keterampilan motorik yang sangat baik, ini terutama berlaku untuk kogisi, Dimana siswa harus belajar dengan tulus. Temuan penelitian dapat digunakan sebagai panduan oleh peneliti dimasa depan yang ingin melakukan studi yang sebanding.

Simpulan menyajikan ringkasan dari uraian mengenai hasil dan pembahasan, mengacu pada tujuan penelitian. Berdasarkan kedua hal tersebut dikembangkan pokok-pokok pikiran baru yang merupakan esensi dari temuan penelitian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada Universitas Riau dan kepada SD Negeri 003 Sukaramai Kabupaten Kampar yang telah membantu

serta mengizinkan dalam terlaksananya kegiatan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agust, K., Suherman, A., & Nuryadi, N. (2019). *Effectiveness of Teaching Physical Education on Junior High School in Indonesia*. *11(Icsshpe 2018)*, 123–124. <https://doi.org/10.2991/icsshpe-18.2019.35>
- Arikunto, S. (2013). *PROSEDUR-PENELITIAN-17-Mar-2021-14-11-12.pdf*.
- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikandi Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, 6(3). <https://doi.org/10.26858/publikan.v6i3.2270>
- Maksum, A. (2017). Kualitas Guru Pendidikan Jasmani di Sekolah : *Universitas Negeri Surabaya, August 2008*, 1–32.
- Mardiana, Kartini, A., & Widjasena, B. (2012). Media Medika. *Pemberian Cairan Karbohidrat Elektrolit, Status Hidrasi Dan Kelelahan Pada Pekerja Wanita*, 46(14), 6–11.
- Pratiwi, F., Ma'mun, A., & Hendrayana, Y. (2018). *Meningkatkan Jumlah Waktu*

- Aktif Belajar Melalui Penerapan Inovasi Bola Bersuara Bagi Tunanetra. 1*, 420–425.
- Sampurno, H. W., Lestari, A. T., & Widyawan, D. (2021). Gerak Anak Yang Dirancang Secara Universal Di Sdn 01 Pengadilan. *Jurnal Pendidikan Olahraga Vol, 10*(2), 162–175.
<https://doi.org/10.31571/jpo.v10i2.3021>
- Subroto, A., & Sari, Y. P. (2022). *Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-6 Tahun Melalui Permainan Tradisional Engklek. 2*(1), 1–11.
- Sugiyono. (2017). *prof. dr. sugiyono, metode penelitian kuantitatif kuantitatif dan r&d. intro (PDFDrive).pdf*.
- Valdivia-Moral, P., Fernández-Revelles, A. B., Muros-Molina, J. J., & Chacón-Cuberos, R. (2018). *Effectiveness indices evaluating time in physical education: Example in Motor Games. August.*
<https://doi.org/10.14198/jhse.2018.13.proc2.36>
- Walker, R. (2019). A pilot study to improve academic learning time in physical education. *The Grants Register 2020*, 315–316.
- Zahari, Q. F., Ayu, N., Prashanti, S., & Salsabella, S. (2022). *Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia Dini dengan Masalah Obesitas. 6*(4), 396–403.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.1570>