

## Pengaruh Pendekatan Tradisional dan Pendekatan Pendidikan Gerak dalam Pembelajaran Penjasorkes terhadap Kebugaran Jasmani dan Kemampuan Memecahkan Masalah

Restian Gigih Sejati, Agus Kristiyanto, Muchsin Doewes

Universitas Sebelas Maret, Indonesia

Diterima: Oktober 2016. Disetujui: November 2016. Dipublikasikan: Desember 2016  
© Universitas Negeri Semarang 2016

**Abstrak** Tujuan : (1) Mengetahui perbedaan pengaruh terhadap kebugaran jasmani antara siswa yang diajar dengan pendekatan pendidikan gerak dengan siswa yang diajar dengan pendekatan tradisional serta pengaruhnya kepada kelompok siswa kelas tinggi, kelompok siswa kelas rendah. (2) Mengetahui interaksi pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani terhadap kebugaran jasmani kelompok siswa. (3) Mengetahui yang lebih efektif memberikan kemajuan pendekatan tradisional atau pendidikan gerak. Penelitian ini eksperimental. Populasinya : siswa SD N 01,02 dan 03 Kemiri. 160 sampel yang diambil (*purposive sampling*). Variabel bebas : Pendekatan tradisional, pendekatan pendidikan gerak. Variabel terikatnya : Kebugaran jasmani, dan memecahkan masalah. Pengumpulan data : *Randomized group pre-test-post-test design*. Analisis data menggunakan (ANAVA). Simpulan : (1) Ada perbedaan pengaruh kebugaran jasmani siswa diajar pendekatan pendidikan gerak dengan siswa diajar pendidikan tradisional dengan nilai signifikansi 0,0000 adalah 0,05 dari  $F=1.491$  serta perbedaan pengaruhnya kelompok kelas tinggi dan kelompok kelas rendah dengan nilai signifikansi 0,0000 adalah = 0,05  $F=1.7773$  (3) Ada interaksi pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani terhadap kebugaran jasmani sekelompok siswa. (4) Ada perbedaan pengaruh kemampuan memecahkan masalah antara siswa diajar pendekatan pendidikan gerak dengan siswa diajar pendekatan tradisional. (5) Terdapat interaksi pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani terhadap kemampuan memecahkan masalah. Kelompok siswa pendekatan pendidikan gerak unggul dibandingkan pendekatan tradisional probabilitas 0,002 dari *Tabel of between subjects effects*

*Fhitung*.

**Kata Kunci:** Kebugaran Jasmani, Kemampuan Memecahkan Masalah

**Abstract Purposes:** (1) To know the difference of influences towards physical fitness between students who were taught using movement education approach with ones who were taught using traditional approach as well as the impacts on high class student groups, low class student groups. (2) To know the interaction of physical education learning approach towards physical fitness of student groups. (3) To know which one is the most effective advancement traditional approach or movement education. This research is experimental. The population: students of SD N 01,02,03 Kemiri. 160 samples were collected (*purposive sampling*). Free variables: traditional approach, movement education approach. Bound variables: physical fitness, and problem solving capabilities. Data collection: *randomized group pre-test-post-test designs*. Data analysis used (ANAVA). Conclusions: (1) There were different impacts between physical fitness of students being taught using movement education approach with students being taught using traditional education with significance value 0.000 is 0.05 of  $F=1.491$  as well as differences of impacts on the high class group and low class group with significance value 0.0000 is = 0.05  $F=1.7773$  (3) There were interactions of physical education learning approach towards the physical fitness of a group of students. (4) There were differences of impacts on the problem solving capabilities between students being taught using movement education approach and students being taught using traditional approach. (5) There were interactions of physical education learning approach towards problem solving capabilities. Movement education approach student

group was more advanced than traditional approach probability 0.002 from the Table of between subjects effects Fhitung.

**Keyword:** *Physical fitness, Problem Solving Capabilities*

## PENDAHULUAN

Tugas yang paling utama dalam menyelenggarakan pendidikan jasmani adalah bagaimana membantu para siswa untuk dapat menjalani proses pertumbuhan dan perkembangan secara optimal baik secara fisik, motorik, mental dan sosial. Belajar, seperti ditulis Rusli Lutan (2001: 7) adalah “perubahan perilaku sebagai hasil dari pengalaman, bukan karena pengaruh faktor keturunan atau kematangan.” Perubahan perilaku yang diharapkan dari belajar bersifat melekat secara permanen. Proses belajar itu sendiri tidak dapat diamati secara langsung. Namun demikian keterlaksanaannya hanya dapat ditafsirkan berdasarkan perilaku nyata yang diamati.

Perubahan-perubahan perilaku akan terjadi melalui proses mengajar yang disengaja, yang kebetulan, tidak disengaja, bahkan mungkin karena seseorang melakukan kesalahan-kesalahan belajar. Pendidikan jasmani sebagai bagian integral dan merupakan alat pendidikan banyak didefinisikan dengan berbagai macam tekanan. Baik pada proses maupun tujuannya. Salah satunya dikutip Rusli Lutan sebagai berikut “pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan melalui aktifitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuscular, intelektual, dan emosional.” Pada hakekatnya ; “pendidikan jasmani adalah sebagai proses pendidikan via gerak insani (human movement) yang dapat berupa aktivitas jasmani, permainan atau olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan” (Rusli Lutan : 7:1995-1996).

Pendekatan belajar sebagai upaya efisien proses yang akan menjembatani antara tujuan dengan hasil belajar. Tujuan belajar pendidikan jasmani seperti dikemukakan oleh Bucher dalam Adang Suherman (1998: 4) sebagai berikut :

Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*)

Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, sempurna (*skill full*)

Perkembangan mental. Tujuan ini berhu-

ngun dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan.

Adapun jenis pendekatan beserta deskripsi sederhana dari masing-masing pendekatan yang banyak dipergunakan terutama di sekolah-sekolah Amerika ditulis oleh Adang Suherman (1998 : 5) sebagai berikut :

*Movement Education.*

*Movement Education* ini padadasarnya merupakan pendekatan yang lebih menekankan pada penguasaan keterampilan gerak. Tujuan dari pendekatan ini terutama adalah untuk meningkatkan kuantitas dan kualitas gerak secara terampil, efisien, efektif pada situasi yang terencana maupun yang tidak terencana; meningkatkan pengetahuan, dan kesenangan terhadap gerak baik sebagai pelaku maupun sebagai penonton; meningkatkan pengetahuan dan menerapkan pengetahuan tentang gerak manusia.

*Fitness Approach.*

*Fitness Approach* ini pada dasarnya merupakan pendekatan yang lebih menekankan pada peningkatan penguasaan pengetahuan, keterampilan dan kualitas gerak jasmani anak didiknya.

*Academic-Discipline Approach.*

Pendekatan ini pada dasarnya merupakan pendekatan yang lebih menekankan pada penguasaan pendidikan jasmani secara mendalam : bagaimana memelihara gaya hidup yang sehat, mengisi waktu senggang, menjadi pelayan atau pengguna program fitness dan pendidikan jasmani di masyarakat.

*Social-Development*

*Model.* Pendekatan ini padadasarnya merupakan yang lebih menekankan pada perkembangan individu dan sosial anak didik. Salah satu contoh model dari pendidikan ini dikembangkan oleh Donald Hellison (1973,1978,1982) dengan istilah “*teaching responsibility through physical activity*” dengan menerapkan konsep “*levels of affective development*”.

*Sport Education Model.* Pendekatan ini pada dasarnya merupakan pendekatan yang lebih menekankan pada pemeliharaan dan peningkatan nilai-nilai murni olahraga kompetitif seperti yang sering dilakukan diluar lingkungan sekolah.

*Adventure-Education Approach.*

Pendekatan ini pada dasarnya merupakan pendekatan yang lebih menekankan pada aktivi-

tas-aktivitas petualangan yang penuh resiko dalam lingkungan yang lebih bersifat alami (misal, maik gunung, *cross country*, *camping*).

### **Gaya Mengajar**

Gaya mengajar (*teaching style*) merupakan siasat untuk menggiatkan dalam melakukan tugas-tugas ajar. Berkenaan dengan beberapa gaya yang dipergunakan, pada pelaksanaannya tidak ada satu gaya mengajar yang dianggap paling berhasil, sebab sangat tergantung pada situasi. Namun demikian dari beberapa gaya mengajar yang ada, gaya pemecahan masalah dan penemuan terbimbing akan dibahas karena sangat relevan dengan pembelajaran yang pendidikan jasmani berpusat pada siswa.

### **Gaya Pemecahan masalah.**

Gaya ini terdiri atas masuknya informasi pemikiran pemilihan dan respons. Masalahnya harus dirancang sehingga jawabannya bukan hanya satu jawaban. Bila demikian, gaya ini berubah menjadi gaya yang disebut *discoveri* tertuntun. Masalahnya dirancang dari yang mudah ke yang sukar. Misalnya, "apa perbedaan hasil lempar bola dalam keadaan kedua kaki diam di atas lantai, dengan hasil lemparan dalam posisi kedua kaki bergerak. Pertanyaan bisa menjadi lebih sulit. Misalnya, bagaimana bentuk gerakan lanjutan kaki untuk menendang dalam sepakbola agar bola tidak melambung jauh di atas mistar gawang?" Pemecahan masalah dapat dilaksanakan secara perorangan atau kelompok di kelas kelas atas. Langkah langkah sebagai berikut.

Penyajian masalah, guru menyajikan masalah kepada siswa dalam bentuk pertanyaan atau pernyataan yang merangsang untuk berfikir. Tidak ada penjelasan atau demonstrasi karena pemecahannya bersumber dari anak.

Tentukan prosedur. Para siswa harus memikirkan prosedur yang dibutuhkan untuk mencapai pemecahan. Bila usia anak masih muda seperti di kelas awal (kelas 1, 2, atau 3), maka persoalan yang diajukan juga lebih sederhana.

Bereksperimen dan mengeksplorasi. Dalam bereksperimen, siswa mencoba beberapa kemungkinan cara memecahkan masalah, serta menilai dan membuat sebuah pilihan. Ketika mencari-cari jawaban, anaklah yang menentukan arah pemecahannya. Sementara itu, guru hanya berperan sebagai penasehat, seperti menjawab pertanyaan, membantu, memberikan komentar dan mendorong siswa. Namun, ia tidak mengemukakan jawaban. Waktu harus dirancang cukup untuk mencari jawaban.

Mengamati, mengevaluasi dan berdisku-

si. Setiap anak perlu memperoleh kesempatan untuk mengemukakan jawaban dan mengamati apa yang di temukan siswa lainnya. Aneka macam hasil temuan, dapat dipertunjukkan oleh anak secara perorangan, kelompok kecil, rombongan agak besar, atau bagian dari kelas diskusi terpusat pada pengujian pemecahan yang khas.

Penghalusan dan perluasan. Setelah mengamati pemecahan yang diajukan siswa lainnya, dan mengevaluasi alasan dibalik pemecahan yang dipilih, apa yang dilakukan?

Setiap anak memperoleh kesempatan untuk bekerja kembali melakukan pola gerakannya, menggabungkan satu gagasan dengan gagasan lainnya.

### **Model Pendidikan Gerak (Movement Education)**

Pendidikan gerak memakai pendekatan "pemecahan masalah", dengan penekanan pada eksplorasi, pilihan dan kreatifitas untuk mengembangkan kemampuan motorik secara efektif dan efisien, melalui pengertian/ pemahaman prinsip dasar dari gerak manusia. Model ini dikembangkan oleh Rudolf Laban, yang mengemukakan adanya 4 elemen pokok dalam gerak yakni: pemahaman tentang tubuh, menyangkut apa yang diperbuat oleh tubuh atau bagian tubuh; Pemahaman tentang ruang, mengenai kemana tubuh bergerak; Pemahaman tentang cara, yakni bagaimana tubuh bergerak; tentang hubungan, yakni mengenai hubungan tubuh dengan bagian-bagiannya, atau dengan orang lain dan benda lain.

Keempat elemen tersebut dalam model pendidikan gerak, digunakan sebagai kerangka dasar dalam membentuk berbagai pengalaman gerak dan memperluas serta mengembangkan kualitas gerak anak. Disamping elemen tersebut di atas, dalam merencanakan program pendidikan jasmani, model pendidikan gerak ini mengacu kepada tiga komponen gerak yakni : *Locomotor*: kemampuan untuk bergerak dari suatu tempat ke tempat lain (jalan, lari, lompat, meluncur, skipping, dan sebagainya); *Non locomotor*: pola gerak yang dilakukan ditempat (berayun, menolak, menarik, menekuk, meregang, memutar dan sebagainya); *Manipulative* : gerak yang menggunakan alat, yang melibatkan koordinasi tangan dan mata, koordinasikaki dan tangan, koordinasi kaki dan mata (melempar, menangkap, memukul, menendang).

Karakteristik model pendidikan gerak; Pendidikan gerak memberi kesempatan kegiatan maksimal bagi anak didik; Pendidikan gerak berpusat pada anak (*childcentered*) tidak pada kegiatan (*activity centered*). Hal ini menuntut guru

,untuk senantiasa memodifikasi dan menyesuaikan kegiatan pada kebutuhan anak, bukan mengaharapkan anak untuk menyesuaikan diri dalam kegiatan; Wawasan efektif dibentuk secara langsung, dan bukan sebagai hasil sampingan; Siswa secara kognitif terlibat dengan cara yang lebih langsung; Rancangan belajar adalah “pola keberhasilan” (*succes structured*); Siswa diberlakukan sebagai “pembuat keputusan”; “Penemuan terbimbing” dan “pemecahan masalah” adalah pendekatan atau strategi.

**Problem Solving/Pemecahan Masalah**

Dalam proses belajar mengajar dengan pemecahan masalah ini, maka timbul “kepribadian”, kreatifitas, keragaman dalam ruang lingkup “*general movement*”. Jika cara penemuan terbimbing adalah “*closed-ended*”, yakni guru membimbing siswa hingga menemukan sesuatu yang spesifik, maka pendekatan pemecahan masalah merupakan proses “*open ended*”. Setiap masalah baru dan berbeda dapat mengarahkan siswa kepada berbagai pemecahan.

Rancangan masalah: semua masalah yang dikemukakan pada siswa harus relevan dengan mata pelajaran, kesiapan/ kematangan siswa dan pengalaman, baik kelompok maupun perorangan.

**METODE**

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen lapangan dengan menggunakan populasi yaitu anak SD N 1,2 dan 3 Desa Kemiri Kecamatan Sumpiuh dari kelas I sampai dengan kelas VI (usia 6 sampai dengan 12 tahun). Karena penelitian ini menekankan tindakan guru terhadap kinerja siswa guna meningkatkan efektifitas pelajaran untuk meningkatkan tingkat kesegaran jasmani dan kemampuan memecahkan masalah, maka tehnik yang digunakan untuk mengambil sampel dari populasi adalah tehnik acak sederhana (Symple Random Sampling ) dengan cara iadakan pre test secara keseluruhan dari populasi.

Besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 160 siswa SD N 1,2 dan 3 desa Kemiri Kecamatan Sumpiuh Kabupaten Banyumas yang harus memenuhi ketentuan untuk memenuhi tujuan penelitian. Cara pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan metode eksperimen dengan “Randomized group pre-test-post-test design” yang diawali dengan pre-test dan diakhiri dengan post-test. desain factorial “ 2 x 2 yang dapat dilihat sebagai berikut :



**Instrumen Pengumpulan Data**

Untuk mengukur tingkat kesegaran jasmani siswa digunakan alat test kesegaran jasmani Indonesia untuk SD (umur 6-12 tahun) dari Depdikbud dan PJKR Jakarta tahun 2004 2.1 Jenis test yang digunakan untuk sekolah dasar 1,2 dan 3 (kelas rendah) Adalah (1) lari cepat 30 M,(2) angkat 30 detik.

Jenis test yang digunakan untuk sekolah dasar kelas 4,5 dan 6 (kelas tinggi) adalah : (1) lari cepat 40 M,(2) angkat tubuh 30 detik,baring duduk 30 detik,(4) loncat tegak,dan (5) lari 600 M

Realibilitas dan Validitas Test Kesegaran JasmaniRangkaian test untuk putra dan putrid sekolah dasar kelas 1,2 dan 3 mempunyai nilai realibilitas 0,81 dan nilai validitas 1,06 (Doolitte) Depdikbud dan PJKR Jakarta (2004).

Untuk mengukur tingkat kemampuan siswa untuk memecahkan masalah,digunakan alat berupa numerical rating scale berdasarkan scale logis menurut judgement (pendapat) para ahli di bidang evaluasi.Berikut contoh kriteria penilaian tes untuk mengukur kebugaran jasmani untuk anak-anak.

Model	Tingkatan	Mean	Std. Deviation	N
Model Pendidikan	Kelas rendah	3.5035	23.64866	40
	Kelas 3.	7552	27.58851	40
	Kelas Tinggi	3.7395	25.78681	80
	Total			
Model Tradisional	Kelas rendah	3.3895	28.30326	40
	Kelas Tinggi	3.6895	23.68376	40
	Total	3.9895	25.93024	80

Umur 6 s/d 9 tahun		Nilai	Umur 10 s/d 12 tahun	
Putra	Putri		Putra	Putri
sd- 5.5 detik	sd – 5.8 detik	5	sd- 6.3 detik	Sd – 6.7 detik
5.6 – 6.1 detik	5.9 – 6.6 detik	4	6.4 – 6.9 detik	6.8 – 7.5 detik
6.2 – 6.9 detik	6.7 – 7.8 detik	3	7.0 – 7.7 detik	7.6 – 8.3 detik
7.0 – 8.6 detik	7.9 – 9.2 detik	2	7.8 – 8.8 detik	8.4 – 9.6 detik
8.7 – dst	9.3 – dst	1	8.9 – dst	9.7 – dst

Umur 6 s/d 9 tahun		Nilai	Umur 10 s/d 12 tahun	
Putra	Putri		Putra	Putri
38 cm keatas	38 cm keatas	5	46 cm keatas	42 cm
30-37 cm	30-37 cm	4	38-45 cm	34-41 cm
22-29 cm	22-29 cm	3	31-37cm	28-33 cm
13-21 cm	13-21 cm	2	24-30 cm	21-27 cm
Dibawah 13 cm	Dibawah 13 cm	1	Dibawah 24 cm	Dibawah 21 cm

Tabel diatas adalah contoh kriteria nilai TKJI lari 60 m dan loncat tegak untuk anak-anak menurut Pangrazi Robert (2001) yang telah disesuaikan dengan kultur dan kondisi umum anak-anak di Indonesia.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi hasil analisis data hasil tes kebugaran jasmani dan kemampuan memecahkan masalah yang dilakukan sesuai dengan kelompok yang dibandingkan, disajikan dalam bentuk table sebagai berikut. Pengujian hipotesis menggunakan teknik statistik analisis varian (ANOVA) yang memerlukan pengujian persyaratan analisis maka disajikan pula hasil uji persyaratan analisis, pengujian hipotesis dan pembahasan hasil penelitian.

### Pengujian Hipotesis Pertama

Untuk tes kebugaran jasmani, hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara peningkatan kebugaran jasmani yang diberi perlakuan dengan pendekatan pendidikan gerak dan pendekatan tradisional yaitu

$F = 1.491$  dengan nilai signifikansi  $0,000$  adalah  $< 0,05$  maka pendekatan pendidikan gerak dan pendekatan tradisional mempunyai pengaruh yang berbeda. Ini berarti bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak sehingga ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok perlakuan.

### Descriptive Statistics

Dependent Variable: Nilai

Model	Tingkatan	Mean	Std. Deviation	N
Model Pendidikan	Kelas rendah	3.5035	23.64866	40
	Kelas Tinggi	3.7552	27.58851	40
	Total	3.7395	25.78681	80
Model Tradisional	Kelas rendah	3.3895	28.30326	40
	Kelas Tinggi	3.6895	23.68376	40
	Total	3.9895	25.93024	80
Total	Kelas rendah	3.6395	25.92399	80
	Kelas Tinggi	4.3325	25.91100	80
	Total	3.9895	25.89888	160

### Pengujian Hipotesis kedua

Untuk tingkatan kelas rendah dan kelas tinggi, hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara peningkatan kebugaran jasmani pemecahan masalah  $F = 1.773$  dengan nilai signifikansi  $0,000$  adalah  $< 0,05$  maka tingkatan kelas rendah dan kelas tinggi mempunyai pengaruh yang berbeda. Ini berarti bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak sehingga ada perbedaan yang signifikan.

Dependent Variable: Nilai

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	2036.800 <sup>a</sup>	3	678.933	1.012	.389
Intercept	1.976	1	1.976	2.947	.000
Faktor1	1000.000	1	1000.000	1.491	.004
Faktor2	518.400	1	518.400	1.773	.001
Faktor1 *	518.400	1	518.400	1.043	.002
Faktor2	104612.800	156	670.595		
Error Total	1.987	160			
Corrected Total	106649.600	159			

a. R Squared = .019 (Adjusted R Squared = .000)

### Pengujian Hipotesis Ketiga

Interaksi faktor utama penelitian dalam bentuk interaksi dua faktor menunjukkan ada interaksi antara pendekatan pembelajaran dan tingkatan kelas terhadap kebugaran jasmani dan kemampuan memecahkan masalah, dari tabel *Test of between-subjects effects*  $F_{hitung}$  adalah 1,043 dengan probabilitas sebesar 0,002 adalah lebih kecil dari 0,05 maka dikatakan bahwa terdapat interaksi antar kedua faktor penelitian.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil uji analisis dengan Anava, maka dapat disimpulkan sebagai berikut: Ada perbedaan pengaruh yang signifikan terhadap kebugaran jasmani antara siswa yang diajar dengan pendekatan pendidikan gerak dengan siswa yang diajar dengan pendekatan tradisional. Pendekatan pendidikan gerak secara keseluruhan tanpa mempertimbangkan kelompok kelas siswa peningkatan kebugaran jasmaninya lebih baik daripada pendekatan tradisional. Ternyata pendekatan pendidikan jasmani untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa tanpa melihat karakteristik siswa.

Ada perbedaan pengaruh yang signifikan secara kelompok siswa kelas tinggi dan kelompok siswa kelas rendah. Tanpa membedakan kedua kelompok perlakuan pendekatan pembelajaran, kelompok siswa kelas tinggi memperoleh peningkatan kebugaran jasmani yang lebih baik daripada kelompok siswa kelas rendah. Hal ini memang benar sesuai dengan asumsi sebelumnya telah diduga bahwa kelompok siswa kelas tinggi hasil belajarnya akan berbeda secara teori dengan kelompok siswa kelas rendah.

Terdapat interaksi antara pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani terhadap kebugaran jasmani dengan kelompok siswa (kematangan siswa). Pendekatan pendidikan gerak lebih unggul.

Berdasarkan hasil uji analisis dengan Anava, maka dapat disimpulkan sebagai berikut: Ada perbedaan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan memecahkan masalah antara siswa yang diajar dengan pendekatan pendidikan gerak dengan siswa yang diajar dengan pendekatan tradisional. Pendekatan pendidikan gerak secara keseluruhan tanpa mempertimbangkan kelompok kelas siswa peningkatan kemampuan memecahkan

masalah lebih baik daripada pendekatan tradisional. Ternyata pendekatan pendidikan gerak lebih efektif digunakan dalam pembelajaran kemampuan memecahkan masalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa tanpa melihat karakteristik siswa.

Ada perbedaan pengaruh yang signifikan secara kelompok siswa kelas tinggi dan kelompok siswa kelas rendah. Tanpa membedakan kedua kelompok perlakuan pendekatan pembelajaran, kelompok siswa kelas tinggi memperoleh peningkatan kemampuan memecahkan masalah yang lebih baik daripada kelompok siswa kelas rendah. Hal ini memang benar sesuai dengan asumsi sebelumnya telah diduga bahwa kelompok siswa kelas tinggi hasil belajarnya akan berbeda secara teori dengan kelompok siswa kelas rendah.

Terdapat interaksi antara pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani terhadap kemampuan memecahkan masalah dengan kelompok siswa (kematangan siswa). Pendekatan pendidikan gerak lebih unggul dibandingkan dengan pendekatan tradisional. Dengan demikian maka terdapat peningkatan kebugaran.

### DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Kadir Ateng,. 1992. *Asas-asas Dan Landasan Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Jakarta Dirjen Dikti Kemendikbud.
- Adang Suherman. 1998. *Pedagogi Olahraga Seri Mengajar Pendidikan Jasmani* .....Bandung : FPOK UPI.
- Hurlock, Elizabeth B. 1991. *Perkembangan Anak* .Jilid 1. Terjemahan Meitasri Tjandrasa, Muslichah Zarkasih, dan Agus Dharma. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- M, Furqon. 2001. *Makalah Kajian Filosofis Tentang Pendidikan Jasmani SD*. Konferensi Nasional Pendidikan Jasmani dan Olahraga, UPI Bandung
- Mulyono B.A 2010. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surakarta : UNS Press.
- Rusli Lutan 1998. *Pembaharuan Proses Agogik dan Optimalisasi Fungsi Sosial Olahraga dan Pendidikan Jasmani : Sebuah Refleksi Dalam Masa Krisis*. Bandung PPS IKIP Bandung.
- Pangrazi, Robert P. 2004. *Dynamic Physical Education for Elementary School Children*. Philadelphia: W.B. Saunders Company.
- Seaton D.C et al 1985. *Physical Education Hand Book*. New Jersey : Practice Hall Inc. Englewood Cliff.
- Sudjana 1992. *Metode Statistika*. Bandung : Penerbit Tarsito.
- Sugiyanto 1997. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta : Dirjen Dikti Kemendikbud.
- Tinning, Richard 1988. *Improving teaching In Physical Education*. Australia : Deakin University.