

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN *STUDENT TEAMS-ACHIEVEMENT DIVISIONS* TERHADAP HASIL BELAJAR LARI CEPAT SISWA SEKOLAH DASAR

Halim Wadudu^{*a}, Anang Setiawan^b, Mochamad Zakky Mubarok^b
^aSDN 1 Pringgacala
^bSTKIP Nahdlatul Ulama Indramayu
e-mail: Hazimirfanmubarok@gmail.com

Abstrak

Penggunaan model pembelajaran dalam pendidikan jasmani yang sesuai dengan keadaan dan kebutuhan yang ada dilapangan akan sangat membantu siswa dalam mendapatkan hasil belajar yang maksimal dan mempermudah cara kerja guru dalam manajemen pembelajaran di kelas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran *Student Teams-Achievement Divisions* (STAD) terhadap hasil belajar lari cepat pada siswa sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan metode *experimental* dengan *one-group pretest-posttest design*. Populasi penelitian adalah siswa kelas 5 SDN IV Jayalaksana sebanyak 24 orang yang sekaligus menjadi sampel penelitian dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *sampling* jenuh. Instrumen penelitian menggunakan tes lari dengan jarak 40 m. Pengujian hipotesis menggunakan *t-test: paired two sample for means*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh model pembelajaran STAD terhadap hasil belajar lari cepat siswa sekolah dasar.
Kata kunci: *model pembelajaran, student teams-achievement divisions, hasil belajar, lari cepat.*

THE INFLUENCE OF STUDENT TEAM-ACHIEVEMENT DIVISIONS LEARNING MODEL ON THE RESULTS OF SPRINT LEARNING ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

Halim Wadudu^{*a}, Anang Setiawan^b, Mochamad Zakky Mubarok^b
^aSDN 1 Pringgacala
^bSTKIP Nahdlatul Ulama Indramayu
e-mail: Hazimirfanmubarok@gmail.com

Abstract

Using learning models in physical education according to circumstances and and the needs that exist in the field will greatly assist students in getting maximum learning results and it could be help the workings of teachers in the management of learning in the classroom being a little bit easier. The purpose of this study was to determine the influence of the Student Teams-Achievement Divisions (STAD) learning model on the results of sprint learning in elementary school students. This study uses an experimental method with One-Group Pretest-Posttest Design. Data collection techniques in this study used a 40 m running test. Testing the hypothesis using t-test: paired two samples for means with the help of Microsoft Excel progeam. The research population was grade 5 students of Jayalaksana IV Elementary School as many as 24 people who also became a research sample with sampling techniques using population sampling. The results of his research show that there is an influence of the STAD learning model on the results of elementary school students sprint learning.
Keywords: *learning models, student teams-achievement divisions, learning outcomes, sprint.*

Pendahuluan

Pendidikan adalah teori yang terpadu dan memiliki sebuah konsep dasar tentang suatu peristiwa didalam pendidikan, teori pendidikan yang memiliki peranan sebagai sebuah asumsi atau sebuah titik tolak pemikiran pendidikan serta memiliki sebuah peran sebagai definisi yang menerangkan makna. Sagala (2011, hlm. 4) menyatakan bahwa sebuah teori pendidikan adalah sebuah sistem konsep-konsep yang terpadu, menerangkan dan prediktif tentang peristiwa-peristiwa pendidikan. Teori pendidikan ada yang berperan sebagai definisi menerangkan makna (Zogla, 2018).

Dalam peristiwa pendidikan secara keseluruhan terdapat salah satu mata pelajaran yang menggunakan aktivitas gerak dalam proses pembelajaran, mata pelajaran tersebut adalah pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah suatu aktifitas gerak yang menyangkut kemampuan fisik dalam pembelajarannya (Jessicasari & Hartati, 2014; Setiawan, 2017; Setiawan & Rahmat, 2018). Suherman menyatakan pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui dan tentang aktifitas fisik atau dalam bahasa aslinya *physical education is of and through movement*. Terdapat tiga kata kunci dalam definisi tersebut, yaitu 1) pendidikan (*education*), yang direfleksikan dengan kopetensi yang ingin diraih siswa; 2) melalui dan tentang (*through and of*), sebagai kata sambung yang menggambarkan keeratan hubungan yang dinyatakan dengan berhubungan langsung dan tidak langsung; dan 3) gerak (*movement*), merupakan bahan kajian sebagaimana tertera dalam kurikulum pendidikan jasmani (Ginanjar, 2016b, hlm. 2)

Dalam pendidikan jasmani tentu banyak sekali materi pembelajaran serta macamnya seperti bulutangkis, sepak bola, bola voli, tenis, bola basket, dan aquatik. Salah satu cabang olahraga yang dijadikan materi pembelajaran dalam

pendidikan jasmani adalah atletik (Suherman, 2012). Atletik merupakan pembelajaran yang sangat penting dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan olahraga. Dalam setiap kegiatan pendidikan jasmani dan olahraga guru selalu menggunakan atletik sebagai pembuka, inti, atau penutup kegiatan belajar mengajar. Kenyataan ini memberi bukti bahwa atletik memiliki nilai lebih khususnya dalam pembentukan kualitas fisik seseorang agar lebih prima dan dinamis (Mubarok, 2017, hlm. ii).

Istilah lain yang menggunakan atletik adalah *athletics* (Bahasa Inggris), *athletiek* (Bahasa Belanda), *athletique* (Bahasa Perancis), *athletik atau leichtatletik* (Bahasa Jerman), *Athletismo* (Spanyol), *Olahraga* (Malaysia), dan *Track and Field* di Amerika Serikat (Special Olympics Indonesia, 2009). Definisi diberbagai negara hampir mirip sedangkan definisi atletik di Indonesia yang berarti olahraga yang memperlombakan nomor-nomor jalan, lari, lompat dan lempar (Mubarok, 2017, hlm. 1).

Atletik sendiri merupakan salah satu cabang olahraga yang tertua di dunia. Gerak-gerak dasar yang terkandung dalam atletik sudah dilakukan sejak adanya peradaban manusia di muka bumi ini. Bahkan gerak tersebut sudah dilakukan sejak manusia dilahirkan yang secara bertahap berkembang sejalan dengan tingkat perkembangan, pertumbuhan dan kematangan biologisnya, mulai dari gerak yang sangat sederhana sampai pada gerakan yang sangat kompleks. Pada jaman purba, ketika peradaban manusia masih sangat primitif, hukum rimba masih sangat berlaku dimana yang kuat memakan yang lemah. Untuk memenuhi kebutuhan hidupnya manusia saat itu harus bertahan dari gangguan binatang buas atau harus berburu binatang dijadikan santapan hidupnya atau mencari makanan berupa umbi-umbian atau buah-buahan. Dalam upaya tersebut mereka tersebut mereka melakukan berbagai

ketangkasan seperti: memanjat pohon, melempar, melompat dan berlari. Mereka harus berjalan bermil-mil jauhnya, kadangkala harus berlari secepat-cepatnya serta terampil dalam melempar atau melompat untuk mendapatkan buruannya atau menghindari dari sergapan binatang buas. Gerakan tersebut merupakan cikal bakal gerakan atletik yang ada sekarang ini (Mubarok, 2017, hlm. 2).

Lari merupakan bagian dasar dari kegiatan atletik. Lari harus dipelajari disekolah, lebih lagi lari menjadi bagian dari setiap latihan pemanasan (*warming-up*). Bentuk lari yang tidak bervariasi jangan sampai terjadi pada saat pembelajaran atletik. Secara teknis gerak dasar lari dapat dibedakan atas beberapa macam subtansi, yaitu lari santai (*jogging*), lari cepat (*sprint*), lari jarak menengah, dan lari jarak jauh atau *marathon*. Untuk sebuah subtansi ini dapat diajarkan melalui pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dengan pokok bahasan atletik (Mubarok, 2017, hlm. 23).

Lari cepat adalah suatu kemampuan seseorang dalam memindahkan posisi tubuhnya dari satu tempat ketempat yang lainnya secara tepat melebihi gerak dasar pada keterampilan lari santai (*jogging*) (Pahalawidi, 2007). Lari cepat terdiri dari tiga jenis keterampilan yaitu lari cepat, lari gawang, dan lari estafet.

Yang tergolong kedalam kelompok lari cepat adalah lari 100 m, lari 200 m, dan lari 400 m. Ketiga jenis lari cepat ini memiliki karakteristik yang sama hanya pengaturan irama langkah yang nampak sedikit berbeda. Secara umum ketiga jenis lari ini memiliki langkah-langkah menurut (Mubarok, 2017, hlm. 24) sebagai berikut: 1) Sikap badan condong kedepan untuk memperkecil hambatan udara yang datang dari arah depan; 2) pelari mendapat keuntungan penapakan titik berat badan lebih kedepan; 3) Titik berat badan ini dapat membantu gaya tarik sehingga langkahnya akan lebih efektif.

Langkah kaki harus lebih panjang langkah kaki sepanjang mungkin pada awal kaki lepas dari balok *start*, selanjutnya agar keseimbangan badan tetap terjaga maka langkah kaki harus sudah mulai agak dipendekan namun dengan frekuensi gerak yang tetap cepat.

Saat mendarat kaki saat kaki mendarat ke tanah harus selalu pada ujung telapak kaki dengan posisi lutut agak dibengkokkan sedikit agar lentur saat akan membuat langkah berikutnya.

Gerakan lengan jari-jari tangan dikepalkan atau dibuka rapat dan *rileks*. Ayunan tangan harus terkoordinasi dengan gerak kaki. Saat kaki kiri melangkah kedepan maka tangan kiri harus berada di belakang demikian sebaliknya saat kaki kanan melangkah kedepan maka tangan kanan harus berada dibelakang, demikian pula untuk langkah-langkah selanjutnya.

Dalam perkembangannya, proses pembelajaran atletik pada umumnya dan pada saat melakukan gerakan-gerakan dasar lari cepat khususnya perlu diperhatikan bagi para pemula ditingkat anak Sekolah Dasar (SD), tidak selalu dilaksanakan dalam sebuah media atau sasaran sebenarnya. Seperti gerakan lari cepat yang biasa dilakukan disebuah lintasan (*track*) tetapi bisa juga dilakukan ditempat yang luas, diluar maupun di dalam ruangan. Asalkan ada gerakan-gerakan yang mengarah kepada gerak dasar lari dari proses lari cepat dan memiliki bukti nyata ditempat tersebut.

Pada proses belajar terdapat dua kegiatan yang saling berinteraksi, yaitu kegiatan belajar yang dilakukan siswa dengan kegiatan mengajar yang diperankan oleh guru (Ginancar, 2016a). Guru memberikan stimulus dan siswa yang merespon terhadap stimulus tersebut. Interaksi kegiatan guru dan siswa akan terjadi dengan cukup baik. Bila kedua kegiatan yang diperankan itu mempunyai sebuah tujuan yang jelas dan dapat di pahami maknanya dengan baik oleh guru maupun siswa. Jadi dapat dikatakan

bahwa kegiatan belajar mengajar merupakan suatu proses yang utuh, saling berhubungan guna mencapai suatu tujuan pelajaran yang sudah ditetapkan. Tujuan pengajaran itu hakekatnya adalah sebuah perubahan perilaku siswa yang baik yang bersifat kognitif, afektif, maupun psikomotor, yang diharapkan terjadi setelah proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan hasil observasi awal dilapangan, kesulitan yang terjadi pada siswa adalah dalam melakukan teknik lari cepat disebabkan oleh kurang kondusifnya kondisi kelas, Siswa kurang aktif dalam pembelajaran, Siswa kurang menyukai kegiatan berlari, Siswa terbiasa melakukan tehnik lari dengan kebiasaanya tanpa merujuk dalam teknik yang sebenarnya.

Fenomena dilapangan ini, sangat bertentangan dengan peraturan pemerintah tentang standar proses pembelajaran sebagai acuan praktik pada satuan pendidikan yang tertuang dalam PP No 19/ 2005 Pasal 19 Yang isinya adalah satuan pendidikan diselenggarakan secara interaktif, inspiratif, aktif serta memberikan ruang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai bakat, minat, dan perkembangan fisik dan psikologis peserta didik (Dananjaya, 2010, hlm. 30).

Seperti penjelasan diatas sudah jelas bahwa seorang guru harus dapat menciptakan sebuah proses pembelajaran yang interaktif, inspiratif, menyenangkan dan menantang. Selain itu juga, dengan proses dalam pembelajaran yang interaktif dapat meminimalisir terjadinya pembelajaran yang berpusat kepada guru (*teacher center*). Seorang pendidik perlu menggali wawasan dan pengetahuan tentang teori-teori belajar dan teori-teori perkembangan siswa serta menerapkan dan mengaplikasikan pada setiap aspek pembelajaran, karena didukung dengan teori, selain guru lebih mengetahui perkembangan siswa, pemahaman tentang teori-teori perkembangan dapat membantu guru dalam memberikan pembelajaran yang sesuai

dengan minat, karakteristik dan keinginan siswa dilihat dari tahap perkembangan siswa.

Karena penerapan dan penggunaan teknik lari yang kurang tepat, tidak ada variasi pada pelaksanaan pembelajaran dan lebih mengutamakan hasil akhir dari pada proses belajar yang menyenangkan dapat menimbulkan minat belajar siswa menjadi rendah.

Sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan peneliti dilapangan dalam waktu 2x45 menit dari jumlah siswa 24 siswa kelas V SDN IV Jayalaksana hasil observasi dalam satu kelas menunjukkan hasil yang kurang maksimal karena semuanya hampir banyak melakukan sebuah kesalahan dalam melakukan teknik lari cepat karena dalam satu kelas tersebut menunjukkan 20% yang bisa dan sesuai dengan teknik yang di ajarkan dan 80% siswa sisanya tidak bisa melakukan tehnik lari cepat. Berdasarkan data yang diperoleh dari seluruh siswa yang ikut dalam pembelajaran lari cepat dalam cabang olahraga atletik dapat diketahui bahwa siswa dan siswi 20% atau 2 siswa dari jumlah semua siswa yang berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran gerak dasar lari cepat. Dengan angka 20% siswa dalam kegiatan pembelajaran menjadi bukti kongkrit bahwa pembelajaran gerak dasar lari cepat dalam cabang olahraga atletik belum sepenuhnya siswa bisa melakukan teknik gerakan dasar tersebut. Dalam hasil pra penelitian tersebut menunjukkan proses hasil pembelajaran belum sepenuhnya melibatkan siswa secara aktif, guru masih menjadi pusat pembelajaran, gaya mengajar serta modifikasi masih kurang untuk mencapai tujuan pembelajaran.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka penulis akan menggunakan Model Pembelajaran *Student Team-Achievement Divisions* (STAD) merupakan salah satu model pembelajaran yang didalamnya memperlihatkan tahapan-tahapan model pembelajaran yang sederhana, mudah

dipelajari, pembagian pencapaian tim siswa yang merupakan salah satu dari model pembelajaran kooperatif, dimana siswa dibagi dalam tim belajar yang terdiri dari 5-8 siswa (Ginanjari, 2016b, hlm. 22).

STAD merupakan salah satu model pembelajaran yang efektif, mudah dan sederhana sehingga dapat diterapkan pada pembelajaran di sekolah khususnya di SD. Dengan menggunakan metode pembelajaran kooperatif tipe STAD guru tidak hanya dituntut untuk mengajar dan memberi perintah pada siswa untuk bergerak akan tetapi unsur-unsur di dalamnya harus terpenuhi seperti menganalisis membuat program dan bahan ajar, menerapkannya dan mengevaluasinya. Guru harus menganalisis, merencanakan, menyajikan pembelajaran semenarik mungkin dengan menyesuaikan pada keadaan siswa, kebutuhan siswa, keadaan sekolah, dan materi ajar. Partisipasi keaktifan siswa sebagai unsur dalam pembelajaran ini haruslah terpenuhi dengan baik. Pemahaman dan pengetahuan siswa tentang materi yang dipelajari juga menjadi unsur yang tidak boleh diabaikan dalam pelaksanaan pembelajaran karena sangat penting bagi peserta didik.

Slavin (2009, hlm. 143) berpendapat bahwa STAD adalah pembagian pencapaian tim siswa yang merupakan salah satu metode pembelajaran kooperatif yang paling sederhana, dan merupakan model yang paling baik untuk permulaan bagi para guru yang baru menggunakan pendekatan kooperatif. Slavin (2009, hlm. 143) juga menyebutkan lima komponen utama dalam STAD, yaitu: presentasi kelas, tim, kuis, skor kemajuan, rekognisi tim. Selanjutnya menurut Slavin (2009, hlm. 144) menjelaskan bahwa Dalam pelaksanaan metode pembelajaran STAD, siswa ditempatkan dalam tim belajar yang beranggotakan 4-5 orang yang mewakili seluruh bagian dari kelas dalam hal kinerja akademik, jenis kelamin, ras dan etnisitas.

Dalam pendidikan di sekolah tidak hanya melakukan pembelajaran di dalam kelas, namun juga pembelajaran yang mencakup kegiatan non-akademis yang dapat meningkatkan kemampuan siswa. Sekolah harus bisa memberikan tempat penyaluran minat dan bakat yang dimiliki oleh siswa, sehingga bisa berkembang dan menghasilkan prestasi. Salah satu kegiatan yang dapat dilaksanakan di luar jam pelajaran sekolah yaitu kegiatan ekstrakurikuler.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan dengan waktu yang tidak terikat dan tempat kegiatannya tidak terpaku di lingkungan sekolah tapi bisa di luar sekolah (Kusumawati, 2012; Muttaqin, Winarno, & Kurniawan, 2014). Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran biasa, dan juga bisa dilakukan waktu libur sekolah. Tempat pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dapat dilakukan disekolah ataupun di luar sekolah dengan tujuan untuk lebih mengembangkan kemampuan dan memperluas pengetahuan siswa. Kegiatan di luar jam pelajaran biasa dilakukan di waktu sore hari atau bisa dilakukan saat libur sekolah.

Penelitian yang dilakukan dalam kegiatan ini mengambil di kegiatan ekstrakurikuler. Berdasarkan hasil penelitian (Purnomo & Hartati, 2014) disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan model pembelajaran kooperatif tipe STAD terhadap hasil belajar *passing* bawah bolavoli. Dari hasil penelitian tersebut bahwa model pembelajaran STAD berpengaruh terhadap pembelajaran permainan bola voli, oleh karena itu peneliti akan menggunakan model tersebut dalam pembelajaran gerak dasar lari cepat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran STAD terhadap hasil belajar lari cepat siswa.

Metode

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif menggunakan *one-group pretest-posttest design*. Sampel yang peneliti ambil adalah siswa kelas V SDN IV Jayalaksana Kecamatan Kedokanbunder Kabupaten Indramayu dengan jumlah siswa sebanyak 24 orang terdiri dari 10 siswa perempuan dan 14 orang siswa laki-laki. Karena dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan siswa SDN IV Jayalaksana kelas V dengan kisaran umur 10-12 Tahun maka tes ini menggunakan tes lari cepat 40 meter dari Nurhasan & Cholil (2014, hlm. 106) dengan penilaian yang dapat dilihat pada Tabel 1. Teknik analisis menggunakan uji *t-test : paired two sample for means* dengan bantuan *microsoft excel*.

Hasil dan Pembahasan

Uji hipotesis dengan *t-test: paired two sample for means* digunakan untuk mengetahui jawaban suatu data atau

sampel yang diambil berasal dari rata-rata, dapat dilihat pada Tabel 2. Berdasarkan perhitungan didapat $t_{hitung} = 2,14 > t_{tabel} 2,07$ dengan $P\text{-value } 0,04 < 0,05$. Maka data dapat dikatakan signifikan.

Dalam proses pembelajaran gerak dasar lari cepat di sekolah secara umum siswa malas melakukan gerakan lari karena mudah merasa lelah, apalagi siswa perempuan dapat dipastikan akan sangat malas untuk berlari. Meskipun demikian pembelajaran akan tetap berlangsung untuk memenuhi indikator dan tujuan pembelajaran gerak dasar lari cepat, untuk mendapatkan keterampilan gerak lari cepat, diperlukan suatu model pembelajaran yang tepat untuk diterapkan pada proses kegiatan belajar mengajar.

Diantara beberapa model pembelajaran, peneliti menggunakan model pembelajaran STAD sebagai *variabel* penyebabnya atau *variabel* bebas. Model pembelajaran STAD dari persiapan pembelajaran yang simpel dan mudah dipahami dalam pembagian kelompok,

Tabel 1. Penilaian Tes Lari Cepat 40 Meter

Nilai	10 – 12 Tahun	
	Putera	Puteri
5	sd – 6,3”	sd – 6,7”
4	6,4” – 6,9”	6,8” – 7,5”
3	7,0” – 7,7”	7,6” – 8,3”
2	7,8” – 8,8”	8,4” – 9,6”
1	8,9” – dst	9,7” – dst

Tabel 2. Hasil Perhitungan *t-Test: Paired Two Sample for Means*

	Tes awal	Tes Akhir
Mean	1,96	1,79
Variance	0,22	0,26
Observations	24	24
Pearson Correlation	0,698	
Hypothesized Mean Difference	0	
df	23	
t Stat	2,14	
P(T<=t) one-tail	0,02	
t Critical one-tail	1,71	
P(T<=t) two-tail	0,04	
t Critical two-tail	2,07	

dan pelaksanaan pembelajaran yang aktif dan menyenangkan, serta hasil penilaian pembelajaran dapat mengukur kemampuan siswa dengan baik, tepat dan akurat serta siswa-siswi ikut berpartisipasi dalam proses pembelajaran.

Menurut Slavin (Suherman, 2009, hlm. 23) dimana siswa ditempatkan dalam kelompok non-kompetitif. Semua kelompok diberi tugas yang sama, diberi alokasi waktu pengerjaan tugas dengan waktu yang sama, sementara itu guru selalu siap membantu siswa manakala mendapat kesulitan, dan terakhir setiap *team* menunjukkan hasil belajarnya baik dari sisi pengetahuan maupun keterampilan yang dipelajarinya.

Kemudian didukung oleh data empiris yaitu penelitian terdahulu berdasarkan penjelasan dan penelitian Sanjaya, Astra, & Semarayasa (2014) disimpulkan bahwa subyek penelitian berjumlah 40 siswa terdiri dari 9 siswa putra dan 31 siswa putri. Data dikumpulkan dengan metode lembar observasi aktivitas belajar siswa dan tes unjuk kerja, selanjutnya dianalisis dengan statistik deskriptif. Hasil analisis data secara klasikal pada siklus I, tingkat aktivitas 6,64 (cukup aktif) dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket 67,50% (kurang). Siklus II secara klasikal tingkat aktivitas 7,93 (aktif) dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket 95,00% (sangat baik). Berdasarkan data tersebut dapat dinyatakan bahwa terjadi peningkatan aktivitas belajar sebesar 1,26 dan hasil belajar 27,50% dari siklus I ke siklus II. Berdasarkan analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siswa kelas VIII.1 SMPN 3 Kuta Selatan tahun pelajaran 2013/2014.

Pada saat dilapangan dengan model pembelajaran STAD peneliti menjelaskan tujuan pembelajaran gerak dasar lari cepat, dengan membagi siswa ke dalam

beberapa kelompok sehingga siswa dapat bersosialisasi dan bekerja sama dalam proses pemahaman belajar tehnik gerak dasar lari cepat, agar tidak merasa takut lagi, dan masing-masing kelompok terdiri dari 4 dan 6 orang dan 1 orang di tunjuk sebagai ketua jumlah kelompok sebanyak 4 kelompok yang terdiri dari siswa laki-laki dan perempuan, selanjutnya peneliti menyampaikan dan menjelaskan cara melakukan tehnik gerakan lari cepat kepada masing-masing *team* atau kelompok, setelah itu peneliti memberikan kesempatan kepada semua *team* atau kelompok bekerjasama untuk melaksanakan gerakan lari cepat dan menunjukkan hasil terbaiknya melalui suatu tes dengan jarak 40 meter dan dicatat hasilnya oleh anggota atau ketua kelompoknya sendiri sebagai data perolehan hasil belajarnya, kemudian peneliti melakukan diskusi dengan kelompok dan memberi penjelasan tentang berbagai alternatif meningkatkan skor kelompok untuk lebih maksimal lagi, memberi kesempatan kedua kepada semua *team* atau kelompok untuk bekerja sama berlatih meningkatkan skor masing-masing anggota kelompok dilanjutkan dengan pengtesan ulang atau melakukan tes kembali untuk mengetahui peningkatannya dari hasil tes pertama, dan berikutnya peneliti memberi penilaian keberhasilan *team* atau kelompok berdasarkan skor perolehan tes kedua dikurangi skor perolehan kesatu sehingga dapat diketahui seberapa peningkatannya, serta membantu siswa yang kesulitan dalam proses belajarnya untuk melakukan refleksi atau evaluasi terhadap penyelidikan mereka tentang *waktu* dan proses-proses yang mereka gunakan dalam melakukan gerak dasar lari cepat dalam cabang olahraga atletik.

Kendala yang terjadi dilapangan masih ada beberapa siswa kurang aktif dalam pembelajaran dikarenakan siswa kurang bersosialisasi dengan anggota kelompoknya tetapi dalam model pembelajaran ini siswa dituntut meningkatkan

skor kelompoknya sehingga siswa harus antusias aktif berpartisipasi bersama kelompok untuk mendapatkan *reward* atau nilai dari guru supaya hasil belajar merekamasing-masing tercapai.

Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data statistika, maka kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah terdapat pengaruh model pembelajaran STAD terhadap hasil belajar lari cepat siswa SDN IV Jayalaksana Indramayu.

Dengan penelitian ini, hasilnya diharapkan dapat menjadi tindak lanjut atau rujukan dalam pembelajaran guru terhadap siswa, tentang upaya peningkatan hasil pembelajaran siswa melalui model pembelajaran STAD dalam materi atletik dengan pokok bahasan lari cepat. Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti atau mahasiswa yang tertarik menggunakan dengan model pembelajaran STAD untuk meningkatkan keterampilan siswa baik individu maupun kelompok dalam cabang olahraga atletik dalam nomor lari cepat dan materi ajar lainnya. Penelitian ini dapat menjadi pertimbangan bagi sekolah lembaga terkait untuk mengadakan perbaikan dan pembenahan agar tujuan dari pembelajaran lari cepat cabang olahraga atletik, dengan menggunakan model pembelajaran STAD sehingga apa yang diharapkan tercapai sesuai dengan harapan dan tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada umumnya.

Daftar Pustaka

Dananjaya, U. (2010). *Media Pembelajaran Aktif*. Bandung: Nuansa Cendikia.

Ginanjar, A. (2016a). Hasil Belajar Pendidikan Jasmani: Disiplin Motivasi dan Percaya Diri. *Jurnal MAENPO*, VI, 88–96.

Ginanjar, A. (2016b). *Implementasi Praktis Model-model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Indramayu:

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu.

Jessicasari, A., & Hartati, S. C. Y. (2014). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua dan Lingkungan Sekolah terhadap Kedisiplinan Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Studi pada kelas XI di SMAN 3 Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(3), 661–666.

Kusumawati, M. (2012). Dampak Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Terhadap Perilaku Sosial. *MOTION*.

Mubarok, M. Z. (2017). *Pembelajaran Atletik*. Indramayu: Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi STKIP Nahdlatul Ulama Indramayu.

Muttaqin, I., Winarno, M. E., & Kurniawan, A. (2014). Pengembangan Model Latihan Smash Bolavoli Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Di SMPN 12 Malang. *Pendidikan Jasmani*, 26(2), 257–272.

Nurhasan, & Cholil, D. H. (2014). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Bandung: Jurusan Pendidikan Kependidikan FPOK UPI Bandung.

Pahalawidi, C. (2007). Pembinaan Olahraga Prestasi Cabang Atletik Usia Dini. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 3(1), 42–60.

Purnomo, P., & Hartati, S. C. Y. (2014). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division (STAD) Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli (Studi pada Siswa Kelas X SMAN 1 Sukapura, Probolinggo). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(1), 20–24.

Sagala, S. (2011). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.

Sanjaya, I. M. R., Astra, I. K. B., & Semarayasa, I. K. (2014).

- Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Untuk Meningkatkan Passing Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Undiksha*, 2(1).
- Setiawan, A. (2017). Hubungan Authentic Assessment Dengan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani. *JUARA : Jurnal Olahraga*.
<https://doi.org/10.33222/juara.v2i2.41>
- Setiawan, A., & Rahmat, A. (2018). Pengaruh Pembelajaran Bola Tangan Terhadap Perilaku Sosial Siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10188>
- Slavin, R. E. (2009). *Cooperative Learning: Teori, Riset dan Praktik*. Bandung: Nusa Media.
- Special Olympics Indonesia. (2009). *Buku Panduan Cabang Olahraga Atletik Special Olympics*. Jakarta: Pengurus Pusat Spesial Olympics Indonesia.
- Suherman, A. (2009). *Revitalisasi Pengajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: Bintang Warli Artika.
- Suherman, A. (2012). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Bandung: Yayasan Kesuma Karya.
- Zogla, I. (2018). Science of pedagogy: Theory of educational discipline and practice. *Journal of Teacher Education for Sustainability*. <https://doi.org/10.2478/jtes-2018-0013>