



# SIDANG ARTIKEL TABS

## HUBUNGAN KETERLIBATAN SISWA DALAM PERMAINAN ATLETIK LARI JARAK PENDEK DENGAN KETERAMPILAN SOSIAL SISWA DALAM PEMBELAJARAN PJOK

M. YUSUF FAIQUL MU'AMMAR  
NIM : 2210281036



DOSEN PENGUJI  
**Dr. Rizky Apriliyanto, M.Pd**



DOSEN PEMBIMBING 1  
**Dr. Topo Yono, M.Pd**



DOSEN PEMBIMBING 2  
**Dr. Bahtiar Hari Hardovi, M.Pd**

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER





## ABSTRAK



Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa SMA dalam pembelajaran PJOK. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian melibatkan siswa SMA Negeri Arjasa Jember dengan jumlah sampel sebanyak 42 siswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner keterlibatan siswa dan keterampilan sosial yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang kuat antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial, dengan nilai koefisien korelasi  $r = 0,794$  dan signifikansi  $p = 0,000$ . Simpulan penelitian ini menegaskan bahwa semakin tinggi keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek, semakin baik pula keterampilan sosial yang dimilikinya, sehingga pembelajaran PJOK berbasis permainan dapat menjadi strategi efektif untuk mengembangkan aspek sosial siswa di samping kemampuan fisik. Simpulan, penelitian ini membuktikan bahwa keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek memiliki hubungan positif dan sangat kuat dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK.



# PENDAHULUAN



## Latar Belakang Penelitian

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) tidak hanya berperan dalam meningkatkan **kemampuan fisik siswa**, tetapi juga memiliki peran penting dalam pengembangan **keterampilan sosial** seperti **kerja sama, sportivitas, disiplin, dan komunikasi**. Namun, pada praktiknya, pembelajaran PJOK di SMA, khususnya pada materi lari jarak pendek, masih cenderung berfokus pada penguasaan teknik gerak dan kurang memberikan pengalaman belajar yang bersifat bermain dan kolaboratif. **Akibatnya**, banyak siswa **kurang tertarik dan kurang terlibat aktif** dalam pembelajaran.



Permainan atletik lari jarak pendek sebenarnya dapat **dimodifikasi** menjadi **aktivitas kolaboratif** yang mendorong **interaksi sosial, kerja sama, dan kepatuhan terhadap aturan**. Meskipun pembelajaran berbasis permainan telah banyak diteliti, kajian mengenai keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek terhadap keterampilan sosial masih terbatas, khususnya di Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan untuk menganalisis hubungan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa SMA dalam pembelajaran PJOK sebagai upaya pengembangan strategi pembelajaran PJOK yang lebih seimbang antara aspek fisik dan sosial.



# RUMUSAN MASALAH

•••

1

**Bagaimana tingkat keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek pada pembelajaran PJOK di SMA?**

2

**Bagaimana tingkat keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK di SMA?**

3

**Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK?**





# TUJUAN PENELITIAN



- 1 Untuk mengetahui tingkat keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek pada pembelajaran PJOK di SMA.**
- 2 Untuk mengetahui tingkat keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK di SMA.**
- 3 Untuk menganalisis hubungan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK.**





# MANFAAT PENELITIAN

• • •

## Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan kajian Pendidikan Jasmani, khususnya terkait pembelajaran berbasis permainan atletik lari jarak pendek dan hubungannya dengan keterampilan sosial siswa.

## Manfaat Khusus

### 1. Bagi Guru PJOK

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan kajian Pendidikan Jasmani, khususnya terkait pembelajaran berbasis permainan atletik lari jarak pendek dan hubungannya dengan keterampilan sosial siswa.

### 2. Bagi Siswa

Membantu meningkatkan keterampilan sosial seperti kerja sama, sportivitas, disiplin, dan komunikasi melalui pembelajaran PJOK yang lebih menyenangkan dan partisipatif.

### 3. Bagi Sekolah

Sebagai bahan masukan dalam pengembangan kualitas pembelajaran PJOK yang menyeimbangkan pencapaian aspek fisik dan sosial siswa.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi dan dasar pengembangan penelitian lanjutan yang berkaitan dengan pembelajaran PJOK berbasis permainan dan pengembangan keterampilan sosial.



# KAJIAN TEORI



## 01 Keterlibatan Siswa

Keterlibatan siswa adalah kondisi di mana peserta didik menunjukkan partisipasi aktif, motivasi, serta perhatian penuh terhadap kegiatan pembelajaran. keterlibatan mencakup tiga aspek utama: keterlibatan perilaku (behavioral engagement), keterlibatan emosional (emoitional engagement), dan keterlibatan kognitif (cognitive engagement).

## 02 Permainan Atletik Lari Jarak Pendek

Permainan atletik lari jarak pendek (sprint) merupakan salah satu bentuk aktivitas dasar dalam cabang olahraga atletik yang menekankan kecepatan, koordinasi, dan teknik gerak. Namun, melalui pendekatan pedagogi berbasis permainan, lari jarak pendek dapat dimodifikasi menjadi aktivitas kolaboratif, seperti relay games atau estafet. Dengan demikian, aktivitas atletik dapat diposisikan sebagai media pembelajaran yang mendukung aspek sosial maupun fisik.



# KAJIAN TEORI



## 03 Keterampilan Sosial Siswa

Keterampilan sosial merujuk pada kemampuan individu untuk berinteraksi, berkomunikasi, bekerja sama, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Dalam pembelajaran PJOK, keterampilan sosial dapat berkembang melalui aktivitas kolaboratif yang menuntut interaksi langsung antarsiswa. Permainan olahraga, termasuk atletik, dapat mendorong siswa untuk belajar berbagi peran, mematuhi aturan, serta mengatasi konflik secara konstruktif.

## 04 Permainan Atletik Lari Jarak Pendek

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari kurikulum nasional yang bertujuan mengembangkan aspek fisik, psikomotorik, kognitif, dan afektif peserta didik. Dalam praktiknya, pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga pada pengembangan nilai sosial seperti disiplin, sportivitas, dan kerja sama.



# METODE PENELITIAN

## 1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan **korelasional** dengan pendekatan **Kuantitatif**.

## 2 Populasi dan Sampel

Populasi dalam Penelitian ini yaitu siswa kelas X5 dan X6 dengan **Jumlah 62 Siswa** dan Sampel dalam penelitian ini **berjumlah 42 Siswa**.

## 3 Teknik Sampling

Dalam penelitian ini menggunakan **Purposive Sampling** dengan **Kriteria : Aktif mengikuti pembelajaran PJOK dan Bersedia menjadi responden**.

## 4 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN Arjasa. Waktu Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari – Februari Semester Genap Tahun Ajaran 2024/2025.



# METODE PENELITIAN

5

## Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan menggunakan **kuesioner skala Likert** yang disebarluaskan melalui **Google Form** dengan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju (4), Setuju (3), Tidak Setuju (2), dan Sangat Tidak Setuju (1). Kuesioner digunakan untuk mengukur keterlibatan siswa berdasarkan **indikator partisipasi, perhatian, konsistensi, dan antusiasme** (10 item), serta keterampilan sosial siswa berdasarkan **indikator kerja sama, komunikasi, sportivitas, dan empati** (10 item).



# METODE PENELITIAN

6

## Uji Validitas instrumen keterlibatan siswa

Uji Validitas dilakukan pada kelas X7 dengan total 30 Siswa. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi **Pearson Product Moment**. Hasil uji validitas instrumen keterlibatan siswa menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan, yaitu P1 sampai P10, memiliki nilai r hitung lebih besar dari r tabel sebesar 0,361. Dengan demikian, seluruh item pernyataan **dinyatakan valid** dan layak

digunakan sebagai instrumen untuk mengukur keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek.

Uji Validitas Keterlibatan Siswa

No	r hitung	r tabel	Keterangan
P 1	0,522	0,361	Valid
P 2	0,544	0,361	Valid
P 3	0,645	0,361	Valid
P 4	0,441	0,361	Valid
P 5	0,415	0,361	Valid
P 6	0,459	0,361	Valid
P 7	0,554	0,361	Valid
P 8	0,494	0,361	Valid
P 9	0,426	0,361	Valid
P 10	0,618	0,361	Valid



# METODE PENELITIAN

7

## Uji Validitas Instrumen Keterampilan sosial siswa

### Uji Validitas Keterampilan sosial Siswa

No	r hitung	r tabel	Keterangan
P 1	0,484	0,361	Valid
P 2	0,476	0,361	Valid
P 3	0,389	0,361	Valid
P 4	0,590	0,361	Valid
P 5	0,384	0,361	Valid
P 6	0,552	0,361	Valid
P 7	0,496	0,361	Valid
P 8	0,562	0,361	Valid
P 9	0,536	0,361	Valid
P 10	0,650	0,361	Valid

Uji Validitas dilakukan pada kelas X7 dengan total 30 Siswa. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi **Pearson Product Moment**. Hasil uji validitas instrumen keterampilan sosial siswa menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan dari P1 sampai P10 memiliki nilai r hitung lebih besar daripada r tabel sebesar 0,361. Dengan demikian, seluruh item pernyataan **dinyatakan valid** dan layak digunakan untuk mengukur keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK.



# METODE PENELITIAN

8

## **Uji Reliabilitas**

Uji reliabilitas instrumen dilakukan menggunakan koefisien **Cronbach's Alpha**. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai koefisien lebih besar dari 0,60. Hasil pengujian menunjukkan bahwa instrumen keterlibatan siswa memiliki nilai **Cronbach's Alpha sebesar 0,710**, sedangkan instrumen keterampilan sosial memiliki **nilai sebesar 0,715**. Kedua nilai tersebut lebih besar dari batas minimal reliabilitas yaitu 0,60. Dengan demikian, instrumen keterlibatan siswa dan keterampilan sosial dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.

9

## **Teknik analisis data**

Pada penelitian ini menggunakan analisis statistik korelasi **Pearson Product Moment** dengan bantuan program **SPSS**. Hasil analisis digunakan untuk menjawab hipotesis mengenai hubungan antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK.



# HASIL PENELITIAN ...

## 1. Keterlibatan Siswa dalam Permainan Atletik Lari Jarak Pendek

majoritas **siswa (59,5%)** memiliki keterlibatan yang **baik** dalam permainan atletik lari jarak pendek, sementara **(38,1%)** berada pada kategori **cukup** dan **(2,4%)** pada kategori **kurang**. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah berpartisipasi aktif, meskipun masih diperlukan inovasi pembelajaran untuk meningkatkan keterlibatan seluruh siswa.

**Tabel 1. Distribusi Keterlibatan Siswa dalam Permainan Atletik Lari Jarak Pendek**

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Keterlibatan Siswa Kurang	1	2,4
Keterlibatan Siswa Cukup	16	38,1
Keterlibatan Siswa Baik	25	59,5
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>100</b>



# HASIL PENELITIAN ...

## 2. Keterampilan Sosial dalam Pembelajaran PJOK

sebagian besar siswa memiliki keterampilan sosial yang **baik (57,1%)**, diikuti kategori **cukup sebesar (40,5%)**, dan kategori **kurang sebesar (2,4%)**. Hasil ini menunjukkan bahwa keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK secara umum berada pada kategori baik.

Tabel 2. Distribusi Keterampilan Sosial dalam Pembelajaran PJOK

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Keterampilan Sosial Kurang	1	2,4
Keterampilan Sosial Cukup	17	40,5
Keterampilan Sosial Baik	24	57,1
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>100</b>



# HASIL PENELITIAN ...

## 3. Hubungan Keterlibatan Siswa dalam Permainan Atletik Lari Jarak Pendek dengan Keterampilan Sosial Siswa dalam Pembelajaran PJOK

Berdasarkan hasil uji korelasi **Pearson Product Moment**, diperoleh nilai koefisien korelasi **sebesar r = 0,794** dengan tingkat **signifikansi p = 0,000**. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat **hubungan positif** yang sangat kuat antara keterlibatan siswa dan keterampilan sosial. **Artinya, semakin tinggi keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek, maka semakin baik pula keterampilan sosial yang dimiliki siswa.**

Tabel 3. Uji Korelasi Pearson Product Moment pada Keterlibatan siswa dengan Keterampilan Sosial

		Keterlibatan Siswa	Keterampilan Sosial
Keterlibatan Siswa	Pearson Correlation	1	.794**
	Sig. (2-tailed)		.000
Keterampilan Sosial	N	42	42
	Pearson Correlation	.794**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	42	42



## ... PEMBAHASAN ...

Hasil penelitian menunjukkan adanya **hubungan positif yang kuat dan signifikan** antara keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK. Nilai korelasi **sebesar  $r = 0,794$**  mengindikasikan bahwa **semakin tinggi** keterlibatan siswa, **semakin baik** pula keterampilan sosial yang ditunjukkan. Temuan ini sejalan dengan teori keterlibatan siswa yang mencakup **aspek perilaku, emosional, dan kognitif**.

Permainan atletik lari jarak pendek yang **dimodifikasi** secara kolaboratif mampu **meningkatkan interaksi sosial melalui kerja sama, komunikasi, dan kepatuhan** terhadap aturan. Aktivitas berbasis permainan juga terbukti membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial seperti **kerja sama, sportivitas, dan empati**. Hal ini menegaskan peran strategis PJOK sebagai sarana pembelajaran holistik yang tidak hanya mengembangkan **kemampuan fisik**, tetapi juga **kompetensi sosial siswa**. Kebaruan penelitian ini terletak pada pemanfaatan permainan atletik lari jarak pendek sebagai **media pengembangan** keterampilan sosial dalam pembelajaran PJOK.



## ... KESIMPULAN ...

**Penelitian ini membuktikan bahwa keterlibatan siswa dalam permainan atletik lari jarak pendek memiliki hubungan positif dan sangat kuat dengan keterampilan sosial siswa dalam pembelajaran PJOK. Semakin tinggi keterlibatan siswa, semakin baik keterampilan sosial yang dimiliki, sehingga pembelajaran berbasis permainan atletik tidak hanya meningkatkan kemampuan fisik, tetapi juga mendukung perkembangan sosial siswa. Oleh karena itu, permainan atletik lari jarak pendek dapat dijadikan strategi pembelajaran PJOK yang efektif untuk mengembangkan kerja sama, komunikasi, sportivitas, dan empati siswa.**





# TERIMA KASIH ATAS PERHATIANNYA

Tidak Ada Kata Terima Kasih Yang Terlalu Kecil. Setiap Ungkapan Terima Kasih Adalah Bentuk Penghargaan Yang Besar

SELESAI

