

# Penyusunan Bentuk-Bentuk Aktivitas Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Kreativitas Siswa Sekolah Dasar Kelas Awal

**Yuntun Yudiana<sup>1</sup>**

(Universitas Pendidikan Indonesia)

**Yusup Hidayat<sup>1</sup>**

(Universitas Pendidikan Indonesia)

**Tite Juliantine<sup>1</sup>**

(Universitas Pendidikan Indonesia)

**Didin Budiman<sup>1</sup>**

(Universitas Pendidikan Indonesia)

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menyusun bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani untuk meningkatkan kreativitas siswa Sekolah Dasar Kelas awal atau kelas 1 dan 2. Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Cisu Kota Bandung Jawa Barat selama 3 bulan, terhitung mulai dari bulan Pebruari sampai dengan April 2009. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan pola observasi tindakan terhadap penampilan aktivitas pendidikan jasmani (aktivitas permainan, senam, dan ritmik) 40 orang siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan observasi tindakan aktivitas pendidikan jasmani dan kuesioner kreativitas untuk siswa Sekolah Dasar kelas awal. Teknik Analisis data yang dipergunakan adalah teknik analisis data persentase, uji-t, dan uji omega kuadrat. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa (1) secara keseluruhan aktivitas pendidikan jasmani yang diujicobakan berjumlah 28 aktivitas, dan setelah diobservasi terbukti aktivitas tersebut memiliki komponen kreativitas sebesar 69% yang berarti berada pada kategori baik, dengan rincian masing-masing: (a) jenis aktivitas permainan memiliki komponen kreativitas sebesar 71% (berada pada kategori baik); (b) Jenis aktivitas senam ketangkasan memiliki komponen kreativitas sebesar 69 % (berada pada kategori baik); (c) jenis aktivitas gerak berirama memiliki komponen kreativitas sebesar 68% (berada pada kategori baik). (2) terdapat pengembangan kreativitas yang signifikan pada siswa kelompok eksperimen atau kelompok siswa yang mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani. (3) Kelompok eksperimen atau kelompok yang menerapkan bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani memberikan pengaruh yang lebih signifikan terhadap pengembangan kreativitas dibandingkan dengan kelompok kontrol atau kelompok siswa yang tidak mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani.

*Kata-kata kunci : Aktivitas pendidikan jasmani, kreativitas*

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani di sekolah mempunyai peran unik dibanding mata pelajaran lain, karena melalui pendidikan jasmani selain dapat digunakan untuk pengembangan aspek fisik dan psikomotor, juga ikut berperan dalam pengembangan aspek kognitif dan afektif secara serasi dan seimbang. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Djati dalam Lutan (2001:v) bahwa, “Sungguh tidak diragukan lagi, bahwa pendidikan jasmani yang bermutu, yang diselenggarakan dengan mematuhi kaidah-kaidah pedagogi, memberikan sumbangan yang sangat berharga bagi perkembangan peserta didik secara menyeluruh.”

Meskipun secara konseptual Penjaskes memiliki peran penting dalam peningkatan kualitas hidup siswa tetapi secara umum fakta di lapangan masih menunjukkan bahwa Penjaskes masih memiliki berbagai permasalahan, terutama yang terkait dengan kualitas proses pembelajaran. Secara umum para guru Penjaskes saat ini dihadapkan pada kondisi-kondisi unik dan pelik yang mengancam dan menekan secara serius. Kecuali kawasan Eropa Barat dan Amerika Utara, maka kawasan Afrika, Amerika Latin, Ocenia, dan lebih parah kawasan Asia, termasuk Indonesia, mengalami keterlantaran yang kronis, yakni

---

<sup>1</sup>Penulis adalah Dosen tetap di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Korespondensi untuk tulisan ini dapat dikirimkan ke yuntun.yudiana. E-mail: reyhan@bdg.centrin.net.id.

kesenjangan antara teori dan praktek di lapangan. Hasil survey pada tingkat global menunjukkan beberapa indikasi lain, mulai dari alokasi waktu yang terbatas, kelangkaan infrastruktur, kualifikasi tenaga yang tidak sesuai, hingga karya yang sangat minim (Lutan, 1999). Hasil penelitian yang dilakukan di Netherlands menunjukkan bahwa pada remaja usia 13-17 tahun terjadi penurunan tingkat aktivitas jasmani dan aktivitas jasmani siswa laki-laki lebih aktif secara signifikan daripada siswa (Biddle dan Chatzisarantis, 1999).

Persoalan-persoalan seperti diuraikan di atas bisa berdampak pada munculnya masalah-masalah lain, seperti siswa memiliki tingkat kebugaran jasmani yang rendah dan keterampilan gerak dasar yang tidak memadai (Panggrazi & Daeur, 1995), adanya ketidaktermotivasian peserta didik untuk berpartisipasi dalam aktivitas Penjaskes di sekolah (Lavay, dkk., 1997). Hasil survey yang dilakukan oleh Cholik dan Harsono (dalam Ngasmain dan Soepartono, 1999) menunjukkan adanya kecenderungan siswa kurang meminati aktivitas Penjaskes karena dirasakan sangat berat. Tidak mngherankan jika kemudian mencuat istilah krisis kepercayaan dalam pendidikan jasmani

Krisis kepercayaan terhadap kontribusi pendidikan jasmani sebagai suatu bidang studi yang selama ini diyakini cukup handal untuk memupuk perkembangan manusia secara menyeluruh, sungguh merupakan masalah serius yang perlu segera diatasi. Berdasarkan fakta empirik, tampak adanya fenomena bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar cenderung masih menggunakan model pembelajaran yang mengekang kebebasan siswa. Padahal dalam proses pembelajaran hendaknya siswa diberi kebebasan untuk memilih dan menentukan materi yang dipelajarinya, termasuk bagaimana cara mempelajarinya, sehingga situasi kebebasan dapat tercipta, dan para siswa akan mendapatkan penghargaan atas hasil usahanya, sehingga diharapkan dapat membentuk kreativitasnya. Betapa pentingnya kreativitas dalam sistem pendidikan ditekankan oleh para wakil rakyat melalui Tap MPR RI No.11/MPR/1983, sebagai berikut: "Sistem pendidikan perlu disesuaikan dengan kebutuhan pembangunan di segala bidang yang memerlukan jenis-jenis keahlian dan keterampilan serta dapat sekaligus meningkatkan produktivitas, kreativitas, mutu, dan efisiensi kerja."

Penerapan berbagai bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani merupakan sebuah strategi bagi guru untuk mendekati pencapaian suatu tujuan khusus pendidikan, termasuk di dalamnya peningkatan kreativitas sebagai bagian dari domain afektif. Mestinya hal ini dipahami oleh setiap guru, agar kegiatan pembelajaran menjadi bermakna. Kreativitas, jika ditinjau dari sudut pandang pendidikan dan pembangunan, mempunyai dua makna penting, yaitu: *pertama*, pada tingkat makro, dimensi kreativitas merupakan unsur kekuatan sumber daya manusia yang handal untuk menggerakkan pembangunan nasional melalui perannya dalam penelusuran, pengembangan dan penemuan Iptek. Penelitian di Indonesia yang dilakukan oleh Jellen dan Urban (dalam Supriadi, 1994), meskipun harus dikaji lagi validitas psikometrisnya, menemukan bahwa kreativitas anak-anak Indonesia cenderung rendah dibandingkan dengan beberapa negara lain yang diteliti. Pemikiran mengenai makna kreativitas dalam kondisi makro di atas, mengisyaratkan bahwa lembaga-lembaga pendidikan di Indonesia perlu untuk mulai memberi perhatian yang sungguh-sungguh, terencana dan sistematis pada upaya pengaktualisasian potensi kreatif anak didik. Upaya itu antara lain dengan mengembangkan model pembelajaran yang lebih efektif untuk membantu pengembangan kreativitas peserta didik secara optimal. *Kedua*, pada tingkat mikro, kebermaknaan studi kreativitas dalam kaitan pendidikan terletak pada hakikat dan perannya sebagai dimensi yang memberi ciri keunggulan bagi pertumbuhan diri manusia yang sehat, efektif dan produktif. Beberapa riset menunjukkan bahwa kreativitas yang

tampil dalam ranah berpikir ternyata sangat berguna bagi individu dalam rangka penyesuaian dirinya secara nyata (Garfield, 1969, dalam Ruindungan,1996).

Banyak faktor penyebab kurang berhasilnya pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, sehingga diharapkan ditemukan cara-cara strategis untuk mengatasi permasalahan tersebut. Penerapan beragam bentuk aktivitas pendidikan jasmani merupakan salah satu jalan keluar untuk mengatasi permasalahan tersebut. Karena diharapkan dengan menerapkan beragam bentuk aktivitas pendidikan jasmani, atmosfir pembelajaran dapat terbentuk, sehingga siswa memiliki motivasi yang tinggi. Kaitan dengan penelitian ini tujuan yang ingin dicapai adalah menyusun bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani untuk meningkatkan kreativitas untuk anak usia siswa Sekolah Dasar kelas awal.

Sugiyanto dan Sudjarwo (1997) menjelaskan beberap aktivitas gerak yang diperlukan untuk anak usia Sekolah Dasar kelas awal, antara lain; (1) menambahkan bahwa gerak yang diperlukan oleh anak-anak yang sesuai berdasarkan pada sifat-sifat perkembangan geraknya meliputi: (1) aktivitas yang menggunakan keterampilan, seperti pengenalan keterampilan berolahraga, bermain, perlombaan, aktivitas pengujian diri dan aktivitas yang menggunakan alat-alat, berlatih dalam situasi drill; (2) aktivitas secara beregu atau berkelompok. Seperti aktivitas bermain secara berkelompok, menari berkelompok; (3) aktivitas mencoba-coba, seperti aktivitas mengatasi masalah menurut cara dan kemampuan anak masing-masing, aktivitas gerak tari kreatif, aktivitas latihan gerak untuk pengembangan; dan (4) aktivitas untuk meningkatkan kemampuan fisik dan keberanian, seperti program latihan untuk pengembangan kemampuan fisik, latihan relaksasi.

Dalam kaitannya dengan pengembangan kreativitas, banyak sekali jenis dan bentuk gerakan yang perlu dipelajari, dibina, dan disesuaikan dengan kebutuhan diri, perkembangan gerak, dan bahkan norma sosialnya. Dengan pengertian lain, anak dituntut dan diarahkan belajar gerak yang sesuai dengan perkembangan dan kebutuhan dirinya, termasuk kebutuhan perkembangan kreativitasnya yang diyakini sebagai salah satu aspek yang memiliki kontribusi signifikan terhadap keberhasilan belajar anak. Oleh karena itu penyusunan bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani siswa Sekolah Dasar kelas awal sangatlah dibutuhkan untuk menunjang peningkatan kreativitas.

Sekaitan dengan hal tersebut, pengembangan kreativitas melalui berbagai bentuk aktivitas gerak atau jasmani, pada prinsipnya siswa diberi kebebasan untuk bereksplorasi dan mengekspresikan diri melalui gerak yang disesuaikan dengan periode masa kanak-kanak. Siswa diberi kebebasan untuk berpikir, mencoba, dan memecahkan masalah melalui aktivitas jasmani yang pada prinsipnya mendukung terhadap pengembangan kreativitasnya. Hal ini sesuai dengan karakteristik anak usia 6-7 tahun, dimana anak senang akan aktivitas mencoba-coba, seperti aktivitas mengatasi masalah menurut cara dan kemampuan anak masing-masing, aktivitas gerak tari kreatif, aktivitas latihan gerak untuk pengembangan, dan lain-lain. Adapun bentuk aktivitas jasmani yang dikembangkan meliputi tiga kategori pokok sesuai dengan ruang lingkup materi dalam pendidikan jasmani, yaitu aktivitas permainan, aktivitas senam, dan aktivitas gerak berirama

Sesuai dengan uraian singkat di atas, diduga terdapat bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani yang dapat meningkatkan kreativitas siswa Sekolah Dasar kelas awal dan terdapat perbedaan bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani yang dapat meningkatkan kreativitas siswa Sekolah dasar kelas awal.

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen quasi di lapangan dengan pola observasional tindakan, melalui desain tes awal dan tes akhir satu kelompok (*One group pretest-posttest design*).

Tabel 1. Notasi Rancangan Perlakuan

Kelompok Sampel	Tes Awal	Perlakuan	Tes Akhir
Siswa SD Kelas 1	$Y_1$	Bentuk Aktivitas (X)	$Y_2$
Siswa SD Kelas 2	$Y_3$	Bentuk Aktivitas (X)	$Y_4$

### Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi sasaran dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar kelas 1 dan 2 se Jawa Barat, sedang populasi terjangkaunya adalah Siswa Sekolah Dasar kelas 1 dan 2 yang berada di wilayah Kota Bandung. Adapun siswa yang dijadikan sampel penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri Cisitu yang berjumlah 80 orang yang berusia antara 6 sampai dengan 8 tahun, terdiri siswa kelas 1 sebanyak 40 orang (20 putera dan 20 puteri) dan kelas 2 ((20 putera dan 20 puteri). Sampel dipilih dan ditentukan dengan *selected random sampling* dan *matched random assignment*.

### Tempat dan waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Cisitu Kota Bandung Jawa Barat. Dilaksanakan selama satu semester (3 bulan), terhitung mulai dari bulan Pebruari sampai dengan April 2009. Dimana intensif latihannya selama kegiatan pembelajaran formal di sekolah selama 6 minggu. Setiap minggu dilakukan 3 (satu) kali pembelajaran/pertemuan, sehingga jumlah pertemuan secara keseluruhan adalah 16 kali pertemuan. Setiap waktu pertemuan lamanya 2 x 40 menit. Selain itu, ada pertemuan awal untuk pelaksanaan tes awal dan pertemuan untuk tes akhir. Tes awal dilaksanakan pada tanggal 11-14 Pebruari 2009, sedangkan tes akhir dilaksanakan pada tanggal 1-4 April 2009.

### Prosedur Penelitian

Pelaksanaan penelitian dibagi menjadi beberapa tahapan, mulai tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir.

#### *Tahap Persiapan*

Tahap persiapan terdiri atas dua langkah pokok, yaitu langkah penyeleksian sampel dan pelaksanaan tes awal. Sesuai dengan karakteristik sampel penelitian yang diinginkan yakni siswa Sekolah Dasar kelas awal atau kelas 1 dan 2, maka dipilih dan ditetapkan 80 orang sebagai sampel atau subyek penelitian dengan teknik sampling acak terpilih. Selanjutnya setiap kelompok siswa putera dan puteri dibagi menjadi dua kelompok melalui penugasan secara random yang dipadankan sesuai dengan jumlah siswa putera dan puteri (*matched random assignment*), sehingga terbentuk 2 kelompok subyek yang masing-masing terdiri dari 40 orang. Langkah terakhir dilakukan randomisasi ulang untuk penempatan kelompok subyek kedalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Setelah kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terbentuk baru dilaksanakan tes awal dalam bentuk pengisian kuesioner kreativitas. Data yang terkumpul akan digunakan sebagai data awal untuk dibandingkan dengan data yang diperoleh pada saat tes akhir setelah proses observasi dan perlakuan selesai.

#### *Tahap Pemberian Perlakuan*

Tahap pemberian perlakuan terdiri atas dua langkah, yaitu langkah pemberian perlakuan dan pelaksanaan observasi tindakan untuk memilih dan menentukan jenis-jenis

aktivitas jasmani yang bisa meningkatkan kreativitas siswa sekolah dasar kelas 1 dan 2, sekaligus mengetahui pengaruh aktivitas-aktivitas jasmani tersebut terhadap peningkatan kreativitas siswa. Tahap ini dilaksanakan selama 6 minggu (satu setengah bulan) dengan frekuensi pertemuan 3 kali dalam seminggu atau 16 kali pertemuan selama satu setengah bulan, mulai pertengahan bulan pebruari sampai akhir Maret 2009. Sementara kelompok kontrol melaksanakan pembelajaran sesuai dengan materi yang ada dalam kurikulum.

*Tahap Akhir*

Pada tahap ini dilakukan tes akhir dengan cara semua sampel penelitian mengisi kuesioner yang sama dengan tes awal, yaitu kuesioner kreativitas untuk siswa sekolah dasar kelas awal atau kelas 1 dan 2. Tes akhir dilaksanakan selama 4 hari, mulai hari Rabu sampai Sabtu tanggal 1-4 April 2009 di lapangan atau gelanggang olahraga Universitas pendidikan Indonesia.

**Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

Variabel-variabel yang diteliti terdiri atas: (1) bentuk aktivitas jasmani untuk siswa sekolah dasar kelas awal atau kelas 1 dan 2, dan (2) tingkat kreativitas siswa Sekolah Dasar kelas 1 dan 2. Sumber data variabel pertama di dapat dari hasil observasi terhadap beberapa bentuk aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan kreativitas siswa Sekolah Dasar kelas 1 dan 2, terdiri dari aktivitas permainan, senam, dan gerak berirama. Pengukuran dilaksanakan selama proses penelitian berjalan dengan menggunakan format observasi sebagai berikut:

Tabel 2. Format Observasi Tindakan Bentuk Aktivitas Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Kreativitas Siswa SD Kelas Awal

Tgl. Observasi : ..... Sekolah : .....  
 Bentuk aktivitas : ..... Usia/Kelas : .....  
 Kategori / level : ..... Jenis kelamin : .....

No	Nama Siswa	Dimensi Kreativitas										Keterangan
		A					B					
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
11.												
12.												
dst.												

**Keterangan:**

A	Aspek Aptitude (dimensi yang terkait dengan ciri-ciri kognitif)	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Fluiditas (Kelancaran)</li><li>2. Fleksibilitas (Keluwesannya)</li><li>3. Orisinalitas (Keaslian)</li><li>4. Elaborasi (Kerincian)</li><li>5. Evaluasi (Penilaian)</li></ol>
B	Aspek Non Aptitude (dimensi yang terkait dengan ciri-ciri afektif)	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Rasa ingin tahu</li><li>2. Imajinatif</li><li>3. Tertantang dengan fluralitas</li><li>4. Mengambil resiko</li><li>5. Menghargai</li></ol>

Adapun untuk variabel tingkat kreativitas siswa diukur dengan menggunakan teknik questioner. Instrumen yang digunakan dikembangkan oleh peneliti dengan merujuk kepada dua dimensi konstruk kreativitas, yaitu dimensi yang terkait dengan ciri-ciri kognitif dari kreativitas (dimensi *aptitude*) dan dimensi yang terkait dengan ciri-ciri afektif dari kreativitas (dimensi *non aptitude*). Berdasarkan hasil uji coba instrumen diperoleh 40 aitem yang dinyatakan valid dengan rentang harga t-hitung antara  $1,92 - 4,02 > t$ -tabel 1,83. Penentuan reliabilitas instrumen ukur dilakukan dengan teknik split half dan di analisis dengan menggunakan program SPSS. Hasil penghitungan dan analisis dengan pendekatan statistika Spearman-Brown diperoleh nilai korelasi sebesar 0,91.

**Teknik Analisis Data**

Data hasil observasi terhadap penilaian kemampuan keterampilan permainan anak usia sekolah dasar kelas awal atau kelas 1 dan 2 (usia 6-8 tahun) yang telah terkumpul dianalisis dengan menggunakan teknik analisis statistik deskriptif dan inferensial, yaitu analisis prosentase dilanjutkan dengan mengkategorikan dalam bentuk kualitatif, analisis perbedaan dua rata-rata (Sudjana, 1996), dan analisis uji omega kuadrat untuk mengukur kekuatan pengaruh perlakuan atau signifikansi praktis dari perlakuan yang diberikan (Diekhoff, 1997).

**HASIL****Data hasil analisis tentang bentuk-bentuk latihan aktivitas jasmani yang dapat digunakan untuk mengembangkan kreativitas.**

Data yang diperoleh adalah data hasil observasi terhadap beberapa bentuk latihan aktivitas jasmani yang terbagi dalam bentuk aktivitas, yaitu aktivitas permainan, senam, dan gerak berirama. Secara keseluruhan deskripsi data hasil observasi disajikan pada tabel di bawah ini. Untuk menentukan tingkat kreativitas yang dimiliki dalam setiap bentuk aktivitas (permainan, senam, dan gerak berirama), didasarkan pada pedoman Kategori Nilai Prosentase yang dikembangkan oleh Yudiana (2004), yaitu nilai prosentase 82% - 100% (Sangat Baik), 61% - 81% (Baik), 42% - 60% (Cukup), 22% - 41% (Kurang), dan 0% - 21% (Sangat Kurang).

Tabel 3. Data Hasil Observasi Penilaian Bentuk-bentuk Aktivitas Jasmani yang dapat Mengembangkan Kreativitas Siswa Sekolah Dasar Kelas 1 dan 2.

No	Kategori Aktivitas Jasmani	Bentuk-bentuk Aktivitas	Penguji 1	Penguji 2	Penguji 3	Total Kreativitas	Kategori	
<b>1</b>	<b>Permainan:</b> 1. Tanpa Alat	1. Mengusik Kera	64%	69%	67%	66%	Baik	
		2. Harimau dan Kancil	66%	70%	69%	68%	Baik	
		3. Kucing dan Tikus	79%	67%	67%	71%	Baik	
		4. Jongkok Aman	79%	72%	74%	75%	Baik	
	2. Permainan dengan bola	1. Melempar dan menangkap Bola	77%	80%	78%	75%	Baik	
		2. Mengenai bola ke sasaran	80%	71%	70%	74%	Baik	
		3. Melempar bola yang digantung	76%	78%	78%	77%	Baik	
		4. Menembak	67%	70%	68%	68%	Baik	
	3. Permainan dengan alat lain	1. Mengenai kaleng musuh	63%	67%	68%	66%	Baik	
		2. Memukul gamelan/kemoceng	66%	69%	67%	67%	Baik	
		<b>Prosentase Keseluruhan Aktivitas 1</b>		<b>72 %</b>	<b>71 %</b>	<b>71 %</b>	<b>71 %</b>	Baik
	<b>2</b>	<b>Senam</b> 1. Jalan Binatang	1. Jalan Cacing	53%	64%	61%	59%	Baik
			2. Jalan Ayam	53%	64%	61%	59%	Baik
3. Jalan Kadal			79%	67%	67%	71%	Baik	
2. Membuat Jembatan		1. Membuat Jembatan	66%	69%	67%	67%	Baik	
3. Aktivitas Keseimbangan yang lebih menantang		1. Sentuh Jari	76%	78%	78%	77%	Baik	
		2. Keseimbangan Jari Kaki	66%	69%	67%	67%	Baik	
		3. Mengangkat Lutut	64%	67%	67%	66%	Baik	
4. Gerakan Menggelinding Kayu		1. Menggelinding Bersama Pasangan	67%	74%	66%	69%	Baik	
		2. Menggelinding dengan kaki terkunci	66%	67%	67%	67%	Baik	
		3. Meloncati Gelondongan Kayu	79%	64%	61%	68%	Baik	

5. Permainan Melompat	1. Lompatan Hoppo Bumpo	77%	80%	78%	78%	Baik
	2. Lompatan Ayam Jantan	78%	64%	61%	68%	Baik
	3. Lompatan Ayam Jantan dengan rintangan	64%	78%	77%	73%	Baik
	4. Ayam dan Rubah	66%	69%	67%	67%	Baik
6. Berjalan di Atas Bangku	1. Berjalan di atas bangku	77%	80%	78%	78%	Baik
<b>Prosentase Keseluruhan Aktivitas 2</b>		<b>69%</b>	<b>70%</b>	<b>68%</b>	<b>69%</b>	Baik
<b>3 Gerak Irama</b>						
1. Menirukan Gerak Binatang dan Gerak Pohon	1. Gerak Kerbau Berjalan	77%	80%	78%	78%	Baik
	2. Gerak Bebek Berjalan	63%	67%	68%	66%	Baik
	3. Gerak Pohon Melambai	53%	64%	61%	59%	Baik
<b>Prosentase Keseluruhan Aktivitas 3</b>		<b>64%</b>	<b>70%</b>	<b>69%</b>	<b>68%</b>	Baik
<b>Prosentase Keseluruhan semua aktivitas</b>		<b>68%</b>	<b>70%</b>	<b>69%</b>	<b>69%</b>	Baik

### Data hasil analisis kreativitas yang diperoleh dari tes awal dan tes akhir.

Berikut ini disajikan hasil penghitungan skor rata-rata dan simpangan baku dari masing-masing kelompok (eksperimen dan kontrol) untuk tes awal dan tes akhir.

Tabel 4. Skor Rata-rata dan Simpangan Baku dari Masing-masing Kelompok

Kelompok	Pre-Test		Post-Test		Gain	
	Rata-rata (X)	Simpangan baku (S)	Rata-rata (X)	Simpangan baku (S)	Rata-rata (X)	Simpangan baku (S)
Kel eksperimen	27,03	2,65	33,95	1,78	6,95	1,06
Kel Kontrol	26,58	2,81	30,9	1,60	4,35	2,84

Selanjutnya untuk melihat ada tidaknya pengembangan kreativitas pada kelompok eksperimen yang mendapatkan latihan dengan bentuk-bentuk aktivitas jasmani, dan kelompok kontrol yang tidak diberikan bentuk-bentuk aktivitas jasmani, hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Analisis Hasil Latihan Kelompok Eksperimen Paired Samples Tes

		Pair 1	
		Awal eksperimen Akhir eksperimen	
Paired Differences	Mean		-6,92500
	Std. Deviation		1,02250
	Std. Error Mean		,16167
	95% Confidence Interval of the Difference	Lower	-7,25201
		Upper	-6,59799
t			-42,834
df			39
sig. (2-tailed)			,000

Dari tabel 5 di atas diperoleh nilai t hitung sebesar -42,834 sedangkan t tabel dengan derajat kebebasan (df) 39 dengan pengujian 2 sisi (signifikansi = 0,025) diperoleh nilai t tabel sebesar -2,023. Nilai - t hitung < - t tabel (-43,432 < -2,023), maka  $H_0$  ditolak, artinya ada perbedaan yang signifikan antara tes awal dengan tes akhir untuk kelompok eksperimen. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengembangan kreativitas yang signifikan pada siswa kelompok eksperimen yang mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani.

Selanjutnya untuk melihat adanya pengembangan kreativitas siswa pada kelompok kontrol yang tidak mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani, hasilnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Analisis Hasil Latihan Kelompok Kontrol Paired Samples Tes

		Pair 1	
		Awal kontrol Akhir kontrol	
Paired Differences	Mean		-4,32500
	Std. Deviation		2,86793
	Std. Error Mean		,45345
	95% Confidence Interval of the Difference	Lower	-5,24221
		Upper	-3,40779
t			-9,531
df			39
sig. (2-tailed)			,000

Berdasarkan tabel 6 di atas, didapat nilai t hitung sebesar -9,531 sedangkan t tabel dengan derajat kebebasan (df) 39 dengan pengujian 2 sisi (signifikansi = 0,025) diperoleh nilai t tabel sebesar -2,023. Nilai - t hitung < - t tabel (-12,649 < -2,023), maka Ho ditolak, artinya ada perbedaan yang signifikan antara tes awal dengan tes akhir untuk kelompok kontrol. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengembangan kreativitas yang signifikan pada kelompok kontrol yaitu pada siswa yang tidak mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani.

Adapun untuk membuktikan hipotesis perbedaan pengembangan kreativitas antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol dilakukan dengan cara membandingkan gain kelompok eksperimen dengan gain kelompok kontrol. Hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Analisis Perbedaan Pengembangan Kreativitas Gain Kelompok Eksperimen dengan Gain Kelompok Kontrol Independent Samples Test

		Gain	
		Equal variences assumed	Equal variences non assumed
Levene's Tes for Equality of Variances	F	25,683	-
	Sig	,000	-
t-test for Equality of Means	t	5,314	5,530
	df	78	51,092
	Sig (2-tailed)	,000	,000
	Mean Diference	2,67778	2,67778
	Std. Error Diference	,50394	,48426
95% Confidence Interval of the Difference	Lower	1,67366	1,70563
	Upper	3,68190	3,64992

Sesuai dengan table 7 di atas, didapat nilai t hitung sebesar 5,314 (Equal variences assumed) sedangkan t tabel dengan derajat kebebasan (df) 78 dengan pengujian 2 sisi (signifikansi = 0,025) diperoleh nilai t tabel sebesar 1,991. Nilai t hitung > t tabel (5,314 > 1,987), maka Ho ditolak, artinya ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Berdasarkan nilai rata-rata antara gain kelompok eksperimen sebesar 6,95 dan gain kelompok kontrol sebesar 4,35 maka dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen dengan menerapkan bentuk-bentuk aktivitas jasmani memberikan pengaruh yang lebih signifikan terhadap pengembangan kreativitas dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu kelompok siswa yang tidak mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani. Selanjutnya untuk mengetahui kekuatan pengaruh perlakuan terhadap peningkatan kreativitas (signifikansi praktis) digunakan formula omega kuadrat. Hasilnya terbukti bahwa signifikansi praktis ketika dibandingkan dengan kelompok kontrol adalah sebesar 0,256 (26 %)

## PEMBAHASAN

### **Bentuk-bentuk aktivitas jasmani dalam mengembangkan kreativitas siswa Sekolah Dasar kelas awal**

Sebagaimana dikemukakan dalam latar belakang bahwa pengembangan kreativitas dalam penelitian ini dilakukan melalui penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani. Pada dasarnya prosedur atau langkah-langkah pelaksanaan pembelajaran dilakukan dengan berpedoman kepada ketentuan teoritik sebagaimana dikemukakan para ahli diantaranya Metzler (2000), Joyce & Weil (1980), Eggen & Kauchak (1996), serta Sudjana (1989). Secara umum, sebagaimana telah dipaparkan dalam uraian terdahulu, prosedur umum pembelajaran yang ditempuh melalui penelitian ini terdiri dari: (a) kegiatan awal (*preparing*), (b) pengorganisasian pembelajaran (*organizing*), (c) pelaksanaan pembelajaran (*implementating*), dan (d) evaluasi pembelajaran (*evaluating*).

Kegiatan awal pada dasarnya adalah langkah-langkah persiapan penelitian yang dilakukan untuk mengembangkan kreativitas siswa Sekolah Dasar kelas awal (kelas 1 dan 2 SD) melalui penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani, yang diberikan pada kelompok eksperimen dan untuk kelompok kontrol pembelajaran dilakukan sesuai dengan materi yang telah dituangkan dalam GBBP. Dalam kerangka itu, aktivitas pokok yang dilakukan adalah melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dalam hal ini kepala sekolah dan guru-guru pendidikan jasmani yang mengajar di SD Negeri Cisitu Bandung.

Sedangkan pengorganisasian pembelajaran adalah serangkaian aktivitas yang dilakukan bersama guru-guru pendidikan jasmani di SD Negeri Cisitu Bandung untuk:

- (1) Menyusun Rancangan Kegiatan Pembelajaran (RKP),
- (2) Mengelompokkan siswa ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol,
- (3) Menentukan sumber dan alat pembelajaran yang diperlukan untuk menunjang pelaksanaan penelitian dengan menerapkan bentuk-bentuk aktivitas jasmani,
- (4) Menentukan jadwal pelaksanaan penelitian.

Adapun kegiatan pembelajaran adalah seluruh aktivitas yang dilakukan dalam proses pembelajaran. Dalam konteks ini, kegiatan utama yang dilaksanakan, yaitu: (a) menerapkan bentuk-bentuk aktivitas jasmani untuk mengembangkan kreativitas yang diberikan pada kelompok eksperimen, dan (b) melaksanakan pembelajaran sesuai dengan apa yang dituangkan dalam GBBP untuk kelompok kontrol.

Akhirnya, evaluasi pembelajaran adalah aktivitas yang dilakukan guru dan juga peneliti untuk menilai seluruh proses pembelajaran. Dalam konteks ini, kami mengamati secara cermat dan kontinyu seluruh tahapan aktivitas pembelajaran yang dilakukan oleh siswa, dan mengamati secara intensif apa yang mereka lakukan dan tampilkan terhadap bentuk-bentuk aktivitas jasmani selama berlangsungnya pembelajaran.

Dalam tataran praktikal, pada penelitian ini pelaksanaan pembelajaran pada prinsipnya dilakukan dengan menerapkan bentuk-bentuk aktivitas jasmani untuk mengembangkan kreativitas pada siswa-siswi kelas awal (kelas 1 dan 2 SD Negeri Cisitu Bandung).

Berdasar pengamatan intensif yang peneliti lakukan terhadap pembelajaran yang dilaksanakan dengan menerapkan bentuk-bentuk aktivitas jasmani, dapat dikemukakan bahwa teramati siswa-siswi yang tergabung dalam kelompok eksperimen siswa-siswi memiliki kesempatan untuk menciptakan sendiri pengalaman belajarnya dalam memecahkan suatu masalah. Hal ini terlihat begitu ceria dan gembira karena dalam proses pembelajarannya siswa tidak dikekang oleh gurunya, tetapi terlihat guru

memberikan kesempatan pada seluruh siswa dalam kelompok eksperimen. Dengan adanya kebebasan yang diberikan oleh gurunya terlihat siswa berani mencoba berbagai macam gerakan, berusaha menemukan solusi, siswa mencoba terus sampai berhasil, yang mana semua itu merupakan aspek-aspek dari kreativitas.

Terkait dengan pengembangan kreativitas yang dapat dikembangkan melalui penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani, dimana dalam proses pembelajarannya pada prinsipnya mereka diberi kebebasan untuk bereksplorasi serta mengekspresikan diri melalui gerak, maka dari apa yang dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa apa yang mereka tampilkan menunjukkan kekreativitasan yang tampak dari ciri-ciri aptitude (fluiditas, fleksibilitas, orisinalitas, elaborasi) juga non aptitude (rasa ingin tahu, imajinatif, tertantang dengan pluralitas, berani mengambil resiko). Hal tersebut dapat terlihat dari apa yang ditampilkan oleh siswa-siswi tersebut antara lain: bekerja lebih cepat dan banyak, mencoba banyak kemungkinan, berusaha menemukan yang baru, menyusun tahap melakukan gerakan, senang bereksperimen, melakukan gerakan yang berbeda dengan orang lain, melakukan terus sampai berhasil, dan berani mencoba gerakan baru.

Sedangkan pada kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak menerapkan bentuk-bentuk aktivitas jasmani dalam proses pembelajaran tampak didominasi oleh guru, sehingga dalam proses pembelajarannya terlihat bahwa siswa-siswi hanya mengerjakan apa yang diperintahkan oleh guru saja. Dan kondisi ini terlihat begitu berbeda dengan tampilan dari kelompok eksperimen.

### **Pengembangan Kreativitas melalui Bentuk-bentuk Aktivitas Jasmani**

Pada prinsipnya kreativitas dapat terbentuk jika tidak ada pengekangan terhadap kebebasan. Melalui penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani, yang didalamnya memberi kebebasan pada siswa untuk bereksplorasi dan mengekspresikan dirinya melalui kegiatan-kegiatan yang ada dalam proses pembelajaran, diharapkan dapat mengembangkan kreativitas, sebab kreativitas dapat terbentuk jika tidak ada pengekangan terhadap kebebasan.

Sangat disadari oleh kalangan pendidik utamanya pendidikan jasmani bahwa masalah pengembangan kreativitas hendaknya dilakukan sedini mungkin mengingat kreativitas merupakan fondasi dalam rangka membentuk manusia yang berkualitas di masa yang akan datang. Selain itu Suyanto (1995) mengatakan bahwa "... kreativitas bukanlah semata-mata bawaan dari kelahiran. Sebaliknya kreativitas memang bisa dilatihkan pada seseorang."Sehubungan dengan hal tersebut pendidikan jasmani merupakan salah satu wadah yang tepat dalam mengembangkan kreativitas, dan tujuan yang diharapkan itu akan berhasil jika lingkungan pembelajaran dapat saling mendukung dan terkelola dengan baik.

Dalam pengujian hipotesis telah teruji bahwa bentuk-bentuk aktivitas jasmani yang diberikan pada kelompok eksperimen memberikan pengaruh yang lebih signifikan terhadap pengembangan kreativitas dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu kelompok siswa yang tidak mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani tetapi dalam proses pembelajarannya mengacu pada apa yang tertera dalam GBBP. Perbedaan pengaruh tersebut selain telah diuji secara statistik, juga terdapat bukti lain yang cukup signifikan, yaitu berdasarkan nilai rata-rata antara kelompok eksperimen sebesar 6,95 dan kelompok kontrol sebesar 4,35 maka dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen dengan menerapkan bentuk-bentuk aktivitas jasmani memberikan pengaruh yang lebih signifikan terhadap pengembangan kreativitas dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu kelompok siswa yang tidak mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani tetapi dalam proses pembelajarannya mengacu pada apa yang tertera dalam GBBP.

## KESIMPULAN

1. Secara keseluruhan aktivitas pendidikan jasmani yang diujicobakan berjumlah 22 aktivitas, dan setelah diobservasi terbukti aktivitas tersebut memiliki komponen kreativitas sebesar 69% yang berarti berada pada kategori baik, dengan rincian masing-masing:
  - a. Jenis aktivitas permainan memiliki komponen kreativitas sebesar 71% yang berarti berada pada kategori baik;
  - b. Jenis aktivitas senam ketangkasan memiliki komponen kreativitas sebesar 69% yang berarti berada pada kategori baik;
  - c. Jenis aktivitas gerak berirama memiliki komponen kreativitas sebesar 68% yang berarti berada pada kategori baik. (2)
2. (a) Pada kelompok eksperimen, ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata tes awal dengan tes akhir, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengembangan kreativitas yang signifikan pada siswa kelompok eksperimen atau kelompok siswa yang mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani. (b) pada kelompok kontrol, ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata tes awal dengan tes akhir, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengembangan kreativitas yang signifikan pada kelompok kontrol atau kelompok siswa yang tidak mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani. (c) ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, sehingga dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen atau kelompok yang menerapkan bentuk-bentuk aktivitas pendidikan jasmani memberikan pengaruh yang lebih signifikan terhadap pengembangan kreativitas dibandingkan dengan kelompok kontrol atau kelompok siswa yang tidak mendapat penerapan bentuk-bentuk aktivitas jasmani.

## DAFTAR PUSTAKA

- Biddle, S.J.H. dan Chatzisarantis, N. 1999. *Motivation For a Physical Active Lifestyle Through Physical Education*. Dalam Auweele, Y.V., Bakker, F., Biddle, S. Durand, M., & Seiler. R. *Psychology For Physical Educations* (hh. 5-26) Canada: Human Kinetics.
- Bobbi De Porter, Mike Hernacki. (2006). *Quantum Learning Membiasakan Belajar Nyaman Dan Menyenangkan*. Mizan Media Utama.
- Bobbi de Porter, & Mike, Hernacki. (2005). *Quantum Learning Membiasakan Belajar Nyaman Dan Menyenangkan*. Mizan Media Utama. Terjemahan.
- Bucher, Charles A, & Wuest, Deborah A. (1995). *Foundation of Physical Education and Behaviour*. New York : Longman Group Limited.
- Dedi Supriadi. (1994). *Kreativitas, Kebudayaan & Pengembangan Iptek*\_\_Bandung: Alfabeta.
- Desmita. (2007). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya. Cetakan ketiga.
- Dwi Priyatno. (2008). *SPSS untuk Analisis Data & Uji Statistik*. MediaKom. Yogyakarta.
- Eggen, P. & Kauchak, D.(1997). *Education Psychology: Winndow on Classroom*. London: Prentice-Halol. Inc.
- Gallahue, D.L. & Ozmun, J.C. (1998). *Understanding Motor Development*, Fourth Edition. Singapore : Mc Graw-Hill International Book Company.
- Good, Thomas L., dan Brophy, Jere E., (Fourt Edition), *Educational Psychology*. New York : Longman, 1990.

- Hyllegard, R. Mood, DP. Morrow, RJ. (1996). *Interpreting Research In Sport and Exercise Science*. Mosby-Year Book, Inc: United State of America.
- Johnson, David.W. and Johnson, Frank.P. (1991). *Joining Together: Group Theory & Group skill* (Fourth Edition). Prentice-Hall Internatrional, Inc.
- Jonathan Sarwono. (2006). *Panduan Cepat dan Mudah SPSS 13*. Andi. Yogyakarta.
- Judith E. Rink. (2002). *Teaching Physical Education For Learning*. Fourth Edition. The McGraw-Hill Companies, Inc.
- Lavay, W.B., Henderson, H.L., & French, R. 1997. *Positive Behavior Management Strategie For Physical Education*. Canada: Human Kinetics.
- Metzler, M.W. (2000). *Instructional Models for Physical Education*. Boston: Allyn and Bacon
- Mosston, Muska, (edisi Kedua), (1981). *Teaching Physical Education*. Ohio : Clarks E. Merrill Publishing Company.
- Munandar, S.C.U. (1999). *Kreativitas dan Keberbakatan: Strategi Mewujudkan Potensi Kreatif dan Bakat*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan*. Remaja Rosdakarya. Bandung.
- Ngasmain & Soepartono. (1997). *Modifikasi Olahraga dan Model Pembelajaran Sebagai Strategi Pembinaan Olahraga Usia Dini Bernuansa Pendidikan. Konferensi Nasional Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Bandung.
- Pangrazi, P.P. dan Daeur, V.P. (1995). *Dynamic Physical Education For Elementary School*. Boston: Allyn and Bacon.
- Ruindungan Max. G. (1996). *Model Bimbingan Peningkatan Kreativitas Siswa Sekolah Menengah Umum*. Disertasi Doktor PPS IKIP Bandung.
- Rusli, Lutan, (1992). *Manusia dan Olahraga: Seri Bahan Kuliah Olahraga ITB*. Bandung: ITB dan FPOK UPI-Bandung.
- Rusli, Lutan, (1999). *Krisis Global Pendidikan Jasmani. Reinterpretasi Hasil Kongres World Summit on Physical Education. Makalah*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rusli, Lutan. (2001). *Asas-Asas Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta. Departemen P&K.
- Rusli Lutan. (2001). *Mengajar Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak Di Sekolah Dasar*. Jakarta: Dirjen Olahraga.
- Rusli Lutan. (2001). *Supervisi Pendidikan Jasmani: Konsep dan Praktik*. Dirjen Olahraga.
- Siedentop. (1990). *Introduction to Physical Education, Fitness, and Sport*. California : Mayfield Publishing Company.
- Sternberg, R.J. (1999b). *Cognitive Psychology*. Philadelphia: Horcourt Brace Collage Publishers.
- Sudjana. (1996). *Metode Statistika*. Tarsito. Bandung. Edisi Ke 6.
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta. Bandung.
- Utami Munandar. (1999). *Mengembangkan Bakat Dan Kreativitas Anak Sekolah*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Utami Munandar. (2004). *Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Verdien, C.L. & Nixon, J.E. (1985). *Physical Education Teacher Education: Guidelenes For Sport Pedagogy*. New York: John Willey & Sons.

