

**PENGARUH METODE PEMBELAJARAN KOOPERATIF TERHADAP
PENINGKATAN PRESTASI SISWA BIDANG STUDI PJOK di SMP NEGERI 1
SIGLI**

ichannanloen@gmail.com

Muhammad Ichsanul Fauzan, Jafaruddin, Sumarjo

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Jabal Ghafur

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Pengaruh Metode Pembelajaran Kooperatif terhadap Peningkatan Prestasi Siswa Bidang Studi PJOK di SMP Negeri 1 Sigli.” Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat prestasi siswa sebelum dan sesudah penerapan metode pembelajaran kooperatif serta pengaruh metode tersebut terhadap peningkatan prestasi belajar PJOK. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMP Negeri 1 Sigli tahun ajaran 2024/2025 yang berjumlah 477 orang, dengan sampel sebanyak 48 siswa yang dipilih menggunakan teknik random sampling. Instrumen penelitian berupa angket tertutup dengan 20 butir pernyataan skala Likert. Analisis data dilakukan secara kuantitatif menggunakan perhitungan rata-rata (mean), standar deviasi, Penilaian Acuan Norma (PAN), dan distribusi persentase kategori. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor angket siswa adalah 77,23 dengan standar deviasi 9,08. Berdasarkan klasifikasi PAN, diperoleh sebanyak 39,58% siswa berada pada kategori Tinggi, 25,00% siswa pada kategori Sedang, 25,00% siswa pada kategori Rendah, dan 10,42% siswa pada kategori Sangat Rendah, sementara tidak ada siswa pada kategori Sangat Tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran kooperatif memberikan pengaruh positif terhadap prestasi siswa dalam pembelajaran PJOK, meskipun implementasinya masih perlu ditingkatkan agar hasil yang diperoleh lebih merata.

Kata Kunci: Metode, Pembelajaran, Kooperatif, Prestasi

Pendahuluan

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) merupakan salah satu bidang studi penting dalam pembentukan karakter, kebugaran jasmani, dan keterampilan sosial siswa di tingkat sekolah menengah pertama (SMP). Melalui PJOK, siswa tidak hanya diajarkan tentang pentingnya kesehatan fisik, tetapi juga nilai-nilai kerja sama, sportivitas, disiplin, dan tanggung jawab. Menurut Suherman (2021:15), PJOK berperan dalam mengembangkan sikap positif terhadap aktivitas fisik seumur hidup. Prestasi aktif siswa sangat penting dalam proses belajar, khususnya dalam pembelajaran PJOK yang menekankan

aspek praktik. Menurut Sari dan Widiastuti (2022:33), keterlibatan siswa dalam aktivitas pembelajaran secara langsung berkorelasi positif dengan pencapaian hasil belajar. Tanpa prestasi aktif, siswa cenderung pasif, sehingga tujuan pembelajaran menjadi tidak optimal. Dyson (2020:45) menambahkan bahwa rendahnya prestasi siswa dalam aktivitas jasmani dapat berdampak negatif terhadap motivasi belajar dan perkembangan keterampilan sosial.

Salah satu strategi pembelajaran yang terbukti efektif dalam meningkatkan prestasi siswa adalah metode pembelajaran kooperatif. Pembelajaran kooperatif menempatkan siswa dalam kelompok-

kelompok kecil di mana mereka bekerja sama untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu. Menurut Slavin (2020:8), pembelajaran kooperatif mendorong interaksi positif di antara siswa, memperkuat rasa tanggung jawab individu, dan meningkatkan hasil belajar melalui kerja sama. Dalam konteks PJOK, pendekatan ini memungkinkan siswa saling mendukung dalam menguasai keterampilan motorik dan konsep kebugaran.

Metode pembelajaran kooperatif mengubah paradigma pembelajaran yang semula berpusat pada guru menjadi berpusat pada siswa. Hal ini sejalan dengan prinsip Merdeka Belajar yang dicanangkan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, yaitu menekankan kemandirian siswa dalam proses belajar (Kemendikbudristek 2020:5). Melalui metode ini, siswa tidak hanya aktif secara fisik, tetapi juga berprestasi dalam diskusi, berbagi ide, dan membangun keterampilan sosial.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode pembelajaran kooperatif dalam mata pelajaran PJOK dapat meningkatkan motivasi, prestasi, serta hasil belajar siswa. Penelitian oleh Rahmadani (2023:44) menemukan bahwa siswa yang belajar dengan metode kooperatif menunjukkan peningkatan prestasi sebesar 25% dibandingkan dengan metode pembelajaran konvensional. Selain itu, kerja sama dalam kelompok kecil membantu siswa mengatasi rasa malu atau takut gagal, karena adanya dukungan dari teman sekelompok (Widodo 2021:72).

Di samping itu, Johnson dan Johnson (2021:15) menyatakan bahwa pembelajaran kooperatif mengembangkan keterampilan interpersonal seperti komunikasi, empati, dan pemecahan masalah, yang semuanya sangat relevan dalam konteks pembelajaran PJOK. Dengan demikian, metode ini tidak hanya

meningkatkan aspek kognitif dan motorik, tetapi juga kompetensi sosial siswa.

Konteks penelitian ini berlokasi di SMP Negeri 1 Sigli, sebuah sekolah yang menjadi representasi dari tantangan pembelajaran PJOK di tingkat SMP di daerah. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada semester ganjil tahun ajaran 2024/2025, diketahui bahwa tingkat prestasi siswa dalam pembelajaran PJOK tergolong rendah. Banyak siswa yang kurang antusias mengikuti kegiatan, cenderung pasif, dan hanya sedikit yang berinisiatif dalam berprestasi dalam aktivitas pembelajaran.

Rendahnya prestasi ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya metode pembelajaran yang kurang variatif, minimnya kesempatan untuk berkolaborasi, rendahnya motivasi intrinsik siswa, serta belum optimalnya pemberdayaan potensi siswa. Menurut Putra dan Hidayati (2021:58), keberhasilan pembelajaran PJOK sangat dipengaruhi oleh pendekatan yang melibatkan siswa secara aktif dan membangun rasa percaya diri.

1. TEORI

2.1 Model Pembelajaran Kooperatif

2.1.1 Pengertian Model Pembelajaran Kooperatif

Model pembelajaran merupakan kerangka konseptual yang menggambarkan prosedur sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan pembelajaran. Trianto (2010:52) menjelaskan bahwa model pembelajaran berfungsi sebagai pedoman bagi perancang pengajaran dan para guru dalam melaksanakan proses pengajaran. Salah satu model yang banyak digunakan adalah pembelajaran kooperatif.

Made Wena (2009:189) menyatakan bahwa prinsip dasar pembelajaran kooperatif adalah membentuk kelompok kecil di mana siswa saling mengajar satu sama lain untuk mencapai tujuan bersama. Hamid Hasan dalam Etin Solihatin (2009:4)

menambahkan bahwa kooperatif berarti bekerja bersama untuk mencapai tujuan bersama, dengan setiap individu dalam kelompok berusaha memberikan hasil terbaik bagi kelompoknya.

Isjoni (2011:12) menggambarkan pembelajaran kooperatif sebagai strategi belajar yang melibatkan kelompok kecil dengan tingkat kemampuan yang berbeda, di mana setiap anggota saling membantu memahami materi. Slavin dalam Isjoni (2011:17) menekankan bahwa guru mendorong siswa untuk bekerja sama dalam berbagai kegiatan seperti diskusi dan pengajaran teman sebaya.

Selanjutnya, Johnson & Johnson dalam Hartono (2008:25) menekankan bahwa pembelajaran kooperatif memanfaatkan kelompok kecil untuk memaksimalkan hasil belajar siswa. Menurut Slavin (2010:5), model ini dapat diterapkan di semua jenis kelas, termasuk kelas berbakat, pendidikan khusus, dan kelas heterogen, serta efektif dalam membangun hubungan antar siswa dari berbagai latar belakang.

Dengan demikian, pembelajaran kooperatif merupakan pendekatan yang tidak hanya menitikberatkan pada hasil akademik, tetapi juga pada pengembangan keterampilan sosial, kolaborasi, dan solidaritas di antara siswa.

2.1.2 Ciri-Ciri Pembelajaran Kooperatif

Menurut Yatim Rianto (2010:266), ciri-ciri pembelajaran kooperatif yaitu :

- a. Kelompok dibentuk dengan siswa kemampuan tinggi, sedang, rendah.
- b. Siswa melihat semua anggota mempunyai tujuan yang sama
- c. Membagi tugas dan tanggung jawab sama
- d. Akan dievaluasi untuk semua
- e. Berbagi kepemimpinan dan keterampilan untuk bekerja bersama
- f. Diminta mempertanggung jawabkan individual materi yang ditangani.

2.1.3 Tujuan Pembelajaran Kooperatif

Pelaksanaan model pembelajaran kooperatif membutuhkan partisipasi dan kerjasama dalam kelompok pembelajaran. Pembelajaran kooperatif dapat meningkatkan cara belajar siswa menuju cara belajar yang lebih baik, sikap saling tolong menolong dalam beberapa perilaku sosial. Tujuan utama dalam penggunaan model pembelajaran kooperatif adalah agar peserta didik dapat belajar secara berkelompok bersama teman-temannya dengan cara saling menghargai pendapat dan memberikan kesempatan temannya untuk mengemukakan pendapat secara berkelompok.

Model pembelajaran kooperatif dikembangkan untuk mencapai setidaknya tiga tujuan pembelajaran yang dirangkum Ibrahim, dkk dalam Isjoni (2011:27) sebagai berikut:

- a. Hasil belajar akademik. Beberapa ahli berpendapat bahwa model ini unggul dalam membantu siswa memahami konsep-konsep yang sulit.
- b. Penerimaan terhadap perbedaan individu. Penerimaan yang luas terhadap orang yang berbeda menurut ras, budaya, kelas sosial, kemampuan, maupun ketidakmampuan. Mengajarkan untuk saling menghargai satu sama lain.
- c. Pengembangan keterampilan sosial. Mengajarkan kepada siswa keterampilan kerja sama dan kolaborasi. Keterampilan ini penting karena banyak anak muda dan orang dewasa masih kurang dalam keterampilan sosial.

2.1.4 Karakteristik Pembelajaran Kooperatif

Menurut Wina Sanjaya (2006:244-246) menjelaskan karakteristik pembelajaran kooperatif diantaranya adalah pembelajaran secara tim,

didasarkan pada manajemen kooperatif, kemauan untuk bekerja sama, dan keterampilan bekerja sama.

- a. Pembelajaran secara tim
Pembelajaran kooperatif adalah pembelajaran secara tim. Tim merupakan tempat untuk mencapai tujuan. Oleh karena itu, tim harus mampu membuat setiap siswa belajar. Semua anggota tim harus saling membantu untuk mencapai tujuan pembelajaran. Untuk itulah, kriteria keberhasilan pembelajaran ditentukan oleh keberhasilan tim.
- b. Didasarkan pada manajemen kooperatif
Pembelajaran kooperatif memerlukan perencanaan yang matang agar proses pembelajaran berjalan secara efektif, misalnya tujuan apa yang akan dicapai, bagaimana cara mencapainya, apa yang harus digunakan untuk mencapai tujuan itu dan lain-lain.
- c. Kemauan untuk bekerja sama
Dalam pembelajaran kooperatif setiap anggota kelompok bukan saja harus diatur tugas dan tanggung jawab masing-masing, akan tetapi juga ditanamkan perlunya saling membantu. Misalnya, yang pandai membantu yang kurang pandai.
- d. Keterampilan bekerja sama
Kemauan untuk bekerja sama itu kemudian dipraktikkan melalui aktivitas dan kegiatan yang tergambar dalam keterampilan bekerja sama. Siswa perlu didorong untuk mau dan sanggup berinteraksi dan berkomunikasi dengan anggota lain.

Berdasarkan pada keempat karakteristik pembelajaran kooperatif, diharapkan pembelajaran kooperatif

mampu memotivasi siswa dalam melaksanakan berbagai kegiatan, sehingga mereka merasa tertantang untuk menyelesaikan tugas-tugas bersama secara kreatif.

Model pembelajaran kooperatif ini akan dapat terlaksana dengan baik jika dapat ditumbuhkan suasana belajar yang memungkinkan di antara siswa dengan siswa serta antara siswa dengan guru merasa bebas mengeluarkan pendapat dan idenya. Guru dapat mengajukan berbagai pertanyaan atau permasalahan yang harus dipecahkan di dalam kelompok. Siswa berupaya untuk berpikir keras dan saling mendiskusikan di dalam kelompok. Guru juga mendorong siswa untuk mampu mendemonstrasikan pemahamannya tentang pokok-pokok permasalahan yang dikaji menurut cara kelompok.

Tiga konsep sentral yang menjadi karakteristik pembelajaran kooperatif sebagaimana dikemukakan Slavin (Isjoni, 2009) yaitu penghargaan kelompok, pertanggung jawaban individu, dan kesempatan yang sama untuk berhasil.

1) Penghargaan kelompok

Pembelajaran kooperatif menggunakan tujuan-tujuan kelompok untuk memperoleh penghargaan kelompok. Penghargaan kelompok diperoleh jika kelompok mencapai skor di atas kriteria yang ditentukan. Keberhasilan kelompok didasarkan pada penampilan individu sebagai anggota kelompok dalam menciptakan hubungan antar personal yang saling mendukung, saling membantu, dan saling peduli.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Menurut Suharsimi Arikunto (2010:3), penelitian deskriptif adalah jenis penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi, atau hal-hal lain yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Pendekatan kuantitatif

digunakan karena data yang dikumpulkan berupa angka-angka yang dapat dianalisis secara statistik untuk menggambarkan persepsi siswa terhadap metode pembelajaran kooperatif dalam mata pelajaran PJOK. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei, dengan angket sebagai instrumen utama pengumpulan data. Menurut Arikunto (2010:312), metode survei merupakan metode penelitian yang dilakukan terhadap sejumlah besar subjek, dan bertujuan untuk mengumpulkan informasi atau pendapat mengenai gejala yang sedang berlangsung pada saat penelitian dilakukan. Penggunaan metode survei dalam penelitian ini memungkinkan peneliti memperoleh gambaran objektif mengenai pengaruh metode pembelajaran kooperatif terhadap peningkatan prestasi siswa bidang studi PJOK berdasarkan persepsi mereka sendiri.

3.1 Populasi dan Sampel

3.1.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2019:117), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 1 Sigli tahun ajaran 2024/2025 yang mengikuti pembelajaran PJOK yang berjumlah 477 siswa yang terdiri dari 212 laki-laki dan 265 perempuan

3.1.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut Sugiyono (2013:118). Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah **random sampling**, yaitu teknik pengambilan sampel secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi. Teknik ini digunakan agar setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk

dijadikan sampel. Menurut Suharsimi Arikunto (2010:134), “Apabila jumlah subjeknya lebih dari 100 orang, maka dapat diambil sampel antara 10% - 25% atau lebih besar dari itu, sedangkan bilamana jumlah populasi kurang dari 100 orang maka seluruh populasi dapat dijadikan sampel.” Berdasarkan pendapat tersebut, peneliti mengambil sampel sebesar 10% dari jumlah populasi. Maka yang menjadi sampel dalam penelitian ini berjumlah 48 siswa

3.2 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat bantu yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data dalam rangka menjawab rumusan masalah dan mencapai tujuan penelitian. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan berupa angket tertutup yang disusun berdasarkan indikator dari variabel pengaruh metode pembelajaran kooperatif terhadap peningkatan prestasi siswa dalam bidang studi PJOK di SMP Negeri 1 Sigli.

Menurut Suharsimi Arikunto (2006:136), instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasil penelitiannya lebih cermat, lengkap, dan sistematis, sehingga mudah dianalisis.

a. Teknik Pengumpulan Data

2. Teknik pengumpulan data merupakan cara-cara yang dilakukan dalam mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian. Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu :

3. Observasi

a. Observasi adalah mengemukakan observasi merupakan sebuah pengamatan secara langsung terhadap suatu objek yang ada di lingkungan baik itu yang sedang berlangsung atau masih dalam tahap yang meliputi berbagai aktivitas perhatian terhadap suatu kajian objek yang menggunakan pengindraan. Dan merupakan dari suatu tindakan yang

dilakukan secara sengaja atau sadar dan juga sesuai urutan.

4. Wawancara

a. Wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui pertanyaan yang diajukan oleh peneliti kepada informan, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Sedangkan pendapat lain juga menyatakan bahwa wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Dari beberapa pernyataan diatas, dapat penulis simpulkan bahwa wawancara dialog antara kedua belah pihak antara si pewawancara dengan yang diwawancara (responden). Wawancara terbagi atas beberapa macam yaitu wawancara structural, wawancara nonstruktural, dan wawancara kompetisi, berikut penjelasannya :

b. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen berupa angket (kuisisioner). Angket merupakan alat pengumpulan data berbentuk daftar pernyataan tertulis yang diajukan kepada responden untuk memperoleh informasi sesuai dengan tujuan penelitian. Menurut Sugiyono (2017:142), angket adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode pembelajaran kooperatif terhadap peningkatan prestasi belajar siswa dalam mata pelajaran PJOK. Data dikumpulkan melalui penyebaran angket kepada 48 siswa, kemudian dianalisis secara statistik deskriptif yang meliputi perhitungan nilai rata-rata, standar deviasi, pengkategorian

berdasarkan Penilaian Acuan Norma (PAN), serta persentase distribusi tiap kategori.

1. 4.1.1 Hasil Skor Total Responden

Berikut adalah rekapitulasi skor total dari 48 responden berdasarkan hasil angket yang telah diisi:

Tabel 4.1 Skor Total Angket Responden

No	Nama	Skor Total
1	Abdul Aziz	66
2	Abrar Azizi	79
3	Aisya Ananda Putri	88
4	Alda Humaira	74
5	Andrian Syaputra	70
6	Asmika	67
7	Dalila Alifah	88
8	Dika Praselia	80
9	Farhan	66
10	Farid Naofal	85
11	Lutfan Alkamil	78
12	Muhammad Alif Barkhiya	82
13	Muhammad Asif Barkhiya	70
14	Muhammad Rifki Afandi	70
15	Muhammad Rafi	83
16	Muhammad Riski	80
17	Misrul Khaira	63
18	Nadila Afrilia	67
19	Naila Syakira	83
20	Naziur Humaira	62
21	Nazilatul Muna	81
22	Putri Salima Azura	80
23	Reda Miati	61
24	Rifki	83
25	Riska Saprina	71
26	Riski Azizul	89
27	Syafa Qamara	65
28	Syahiratul Maghfirah	61
29	Taqiyya	87
30	Teguh Alfiansyah	80
31	Wulandari	60
32	Wulan Safira	71
33	Zahatul Asyifa	85
34	Adelia Aqilla	81
35	Aelfitra Ramadhan	88

36	Alfian	71
37	Aulia Zuhra Rahmadhani	84
38	Najwa Fitria	76
39	Muhammad Alfarisi	86
40	Muhammad Qausar	86
41	Mujibul Azizi	90
42	Safril Furqan	69
43	Safira Riskia	87
44	Fazia	87
45	Muhammad Rifki Aufa	75
46	T. Muhammad Al Hadi	74
47	Nurlia Fitria	89
48	Muhammad Al Ikram	89
Jumlah		3707

Tabel 4.1 menyajikan hasil pengumpulan data melalui angket yang telah diberikan kepada 48 responden, yaitu siswa SMP Negeri 1 Sigli yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Setiap responden diminta mengisi angket yang terdiri dari 20 butir pernyataan dengan menggunakan skala Likert 1 sampai 5. Oleh karena itu, rentang skor maksimal setiap responden adalah 100 dan minimal 20. Dari hasil rekapitulasi, terlihat bahwa nilai skor total responden bervariasi antara skor terendah sebesar 60 dan skor tertinggi sebesar 90. Jumlah total skor keseluruhan dari 48 responden adalah 3.707.

4.1.2 Perhitungan nilai rata-rata dan standar deviasi

Berdasarkan hasil penyebaran angket kepada 48 responden, diperoleh data skor total 3707 yang kemudian dihitung nilai rata-rata (mean) dan standar deviasinya.

1. Hitung Rata-rata (Mean)

Rata-rata diperoleh dari total jumlah skor seluruh responden dibagi dengan jumlah responden, sesuai dengan rumus:

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

Diketahui :

$$\sum X = 3707$$

$$N = 48$$

Maka :

$$\bar{X} = \frac{3707}{48} = 77,23$$

Dengan demikian, nilai rata-rata skor total siswa adalah 77,23.

2. Hitung Standar Deviasi

Sebelum menghitung standar deviasi, terlebih dahulu dilakukan penghitungan jumlah kuadrat selisih skor individu dengan rata-rata. Langkah-langkah perhitungannya adalah sebagai berikut:

1. Menghitung selisih setiap skor siswa dengan nilai rata-rata ($X_{i} - \bar{X}$)
2. Mengkuadratkan hasil selisih tersebut
3. Menjumlahkan seluruh hasil kuadrat
4. Membagi jumlah tersebut dengan jumlah responden (N)
5. Mengakarkan hasilnya

Berikut adalah tabel perhitungan sebelum menghitung standar deviasi berdasarkan rumus:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum (X_i - \bar{X})^2}{N}}$$

Dengan:

$$X_{i} = \text{Skor individu ke-} i$$

$$\bar{X} = \text{Rata-rata} = 77,23$$

$$N = \text{Jumlah responden} = 48$$

Tabel 4.2 Perhitungan Selisih dan Kuadrat Selisih Skor Responden terhadap Rata-rata

Tabel di atas menyajikan tahapan perhitungan sebelum diperoleh nilai standar deviasi (S) dari skor angket siswa. Dalam proses ini, setiap skor total responden (X_i) dikurangkan dengan nilai rata-rata ($\bar{X} = 77,23$) untuk memperoleh selisih ($X_i - \bar{X}$). Selanjutnya, setiap hasil selisih dikuadratkan untuk menghilangkan nilai negatif dan memberikan bobot lebih

besar pada penyimpangan yang ekstrem. Hasil dari kuadrat selisih tersebut ditampilkan dalam kolom $(X_i - \bar{X})^2$. Proses ini dilakukan untuk seluruh 48 responden. Hasil akhir dari kolom $(X_i - \bar{X})^2$ kemudian dijumlahkan, menghasilkan nilai total sebesar 3956,48. Jumlah kuadrat selisih ini kemudian digunakan dalam perhitungan standar deviasi dengan rumus:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{X})^2}{N}}$$

$$SD = \sqrt{\frac{3956,48}{48}}$$

$$= \sqrt{82,43}$$

$$= 9,08$$

Nilai standar deviasi sebesar 9,08 menunjukkan bahwa skor angket siswa cukup tersebar di sekitar nilai rata-rata 77,23. Dengan kata lain, variasi persepsi siswa terhadap metode pembelajaran kooperatif berada pada tingkat sedang, yang menandakan adanya keragaman tanggapan namun masih berada dalam rentang yang wajar dan terkontrol.

4.1.3 Kategori Penilaian Berdasarkan PAN

Pengkategorian dilakukan berdasarkan pendekatan Penilaian Acuan Norma (PAN) menurut Saifuddin Azwar (2010:163), dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 4.3 Klasifikasi Kategori PAN

Rentang Skor	Kategori
$X > M + 1,5S$	Sangat Tinggi
$M + 0,5S < X \leq M + 1,5S$	Tinggi
$M - 0,5S < X \leq M + 0,5S$	Sedang
$M - 1,5S < X \leq M - 0,5S$	Rendah
$X \leq M - 1,5S$	Sangat Rendah

Sumber : Saifuddin Azwar (2010:163)

Berdasarkan perhitungan statistik sebelumnya diperoleh: Mean (M) = 77,23 dan Standar Deviasi (S) = 9,08. Maka, diperoleh nilai batas kategori seperti dalam tabel berikut:

2. Tabel 4.4 Klasifikasi Kategori Skor Berdasarkan Penilaian Acuan Norma (PAN)

Kategori	Hasil Perhitungan	Rentang Skor
Sangat Tinggi	$X > 77,23 + (1,5 \times 9,08) = 90,85$	$X > 90,85$
Tinggi	$77,23 + 4,54 \leq X \leq 90,85$	$81,77 \leq X \leq 90,85$
Sedang	$72,69 \leq X \leq 81,77$	$72,69 \leq X \leq 81,77$
Rendah	$63,61 \leq X \leq 72,69$	$63,61 \leq X \leq 72,69$
Sangat Rendah	$X \leq 77,23 - (1,5 \times 9,08) = 63,61$	$X \leq 63,61$

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa nilai skor angket siswa dapat diklasifikasikan berdasarkan jarak skor terhadap nilai rata-rata dan simpangan baku. Lima kategori disusun dari Sangat Rendah hingga Sangat Tinggi. Pendekatan ini sangat berguna dalam penelitian untuk menilai posisi individu atau kelompok dalam distribusi data secara objektif. Dalam konteks penelitian ini, klasifikasi digunakan untuk melihat sejauh mana pengaruh metode pembelajaran kooperatif terhadap prestasi siswa bidang PJOK.

Tabel 4.5 Kategori Skor Berdasarkan PAN

Setelah melakukan klasifikasi skor responden berdasarkan pendekatan Penilaian Acuan Norma (PAN), langkah selanjutnya adalah menghitung persentase jumlah siswa pada masing-masing kategori. Perhitungan ini bertujuan untuk memberikan gambaran distribusi tanggapan siswa terhadap pengaruh metode pembelajaran kooperatif dalam pembelajaran PJOK. Perhitungan persentase dilakukan dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi (jumlah siswa dalam kategori tertentu)

N = Jumlah seluruh Responden (dalam penelitian ini, N = 48)

Hasil dari perhitungan ini memberikan pemahaman kuantitatif mengenai sebaran persepsi siswa. Jika distribusi tanggapan menunjukkan dominasi pada kategori sedang dan tinggi, maka hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa merespons positif metode pembelajaran kooperatif. Sebaliknya, jika proporsi kategori rendah cukup signifikan, maka perlu adanya evaluasi lebih lanjut terhadap implementasi metode tersebut. Nilai standar deviasi sebesar 9,08 menunjukkan bahwa skor angket siswa cukup tersebar di sekitar nilai rata-rata 77,23. Dengan kata lain, variasi persepsi siswa terhadap metode pembelajaran kooperatif berada pada tingkat sedang, yang menandakan adanya keragaman tanggapan namun masih berada dalam rentang variabilitas yang dapat diterima secara statistik.

Tabel 4.6 Rekapitulasi Jumlah dan Persentase Kategori Skor Responden

Kategori	Jumlah Responden (F)	Persentase (%)
Sangat Tinggi	0	0,00%
Tinggi	19	$(19/48) \times 100\% = 39,58\%$
Sedang	12	$(12/48) \times 100\% = 25,00\%$
Rendah	12	$(12/48) \times 100\% = 25,00\%$
Sangat Rendah	5	$(5/48) \times 100\% = 10,42\%$
Total	48	100,00%

Berdasarkan Tabel 4.6 di atas, diperoleh bahwa: sebanyak 19 responden

(39,58%) berada dalam kategori Tinggi, menunjukkan bahwa hampir setengah dari siswa memberikan respon positif terhadap metode pembelajaran kooperatif. Masing-masing 12 responden (25,00%) termasuk ke dalam kategori Sedang dan Rendah, menandakan bahwa persepsi siswa cukup merata antara sedang dan kurang efektif. Sebanyak 5 responden (10,42%) termasuk dalam kategori Sangat Rendah, dan tidak ada responden yang mencapai kategori Sangat Tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa menilai metode pembelajaran kooperatif cukup efektif dalam mendukung prestasi belajar PJOK, meskipun masih terdapat sebagian siswa yang belum sepenuhnya merasakan dampaknya.

Pembahasan

Dalam penelitian ini. Peneliti menggunakan wawancara terstruktur, yaitu dengan mengajukan pertanyaan yang konsisten untuk setiap guru PJOK yang ada di SMA Negeri 1 Peukan Baro.

5. Dokumentasi

a. Metode dokumentasi adalah metode pengumpulan data yang datanya diperoleh dari buku, internet, atau dokumen lain yang menunjang penelitian yang dilakukan. Metode ini digunakan sebagai pembuktian yang berupa tulisan, gambar atau bukti benda lainnya yang dapat melengkapi data.

6. Kuesioner/Angket

a. Kuesioner/angket merupakan metode pengumpulan data yang telah dilakukan dengan cara memberikan beberapa macam pertanyaan yang berhubungan dengan masalah penelitian. Menurut Sugiyono (2017:142) kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

Tabel 3.1 Kriteria Penilaian Kuesioner/Angket (Sugiyono, 2009:135)

b. Teknik Analisis Data

7. Analisis data adalah suatu proses pengolahan data menjadi suatu informasi baru agar karakteristik data menjadi lebih mudah dimengerti. Peneliti melakukan analisis data dimulai dari sebagai berikut :

8. Reduksi

a. Mereduksi berarti merangkum, memilih hal-hal pokok dan penting kemudian dicari tema dan polanya (Sugiyono, 2013). Pada tahap ini peneliti memilah informasi mana yang relevan dan mana yang tidak relevan dengan penelitian. Setelah direduksi data akan mengerucut, semakin sedikit dan mengarah ke inti permasalahan sehingga mampu memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai objek penelitian. Reduksi data dalam penelitian ini menunjuk kepada proses pemilihan, pemokusan, penyederhanaan, pemisahan, dan pentransformasian data mentah yang terlihat dalam catatan tertulis lapangan. Oleh karena itu reduksi data telah dilakukan sebelum pengumpulan data di lapangan, yaitu pada waktu penyusunan proposal, pada saat menentukan kerangka konseptual, tempat, perumusan pertanyaan penelitian, dan pemilihan pendekatan dalam pengumpulan data.

9. Penyajian Data

a. Menurut (Siregar, 2021) analisis data merupakan upaya mencari dan menata secara sistematis catatan hasil observasi, wawancara, dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya sebagai temuan bagi orang lain. Sedangkan untuk meningkatkan pemahaman tersebut analisis perlu dilanjutkan dengan berupaya mencari makna.

b. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data biasa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart dan sejenisnya. Yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian

kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif. Dengan mendisplay data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang dipahami tersebut. Pada penelitian ini data disajikan dalam bentuk deskriptif.

10. Penarikan Kesimpulan

a. Menurut (Rijali, 2019) upaya penarikan kesimpulan dilakukan peneliti secara terus-menerus selama berada di lapangan. Dari permulaan pengumpulan data, peneliti kualitatif mulai mencari arti benda-benda, mencatat keteraturan pola-pola (dalam catatan teori), penjelasan-penjelasan, konfigurasi-konfigurasi yang mungkin, alur sebab akibat, dan proposisi. Kesimpulan-kesimpulan ini ditangani secara longgar, tetap terbuka, dan skeptis, tetapi kesimpulan sudah disediakan. Mula-mula belum jelas, namun kemudian meningkat menjadi lebih rinci dan mengakar dengan kokoh.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh metode pembelajaran kooperatif terhadap peningkatan prestasi siswa bidang studi PJOK di SMP Negeri 1 Sigli, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

5.1.1 Rata-rata skor angket siswa adalah 77,23 dengan standar deviasi sebesar 9,08, yang menunjukkan bahwa skor siswa cukup tersebar namun masih dalam batas yang wajar terhadap pengaruh metode pembelajaran kooperatif.

5.1.2 Berdasarkan klasifikasi Penilaian Acuan Norma (PAN), sebagian besar siswa termasuk dalam kategori Tinggi (39,58%) dan Sedang (25,00%), yang berarti bahwa sebagian besar siswa menilai bahwa metode pembelajaran kooperatif memberikan pengaruh positif

terhadap peningkatan prestasi belajar mereka dalam mata pelajaran PJOK.

5.1.3 Meskipun demikian, masih terdapat 25,00% siswa pada kategori Rendah dan 10,42% siswa dalam kategori Sangat Rendah, yang mengindikasikan bahwa penerapan metode pembelajaran kooperatif belum berjalan secara optimal bagi semua siswa.

5.1.4 Tidak ada siswa yang berada dalam kategori Sangat Tinggi, yang menandakan bahwa penerapan metode ini masih memiliki ruang untuk ditingkatkan agar hasil pembelajaran dapat lebih maksimal.

Secara keseluruhan, metode pembelajaran kooperatif terbukti memberikan pengaruh positif terhadap prestasi belajar PJOK siswa, namun perlu adanya perbaikan dalam implementasi dan evaluasi agar hasil yang diperoleh lebih merata dan signifikan.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan penelitian, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Guru PJOK

Diharapkan dapat terus mengembangkan dan menerapkan metode pembelajaran kooperatif dengan lebih optimal, terutama dalam membimbing siswa dalam kerja sama kelompok agar lebih aktif, saling membantu, dan bertanggung jawab.

5.2.2 Bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat lebih aktif dalam mengikuti proses pembelajaran kooperatif dan berkontribusi dalam kelompok, karena metode ini memberikan ruang belajar yang lebih interaktif dan menyenangkan.

5.2.3 Bagi Sekolah:

Diharapkan mendukung penerapan metode pembelajaran inovatif seperti kooperatif dengan menyediakan fasilitas belajar yang mendukung kegiatan kelompok dan pengembangan profesionalisme guru melalui pelatihan.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya:

Diharapkan melakukan penelitian lanjutan dengan memperluas variabel seperti motivasi belajar, keaktifan siswa, atau membandingkan metode pembelajaran lainnya agar hasil penelitian lebih komprehensif

Daftar Pustaka

Astin, A. W. (2019). Student Involvement: A Developmental Theory for

Higher Education. *Journal of College Student Development*.

- Chen, W., & Sun, H. (2021). *Active and Healthy Schools: A Whole-School Approach to Physical Activity*. Champaign: Human Kinetics.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dyson, B. (2020). *Cooperative Learning in Physical Education and Physical Activity: A Practical Guide*. London: Routledge.
- Etin, S. (2009). *Cooperative Learning: Analisis Model Pembelajaran Kooperatif untuk Peningkatan Interaksi Siswa dalam Belajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hartono. (2008). *Pembelajaran Aktif Inovatif Kreatif Efektif dan Menyenangkan*. Pekanbaru: Zanafa Publishing.
- Isjoni. (2011). *Cooperative Learning*. Bandung: Alfabeta.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2021). *Cooperation and the Use of Technology*. New York: Routledge.
- Kemendikbudristek. (2020). *Merdeka Belajar: Konsep dan Implementasi*. Jakarta: Direktorat Jenderal PAUD, DIKDAS, dan DIKMEN.
- Made Wena. (2009). *Strategi Pembelajaran Inovatif Kontemporer: Suatu Tinjauan Konseptual Operasional*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Noer, S. et al. (2023). *Peran Guru dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran PJOK*. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 11(1), 24–31.
- Nugraha, R., & Wibowo, A. (2021). *Pendidikan Jasmani dan Pengembangan Kurikulum PJOK Modern*. Bandung: Cakrawala Press.
- Panintz, R. dalam Suprijono, A. (2009). *Cooperative Learning: Teori & Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Priyatno, D. (2020). *SPSS untuk Penelitian*. Yogyakarta: Andi Publisher.
- Putra, A. H., & Hidayati, N. (2021). *Strategi Meningkatkan Prestasi Siswa dalam Pembelajaran PJOK*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 7(2), 55–60.
- Putra, R., & Khory, M. (2021a). *Pendidikan Jasmani sebagai Media Pengembangan Potensi Siswa*. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 5(2), 102–109.
- Putri, N. A. (2023). *Peran Guru PJOK dalam Penanaman Nilai Sportivitas*. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(1), 44–50.
- Rahmadani, L. (2023). *Pengaruh Metode Pembelajaran Kooperatif terhadap Motivasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran PJOK*. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5(1), 40–50.
- Raibowo, S., & Nopiyanto, Y. (2020). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Rusman. (2011). *Model-Model Pembelajaran: Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

- Sanjaya, W. (2006). *Strategi Pembelajaran: Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Sari, M. D., & Widiastuti, S. (2022). *Hubungan Prestasi Siswa dengan Hasil Belajar PJOK di SMP. Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 10(1), 30–38.
- Siedentop, D. (2019). *Introduction to Physical Education, Fitness, and Sport*. New York: McGraw-Hill Education.
- Slavin, R. E. (2010). *Cooperative Learning: Teori, Riset dan Praktik*. Bandung: Nusa Media.
- Slavin, R. E. (2020). *Cooperative Learning: Theory, Research, and Practice* (2nd ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Solihatin, E. (2009). *Cooperative Learning: Analisis Model Pembelajaran Kooperatif untuk Peningkatan Interaksi Siswa dalam Belajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- .