

Pengaruh Permainan Kecil terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional dalam Pembelajaran PJOK Siswa SMP Labschool Unesa 1

Rico Yulianto¹, Sasminta Christina Yuli Hartati²

^{1,2} Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Universitas Negeri Surabaya
e-mail: ricoyulianto97@gmail.com

Abstrak

Pendidikan merupakan suatu usaha sadar dan terencana guna mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar seorang peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Dalam pembelajaran terdapat tiga aspek penting, yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor, sehingga dalam pembelajaran tidak hanya mengembangkan kognitif peserta didik yang merana pada ilmu pengetahuan peserta didik saja, namun juga pada afektif siswa yang menekan pada kecerdasan emosional peserta didik, juga keterampilan motorik peserta didik. Salah satu pembelajaran yang mengembangkan aspek afektif kecerdasan emosional siswa yaitu pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh dan besar pengaruh penerapan permainan kecil dalam pembelajaran PJOK untuk meningkatkan kecerdasan emosional siswa kelas VIII SMP Labschool Unesa 1. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen, yaitu eksperimen semu dengan desain *One Group Pretest-Posttest*. Sampel dari penelitian ini adalah siswa SMP Labschool Unesa 1 kelas VIII A. Hasil dari melakukan pengambilan data pada saat penelitian ini dapat kita ketahui terdapat pengaruh dalam penerapan permainan kecil terhadap kecerdasan emosional siswa. Hasil dari analisis data yang telah dilakukan peneliti menggunakan angket kecerdasan emosional mendapatkan hasil nilai *pre-test* sebesar 56,00 sedangkan hasil nilai *post-test* sebesar 60,04. Sesuai dengan hasil uji-t (*paired sample t-test*) antara hasil skor angket kecerdasan emosional *pre-test* dan *post-test* hasil *P-Value* sebesar 0,00 dengan kesimpulan nilai $\alpha < (0,05)$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima, sehingga ada pengaruh yang signifikan aktivitas permainan kecil terhadap peningkatan kecerdasan emosional dalam pembelajaran PJOK siswa kelas VIII SMP Labschool Unesa 1, dengan peningkatan 10,83%.

Kata kunci : *Pembelajaran, Permainan Kecil, Kecerdasan Emosional.*

Abstract

Education is a conscious and planned effort to create a learning atmosphere and learning process so that a student actively develops his or her potential to have religious spiritual strength, self-control, personality, intelligence, noble morals, and the skills needed by himself, society, nation and state. In learning there are three important aspects, namely the cognitive aspect, the affective aspect, and the psychomotor aspect, so that in learning it not only develops students' cognitive which is limited to students' knowledge alone but also students' affective which emphasizes students' emotional intelligence, as well as skills. students' motor skills. One of the lessons that develops the affective aspects of students' emotional intelligence is Physical Education, Sports and Health learning. The aim of this research is to determine the influence and magnitude of the application of small games in PJOK learning to improve the emotional intelligence of class VIII students at SMP Labschool Unesa 1. This research uses a quantitative approach with a type of experimental research, namely a quasi-experiment with a One Group Pretest-Posttest design. The sample from this research was students in class VIII A of SMP Labschool Unesa 1. As a result of collecting data during this research, we can see that there is an influence in implementing small games on students' emotional intelligence. The results of the data analysis carried out by researchers using an emotional intelligence questionnaire obtained a pre-test score of 56.00 while

the post-test score was 60.04. In accordance with the results of the t-test (paired sample t-test) between the results of the pre-test and post-test emotional intelligence questionnaire scores, the P-Value results are 0.00 with the conclusion that the value is $<(0.05)$, it can be concluded that H_a is accepted, so there is a significant influence of small game activities on increasing emotional intelligence in PJOK learning for class VIII students at SMP Labschool Unesa 1, with an increase of 10.83%.

Keywords : *Learning, Little Games, Emotional Intelligence*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu hal yang perlu diperhatikan bagi suatu kehidupan dalam rangka menciptakan manusia yang berkualitas, berkarakter, dan berintelektual. Karena dengan adanya pendidikan, manusia dapat memperoleh hal-hal baru yang bisa menambah wawasan. Dengan adanya wawasan tersebut manusia dapat menciptakan suatu gagasan dan sebuah solusi untuk mencari jalan keluar dari berbagai masalah yang dihadapi sehari-hari di masa mendatang. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, yang tertulis pada BAB 1 Pasal 1 pengertian dari Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar seorang siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Tambun dkk., 2020). Oleh karena itu, setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang bermutu, sehingga dapat disimpulkan bahwa setiap masyarakat Indonesia mempunyai hak yang sama untuk mendapatkan kesempatan berpendidikan.

Hartati dkk., (2018) mengemukakan bahwa tujuan pendidikan Indonesia telah dirumuskan melalui peraturan perundang-undangan yang berupa peraturan pemerintah yang mengatur bidang pendidikan. Di Indonesia sendiri, sistem pendidikan berjalan dengan didasari Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada BAB II Pasal 3 yang memuat isi tentang pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Noor, 2018). Pendidikan pada dasarnya juga berarti segala sumber ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan suatu pembelajaran yang berlangsung sepanjang hidup di suatu tempat dan situasi yang mempunyai pengaruh positif terhadap perkembangan setiap makhluk hidup (Saputra dkk., 2024). Pendidikan ini memerlukan waktu untuk proses jangka panjang tidak dapat berlangsung dalam waktu singkat, maka dari itu pembelajaran berlangsung sepanjang hayat (Pristiwanti dkk., 2022).

Menurut Hanafy, (2014) pembelajaran merupakan proses interaksi siswa dengan guru dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran ini juga suatu usaha diberikan guru pada siswa agar terjadi proses pemerolehan ilmu pengetahuan, penguasaan kemahiran, tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan ada peserta didik. Sebagai proses interaksi, maka dari itu pembelajaran juga dimaksud sebagai komunikasi dua arah antara guru dan siswa. Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa di dalam suatu proses pembelajaran terjadi suatu proses perpindahan ilmu pengetahuan dari guru kepada siswa dengan pembimbingan untuk membangun karakter, kepercayaan diri, serta pengetahuan siswa melalui program pembelajaran yang terencana dengan baik.

Dalam pembelajaran terdapat tiga aspek penting, yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor, sehingga dalam pembelajaran tidak hanya mengembangkan kognitif siswa yang merana pada ilmu pengetahuan siswa saja, namun juga pada afektif siswa yang menekan pada kecerdasan emosional siswa juga keterampilan motorik siswa. Pembelajaran yang mengembangkan keterampilan afektif yang menekan pada kecerdasan emosional siswa salah satunya yaitu Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Menurut Rosdiani (dalam Lucius, 2023) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan atau pembelajaran PJOK

merupakan sebuah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neumuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional, sehingga pembelajaran PJOK bisa dikatakan sama dengan pelajaran lainnya yang mempunyai tujuan mengembangkan keterampilan siswa baik dari kognitif, afektif, maupun psikomotor. Namun pembelajaran PJOK lebih terfokus pada aktivitas fisik untuk merubah siswa baik secara fisik maupun secara mental.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru PJOK SMP Labschool Unesa 1 yang bernama Bapak Firman Adinata, S.Pd., pada saat mengikuti program Pengenalan Lingkungan Persekolahan yang diadakan Unesa, didapatkan bahwa kondisi kecerdasan siswa beraneka ragam. Guru cenderung menggunakan kesabaran dan ketelatenan yang tinggi saat mengajar agar siswa bisa melakukan berbagai teknik dan gerakan yang dilakukan saat praktek pembelajaran. Namun memang beberapa siswa secara pengamatan pribadi beliau pada *self awareness* peserta didik masih belum memiliki rasa kesadaran yang tinggi untuk mengenali emosi pribadi. Salah satu contoh, pada saat pembelajaran dilaksanakan siswa sulit sekali untuk diarahkan masih banyak siswa yang suka saling ejek antar teman hingga menimbulkan sebuah pertengkaran.

Beliau mengatakan bahwa berbagai upaya dari sekolah telah dilakukan berkaitan dengan peningkatan kecerdasan emosional siswa seperti pada saat jam pembelajaran olahraga siswa diharuskan terbiasa selalu aktif dengan pemberian *games* yang berkelompok, sehingga siswa akan cenderung bekerja sama dengan rekan kelompoknya untuk bisa mencapai kemenangan pada saat melakukan permainan yang sifatnya kompetisi. Melalui *games* yang diberikan, siswa dapat mengenal karakter satu sama lain, sehingga seorang siswa dapat mengendalikan emosi diri.

Menurut Goleman (dalam Yunia dkk., 2019) kecerdasan emosional merupakan suatu kecakapan individu dalam menyadari, mengelola, memanfaatkan emosinya untuk memotivasi diri ke hal yang lebih baik, mampu memahami perasaan orang lain, dan terampil dalam relasi sosial. Kecerdasan emosi yang dimiliki seorang siswa didapatkan dengan kesadaran seseorang tentang adanya objek yang terwakili dengan adanya kualitas pengetahuan untuk bisa berinteraksi dengan suatu objek tertentu. Sumber keadan emosi seorang siswa bersumber dari aspek kognitif dimana hal lingkungan sangat berpengaruh terhadap perasaan. *Stres* yang dimiliki oleh seseorang dapat dikurangi atau diminimalisir dengan adanya kecerdasan emosi, hal ini jika dikaitkan dengan dunia pembelajaran PJOK, Adapun tujuan akhir dari pengendalian ini adalah seseorang bisa berpikir pada saat pembelajaran PJOK berlangsung maupun di luar jam pembelajaran.

Emosi perlu dibiasakan dengan cara meningkatkan pemahaman terkait dengan dampak emosi yang negatif maupun positif melalui aktivitas permainan yang diberikan. Akibat yang ditimbulkan baik yang bersifat negatif maupun positif perlu dibiasakan pada saat pembelajaran, hal ini berguna untuk meningkatkan pemahaman terkait dengan dampak emosi seorang siswa. Jika seorang siswa dapat mengelola kecerdasan emosi dengan baik saat pembelajaran maka akan mendorong untuk menjadi kekuatan dan bertindak yang nantinya akan bisa menentukan keberhasilan seseorang. Dalam hal ini kecerdasan emosional merupakan salah satu penunjang keberhasilan pendidikan di Indonesia yang bertujuan membentuk karakter siswa. Dengan adanya kesamaan tujuan dalam proses pembelajaran baik interaksi antara siswa dengan guru harus memiliki kesamaan sehingga sasaran dari proses pendidikan dapat terwujud secara bersama sama. Hal ini harus dipahami bahwa betapa pentingnya kecerdasan emosi dalam diri siswa dalam dunia pendidikan supaya tercipta sebuah suasana pembelajaran yang diinginkan. Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah yang sudah dijelaskan diatas maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional Dalam Pembelajaran PJOK Siswa SMP Labschool Unesa 1".

Sesuai rumusan masalah yang sudah ditentukan, maka tujuan yang akan dicapai sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh permainan kecil terhadap peningkatan kecerdasan emosional dalam pembelajaran PJOK siswa kelas VIII SMP Labschool Unesa 1.
2. Untuk mengetahui besarnya pengaruh permainan kecil terhadap peningkatan kecerdasan emosional dalam pembelajaran PJOK siswa kelas VIII SMP Labschool Unesa 1.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen semu, dengan pendekatan kuantitatif. Menurut Maksam (2018:81) penelitian eksperimen semu adalah penelitian yang memiliki ciri tidak memenuhi empat hal yaitu dengan adanya perlakuan, mekanisme kontrol, randomasi, dan ukuran keberhasilan. Pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian yang memiliki sifat induktif, objektif, dan ilmiah data yang diolah berupa angka atau nilai. Desain penelitian ini menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design* dikarenakan waktu penelitian yang terbatas, dengan menggunakan *design* ini peneliti bisa menghemat waktu penelitian. Dalam desain ini tidak terdapat kelompok kontrol serta pemilihan objek maupun subjek yang diteliti. Keunggulan desain ini yaitu penelitian dilakukan dengan *pre-test* dan *post-test* hasilnya dapat diketahui secara pasti perbedaan dari hasil akibat *treatment* yang diberikan (Maksam, 2018:115-156). *Pre-test* dan *post-test* yang diberikan berupa angket test (EQ) kemudian *treatment* yang diberikan berupa permainan kecil gobak sodor dan benteng-bentengan. Desain dari metode *One Group Pretest-Posttest Design* sebagai berikut :

T1 X T2

(Maksam, 2018)

Keterangan

T1 : *Pre-test*
X : Perlakuan
T2 : *Post-test*

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Labschool Unesa 1 Surabaya. Jl. Kawung No. 9 Surabaya, Kemayoran, Kecamatan Krembangan, Kota Surabaya. Waktu pelaksanaan penelitian ini 2 kali pertemuan pada tanggal 21 Mei 2024 dilaksanakannya pengambilan data *pre-test* serta *treatment* 1 dan 6 Juni 2024 dilaksanakannya *treatment* 2 serta pengambilan data *post-test*.

Menurut Maksam (2018:10) populasi pada dasarnya merupakan objek atau seluruh individu yang akan diteliti dan akan digeneralisasikan yang dimana pengambilan kesimpulan terhadap suatu kelompok atau objek yang lebih luas berdasarkan data yang diperoleh dari kelompok atau objek yang diteliti. Pada penelitian ini populasinya adalah siswa kelas VIII SMP Labschool Unesa 1 yang terdiri dari 30 kelas VIII A dan 30 Kelas VIII B sehingga jumlah populasi 60 siswa.

Sampel dapat diartikan sebagian dari anggota populasi yang diambil menggunakan teknik *sampling* (Ahyar, 2020). Pada penelitian ini teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling* atau sampel bertujuan. Menurut Maksam (2018:65) *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan ciri atau karakteristik yang sudah diketahui terlebih dahulu berdasarkan sifat dari populasi. Ciri karakteristik yang dimaksud yaitu kelas yang sebagian besar siswanya belum bisa mengendalikan diri dengan baik, belum mampu mengelola emosi dengan baik, belum muncul pikiran untuk memotivasi diri sendiri, belum mampu mengenali emosi orang lain, dan belum bisa membina hubungan yang baik saat berinteraksi dengan orang lain. Dalam teknik *sampling* ini kriteria sampel ditentukan oleh Guru PJOK sesuai dengan tujuan penelitian. Berdasarkan hasil wawancara dan diskusi dengan guru PJOK SMP Labschool Unesa 1 Surabaya siswa kelas VIII A SMP Labschool Unesa 1 yang berjumlah 23 siswa sesuai untuk dijadikan sampel dikarenakan kebanyakan siswa di kelas masih kurang dalam pengendalian emosinya, mengendalikan diri, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan yang baik saat berinteraksi, hal ini dibuktikan dari pengamatan dan wawancara guru PJOK.

Menurut Arikunto (dalam Makbul, 2021) menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat yang dapat membantu dan digunakan oleh peneliti untuk melakukan pengumpulan data agar penelitian menjadi sistematis dan dapat dipermudah. Instrumen memiliki peran yang penting dalam penelitian. Fungsi instrumen penelitian adalah untuk mendapatkan data yang diperlukan bagi peneliti yang sedang mengumpulkan informasi di lapangan. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket kecerdasan emosional dengan skala likert. Angket adalah alat ukur berupa pernyataan tertulis yang digunakan untuk mengumpulkan data dan informasi terkini dari suatu kelompok responden. Angket berisi serangkaian pertanyaan atau pernyataan terstruktur atau

terbuka yang dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang sikap, opini, tingkah laku, atau karakteristik dari responden. Dalam pernyataan yang diajukan, responden diminta memilih dari salah satu pilihan jawaban yang disediakan oleh peneliti. Pilihan jawaban berupa setuju, ragu-ragu, tidak setuju. Dalam ketiga alternatif jawaban yang diberikan memiliki skor 3, 2, 1. Berikut penilaian skala likert dan bobot skor:

- Jawaban Positif Setuju (S) : 3
- Jawaban Positif Ragu-ragu (R) : 2
- Jawaban Positif Tidak Setuju (TS) : 1
- Jawaban Negatif Setuju (S) : 1
- Jawaban Negatif Ragu-ragu (R) : 2
- Jawaban Negatif Tidak Setuju (TS) : 3

Berikut kisi-kisi instrumen tingkat motivasi siswa SMP Labschool Unesa 1 Surabaya;

Tabel 1 Kisi-kisi Instrumen Pengukuran Kecerdasan Emosional *Pretest-Posttest*

Variabel	Indikator	Nomor Pernyataan	
		Positif	Negatif
Kecerdasan Emosional	Mengenali emosi diri	1, 15, 6	11, 14, 24
	Mengelola emosi	9, 17	3, 7
	Memotivasi diri sendiri	13, 21	8, 18
	Mengenali emosi orang lain	12, 20, 25	22
	Membina hubungan dengan orang lain	4, 10, 16, 23	2, 5, 19

(Aminuddin, 2020)

Angket kecerdasan emosional yang diadopsi dari Aminuddin, (2020) terdapat pernyataan yang telah dibuat sebanyak 25 pernyataan *pretest-posttest*. Adapun angket pernyataan yang telah diuji validitas dan diuji reliabilitas instrumen. Hasil validitas yaitu valid 100% dan hasil uji reliabilitas sebesar 0,977. Untuk pemberian skor nilai pada setiap jawaban responden, penulis membuat tabel untuk mengetahui pengaruh kualitas kecerdasan emosional dari setiap jawaban responden setelah diberikan perlakuan serta membandingkan nilai sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Dengan demikian, penulis bisa mengetahui apakah ada pengaruh permainan kecil terhadap peningkatan kecerdasan emosional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penjelasan sebelumnya telah dibahas mengenai persiapan dan pelaksanaan yang berkaitan dengan metode serta teknik dalam pengambilan data menggunakan angket kecerdasan emosional. Kemudian pada penjelasan ini akan disajikan mengenai hasil dari penelitian dan pembahasan oleh peneliti setelah melaksanakan penelitian yang dilakukan selama 2 kali pertemuan. Hasil data yang diperoleh pada saat *pre-test* dan *post-test* menggunakan angket kecerdasan emosional yang digunakan untuk mengetahui peningkatan kecerdasan emosional siswa yang menjadi sampel dari penelitian yaitu siswa kelas VIII A SMP Labschool 1 yang berjumlah 23 siswa. Kemudian hasil datanya diolah dan dianalisis secara otomatis menggunakan *Statistical Package for Social Science (SPSS)* tipe 23.

Deskripsi Data

Pada deskripsi data membahas tentang perhitungan mean, standar deviasi, varian, nilai minimum dan maksimum. Sehingga dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Tabel 2 Hasil Perhitungan *Pre-test* dan *Post-test* Angket Kecerdasan Emosional.

Deskripsi	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Mean	56,00	60,04
Standar Deviasi	4,69	5,28
Varian	22,00	27,95
Nilai Minimum	48,00	49,00
Nilai Maksimal	67,00	71,00

Hasil dari penjabaran tabel 2 yaitu, setelah melakukan perhitungan data angket kecerdasan emosional siswa pada siswa kelas VIII yang belum diberikan pembelajaran permainan gobak sodor dan benteng–bentengan (*pre-test*) adalah skor rata-rata atau *Mean* 56,00, dengan Standar Deviasi sebesar 4,69, Varian sebesar 22,00, serta nilai rendahnya sebesar 48,00 dan nilai besarnya sebesar 67,00. Hasil perhitungan data angket kecerdasan emosional siswa kelas VIII sesudah diberikan pembelajaran permainan gobak sodor dan benteng – bentengan (*post-test*) adalah skor rata-rata atau *Mean* 60,04 dengan Standar Deviasi sebesar 5,28, Varian sebesar 27,95, serta nilai rendahnya sebesar 49,00 dan nilai besarnya sebesar 71,00.

Uji Normalitas

Uji normalitas berlaku ketentuan : Jika *p-value* > 0,05 maka dapat dinyatakan berdistribusi normal, namun jika sebaliknya *p-value* < 0,05 maka tidak berdistribusi normal..

Tabel 4 Hasil Perhitungan Uji Normalitas *Pre-Test* Dan *Post-Test* Angket Kecerdasan Emosional.

	Test	Sig	Kesimpulan
Kecerdasan Emosional	<i>Pre-test</i>	0,200	Normal
	<i>Post-test</i>	0,200	Normal

Dari tabel 3 perhitungan uji kelayakan atau normalitas pada penelitian ini dengan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* yang mana dihasilkan dari perhitungan keluar hasil nilai yang signifikan dikarenakan nilai yang dihasilkan lebih dari nilai acuan yaitu dengan nilai berjumlah 0,05 atau dengan kata lain yaitu angket kecerdasan emosional belajar *Pre-test* sig > a (0,200>0,05), dan angket *Post-test* sig >a (0,200>0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hasil dari penghitungan jumlah nilai awal dan jumlah nilai akhir dinyatakan normal karena hasil dari penghitungan lebih besar dari nilai acuan yaitu 0,05.

T-test (*Paired Samples T-test*)

Uji *Sample T-test (Paired Samples T-test)* merupakan teknik statistik yang digunakan untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara dua sampel yang dijadikan subjek penelitian, sebagai berikut hasil perhitungan *Paired Samples T-test*.

Tabel 4 Hasil Uji Paired Samples T-test

Variabel	N	Mean	SD	t	Df	P-Value
<i>Pre-test</i>	23	56,00	4,69	-7,260	22	0,00
<i>Post-test</i>	23	60,04	5,28			

Penjabaran hasil penghitungan dari tabel 4 berkaitan dengan hasil uji T-test menggunakan *Paired Samples T-test* menghasilkan jumlah nilai sig < a (0,05) yaitu (0,00) < (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima. Dapat diartikan bahwa ada pengaruh yang signifikan aktivitas permainan kecil terhadap peningkatan kecerdasan emosional dalam pembelajaran PJOK siswa kelas VIII A SMP Labschool Unesa 1.

Dari hasil di atas, peneliti menganalisis data *Pre-test* dan *Post-test* dengan menggunakan angket kecerdasan emosional, dengan hasil sebagai berikut data *Pre-test* di pertemuan pertama rata-rata nilai pada *Pre-test* berjumlah 56,00. Setelah mendapatkan nilai hasil *Pre-test* akan diberikan perlakuan atau *treatment* berupa permainan gobak sodor dan benteng-bentengan. Setelah mendapatkan perlakuan atau *treatment* akan dilakukan pengambilan data nilai *Post-test* dan didapatkan nilai pada angket kecerdasan emosional dengan jumlah 60,04, sehingga peningkatan nilai rata-ratanya sebesar 4,04. Yang artinya hasil nilai angket kecerdasan emosional pada *Pre-test* dan *Post-test* mengalami peningkatan berjumlah 10,83%. Dari data di atas peneliti menganalisis hasil dari uji t antara nilai *Pre-test* dan *Post-test* menghasilkan data *p-value* sebesar 0,00 dengan kesimpulan nilai a < (0,05) yaitu (0,00<0,05). Dengan demikian dari hasil diatas H_0 diterima.

Dari hasil penjelasan di atas bahwa ada pengaruh yang signifikan penerapan permainan kecil terhadap meningkatnya kecerdasan emosional siswa, dengan peningkatan sebesar 10,83%. Dari hasil uji-t (*paired sample t-test*) antara hasil skor angket kecerdasan emosional *pre-test* dan *post-test* *P-value* sebesar 0,00 dengan kesimpulan nilai $\alpha < (0,05)$. Dengan demikian hasil uji-t di atas H_0 diterima, sehingga ada pengaruh yang signifikan aktivitas permainan kecil terhadap peningkatan kecerdasan emosional dalam pembelajaran PJOK siswa kelas VIII SMP Labschool Unesa 1.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hasanah dkk., (2020) yang berjudul "Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kebugaran Jasmani Dan Kecerdasan Emosional Siswa". Dari hasil penelitian tersebut terdapat pengaruh yang signifikan permainan tradisional terhadap kecerdasan emosional siswa hal ini dibuktikan dengan nilai Sig. (*2-tailed*) sebesar $0,026 < 0,05$ pada uji *independent samples t-test* pada bagian *Equal Variances Assumed*, maka ada perubahan yang signifikan pada hasil tes awal dan akhir kecerdasan emosional. Selain itu penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Indah Lestari dkk., (2020) yang berjudul "Implementasi Permainan Tradisional dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional (Studi Kasus di SD Negeri 2 Kalapagunung)". Dari hasil tersebut disimpulkan bahwa permainan tradisional mempengaruhi kecerdasan emosional siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah diolah datanya, peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa:

1. Ada pengaruh permainan kecil terhadap peningkatan kecerdasan emosional dalam pembelajaran PJOK siswa kelas VIII SMP Labschool Unesa 1
2. Besar pengaruh dari permainan kecil terhadap peningkatan kecerdasan emosional dalam pembelajaran PJOK siswa kelas VIII SMP Labschool Unesa 1 Sebesar 10,83%.

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka peneliti ingin memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru
Guru PJOK dapat memberikan permainan kecil yang lebih inovatif supaya siswa lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran yang diberikan
2. Bagi Siswa
Siswa lebih antusias dan mendengarkan materi yang disampaikan guru PJOK agar pembelajaran berjalan dengan kondusif
3. Bagi Peneliti
Peneliti dapat mengembangkan materi permainan kecil agar siswa lebih tertarik, sehingga hasil dari penelitian dapat memuaskan.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Peneliti kurang puas dengan penelitian ini, untuk peneliti selanjutnya alangkah baiknya saat menentukan permainan perhatikan, apakah permainan yang dipilih sudah sesuai dengan komponen-komponen yang akan dituju untuk mendorong siswa meningkatkan kecerdasan emosionalnya. Selain itu peneliti selanjutnya juga bisa menambah aturan-aturan yang bertujuan untuk memberikan kontribusi lebih lanjut meningkatkan kecerdasan emosionalnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih peneliti ucapkan kepada Kepala SMP Labschool Unesa 1 Surabaya dan Guru PJOK yang telah memberikan izin dan fasilitas selama proses penelitian. Terimakasih juga peneliti ucapkan kepada Dosen Pembimbing, tim peneliti, dan siswa SMP Labschool Unesa 1 Surabaya yang terlibat serta membantu penelitian ini hingga selesai

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyar, H. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif (Issue March)*. Cv. Pustaka Ilmu.
- Fitri Aminuddin, F. (2020). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa Kelas Viii Smp Negeri 10 Palopo*. Institut Agama Islam Negeri (Iain Palopo).
- Hanafy, M. S. (2014). Konsep Belajar Dan Pembelajaran. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu*

Tarbiyah Dan Keguruan, 17(1), 66–79.

- Hartati, S. C. Y., Priambodo, A., & Kristiyandaru, A. (2017). *Buku Permainan Kecil.Pdf*.
- Hartati, S. C. Y., Priambodo, A., Djawa, B., & Prakoso, B. B. (2018). *Building Cooperation Interpersonal Skill In Physical Education Lessons Through Traditional Game*. 12(Isphe), 245–248.
- Hasanah, N. R., Adi, I. P. P., & Suwiwa, I. G. (2020). Jurnal Kejaora : Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olahraga. *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olahraga, Volume 5 Nomor 2, Edisi November 2020 Latihan*, 5(November), 62–65.
- Lucius, R. L. (2023). *Pengembangan Multimedia Pembelajaran Interaktif Pencak Silat Berbasis Google Sites*. IKIP PGRI Pontianak.
- Makbul, M. (2021). *Metode Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian*.
- Maksum. (2018). *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Jawa Barat: CV Jejak, 298.
- Maksum A. (2018). *Statistik Dalam Olahraga*. Unesa University Press.
- Noor, T. (2018). Rumusan Tujuan Pendidikan Nasional Pasal 3 Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No 20 Tahun 2003. *Wahana Karya Ilmiah Pendidikan*, 2(01), 123–144.
- Pristiwanti, D., Badariah, B., Hidayat, S., & Dewi, R. S. (2022). Pengertian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 7911–7915.
- Saputra, B. R., Christina, S., & Hartati, Y. (2024). *Penerapan Permainan Kecil Dalam Pembelajaran PJOK Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa*. 8, 27428–27435.
- Tambun, S., Sirait, G., & Simamora, J. (2020). Analisis Yuridis Hak Dan Kewajiban Warga Negara Atas Pendidikan Menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. *Visi Sosial Humaniora*, 1(1), 84–92.
- Yunia, S. A. P., Liya Novitasari, L., & Saparwati, M. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 55–64.