



PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN BERBASIS PERMAINAN DALAM PENINGKATAN MINAT BELAJAR LARI SPRINT PADA SISWA SD NEGERI 060931 MEDAN AMPLAS

THE EFFECT OF GAME-BASED LEARNING MODEL IN INCREASING INTEREST IN LEARNING SPRINT RUNNING AMONG STUDENTS OF STATE ELEMENTARY SCHOOL 060931 MEDAN AMPLAS

Talentia¹, Samsuddin Siregar²

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Medan

Email : talentiargg@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 27-09-2025

Revised : 28-09-2025

Accepted : 30-09-2025

Pulished : 02-10-2025

Abstract

The purpose of this study was to analyze the effect of a game-based learning model on increasing interest in sprinting among elementary school students. The initial problem identified was low student interest in sprinting lessons, perceived as monotonous, boring, and lacking variety. This study used an experimental method with a One Group Pretest-Posttest Design. The sample was 10 fourth-grade students at Medan Amplas Public Elementary School 060931. The research instrument was a learning interest questionnaire with 12 items measuring students' attention, interest, active participation, and enjoyment. The data obtained were analyzed descriptively using minimum, maximum, mean, median, mode, and standard deviation values. The results showed a significant increase in the average score of students' learning interest, from 26.0 (moderate category) in the pretest to 37.5 (high category) in the posttest. Thus, the game-based learning model is effective in creating a more enjoyable learning environment, increasing student active engagement, and fostering intrinsic motivation in sprinting lessons.

Keywords: *Game-Based Learning Model, Learning Interest, Sprinting*

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh model pembelajaran berbasis permainan terhadap peningkatan minat belajar lari sprint siswa sekolah dasar. Permasalahan awal yang ditemukan adalah rendahnya minat siswa dalam mengikuti pembelajaran lari sprint karena dianggap monoton, membosankan, dan kurang bervariasi. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain One Group Pretest-Posttest Design. Sampel penelitian adalah 10 siswa kelas IV SD Negeri 060931 Medan Amplas. Instrumen penelitian berupa angket minat belajar dengan 12 butir pernyataan yang mengukur aspek perhatian, ketertarikan, partisipasi aktif, dan perasaan senang siswa. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif menggunakan nilai minimum, maksimum, rata-rata, median, modus, serta standar deviasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada skor rata-rata minat belajar siswa, yaitu dari 26,0 (kategori sedang) pada pretest menjadi 37,5 (kategori tinggi) pada posttest. Dengan demikian, model pembelajaran berbasis permainan efektif dalam menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, meningkatkan keterlibatan aktif siswa, serta menumbuhkan motivasi intrinsik dalam pembelajaran lari sprint.

Kata Kunci: Model Pembelajaran Berbasis Permainan, Minat Belajar, Lari Sprint



PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari kurikulum pendidikan dasar yang bertujuan membentuk kebugaran jasmani, keterampilan motorik, serta sikap positif siswa terhadap aktivitas fisik. Salah satu materi penting dalam PJOK adalah atletik, khususnya nomor lari sprint. Lari sprint menuntut kecepatan, koordinasi, serta kekuatan, sehingga bermanfaat bagi perkembangan fisik dan mental siswa. Namun, pembelajaran lari sprint di sekolah dasar seringkali dihadapkan pada masalah rendahnya minat siswa. Siswa cenderung menganggap sprint sebagai kegiatan monoton, melelahkan, dan tidak menyenangkan. Guru pun masih banyak yang menggunakan pendekatan konvensional berupa ceramah dan latihan tanpa variasi, sehingga menimbulkan kejenuhan. Rendahnya minat ini berdampak pada rendahnya motivasi, keterlibatan, bahkan hasil belajar siswa.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan inovasi model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar. Salah satu pendekatan yang relevan adalah model pembelajaran berbasis permainan (*game-based learning*). Pendekatan ini diyakini mampu menghadirkan suasana belajar yang lebih menarik, interaktif, dan menyenangkan karena aktivitas permainan sesuai dengan dunia anak. Selain meningkatkan minat, model ini juga dapat mengembangkan aspek sosial, sportivitas, dan kerjasama antar siswa. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penerapan model berbasis permainan mampu meningkatkan motivasi, keterlibatan, dan hasil belajar siswa pada berbagai mata pelajaran, termasuk PJOK.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran berbasis permainan terhadap minat belajar siswa, khususnya pada materi lari sprint di SD Negeri 060931 Medan Amplas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain One Group Pretest-Posttest Design. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengukur perbedaan kondisi minat belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa penerapan model pembelajaran berbasis permainan. Subjek penelitian adalah 10 siswa kelas IV SD Negeri 060931 Medan Amplas yang dipilih sebagai sampel penelitian. Instrumen penelitian berupa angket minat belajar dengan 12 item pernyataan, yang mencakup indikator: perhatian, ketertarikan, partisipasi aktif, serta perasaan senang dalam mengikuti pembelajaran. Skala jawaban menggunakan empat alternatif yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Penskoran dilakukan dengan rentang nilai 1–4, dengan kategori minat rendah (12–20), sedang (21–34), dan tinggi (35–48). Prosedur penelitian terdiri dari tiga tahap, yaitu: (1) tahap persiapan meliputi penyusunan instrumen dan izin penelitian, (2) tahap pelaksanaan meliputi pemberian pretest, perlakuan dengan pembelajaran berbasis permainan, dan posttest, (3) tahap analisis data. Data dianalisis dengan statistik deskriptif berupa mean, median, modus, standar deviasi, skor minimum, dan maksimum untuk mengetahui kecenderungan hasil.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pretest menunjukkan bahwa skor minat belajar siswa berkisar antara 25–27 dengan rata-rata 26,0. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum perlakuan, minat siswa berada dalam kategori sedang. Setelah perlakuan berupa penerapan model pembelajaran berbasis permainan, skor posttest meningkat menjadi 33–43 dengan rata-rata 37,5, yang termasuk kategori tinggi.

Perbandingan antara hasil pretest dan posttest menunjukkan adanya peningkatan sebesar 11,5 poin. Peningkatan ini menandakan bahwa model pembelajaran berbasis permainan berhasil menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, sehingga siswa lebih termotivasi untuk aktif berpartisipasi dalam pembelajaran lari sprint. Selain itu, sebagian besar siswa menunjukkan antusiasme tinggi ketika kegiatan pembelajaran dikemas dengan permainan estafet, relay, maupun chase game.

Temuan ini sejalan dengan teori konstruktivisme yang menekankan keterlibatan aktif siswa dalam membangun pengetahuan melalui pengalaman langsung. Hasil penelitian ini juga konsisten dengan penelitian terdahulu yang membuktikan bahwa pembelajaran berbasis permainan mampu meningkatkan minat belajar dan motivasi siswa di berbagai bidang. Dalam konteks PJOK, pendekatan ini tidak hanya meningkatkan minat, tetapi juga melatih keterampilan sosial, sportivitas, dan kerjasama siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran berbasis permainan efektif dalam meningkatkan minat belajar lari sprint siswa sekolah dasar. Minat belajar siswa yang semula berada pada kategori sedang meningkat menjadi kategori tinggi setelah diterapkan model ini. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan pembelajaran yang menyenangkan, interaktif, dan sesuai dengan karakteristik siswa mampu memberikan dampak positif terhadap keterlibatan siswa. Saran praktis dari penelitian ini adalah: (1) Guru PJOK disarankan rutin menerapkan model berbasis permainan agar pembelajaran lebih variatif dan menarik, (2) Siswa diharapkan aktif mengikuti kegiatan dengan semangat dan sportivitas, (3) Sekolah perlu mendukung penerapan model inovatif dengan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai, serta (4) Peneliti selanjutnya dapat memperluas penelitian dengan jumlah sampel lebih besar dan desain eksperimen yang lebih kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adang, S. (2024). *Tujuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: PT Cerdas Mandiri.
- Ananda, R., & Amiruddin. (2019). *Teori dan Praktik Model Pembelajaran*. Medan: Perdana Publishing.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Badriah, L. (2013). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Cecep Kustadi, & Bambang Sutjipto. (2013). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Djaali. (2006). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.



- Fadhilah, N. (2025). *Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Permainan terhadap Minat Belajar*. Jurnal Pendidikan Jasmani, 12(2), 55–63.
- Hamalik, O. (2019). *Pendidikan Jasmani untuk Anak Sekolah Dasar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Herliani, dkk. (2021). *Teori Belajar dan Implikasinya dalam Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Lesmana, R. (2018). *Manfaat Pendidikan Jasmani untuk Perkembangan Anak*. Yogyakarta: UNY Press.
- Parwata, I. M. Y. (2021). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bali: Universitas Pendidikan Ganesha Press.
- Puspayanti, P. (2017). *Hubungan Minat Belajar dengan Hasil Belajar Siswa*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sagala, S. (2010). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Sanjaya, W. (2009). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Santoso. (2023). *Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa Press.
- Smadwiwarna. (2025). “Manfaat Pendidikan Jasmani.” Diakses dari [smadwiwarna.sch.id].
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumaryanto. (2022). *Ilmu Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: UNY Press.
- Suherman, W. S. (2025). *Pendidikan Jasmani untuk Anak Usia Sekolah*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sukana, A. (2016). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyani, D. P. (2007). *Dasar-Dasar Atletik*. Jakarta: Depdiknas.
- Widya, M. D. A. (2004). *Teori Dasar Atletik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.