

## PERBEDAAN PENGARUH METODE PEMBELAJARAN *PART PRACTICE* DAN *WHOLE PRACTICE* TERHADAP HASIL BELAJAR *MAEGERI* PADA SISWA SMP NEGERI 6 PONTIANAK

**Dana Pradana, Victor Simanjuntak, Wiwik Yunitanigrum**

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FKIP UNTAN

*Email:* pradana.potter8@gmail.com

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa, apakah ada Pengaruh metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice* terhadap hasil belajar *maegeri* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak. Metode yang di gunakan adalah metode *eksperimen* dengan bentuk penelitian yaitu *Pre-Experimental Design*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak berjumlah 36 orang. Analisis data dilakukan dengan melakukan uji normalitas, uji homogenitas dan uji pengaruh. Hasil penelitian diperoleh simpulan sebagai berikut: (1) Ada perbedaan pengaruh antara metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice* terhadap hasil belajar *maegeri*, pada kelompok 1 ( $t_{hitung} 18.76 > t_{tabel} 2.110$ ), dan pada kelompok 2 ( $t_{hitung} 28.46 > 2.110$ ). (2) Metode pembelajaran *whole practice* lebih efektif pengaruhnya daripada metode pembelajaran *part practice*, Kelompok 1, memiliki peningkatan sebesar 29.28 %. Sedangkan kelompok 2, memiliki peningkatan sebesar 30.39 %. Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis diterima berarti terdapat perbedaan pengaruh metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice* terhadap hasil belajar *maegeri* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak.

**Kata kunci :** Metode Part Practice, Whole Practice, Maegeri

**Abstract:** This study aims to analyze, whether there Effect of practice learning methods and whole part of the learning outcomes *maegeri* practice in class VII A SMP of Foreign 6 Pontianak. The method used is an experimental method to study shape ie *Pre-Experimental Design*. The sample in this research the whole class VII A SMP 6 Pontianak numbered 36 people. Data analysis was performed to test for normality, homogeneity test and test the effect. The results were obtained following conclusions: (1) There is a difference between the effect of practice learning methods and whole part of the learning outcomes *maegeri* practice, in group 1 ( $18.76 tcount > ttable. 2110$ ), and in group 2 ( $t_{hitung} 28.46 > 2.110$ ). (2) method of whole practice more effective learning effects than part-practice methods, in group 1 has increased by 29.28%. the second has increased by 30.39%. Based on these results it can be concluded that hypothesis is accepted hypothesis means that there are differences in the effect of part-practice learning methods and whole practice on learning outcomes *maegeri* at a seventh grade students of SMP of foreign 6 Pontianak .

**Key words :** Metode Part Practice, Whole Practice, Megeri

Pendidikan jasmani adalah bagian dari kurikulum pendidikan yang berfungsi untuk menyampaikan materi-materi dan pembentukan karakteristik-karakteristik. Pendidikan jasmani adalah pendidikan mengajarkan tentang gerak untuk meningkatkan kebugaran setiap peserta didik sehingga dalam proses pembelajaran peserta didik dapat belajar dengan baik. Pendidikan jasmani terdapat beberapa cabang olahraga yang sering diajarkan salah satunya bola basket.

Dari beberapa hasil observasi peneliti, peneliti menduga bahwa pemilihan metode pembelajaran yang dilakukan oleh guru pada saat mengajar belum tepat. Guru belum dapat memilih metode manakah yang cocok untuk dapat digunakan dalam pembelajaran.

Menurut Viktor Simanjuntak dan Marta Dinata (2004 : 2), secara harfiah, karate berasal dari bahasa Jepang yang terdiri dari dua kata yaitu *kara* dan *te*. *Kara* artinya kosong, dan *te* artinya adalah tangan. Kedua kata *kara* dan *te*, jika disatukan dalam satu suku kata menjadi *karate* yang artinya adalah tangan kosong. Oleh karena itu karate adalah sebuah seni beladiri tangan kosong dimana kaki dan tangan digunakan secara sistematis, dan apabila ada serangan yang datang secara tiba-tiba dan mengejutkan dari lawan, maka kedua tangan ataupun kaki akan dapat dikuasai dengan sebuah demonstrasi seperti senjata yang sebenarnya.

Berdasarkan hasil observasi penulis selama Program Pengalaman Lapangan (PPL) di sekolah Menengah Pertama Negeri 06 Pontianak, siswa hanya memperhatikan gerakan yang dicontohkan oleh guru dan mempraktekannya tanpa mengetahui darimana asal gerakan itu dimulai, bagaimana cara melakukan gerakan dengan benar, terutama pada materi *maegeri*. Anak-anak harus mengetahui bagaimana teknik dasar *maegeri* yang baik dan benar. Di dalam pembelajaran terdapat 3 fase yaitu fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase lanjutan. Hal inilah yang akan diteliti dan dinilai oleh penulis bagaimana proses pembelajaran diterapkan dengan metode seperti ini. Metode pembelajaran yang diterapkan oleh guru pada saat memberikan materi pelajaran tepat untuk beberapa materi pelajaran saja, akan tetapi ada beberapa materi pelajaran yang mengharuskan guru untuk memilih metode pembelajaran manakah yang lebih tepat dan cocok dengan materi yang akan disampaikan oleh guru.

Permasalahan yang sering terjadi pada saat melakukan tendangan *maegeri* ini yaitu kurangnya pemahaman gerak teknik dasar tendangan *Maegeri* oleh siswa, kesalahan-kesalahan yang sering terlihat adalah terlalu rendah mengangkat lutut, pandangan mata selalu tidak terarah kedepan, dan sasarannya masih sering tidak tepat, dan juga metode pembelajaran yang diterapkan guru juga berpengaruh penting terhadap keberhasilan dalam pemahaman mempelajari gerak dasar tendangan *Maegeri*. Pada penelitian ini, yang digunakan untuk menendang ialah kaki yang dominan dari individu masing-masing. Akan tetapi pemberian perlakuan ialah kedua kaki.

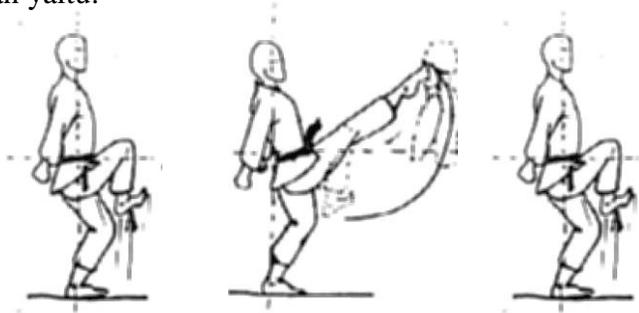
Dalam hal ini penulis bermaksud untuk meneliti tentang pengaruh metode *part practice* dan *whole practice* terhadap hasil belajar *mae-geri* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak.

Menurut Victor Simanjuntak dan Marta Dinata (2004 : 2), secara harfiah, karate berasal dari bahasa Jepang yang terdiri dari dua kata yaitu *kara* dan *te*. *Kara* artinya kosong, dan *te* artinya adalah tangan. Kedua kata *kara* dan *te*, jika disatukan dalam satu suku kata menjadi *karate* yang artinya adalah tangan kosong. Oleh karena itu karate adalah sebuah seni beladiri tangan kosong dimana kaki dan tangan digunakan secara sistematis, dan apabila ada serangan yang datang secara tiba-tiba dan mengejutkan dari lawan, maka kedua tangan ataupun kaki akan dapat dikuasai dengan sebuah demonstrasi seperti senjata yang sebenarnya. *Mae-geri* adalah salah satu teknik dasar tendangan kaki lurus kedepan yang mengarah pada perut atau ulu hati. Tendangan *maegeri* ini adalah salah satu teknik dasar karate yang harus dipelajari oleh setiap karateka.

Menurut Plee (dalam Wawan, 2003:12) *Mae-Geri You raise your knee as high and as quickly as possible in front of the bust (defence, and also training with knee attacks), toes raised, and you strike in front of yourself as far as possible.* Artinya, *Mae-Geri* : mengangkat lutut setinggi dan secepat mungkin di depan dada (bertahan dan juga melatih serangan lutut), jari diangkat dan menendang sendiri sejauh mungkin. Sedangkan Menurut Namiek. S (2010: 37) *maegeri* adalah tendangan pegas kedepan. Yang dipergunakan untuk menendang adalah *Koshi*, yakni ujung telapak kaki, punggung kaki, atau ujung jari kaki. Sasaran perut, dada, kemaluan, atau muka lawan.

Metode pembelajaran *part practice* (*bagian*) termasuk dalam tipe hasil belajar analisis, (Nana Sudjana ( 2009: 27) menyatakan bahwa analisis adalah usaha memilah-milah suatu integritas menjadi unsur-unsur atau bagian-bagian sehingga jelas hierarkinya dan atau susunannya. Sedangkan metode pembelajaran *whole practice* (*keseluruhan*) termasuk dalam tipe hasil belajar sintesis, penyatuan unsur-unsur atau bagian-bagian kedalam bentuk menyeluruh. Metode mengajar keseluruhan (*whole practice*) dan bagian (*part practice*) merupakan metode mengajar gerak olahraga yang memiliki karakteristik yang berbeda. Penerapan metode pembelajaran tersebut di dasarkan pada jenis keterampilan yang dipelajari memiliki unsur gerakan yang sulit atau sederhana. Selain itu keberadaan siswa juga sangat penting dan harus diperhatikan dalam menerapkan metode pembelajaran, apakah siswa telah memiliki keterampilan yang baik ataukah belum. Sedangkan menurut Slameto (2010:5) metode bagian adalah memecah seluruh materi pelajaran menjadi bagian-bagian yang satu sama lain berdiri sendiri.

Pada proses pembelajaran dengan menggunakan metode *part practice* ini, tahap-tahap yang dilakukan yaitu:



**Gambar 1 Maegeri dengan Menggunakan Metode *Part Practice***

**Sumber: <http://www.arhysinjai.com>**

Perlu disadari bahwa setiap metode latihan memiliki kelebihan dan kelemahan. Ditinjau dari pelaksanaan pembelajaran *Maegeri* dengan metode bagian dapat diidentifikasi kelebihan dan kelemahannya. Kelebihan pembelajaran *Maegeri* dengan metode bagian antara lain:

- a. Siswa dapat memahami dan menguasai bagian-bagian teknik gerakan dengan baik dan benar.
- b. Siswa dapat terhindar dari kesalahan teknik, karena masing-masing teknik gerakan *Maegeri* harus dikuasai baru ditingkatkan.

Di samping kelebihan tersebut, pembelajaran *Maegeri* dengan metode bagian juga memiliki beberapa kelemahan. Kelemahan pembelajaran *Maegeri* dengan metode bagian antara lain:

- a. Dibutuhkan waktu yang lebih lama, jika tiap-tiap bagian teknik sulit dimengerti dan dikuasai siswa.
- b. Untuk mempelajari bagian berikutnya bagian sebelumnya harus betul-betul telah dikuasai, sehingga keterampilan lambat untuk dikuasai
- c. Penguasaan terhadap pola gerakan *Maegeri* secara keseluruhan lambat tercapai, dan membutuhkan adaptasi yang lebih lama untuk menggabungkan dari bagian-bagian teknik *Maegeri*.
- d. Dapat menimbulkan rasa bosan atau jenuh, karena keterampilan yang dipelajari terpotong-potong.

Metode keseluruhan merupakan bentuk latihan suatu keterampilan yang pelaksanaannya dilakukan secara utuh dari keterampilan yang dipelajari. Berkaitan dengan metode keseluruhan Slameto (2010: 6) menyatakan, metode keseluruhan adalah bahan pelajaran yang dipelajari secara keseluruhan berulang sampai pelajar menguasainya; lawan dari belajar bagian.

Proses pembelajaran dengan menggunakan metode *whole practice* yaitu sebagai berikut:



**Gambar 2 Maegeri dengan Metode Keseluruhan**

Sumber: <http://www.arhysinjai.com>

Metode keseluruhan merupakan cara latihan yang mengutamakan keutuhan dari keterampilan yang dipelajari. Siswa memperagakan gerakan *Maegeri* secara utuh dan dilakukan secara berulang-ulang. Berdasarkan pelaksanaan pembelajaran *Maegeri* dengan metode keseluruhan dapat diidentifikasi kelebihan dan kelemahannya.

Kelemahan pembelajaran *Maegeri* dengan metode keseluruhan antara lain:

- a. Dalam melakukan pembelajaran ini pada awal pembelajaran tingkat kegagalannya akan sangat besar
- b. Penggunaan teknik *Maegeri* yang baik dan benar sering terabaikan, sehingga penguasaan terhadap teknik *Maegeri* yang benar sulit tercapai

Kelebihan pembelajaran *Maegeri* dengan metode keseluruhan antara lain:

- a. Merangsang siswa untuk segera memiliki kemampuan *Maegeri* yang baik dan benar.
- b. Membiasakan siswa untuk melakukan tendangan *Maegeri* sehingga kemampuan siswa akan mengalami peningkatan.

Berdasarkan kajian pustaka dan kerangka pemikiran yang telah dikemukakan di atas dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut:

- a. Terdapat pengaruh metode *part practice* terhadap kemampuan *Maegeri* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak.

- b. Terdapat pengaruh metode *whole practice* terhadap kemampuan *maegeri* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 06 Pontianak
- c. Metode pembelajaran *Whole practice* lebih efektif pengaruhnya daripada metode *part practice* terhadap kemampuan *Maegeri* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 06 Pontianak

## **METODE**

Penelitian ini metode eksperimen, dengan bentuk penelitiannya yaitu: menggunakan *pre-experimental designs (nondesigns)*. Sugiyono (2011:73-74) menyatakan, "*pre-experimental designs* belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh, karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen". Hal ini terjadi, karena tidak adanya variabel kontrol.

Menurut Mahmud (2011: 154) populasi adalah totalitas dari semua objek atau individu yang memiliki karakteristik tertentu, jelas, dan lengkap yang akan diteliti. Dalam penelitian ini populasi penelitian yang akan diteliti oleh penulis ialah siswa kelas VII SMPN 6 Pontianak Selatan yang berjumlah 210 orang.

Menurut Suharsimi Arikunto (2006:139-140), *purposive sampling* adalah sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan berdasarkan strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu.

Berdasarkan pendapat tersebut maka didalam penelitian ini peneliti memilih menggunakan sampel pada kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak yang berjumlah 36 orang yang terdiri dari 19 siswa putra dan 17 siswi putri. Dari jumlah sampel yang telah ditetapkan peneliti mengambil sampel kelas VII A. Dengan Alasan selama PPL di SMP Negeri 6 Pontianak, peneliti melihat Banyak kekurangan-kekurangan pada siswa kelas VII A dalam menerima materi tendangan *maegeri* ini, ada beberapa pertimbangan lagi yang membuat peneliti mengambil sampel pada kelas VII A yaitu: (a) Ketika mempraktekan tendangan *maegeri* siswa melakukannya asal-asalan, (b) Ketika mempraktekan tendangan *maegeri* kaki tidak diangkat terlebih dahulu akan tetapi langsung ditendang kedepan, (c) Sikap tubuh, tangan, dan kepala masih belum terkoordinasi dengan baik dalam melakukan *maegeri*.

Jadi dari 36 orang untuk diteliti tersebut, peneliti juga akan membuat kelompok-kelompok lagi menjadi 2 kelompok yang setiap kelompok berjumlah 18 orang. Setelah dipilih menjadi 2 kelompok, setiap kelompok diberikan perlakuan berbeda, kelompok 1 diberikan perlakuan menggunakan metode *part practice* sedangkan kelompok 2 menggunakan metode *whole practice*.

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini hanya satu yaitu tes kemampuan gerak tehnik dasar tendangan *maegeri*. Tes adalah instrument yang digunakan untuk mengukur kemampuan dasar dan pencapaian. (Suharsimi Arikunto, 2010:266). Beberapa proses tes yang dilakukan dalam penelitian ini adalah antara lain.

### **1. Pretest**

Pretest dilakukan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan tendangan *maegeri* pada siswa. *Pretest* diberikan untuk mendapatkan data awal sebelum di beri perlakuan siswa dibariskan dan melakukan pemanasan sebelum tes diberikan.

### **2. Perlakuan**

Pelaksanaan penelitian dilakukan pada siswa kelas VII A SMPN 6 Pontianak tentang hasil belajar *Maegeri* dari tanggal 11-30 Agustus

## **Tabel 1 Jadwal Penelitian**

<b>Pertemuan</b>	<b>Tanggal dan Bulan Penelitian</b>	<b>Bentuk Penelitian</b>
Pretest	11 - Agustus 2014	Test I melakukan tendangan <i>maegeri</i>
Pertemuan I	15 - Agustus 2014	Pembelajaran menggunakan metode part practice dan whole practice pada masing-masing kelompok.
Pertemuan II	22 - Agustus 2014	Pembelajaran menggunakan metode part practice dan whole practice pada masing-masing kelompok
Pertemuan III Dan Postest	29 - Agustus 2014	Melakukan test terakhir tendangan <i>maegeri</i>

### 3. Postest

Post tes adalah tes akhir setelah diberikan perlakuan dengan metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice*. Testi melakukan tendangan *maegeri* sebanyak 3 kali ditempat.

**Tabel 2**  
**Rubrik Penilaian**  
**Tahap-Tahap Pelaksanaan *Maegeri***  
**(*Tendangan Lurus Kedepan*)**

No.	Aspek Penilaian	Poin			Keterangan
		1	2	3	
1.	Fase Persiapan	1. Sikap tubuh miring			Skor maksimal 15
		2. kepala tegak			
		3. Pandangan lurus ke-depan.			
		4. Sikap kedua tangan berada di depan dada.			
		5. Sikap kaki depan ditekuk, dan kaki belakang lurus (membentuk Kuda-kuda <i>Zenkutsudachi</i> kuda-kuda serambi depan)			

2.	Fase Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sikap tubuh tegak lurus</li> <li>2. Kepala tegak</li> <li>3. Pandangan lurus kedepan.</li> <li>4. Kedua tangan di tekuk di-depan dada menyesuaikan dengan gerakan.</li> <li>5. Sikap kaki yang digunakan untuk melakukan tendangan adalah mengangkat kaki dengan ketinggian rata-rata air, dan Kaki ditendang lurus kedepan dengan arah perut/ulu hati, Sikap Kaki tumpu tetap dalam keadaan ditekuk.</li> </ol>	Skor maksimal 15
3.	Fase Lanjutan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sikap tubuh pada saat setelah melakukan <i>mageri</i> adalah miring.</li> <li>2. Sikap kepala tetap tegak</li> <li>3. Sikap pandangan kearah lurus ke-depan</li> <li>4. Sikap tangan ditekuk dan berada di depan badan</li> <li>5. Sikap kaki setelah melakukan tendangan <i>maegeri</i> ditarik kembali ke-posisi semula yaitu lutut diangkat setinggi rata-rata air, kemudian jatuh kedepan dan membentuk kuda-kuda <i>zenkutsudachi</i> (kuda-kuda serambi depan)</li> </ol>	Skor maksimal 15
jumlah			

(Sumber: Validasi Ahli)

Keterangan:

- Diberikan nilai 3 apabila gerakannya sesuai dengan instrumen penilaian.
- Diberikan nilai 2 apabila gerakannya kurang sesuai dengan instrument penilaian.
- Diberikan nilai 1 apabila gerakannya tidak sesuai dengan instrument penilaian.

Tehnik analisis data dalam penelitian yaitu :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk memeriksa keabsaan sampel pada penelitian. Menurut Suharsimi Arikunto (2006:314), “banyak cara yang dapat digunakan untuk melakukan pengujian normalitas sampel, yaitu pengujian normalitas dengan kertas probabilitas normal dan dengan rumus Chi-kuadrat”.

Rumus dasar chi kuadrat adalah sebagai berikut:

$$x^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(F_o - f_h)^2}{f_h}$$

Keterangan:

$x^2$  = chi kuadrat

$f_o$  = frekuensi yang diobservasi

$f_h$  = frekuensi yang diharapkan

$f_o - f_h$  = selisih data  $f_o$  dengan  $f_h$

2. Uji Homogenitas

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 321), dalam menguji homogenitas sampel, pengesanan didasarkan atas asumsi bahwa apabila varians yang dimiliki oleh sampel-sampel yang bersangkutan tidak jauh berbeda, maka sampel-sampel tersebut cukup homogen.

Pengujian homogenitas varians digunakan uji F dengan rumus sebagai berikut:

$$F = \frac{\text{Varian terbesar}}{\text{Varian terkecil}}$$

Keterangan: Bahwa varians (kuadrat dari simpangan baku).

3. Uji Pengaruh

Adapun uji pengaruh yang menggunakan rumus analisis *one grup pretest posttest design* menggunakan t-tes. Menurut Ali Maksum (2007 : 38), “t-tes adalah teknik statistik yang dipergunakan untuk menguji signifikansi perbedaan dua buah mean yang berasal dari dua buah distribusi.

Adapun rumus t-tes yang digunakan adalah sebagai berikut

$$t = \frac{\Sigma D}{\sqrt{\frac{(N \Sigma D^2 - (\Sigma D)^2)}{(N - 1)}}}$$

keterangan.

D = perbedaan setiap pasangan skor (*pretest-posttest*)

N = jumlah sampel

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa seberapa besar pengaruh metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice* terhadap hasil belajar *maegeri* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak.

Berdasarkan pelaksanaan penelitian yang dilakukan dari tanggal 11 sampai dengan 30 Agustus 2014 pada siswa kelas VII A SMPN Negeri 6 Pontianak tentang hasil belajar *maegeri* dengan mengetahui pengaruh metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice*. Sebelum melakukan pelaksanaan tindakan atau perlakuan dengan proses pembelajaran maka peneliti dan guru melakukan pengambilan data awal penelitian atau tes awal (*pretest*), bertujuan untuk mengetahui kondisi awal tentang tendangan *maegeri*. Selanjutnya setelah melakukan pelaksanaan tindakan atau pembelajaran melalui metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice*, maka peneliti dan guru melakukan pengambilan data akhir penelitian atau tes akhir (*posttest*), bertujuan untuk mengetahui kondisi akhir tendangan *maegeri* yaitu pada siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak. Adapun hasil penelitian yang didapatkan adalah sebagai berikut:

**Tabel 3**

**Data Deskriptif Hasil Belajar *maegeri* Pada Siswa Kelas VII A SMPN 6 Pontianak**

No	Keterangan	Kelompok 1		Kelompok 2	
		Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
1	Rata-Rata	28.28	36.56	28.89	37.67
2	Standar Deviasi	1.49	36.56	1.13	1.18
3	Normalitas	0.43	2.57	0.43	0.35
4	homogenitas	2.6		1.10	
5	Hipotesis	29.28		30.39	

### Pembahasan

Penelitian ini merupakan penelitian *eksperimen* dengan bentuk *one stop pretest posttest design* untuk mengetahui seberapa besar pengaruh metode yang ingin diteliti, dari kedua metode tersebut manakah yang lebih efektif, serta untuk mengetahui seberapa besar hasil peningkatan hasil belajar yang dimiliki siswa tentang materi karate pada tendangan *maegeri* dengan menggunakan metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice* pada siswa kelas VII A SMP 6 Pontianak. Metode pembelajaran yang dimaksud adalah, peneliti membuat kelompok-kelompok belajar menjadi 2 kelompok. kelompok 1 menggunakan metode pembelajaran *part practice* sedangkan kelompok 2 menggunakan metode pembelajaran *whole practice* dan Setiap kelompok terbagi atas 18 orang terdiri dari siswa dan siswi.

Kendala yang dihadapi penulis tidak terlalu banyak dikarenakan siswa kelas VII A memberikan respon positif pada materi pembelajaran *maegeri*. Ada beberapa kendala umum yang dirasakan oleh peneliti saat melakukan penelitian ialah 1) pada saat pembelajaran siswa ingin melakukan gerakan sendiri-sendiri tanpa aba-aba yang diberikan oleh peneliti, 2) siswa mempraktekkan dengan teman-teman disekitarnya dengan cara menendang satu sama lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian dapat diperoleh simpulan sebagai berikut: Pada penelitian ini, proses penelitian dilakukan dengan melihat peningkatan

kemampuan tendangan *maegteri* siswa melalui tes awal (*pretest*) selanjutnya diberikan proses pembelajaran pada materi tendangan *maegteri* dengan menggunakan metode pembelajaran.

Proses pembelajaran atau *treatmen* dilakukan sesuai dengan jam pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sebanyak 3 (tiga) kali pertemuan, yaitu dengan frekuensi satu minggu satu kali pertemuan, dan disetiap pertemuan diadakan evaluasi. Maka dari itu, pada pertemuan ke tiga, peneliti melihat perkembangan peningkatan siswa yang cukup signifikan, lalu dilakukanlah tes akhir (*posttest*). Tes akhir dilakukan bertujuan untuk membandingkan kemampuan dasar dan kemampuan akhir setelah pembelajaran.

**Tabel 4**  
**Uji Normalitas Kelompok 1 dan Kelompok 2**

Tes	N	Mean	SD	X <sup>2</sup> <sub>hitung</sub>	X <sup>2</sup> <sub>tabel 5%</sub>
Pretest Kelompok 1	18	28.28	1.49	0.43	5.991
Posttest Kelompok 1	18	36.56	0.92	2.57	11.070
Pretest Kelompok 2	18	28.89	1.13	0.43	3.841
Posttest Kelompok 2	18	37.67	1.18	0.35	5.991

Da  
ri hasil uji  
normalitas  
ditemukan  
Chi  
Kuadrat  
hitung  
untuk  
(*pretest*)  
kelompok  
1 = 0.43

lebih kecil dari harga Chi Kuadrat tabel 5.991, dan (*pretest*) kelompok 2 = 1.13 lebih kecil dari harga Chi Kuadrat tabel 3.841 dan data Chi Kuadrat hitung untuk (*posttest*) kelompok 1 = -0.92 lebih kecil dari harga Chi Kuadrat tabel 11.070 dan (*posttest*) kelompok 2 = 0.35 lebih kecil dari harga Chi Kuadrat tabel 5.991, maka distribusi data statistik 36 siswa tersebut dapat dinyatakan normal.

**Tabel 5**  
**Uji Homogenitas Kelompok 1 dan Kelompok 2**

Kelompok	N	Varians	SD	F <sub>hitung</sub>	F <sub>tabel 5%</sub>	Ket
Pretest Kelompok 1	18	-2.21	1.49	2.6	3.07	Homogen
Posttest Kelompok 1	18	-0.85	0.92			
Pretest Kelompok 2	18	-1.79	-1.28	1.10		
Posttest Kelompok 2	18	-1.67	-1.41			

Harga F hitung dibandingkan dengan harga F tabel dengan dk pembilang sama, kebetulan jumlah  $n_1$  dan  $n_2$  sama yaitu  $18-1=17$  (derajat kebesaran pembilang dan derajat kebesaran penyebut sama), jadi berdasarkan tabel F, maka harga F hitung lebih kecil dari F tabel ( $2.6 < 3.07$ ) dan ( $1.10 < 3.27$ ) untuk F tabel 5%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa varian data yang akan dianalisis homogen.

**Tabel 6**  
**Uji Pengaruh Kelompok 1 dan Kelompok 2**

Tes	Rata-rata	$T_{hitung}$	d.b.	$t_{tabel}$	Taraf Signifikansi
Pretest Kelompok 1	28.28	18.76	17	2.110	5%
Posttest Kelompok 1	36.56				
Pretest Kelompok 2	28.89	28.46			
Posttest Kelompok 2	37.67				

Berdasarkan data pada tabel 4.5 maka didapat nilai  $t_{test}$  kelompok 1 yaitu sebesar 18.76 dan nilai  $t_{test}$  kelompok 2 yaitu sebesar 28.46. Dengan melihat tabel statistika dimana pada derajat kebebasan  $dk=(N-1)$  adalah  $18-1=17$  dan pada taraf signifikansi 5% diperoleh nilai  $t_{tabel}$  sebesar 2,110. Dengan demikian nilai  $t_{hitung}$  kelompok 1 yaitu sebesar 18.76 dan nilai  $t_{hitung}$  kelompok 2 yaitu sebesar 28.46, lebih besar dari nilai  $t_{tabel} = 2,110$ , artinya hipotesis diterima berarti terdapat pengaruh metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice* terhadap hasil belajar tendangan *maegeri* pada siswa kelas VII A SMP 6 Pontianak.

**Tabel 7**  
**Hasil Perbedaan Peningkatan Belajar**  
**Kelompok 1 dan Kelompok 2**

Kelompok	N	Mean Pretest	Mean Posttest	Mean Different	Presentase Peningkatan
Kelompok 1	18	28.28	36.56	8.28	29.28 %
Kelompok 2	18	28.89	37.67	8.78	30.39 %

Berdasarkan hasil penghitungan prosentase peningkatan hasil belajar *maegeri* diketahui bahwa kelompok 1 memiliki pengaruh hasil belajar sebesar 29.28 % Sedangkan kelompok 2 memiliki pengaruh hasil belajar sebesar 30.39 %. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelompok 2 memiliki prosentase peningkatan hasil belajar *maegeri* yang lebih besar dari pada kelompok 1.

Setelah proses penelitian dilakukan maka tahapan selanjutnya yaitu menganalisis uji pengaruh antara tes awal dan tes akhir, dimana berdasarkan hasil analisis data penelitian maka dapat dinyatakan bahwa pada tes awal diperoleh nilai kemampuan yang lebih rendah dibandingkan tes akhir, berdasarkan hasil tersebut bahwa terlihat peningkatan antara tes awal dan tes akhir. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis uji pengaruh yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak yang signifikan. Rata-rata hasil belajar tendangan *maegeri* siswa pada *pretest* kelompok 1 dan kelompok 2 28.28 dan 28.89 sedangkan pada *posttest* kelompok 1 dan kelompok 2 adalah 36.56 dan 37.67 dengan persentase

peningkatan kemampuan teknik dasar tendangan *maegeri* kelompok 1 sebesar 29.28 % dan persentase peningkatan kemampuan tendangan *maegeri* sebesar 30.39 %.

Berdasarkan hasil pengolahan data melalui analisis statistik dapat dilihat bahwa setelah membandingkan antara tes awal dan tes akhir sebagian besar hasil yang diperoleh siswa mengalami peningkatan. Hal ini tentunya tidak lepas dari pengaruh metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice* yang digunakan guru untuk siswa agar dapat membantu mengefektifkan proses Pembelajaran.

Penghitungan prosentase peningkatan hasil belajar *maegeri* diketahui, kelompok 1 memiliki nilai prosentase peningkatan hasil belajar *maegeri* sebesar 29.28% Sedangkan kelompok 2 memiliki peningkatan hasil belajar *maegeri* sebesar 30.39 %. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa, kelompok 2 memiliki prosentase peningkatan hasil belajar *maegeri* yang lebih besar daripada kelompok 1. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan, metode pembelajaran *whole practice* lebih efektif pengaruhnya daripada metode *part practice* terhadap hasil belajar *maegeri* pada siswa kelas VIIA SMP Negeri 6 Pontianak dapat diterima kebenarannya.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, ternyata hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian dapat diperoleh simpulan sebagai berikut: (1) Terdapat pengaruh metode *part practice* terhadap hasil belajar *maegeri* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak yaitu sebesar 18.76 dengan peningkatan hasil belajar yaitu sebesar 29.28 %, (2) Terdapat pengaruh metode *whole practice* terhadap hasil belajar *maegeri* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak yaitu sebesar 28.46 dengan peningkatan hasil belajar yaitu sebesar 30.39 %, (3) Metode pembelajaran *whole practice* lebih efektif pengaruhnya daripada metode *part practice* terhadap hasil belajar *maegeri* pada siswa kelas VII A SMP Negeri 6 Pontianak. Kelompok 1 dengan peningkatan hasil pembelajaran yaitu sebesar 29.28% Sedangkan kelompok 2 memiliki peningkatan hasil belajar *maegeri* sebesar 30.39%. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa, kelompok 2 memiliki prosentase peningkatan hasil belajar *maegeri* yang lebih besar daripada kelompok 1. Jadi dapat disimpulkan bahwa metode *whole practice* lebih signifikan pengaruhnya daripada metode pembelajaran *part practice*.

### **Saran**

Berdasarkan hasil dari penelitian adapun saran yang dapat diajukan penulis yaitu: (1) Terbatasnya waktu pembelajaran menuntut seorang guru mampu menerapkan metode pembelajaran yang efektif dengan merancang bentuk pembelajaran yang baik agar diperoleh hasil belajar yang optimal, (2) Untuk memperbaiki kemampuan gerak pada siswa, dapat diterapkan metode pembelajaran *part practice* dan *whole practice*, (3) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan dan acuan pada guru-guru pada saat melakukan proses mengajar.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Ali, Muhammad. 2005. **Guru dalam Proses Belajar Mengajar**. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). **Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek**. Jakarta: Rineka Cipta.
- M. Sutikno, Sobry. 2009. **Belajar dan Pembelajaran Upaya Kreatif dalam**

- Mewujudkan Pembelajaran yang Berhasil.** Bandung: Prospect
- Maksum, Ali. (2007). **Buku Ajar Mata Kuliah Statistik Dalam Olahraga.** Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya.
- S, Namiek. 2010. **Belajar Karate Secara Sistematis** .Semarang: PT. Aneka Ilmu.
- Sinjai, Arhy. 2012. **Metode Keseluruhan Dalam Pembelajaran Penjasorkes.**  
([http://www.arhysinjai.com/2012/09/metode-keseluruhan-dalam\\_pembelajaran.html](http://www.arhysinjai.com/2012/09/metode-keseluruhan-dalam_pembelajaran.html)).  
(Dikunjungi Rabu 15 Januari 2014).
- Simanjuntak G. Viktor dan Marta Dinata, 2004. **Teknik dasar karate.** Jakarta: Cerdas Jaya.
- Slameto. 2010. **Belajar dan Faktor Yang mempengaruhinya.** Jakarta : Rineka Cipta
- Sudjana, Nana. 2005. **Dasar- Dasar Proses Belajar Mengajar.** Bandung: Sinar Baru Algensindo
- Sugiyono. 2010. **Metode Penelitian Pendidikan.** Bandung: Alfabeta