

**Volume 2 Nomor 1
Tahun 2023**

ISSN (Online)

2599-0756

Jurnal Simki
Postgraduate



**Universitas Nusantara PGRI Kediri
Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76. Mojoroto – Kota Kediri
Website : <https://jiped.org/index.php/JSPG/>
Email : ojs.unpkediri@gmail.com**



Postgraduate *Jurnal Simki*

ISSN (Online): 2599-0756

Volume 2. Nomor 1. Halaman 1-83. Tahun 2023

Mempublikasikan tulisan hasil karya ilmiah di bidang kependidikan.

Ketua Editor:

Erwin Putera Permana, M.Pd.

Editor:

Dr. Atrup, M.Pd.

Dr. Subardi Agan, M.Pd.

Dr. Sulistiono, M.Si.

Dr. Agus Widodo, M.Pd.

Dr. I Wayan Widiana, M.Pd.

Imam Suhaimi, M.Pd.

Devita Sulistiana, S.Si., M.Pd.

Otang Kurniaman, S.Pd., M.Pd.

Fitria Nur Hamidah, M.Pd.

Frans Aditia Wiguna, M.Pd.

Siska Nur Azizah Lestari, M.Hum.

Eddy Noviana, S.Pd., M.Pd.

Reviewer:

Prof. Dr. Sariyatun, M.Pd., M.Hum.

Prof. Dr. Sa'dun Akbar, M.Pd.

Dr. Sriyanto, M.Pd.

Dr. I Ketut Sudarsana, M.Pd.

Dr. Irfan Noor, M.Hum.

Prof. Dr. Slameto, M.Pd.

Dr. Bashori, M.Pd.I.

Dr. Imroatus Solikhah, M.Pd.

Dr. Dewi Kencanawati, M.Pd.

Dr. Sultan, M.Pd.

Dr. Dewi Erowati, S.Sos, M.Si.

Dr. Erif Ahdianto, M.Pd.

Sekretariat:

Novita Dewi Rosalia, S.Pd

Diterbitkan oleh	: UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat Redaksi	: Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 Kediri 64112.
Website	: https://jiped.org/index.php/JSPG
Email	: ojs.unpkediri@gmail.com



Volume 2. Nomor 1. Halaman 1-83. Tahun 2023

Daftar Isi

Pengaruh Permainan Tradisional Berbasis Kelompok dan Berbasis Individu Ditinjau dari Jenis Kelamin Terhadap Kemampuan Gerak Dasar pada Siswa Kelas 5 Suparsih (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	1-9
Pengembangan Bahan Pembelajaran Multimedia Penjasorkes untuk Meningkatkan Budaya Hidup Sehat pada Siswa Kelas VIII MTsN Aryojeding Tulungagung Eko Yulianto (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	10-18
Pengaruh Perbedaan Pendekatan Pembelajaran dan Persepsi Kinestetik Terhadap Hasil Tembakan Lay Up Bola Basket Putra Prasetia (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	19-31
Evaluasi Penerapan Muatan Pembelajaran PJOK dalam Kurikulum 2013 Pasca Pelatihan Guru Sasaran Sekolah Dasar Di Kota Kediri Wita Suwarna (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	32-38
Pengembangan Tes Keterampilan Gerak Dasar untuk Anak Usia 9-10 Tahun (Kelas III-IV SD) pada Siswa SDN Wonorejo Kecamatan Kunjang Kabupaten Kediri Umayanah (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	39-48
Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Kinestetik untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Wiji Astuti (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	49-57
Kontribusi Aspek Anthropometri dan Kapasitas Fisik Dominan Terhadap Prestasi Lompat Jauh Gaya Scheneppe Prima Setia Amiruddin (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	58-64
Pengaruh Metode Demonstrasi dan Modifikasi Alat Terhadap Hasil Belajar Servis Atas Permainan Bola Voli Ditinjau dari Motivasi Belajar Peserta Didik Supono (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	65-70

<p>Pengembangan Model Pembelajaran Melalui Multimedia Macromedia Flash Pada Permainan Sepakbola Siswa Kelas VII SMPN 2 Sumbergempol Tulungagung Hadi Winarto (Universitas Nusantara PGRI Kediri)</p>	71-77
<p>Pengaruh Pemberian Media Computer Assited Intruction (CAI) untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa Terhadap Materi Ajar Pencegahan, Penanggulangan Narkoba dan Psicotropika pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Sawahan Nganjuk Aditya Sutanegara (Universitas Nusantara PGRI Kediri)</p>	78-83



PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL BERBASIS KELOMPOK DAN BERBASIS INDIVIDU DITINJAU DARI JENIS KELAMIN TERHADAP KEMAMPUAN GERAK DASAR PADA SISWA KELAS 5

SUPARSIH

Program Pascasarjana – Program Studi Magister Keguruan Olahraga

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Suparsih. “Pengaruh Permainan Tradisional Berbasis Kelompok dan Berbasis Individu ditinjau dari Jenis Kelamin Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Pada Siswa Kelas 5 SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2015/2016”. Tesis. Program Studi Magister Keguruan Olahraga, Pascasarjana UN PGRI Kediri, 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : (1) Perbedaan pengaruh permainan tradisional berbasis kelompok dan berbasis individu terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar pada siswa. (2) Perbedaan pengaruh peningkatan kemampuan gerak dasar pada siswa yang memiliki jenis kelamin putra dan putri dalam meningkatkan gerak dasar siswa. (3) Pengaruh interaksi antara permainan tradisional dengan jenis kelamin terhadap kemampuan gerak dasar pada siswa.

Penelitian dilaksanakan di SDN Puhsarang 1 Kediri tahun ajaran 2015/2016. Besarnya sampel penelitian 22 siswa berasal dari keseluruhan populasi. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive random sampling*. Variabel penelitian terdiri dari dua variabel independen yakni : variabel manipulatif : permainan tradisional berbasis kelompok dan berbasis individu, variabel atributif yakni : jenis kelamin putra dan putri serta variabel dependen yakni : tes kemampuan gerak dasar siswa. Teknik pengumpulan data dengan tes dan pengukuran, tes pengelompokan jenis kelamin, data tes kemampuan gerak dasar siswa dengan tes kemampuan dasar koordinasi mata tangan, lari 30 meter, shuttle run dan tes stork stand. Teknik analisis data menggunakan analisis varians ANAVA 2x2 dengan taraf signifikansi $\alpha = 0.05$.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan : 1) Ada pengaruh antara perlakuan ketrampilan permainan tradisional berbasis kelompok dan individu terhadap kemampuan gerak dasar pada siswa kelas 5 SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2015/2016. 2) Ada pengaruh terhadap hasil kemampuan gerak dasar antara siswa yang memiliki jenis kelamin putra dan putri pada siswa kelas 5 SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2015/2016. 3) Ada interaksi antara perlakuan permainan tradisional dan jenis kelamin terhadap hasil kemampuan gerak dasar pada siswa siswa kelas 5 SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2015/2016.

Kata kunci : Permainan Tradisional Berbasis Kelompok dan Individu, Jenis Kelamin dan Kemampuan Gerak Dasar.



ABSTRACT

Suparsih. “The Effect of Group-Based and Individual-Based Traditional Games in Terms of Gender on The Basic Movement Skills by the Fifth Grade Students of SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri in The Academic Year of 2015/2016”. Thesis. Department of Physical Education, Post-Graduate Program of UN PGRI Kediri, 2016.

The aim of this research was to find out: (1) The different effects between group-based traditional games and individual-based traditional games on the improvement of the students’ basic movement skills. (2) The different effects of basic movement skills of male and female students. (3) The effects of interaction between traditional games and gender on the students’ basic movement skills.

This research was hold in SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri (State Elementary School of Puhsarang 1 of Kediri Regency) in the academic year of 2015/2016. The sample involved 20 students taken from the whole population using purposive random sampling. The research variables included two independent variables. They were manipulative variable which was the group-based and the individual-based traditional games and attributive variable which was the students’ genders. Also, this research used a dependent variable, i.e. the test of students’ basic movement skills. The techniques of collecting data are test and measurement, test of grouping the gender, and test data of the students’ basic movement skills and basic skills test of eye and hands coordination, 30 meters run, shuttle run, and stork stand test. The technique of analysis data used analysis of variance ANAVA 2x2 with the level of significance $\alpha = 0.05$.

Based on the research, it can be concluded that: 1) There was an effect between the treatment of group-based and the individual-based traditional games on the fifth grade students’ basic movement skills of SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri in the academic year of 2015/2016. 2) There was an effect on the different result between the fifth grade male and female students’ basic movement skills of SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri in the academic year of 2015/2016.. 3) There was interaction between the treatment of traditional games and the gender on the result of the fifth grade students’ basic movement skills of SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri in the academic year of 2015/2016.

Keywords : *Group-Based and the Individual-Based Traditional Games, Gender, Basic Movement Skills.*

I. PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan salah satu mata pelajaran yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan secara keseluruhan. Karena Penjasorkes mempunyai peran penting untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan. Selain itu, Penjasorkes mempunyai peran penting untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan peserta didik baik fisik, gerak, mental dan sosial. Untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan peserta didik, maka telah diatur dalam kurikulum Penjasorkes materi atau pelajaran yang harus diberikan kepada peserta didik sesuai jenjang pendidikan masing-masing.

Struktur dan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar yang ada sekarang memiliki ciri-ciri yang terdiri atas keterampilan teknik dasar beberapa cabang olahraga. Keterampilan teknik dasar olahraga ini, akan dapat dikuasai bila sebelumnya menguasai keterampilan gerak dasar.

Dari pembelajaran keterampilan tersebut, ternyata siswa sekolah dasar mengalami kendala atau kesulitan, karena pada masa kanak-kanak kemampuan gerak lokomotor baru berkembang, sehingga pembelajaran pendidikan jasmani tidak dapat dilaksanakan secara maksimal. Untuk mengatasi kendala atau kesulitan dalam

pembelajaran pendidikan jasmani, maka seorang guru harus mampu mencari solusi yang tepat agar tujuan pembelajaran pendidikan jasmani tercapai salah satunya dengan cara permainan. Lutan (2001: 21) menyatakan bahwa kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan sehari-hari.

Permainan yang dapat diterapkan pada anak-anak banyak macamnya. Salah satu bentuk permainan tersebut adalah permainan tradisional. Pesatnya perkembangan teknologi dan informasi (TI) hampir menggusur permainan tradisional. Anak-anak sekarang lebih banyak permainan berbasis TI. *Playstation, gameonline, facebook, twitter*, dan masih banyak lagi permainan-permainan yang lain. Permainan tradisional pun kini perlahan tapi pasti ditinggalkan. Bahkan, anak-anak banyak yang tidak tahu beragam permainan tradisional yang dulu diwariskan turun-menurun. Walaupun tidak menutup kemungkinan, kadang-kadang masih dijumpai di sekitar kita, tetapi biasanya dalam rangka perayaan tujuh belasan atau festival dolanan anak.

Dikutip dalam jurnal internasional *Traditional Toys and Games in Indonesian*, “*However, collaborative toys and games have gradually diminished in popularity and are being replaced by more individual toys,*

such as construction toys, remote control toys, and action figures”.

Penerapan permainan tradisional sangat bervariasi, ada yang berbasis beregu dan ada juga yang berbasis individu. Pada permainan ini siswa dipacu untuk dapat bergerak dengan kecepatan, kelincahan dalam mengatur strategi. Dengan menggunakan metode pembelajaran dengan bentuk permainan tradisional, secara tidak langsung guru sudah memasukkan materi inti yang dikemas dalam bentuk permainan. Bentuk permainan tradisional yang berbasis beregu dan individu sangat banyak macamnya. Hal ini juga ditegaskan dalam jurnal *Paper for the international conference Play the game*, di Copenhagen, Oleh Eichberg *“Play and game are a source of creativity from below, renewed by each young generation”*. Dan juga oleh Laelah and other *“ traditional children game (folk game) is one of the nation's cultural assets are very important and closely related to psychological functioning of child development”*.

Kemampuan gerak dasar siswa kelas 5 SDN Puhsarang 1 masih kurang optimal. Dapat dilihat ketika materi yang diajarkan terkait berlari dan melompat. Masih banyak siswa yang ogah-ogahan dan belum maksimal dalam melakukan gerakan melompat dan berlari. Dengan penerapan permainan tradisional diharapkan akan

mempengaruhi peningkatan kemampuan gerak dasar anak.

Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian mengenai “Pengaruh Permainan Tradisional Berbasis Kelompok dan Berbasis Individu ditinjau dari Jenis Kelamin Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Pada Siswa Kelas 5 SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2015/2016”.

II. METODE PENELITIAN

1. Tempat Penelitian

Berdasarkan beberapa pertimbangan maka lokasi penelitian dilakukan di SDN Puhsarang 1 Kediri, sekaligus merupakan tempat dimana peneliti bekerja, sehingga dengan harapan peneliti bisa terjun secara menyeluruh untuk melaksanakan penelitian,

2. Waktu penelitian

Untuk pelaksanaan penelitian peneliti mempertimbangkan waktu pelajaran yang ada di sekolah yakni kalender akademik yang tidak mengganggu jam pelajaran lain, sehingga di fokuskan pada jam pelajaran penjasorkes, pada semester 2 untuk siswa kelas V SDN Puhsarang 1 Kediri tahun ajaran 2015-2016.

Penelitian dilakukan selama tiga bulan mulai dari bulan April-Mei 2016. Perlakuan penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang meliputi :

- a. Pemanasan : 5 menit (menggerakkan mulai dari kepala hingga kaki)

b. Gerakan inti : 45 menit (melakukan olahraga dagongan dan terompah panjang)

c. Pendinginan : 5 menit (penguluran)

Metode analisa data adalah dengan cara yang digunakan adalah mengolah data dari hasil pengumpulan data. Untuk menentukan teknik analisa data harus disesuaikan dengan masalah, desain eksperimen dan jenis data yang diperoleh.

Teknik analisa data hasil penelitian ini menggunakan analisa statistika deskriptif. Penelitian ini datanya bersifat data ratio maka alat uji statistiknya ialah statistik parametrik. Uji statistik parametriknya menggunakan anova.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Pengujian Hipotesis Dan Pembahasan

Pengujian hipotesis penelitian dilakukan berdasarkan hasil analisis data dan interpretasi keterampilan anova (lampiran 9). Uji rentang *Newman-Keuls* ditempuh sebagai langkah-langkah uji rata-rata setelah Anova. Berkenaan dengan hasil analisis varians dan uji rentang *Newman-Keuls*, ada beberapa hipotesis yang harus diuji. Urutan pengujian disesuaikan dengan urutan hipotesis yang dirumuskan bab II. Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka dikatakan bahwa perlakuan yang diberikan antara permainan tradisional dengan jenis kelamin dapat diterima. Tetapi sebaliknya jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka dikatakan bahwa perlakuan yang diberikan antara permainan tradisional

dengan jenis kelamin tidak diterima. Uji hipotesis dalam penelitian ini peneliti dibantu dengan menggunakan bantuan *Microsoft Excel*.

Sedangkan untuk mengetahui hasil dari anova yang diuji disajikan pada tabel berikut :

Tabel 4.7. Ringkasan Hasil Anova Dua Faktor

Sumber Variasi	dk	JK	RJK	F _o	F _t
Rata-rata					
Perlakuan	1	198,4500	198,450		
A	1	8,4500	8,450	5,4516	* 4,11
B	1	11,2500	11,250	7,2581	*
AB	1	22,0500	22,050	14,2258	*
Kekeliruan	16	24,8000	1,550		
Total	20	265,0000			

Tabel 4.8. Ringkasan Hasil Uji Rentang *Newman-Keuls* Setelah Anova

KP	A1B1	A2B2	A1B2	A2B1	RST
				2,200	
	Rerata	5,600	2,800	2,000	
A1B1	5,600	-	2,800	3,600 *	1,6258
A2B2	2,800		-	0,800 *	1,9654
A1B2	2,000			-	0,200 *
A2B1	2,200				-

Keterangan :

A = Permainan Tradisional

B = Kelompok Jenis Kelamin

AB = Interaksi antara kelompok perlakuan permainan tradisional dengan jenis kelamin.

* = Tanda signifikan pada $\alpha = 0.05$

Berasarkan hasil analisis data yang telah diperoleh ternyata dapat dikatakan bahwa perlakuan permainan tradisional berbasis kelompok pada jenis kelamin putra memiliki peningkatan kemampuan yang sangat baik kemudian diikuti peningkatan yang kedua yaitu perlakuan permainan tradisional berbasis kelompok pada jenis kelamin putri, hal ini kemungkinan adanya

pengaruh dari jenis perlakuan yang di terima. Karena perlakuan permainan tradisional berbasis kelompok lebih menekankan pada kerjasama antar tim dan aktivitas gerak juga menyenangkan daripada perlakuan permainan tradisional berbasis individu.

Untuk memperjelas dan menguatkan pernyataan diatas maka akan diuraikan hasil analisis data pada pengujian hipotesis sebagai berikut :

1. Pengujian Hipotesis Pertama

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan tradisional berbasis kelompok memiliki peningkatan yang berbeda dengan permainan tradisional berbasis individu. Hal ini dibuktikan dari hasil $F_{hitung} = 5,4516 > F_{tabel} = 4,11$. Dengan demikian hipotesis nol (H_0) ditolak. Yang berarti bahwa permainan tradisional berbasis kelompok memiliki peningkatan yang berbeda dengan permainan tradisional berbasis individu dapat diterima kebenarannya. Dari analisis lanjutan diperoleh bahwa ternyata permainan tradisional berbasis kelompok memiliki peningkatan yang lebih baik daripada permainan tradisional berbasis individu. Siswa yang mendapatkan perlakuan permainan tradisional berbasis kelompok memiliki rata-rata peningkatan sebesar 3,60 lebih tinggi daripada siswa yang mendapatkan perlakuan permainan tradisional berbasis individu yang memiliki

rata-rata peningkatan kemampuan gerak dasar sebesar 0,60.

2. Pengujian Hipotesis Kedua

Dari hasil menunjukkan bahwa siswa dengan kategori jenis kelamin putra memiliki skor tes kemampuan gerak dasar yang berbeda dengan siswa yang kategori jenis kelamin putri. Hal ini dibuktikan dari nilai $F_{hitung} = 7,2581 > F_{tabel} = 4,11$, dengan demikian hipotesis nol (H_0) ditolak. Yang berarti antara siswa yang putra dan putri memiliki peningkatan tes kemampuan gerak dasar yang berbeda dapat diterima kebenarannya.

3. Pengujian Hipotesis Ketiga

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa interaksi antara perlakuan permainan tradisional berbasis kelompok, berbasis individu dan jenis kelamin sangat bermakna. Ini dapat dibuktikan dengan hasil perhitungan analisis varians 2 faktor yaitu $F_{hitung} = 14,2258 > F_{tabel} = 4,11$. Dengan demikian hipotesis nol ditolak. Yang berarti dapat disimpulkan bahwa antara permainan tradisional dan jenis kelamin terdapat interaksi terhadap kemampuan gerak dasar pada siswa kelas V di SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri tahun pelajaran 2015/2016.

Hal ini dibuktikan bahwa dalam permainan berbasis kelompok pada siswa yang mempunyai jenis kelamin putra mempunyai peningkatan yang sangat baik jika dibandingkan dengan siswa yang

mempunyai jenis kelamin putri. Sedangkan permainan berbasis individu siswa yang mempunyai jenis kelamin putri mempunyai peningkatan yang lebih baik jika dibandingkan dengan siswa yang mempunyai jenis kelamin putra. Jika dalam perlakuan maka diketahui bahwa perlakuan permainan tradisional berbasis kelompok lebih baik peningkatannya jika dibandingkan permainan tradisional berbasis individu terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar pada anak. Dibuktikan dengan penelitian lain oleh Dwipa Aristokrat, yang membuktikan bahwasanya permainan tradisional berbasis kelompok dalam hal ini diwakili oleh bentengan, kasti, dan gobak sodor mempunyai pengaruh yang sangat baik terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar siswa.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Pembahasan hasil penelitian ini akan memberikan penjelasan lebih lanjut mengenai hasil-hasil analisis data yang telah dilakukan dan dijelaskan. Kemudian berdasarkan pengujian hipotesis yang telah dihasilkan pada kedua kelompok dapat menjadi kesimpulan analisis yaitu :

1. Adanya pengaruh yang sangat bermakna antara faktor-faktor utama penelitian. Faktor utama yang diteliti meliputi, bagaimana pengaruh perlakuan permainan tradisional berbasis kelompok dan berbasis individu. Serta pengaruh jenis kelamin apabila di kaitkan dengan

hasil peningkatan kemampuan gerak dasar siswa. Dengan terlebih dahulu dilakukan perlakuan terhadap objek penelitian.

2. Ada interaksi yang sangat bermakna antara faktor-faktor utama dalam bentuk interaksi dua faktor. Dan untuk menjelaskannya dilihat dari pengujian hipotesis ketiga dikatakan bahwa pengujian analisis dua faktor memberikan kesimpulan hipotesis nol ditolak, yang berarti bahwa ada interaksi antara kedua perlakuan dan jenis kelamin terhadap kemampuan gerak dasar pada siswa.

C. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada pengaruh antara perlakuan ketrampilan permainan tradisional berbasis kelompok dan individu terhadap kemampuan gerak dasar pada siswa kelas 5 SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2015/2016.
2. Ada pengaruh terhadap hasil kemampuan gerak dasar antara siswa yang memiliki jenis kelamin putra dan putri pada siswa kelas 5 SDN Puhsarang 1 Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2015/2016.
3. Ada interaksi antara jenis kelamin dan perlakuan permainan tradisional terhadap hasil kemampuan gerak dasar pada siswa siswa kelas 5 SDN Puhsarang 1



Kabupaten Kediri Tahun Ajaran
2015/2016.

Pengkajian dan Pembinaan Nilai-
Nilai Budaya.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Aisyah, Siti. 2008. *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini Edisi Pertama*. Jakarta. Universitas Terbuka.

Dwikusworo, E.P .2000. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Semarang: Depdikbud.

_____. 2003. *Metodologi Penelitian*. Universitas Negeri Semarang.

Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.

_____. 2009. *Tes Pengukuran dan Evaluasi Olahraga*. Semarang: Wida Karya.

_____. 2010. *Prosedur Penelitian Edisi Revisi X*. Jakarta : PT Rineka Cipta.

Eichberg. 2005. *Traditional games: A joker in modern development. Some experiences from Nordic countries and Nordic-African exchange*. Copenhagen, November 2005.

Anonim. 2016. <http://id.wikipedia.org/Jeniskelamin>. (diakses tanggal, 12 Maret 2106, pukul 13.00)

Fafaz and other. 2005. *The Character Values In Traditional Game Gobak Sodor For Elementary School Children*. Oktober 2005.

_____. 2016. <http://permainantradisional11.blogspot.co.id/2013>. (diakses tanggal, 12 Maret 2106, pukul 13.10)

_____. 2000. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.

_____. 2016. <http://permainantradisional11.blogspot.co.id/2013>. (diakses tanggal, 12 Maret 2106, pukul 13.12).

Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini*. Raja Gravindo. Jakarta.

_____. 2016. *Traditional Toys and Games in Indonesia Journal*. June 2016

Johnson and Nelson. 2000. *Practical Measurements for Evaluation in Physical Education*. Macmillan Publishing Company. New York.

_____. 2005. *Traditional Games Making a Comeback : Japanese Culture Now*.

Khamdani. 2010. *Olahraga tradisional Indonesia*. Kutai Timur. PT. Maraga Borneo Tarigas.

BSNP. 2006. *Panduan Penyusunan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Jenjang Pendidikan Dasar Dan Menengah*. Jakarta.

Laksono, B. 2012. *Kumpulan Permainan Rakyat Olahraga Tradisional*. Jakarta. Kementrian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.

Dilanisa. 2011. *Mengenal Permainan Tradisional*. Bandung: Mawar Putra Perdana.

Lutan, Hartanto, Tomolius. 2001. *Pendidikan Kebugaran Jasmani Orientasidi Sepanjang Hayat*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.

Dharmamulya, S. 2007. *Permainan Tradisional Jawa*. Yogyakarta: Kepel Press.

Ma'mun dan Saputra. 2000. *Perkembangan Gerak Dan Belajar Gerak*. Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta. Direktorat Jendral Pendidikan.

_____. 1992-1993. *Transformasi Nilai Melalui Permainan Rakyat Daerah Istimewa Yogyakarta*. Depdikbud, Proyek Penelitian,



- Permana. 2013. *Upaya Meningkatkan Kemampuan Tolakan Lompat Jauh Melalui Permainan Galah Jidar pada Kelas V SDN 5 Cikaobandung Kecamatan Jatiluhur Kabupaten Purwakarta*. Sumedang. UPI Kampus Sumedang.
- Samsudin, Ali and other. 2014. *Utilizing Malaysian Traitional Games To Implement Kinesthetic Intelligence Approach In Informal Science Learning Environment*. Vol.2 No. 11 November 2014.
- Siagawati. 2007. *Mengungkap Nilai-nilai Yang Terkandung Dalam Permainan Tradisional Gobag Sodor*. http://publikasiilmiah.ums.ac.id:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1406/6Monica_Vol%209%20No%201%20Mei%202007.pdf?sequence=1. Diunduh pada 24 Mei 2012.
- Sudjana. 2002. *Metode statistika*. Bandung : Tarsito
- Sugiyanto dan sudjarwo. 1991. *Materi pokok perkembangan dan belajar gerak buku I modul 1-6*. Jakarta : depdikbud proyek penataran guru SD setara D-II bagian proyek penataran guru penjas SD setara D-II.
- Suryabrata, S. 2003. *Psikologi Pendidikan*. Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Sutrisno Hadi. 1994. *Analisis Regresi*. Andi Offset: Yogyakarta.
- Syarifuddin dan Muhadi. 1992. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Depdikbud.
- Utami, H. 2008. *Permainan Kasti dan Sejenisnya*. Ganecs Exact. 2001. Metode Research Jilid 4. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Purwaningsih, Ernawati. 2006. *Permainan Tradisional Anak : Salah Satu Khasanah Budaya yang Perlu Dilestarikan*. Yogyakarta: Proyek P3NB.
- Yandianto. 2001. *Kamus besar bahasa Indonesia*. Bandung : M2S bandung.
- Wang. 2014. *The developmental relationship between language and motor performance from 3 to 5 years of age: a prospective longitudinal population study*. BMC Psychology Journal. 2:34.



**PENGEMBANGAN BAHAN PEMBELAJARAN MULTIMEDIA PENJASORKES
UNTUK MENINGKATKAN BUDAYA HIDUP SEHAT PADA SISWA
KELAS VIII MTsN ARYOJEDING TULUNGAGUNG**

Eko Yulianto

Mahasiswa Program Pasca Sarjana Magister Keguruan Olahraga
Universitas Nusantara PGRI Kediri

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh hasil pengamatan dan pengalaman peneliti sendiri saat mengajar, karena terbatasnya pengetahuan guru dan pengembangan multimedia pembelajaran untuk siswa SMP/MTs kelas VIII materi budaya hidup sehat (NAPZA/Narkotika). Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan sebuah produk multimedia pembelajaran penjasorkes materi budaya hidup sehat berbasis multimedia untuk SMP/MTs kelas VIII.

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu sebagai berikut: pendahuluan, pengembangan desain pembelajaran, mengembangkan produk awal, dan evaluasi produk. Setelah melalui tahap produksi dihasilkan produk awal yang divalidasi oleh ahli materi dan ahli media. Selanjutnya, produk diuji cobakan kepada peserta didik melalui uji coba kelompok besar. Subjek uji coba produk adalah peserta didik kelas VIII MTs Negeri Aryojeding sebanyak 15 siswa. Data dikumpulkan melalui kuisisioner. Data berupa hasil penelitian mengenai kualitas produk, saran untuk perbaikan produk. Data kualitatif dianalisis dengan statistik deskriptif.

Berdasarkan hasil data penelitian yang berupa kuesioner dari multimedia pembelajaran yang telah diuji cobakan. Hasil validasi ahli materi adalah “Sangat Baik” dengan rerata skor 4,37 dan ahli media menilai “Sangat Baik” juga dengan rerata skor 4,39. Penilaian siswa pada uji coba utama media adalah “Sangat Baik” dengan rerata skor 4,56. Jadi dapat disimpulkan bahwa produk yang dikembangkan layak untuk digunakan dalam proses pembelajaran.

Kata kunci: *Multimedia Pembelajaran, NAPZA/Narkotika, Autoplay Media*



PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dapat mengatasi permasalahan ruang, waktu, dan jarak dalam proses belajar, serta teknologi informasi dapat digunakan sebagai salah satu bagian dari teknologi pendidikan yang mendukung proses pembelajaran seperti penggunaan media pembelajaran. Penggunaan media pembelajaran yang sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan akan memungkinkan siswa untuk mengingatnya dalam waktu yang lama dibandingkan dengan penyampaian materi pelajaran dengan cara tatap muka dan ceramah tanpa alat bantuan (pengajaran konvensional).

Media pembelajaran, menurut Kemp (1985: 28) dapat memenuhi tiga fungsi utama apabila media dipakai untuk perorangan, kelompok, kelompok pendengar yang besar jumlahnya yaitu: (1) memotivasi minat atau tindakan, (2) menyajikan informasi, (3) memberikan instruksi. Untuk memenuhi fungsi memotivasi media dapat direalisasikan dengan teknik drama dan hiburan. Standar Kompetensi dalam mata pelajaran Penjasorkes yang diajarkan di Sekolah Menengah Pertama (SMP/MTs) semester 2 adalah menerapkan budaya hidup sehat. Sedangkan Kompetensi Dasar yaitu memahami prinsip-prinsip pencegahan Narkotika, psikotropika, Zat Aditif lainnya (NAPZA/Narkoba) bagi diri sendiri, keluarga, dan masyarakat.

Pembelajaran siswa MTs/SMP yang dalam masa usia perkembangan untuk mengerti tentang budaya hidup sehat pada sub pokok materi pencegahan NAPZA bukanlah hal yang mudah dilakukan oleh seorang guru/fasilitator. Dalam mengajarkan materi tersebut guru/fasilitator memerlukan metode atau cara yang tepat dalam menyampaikan materi sehingga tidak membuat siswa salah memahami makna dari materi, namun memberikan suatu ajaran yang benar terhadap siswa untuk menghindari dan mencegah penyalahgunaan NAPZA/Narkoba di Indonesia. Oleh karena itu, diperlukan media pembelajaran yang sesuai dan membantu dalam proses pembelajaran. Sebagaimana pendapat Sudjana (2002: 99) bahwa media dalam mengajar merupakan peranan penting sebagai alat bantu untuk menciptakan proses belajar - mengajar yang efektif.

Teori penggunaan media dalam proses belajar mengajar yang dikemukakan oleh Dale's *cone of experience* (Kerucut

Pengalaman Dale) bahwa pengaruh media dalam pembelajaran dapat dilihat dari jenjang pengalaman belajar yang akan diterima oleh siswa (Ashar Arsyad, 2010: 10). Untuk itu, meninjau dari masalah yang ada maka perlu dikembangkan sebuah media pembelajaran sebagai alat bantu guru penjasorkes untuk menyampaikan materi NAPZA pada siswa MTs/SMP kelas VIII agar kompetensi dari materi dapat tercapai.

Seperti penelitian sebelumnya yang ditulis oleh Deny Tyas Iscahyono (2012) yang berjudul "Pengembangan Multimedia CD Pembelajaran Pencak Silat Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama Kelas VIII Semester 1". Pada penelitian ini membahas tentang efektifitas penggunaan multimedia pembelajaran dalam proses belajar mengajar.

Menurut hasil pengamatan di lapangan, penggunaan media pembelajaran masih sering terabaikan dengan berbagai alasan, antara lain: terbatasnya waktu untuk membuat persiapan mengajar, sulit mencari media yang tepat, tidak tersedianya biaya, dan tidak menguasai teknologi, sehingga masih ditemukan guru penjasorkes di tingkat SMP/MTs yang dalam proses pembelajaran menggunakan cara-cara konvensional. Penggunaan buku ajar dirasa terlalu monoton mengingat perkembangan teknologi dan informasi saat ini semakin berkembang pesat. Selain itu juga, dirasa kurang efektif karena dengan buku ajar membuat siswa kurang tertarik dan termotivasi dalam pembelajaran materi di kelas pelajaran Penjasorkes.

Berdasarkan masalah di atas, maka peneliti sangat termotivasi untuk mengembangkan media pembelajaran mengenai budaya hidup sehat pada pokok bahasan pencegahan NAPZA. Dalam materi ini maka diperlukan suatu inovasi untuk mengatasi persoalan tersebut, yaitu dengan penggunaan media yang tepat dalam pembelajaran. Salah satu alternatif media pembelajaran yang dapat menghilangkan rasa jenuh siswa yang dapat memotivasi dalam proses pembelajaran serta mendukung keefektifan proses belajar mengajar yaitu dengan penggunaan multimedia pembelajaran (media berbasis komputer) yang dikemas dalam bentuk *Compact Disc*.

Pengertian Penjasorkes

Penjasorkes mengandung makna bahwa mata pelajaran ini menggunakan aktivitas jasmani sebagai media untuk mencapai tujuan



pembelajarannya Suherman (2004: 22). Penjasorkes menurut Suherman, (2004: 25) “*physical education is a process through which an individual obtain physical, mental, and social and fitness through physical activity*”. Artinya bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses dimana seseorang memperoleh kondisi fisik, mental, dan kemampuan sosial dan kebugaran melalui aktifitas fisik. Penjasorkes menurut Junaidi (2009:2) merupakan bagian integral dan pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Teori Belajar yang Mendasari Pembelajaran dengan Multimedia

Pembelajaran menggunakan multimedia memerlukan suatu landasan teori belajar yang tepat. Teori belajar ini dapat dimanfaatkan untuk mensistematisasikan penemuan-penemuan, memprediksi, melahirkan hipotesis, dan dapat memberikan penjelasan-penjelasan sesuai yang dibutuhkan. Di bawah ini akan dijelaskan empat jenis teori belajar menurut Sudrajat (2008: 1-4):

a. Teori belajar *Behaviorisme*

Behaviorisme merupakan salah satu aliran psikologi yang memandang individu hanya dari sisi fenomena jamaniah, dan dan mengabaikan aspek-aspek mental, dengan kata lain *behaviorisme* tidak mengakui adanya kecerdasan bakat, minat dan perasaan individu dalam proses belajar. Peristiwa belajar semata-mata melatih reflek-reflek sedemikian rupa sehingga menjadi kebiasaan yang dikuasai individu.

b. Teori belajar *Gestalt*

Gestalt berasal dari bahasa Jerman yang mempunyai arti “bentuk atau konfigurasi”. Pokok pandangan Gestalt menyatakan bahwa objek atau peristiwa tertentu akan dipandang sebagai sesuatu yang terorganisasikan.

Aplikasi Teori *Gestalt* dalam proses pembelajaran antara lain:

- 1) Pengalaman langsung; langsung memegang peranan yang penting dalam

perilaku yaitu kemampuan mengenal keterkaitan unsur-unsur dalam suatu objek atau peristiwa.

- 2) Pembelajaran yang bermakna; bermakna unsur yang terkait akan menunjang pembentukan dalam proses pembelajaran. Makin jelas makna hubungan suatu unsur akan semakin efektif suatu yang dipelajari. Hasil ini sangat penting dalam kegiatan pemecahan masalah, khususnya dalam identifikasi masalah dan pengembangan alternative pemecahannya.

Pengembangan

Menurut Borg & Gall (1983: 772), *research and development is a process used to develop and validate education product*. Sejalan dengan Gay (1996: 10), penelitian dan pengembangan adalah suatu usaha untuk mengembangkan produk pendidikan yang efektif yang berupa material pembelajaran, media, strategi, atau material lainnya dalam pembelajaran untuk digunakan di sekolah bukan untuk menguji teori. Sedangkan, untuk kawasan pengembangannya menurut AECT (Arif S. Sadiman, 1990: 19) ialah membidangi tentang bagaimana secara teori maupun praktek suatu proses dan sumber belajar dikembangkan dengan baik dalam teknologi cetak, teknologi audio visual, teknologi berdasarkan komputer maupun teknologi terpadu.

Konsep Gaya Hidup Sehat

Cara hidup sehat adalah bagaimana kita berusaha untuk meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik. Kata orang sehat itu mahal, itulah sebabnya setiap orang berusaha dengan sebaik-baiknya untuk memperoleh tubuh yang selalu fit. Kesehatan sebenarnya tidak mahal jika kita tahu bagaimana menjalani hidup yang berkualitas. Hanya saja sekarang ini banyak orang yang kurang bisa menikmati kehidupan sehatnya karena kepadatan aktifitas sehari-hari. Banyak orang kehilangan waktu untuk sekedar makan siang atau sebagian orang lebih memilih untuk menyelesaikan pekerjaan sampai larut malam hingga jam tidurnya berkurang. Kehidupan seperti ini sebenarnya tidak baik untuk tubuh. Tubuh menjadi tidak mendapat asupan gizi yang cukup ketika orang tidak teratur makan. Tubuh tidak bisa beristirahat yang cukup ketika tidurnya tidak berkualitas.

Pengertian Narkoba

Narkoba atau NAPZA adalah bahan / zat yang dapat mempengaruhi kondisi kejiwaan /



psikologi seseorang (pikiran, perasaan dan perilaku) serta dapat menimbulkan ketergantungan fisik dan psikologi. Yang termasuk dalam NAPZA adalah : Narkotika, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya.

Kerangka Berpikir

Salah satu media pembelajaran yang dapat mendukung efektifitas kegiatan belajar mengajar sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) yaitu penggunaan multimedia pembelajaran dalam bentuk *Compact Disc*. Pengembangan *Compact Disc* merupakan media pembelajaran mandiri yang akan lebih mengaktifkan siswa dalam belajar sesuai dengan kemampuan dan pengalamannya masing-masing yang pada akhirnya dapat mempengaruhi hasil belajar siswa yang lebih baik termasuk pembelajaran dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan materi budaya hidup pokok bahasan NAPZA.

Pada multimedia pembelajaran, materi yang disajikan lebih lengkap, menarik, dan lebih aplikatif. Selain itu penyusunannya menggunakan beberapa standar mutu penilaian produk. Dengan pengembangan multimedia pembelajaran melalui *Compact Disc* pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diharapkan dapat meningkatkan minat dan motivasi dalam proses pembelajaran teori pada materi budaya hidup sehat, sehingga siswa memiliki pemahaman yang baik tentang bahaya NAPZA.

METODE PENELITIAN

Dengan mengacu pada permasalahan dan tujuan pengembangan dapat digunakan Metode Pengembangan atau *Research and Development* (R&D), yang langkah-langkahnya meliputi prosedur pengembangan, lokasi penelitian, uji coba produk yang meliputi desain uji coba, subjek uji coba, jenis data, instrumen pengumpulan data dan teknik analisis data.

Penelitian ini menggunakan metode pengembangan yang berorientasi pada produk. Penelitian ini merupakan salah satu jenis penelitian yang banyak digunakan untuk memecahkan masalah di dunia pendidikan. Perancangan pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini menurut pendekatan model Borg and Gall. Produk yang dihasilkan bisa berupa *software, hardware* seperti buku, modul, paket program pembelajaran ataupun alat bantu belajar.

Model yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah model prosedural, yang

menggariskan langkah-langkah yang harus diikuti untuk menghasilkan suatu produk. Model prosedural ini adalah yang paling sesuai untuk penelitian pengembangan multimedia pembelajaran mata pelajaran Penjasorkes. Produk yang dihasilkan adalah multimedia pembelajaran dalam bentuk *Compact Disc*.

Penelitian pengembangan ini akan dilaksanakan di MTs Negeri Aryojeding, Rejotangan, Tulungagung. Uji coba produk ini dimaksudkan untuk memperoleh efektifitas, efisiensi, dan manfaat dari produk yang dikembangkan. Langkah-langkah yang dijabarkan adalah desain uji coba, subjek uji coba, jenis data, instrumen pengumpulan data dan analisis data. Pada desain uji coba produk ini, dibagi menjadi 3 tahap, yaitu: (1) evaluasi ahli, (2) uji coba tahap pertama dan (3) uji coba tahap kedua. Tujuan dilakukannya tiga tahapan ini adalah untuk memperoleh tingkat keefektifan produk dari segi pemanfaatan.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam pengembangan bahan pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VIII di MTs Negeri Aryojeding ini adalah berupa angket yang disebarkan pada para ahli yaitu ahli materi dan ahli media serta siswa kelas 8 MTs Negeri Aryojeding. Hasil dari instrumen yang berupa angket ini yang akan digunakan untuk mengumpulkan data tentang:

- a) Penilaian ahli materi bahan pembelajaran dilakukan oleh Bapak Qomarudin, S.Pd., M.Pd.

Berikut tabel kisi-kisi penilaian ahli materi terhadap bahan ajar berbasis multimedia

No	Aspek penilaian	Indikator	Butir Instrumen
1	Pembelajaran	SK/KD	1,2
		Petunjuk	3, 7
		Latian/evaluasi	8
		Penguatan	11, 12
		Pemberian contoh	6
		Materi	4, 5, 10
		Petunjuk	9
2	Aspek isi	Kunci jawaban	13
		Isi/konsep	19
		Materi	14
		Gambar dan	15, 16, 17, 18
		Rumusan soal	20, 21
		Kesulitan soal	22,23
	Penyajian	24	



b) Penilaian ahli media terhadap bahan ajar berbasis multimedia oleh Bapak Irvan Fauzi, S.Kom.

Berikut tabel kisi-kisi penilaian ahli media terhadap bahan ajar berbasis multimedia

No	Aspek Penilaian	Indikator	Butir Instrumen
1	Tampilan	Warna	1, 2, 13, 14,
		Musik	3
		Gambar dan video	4,5,6,8,9,17,1
		Tombol navigasi	10, 11, 12
		Slide	20, 21
		Ukuran Huruf	15, 16
		Keterbacaan Teks	7
2	Pemrograman	Tombol navigasi	25, 26
		Interaksi	23
		Efisiensi	28, 29
		Petunjuk	24
		Interaktivitas	22, 23
		Respon peserta didik	27

c) Penilaian siswa terhadap kelas 8 MTs Negeri Aryojeding.

Berikut tabel kisi-kisi penilaian peserta didik terhadap bahan ajar berbasis multimedia

No	Aspek Penilaian	Indikator	Butir Instrumen
1	Aspek tampilan	Warna	9
		Musik	6, 8
		Gambar	7
		Tombol navigasi	4, 5
		Petunjuk	2, 3
		Keterbacaan Teks	1
2	Aspek isi materi	Penggunaan bahasa	11, 12
		Materi	10
		Gambar dan Video	13, 14
		Rumusan soal	15
		Kesulitan soal	16
3	Aspek pembelajaran	Petunjuk	20,21
		Multimedia	24, 25, 26
		Materi	17, 18, 19, 22
		Petunjuk pengerjaan	22
		Respon peserta didik	23

Setelah data diperoleh kemudian dilakukan analisis data untuk setiap subyek uji coba, yang meliputi ahli media, ahli pendidikan jasmani, dan siswa kelas 8 dengan skala 5 yaitu dengan perskoran dari angka 1 s/d 5 yaitu, jawaban A skor 5 apabila jawaban sangat jelas, sangat tepat, sangat menarik, sangat mudah, sangat sesuai; jawaban B skor 4 apabila jawaban jelas, tepat, menarik, mudah, sesuai; jawaban C skor 3

apabila jawaban cukup baik, cukup jelas, cukup tepat; jawaban D skor 2 apabila jawaban kurang jelas, kurang tepat, kurang menarik, sulit, kurang sesuai; dan jawaban E Skor 1 apabila jawaban sangat tidak jelas, sangat tidak tepat, sangat tidak menarik, sangat sulit, sangat tidak sesuai.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Teknik ini digunakan pada data hasil kuesioner uji coba utama. Acuan konvesi yang akan digunakan untuk mengolah data menggunakan acuan dari Sukarjo yang dikutip oleh Nur Rohmah Muktiani (2008: 79) pada tabel sebagai berikut:

Nilai	Kriteria	Skor	
		Rumus	Perhitungan
A	Sangat Baik	$X > X_i + 1,8 S_{bi}$	$X > 4,21$
B	Baik	$X_i + 0,6 S_{bi} < X < X_i + 1,8 S_{bi}$	$3,40 < X < 4,21$
C	Cukup Baik	$X_i - 0,6 S_{bi} < X < X_i + 0,6 S_{bi}$	$2,60 < X < 3,40$
D	Kurang	$X_i - 1,8 S_{bi} < X < X_i - 0,6 S_{bi}$	$1,79 < X < 2,60$
E	Sangat Kurang	$X < X_i - 1,8 S_{bi}$	$X < 1,79$

\bar{X} (Skor ideal) = $\frac{1}{2}$ (skor maksimal ideal + skor minimal ideal)

S_{bi} (simpangan baku skor ideal) = $\frac{1}{6}$ (Skor maksimal ideal - skor minimal ideal)

X ideal = Skor

Empiris

Berdasarkan hasil konvesi skor ke nilai maka didapat nilai produk multimedia pembelajaran yang sedang dikembangkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Kebutuhan

Pelajaran Penjasorkes pada tingkat Sekolah Menengah Pertama atau Madrasah (SMP/MTs) terdiri dari pembelajaran praktek dan teori. Salah satu kompetensi yang diajarkan adalah materi Budaya Hidup Sehat (NAPZA/Narkotika). Pada materi ini siswa diharapkan mampu untuk memahami dan mengetahui bahaya menggunakan NAPZA/Narkotika.

Hasil wawancara dan pengamatan, didapat informasi bahwa tidak semua Guru Penjasorkes mempunyai bahan materi NAPZA di dalam pembelajaran, hal ini disebabkan kurangnya



buku/referensi materi tentang NAPZA untuk bahan ajar guru dan belajar para peserta didik.

Dari hasil observasi dan wawancara di atas penting kiranya dikembangkan sebuah multimedia pembelajaran yang dapat mengakomodasi kebutuhan Guru dan peserta didik dalam proses pembelajaran Penjasorkes khususnya materi Budaya Hidup Sehat (NAPZA/Narkoba) untuk siswa MTs/SMP kelas VIII. Peneliti berharap, produk yang dikembangkan dapat mengatasi kendala yang dihadapi guru dalam pembelajaran. Dengan pembelajaran yang terstruktur dengan baik dan didukung media pembelajaran yang berkualitas akan mempermudah pencapaian tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan sebelumnya.

Data Uji Coba

1. Evaluasi ahli Materi

Hasil evaluasi tahap I terhadap multimedia pembelajaran Budaya Hidup Sehat dilakukan pada tanggal 23 Juni 2016 oleh Bapak Qomarudin, S.Pd., M.Pd. sebagai ahli materi. Ahli materi memberikan penilaian terhadap aspek kualitas pembelajaran dengan rerata skor 3,46 yang termasuk ke dalam kategori “Baik”. Sedangkan pada aspek isi/materi pembelajaran, ahli materi memberikan penilaian dengan rerata skor 3,54 yang termasuk dalam kategori “Baik”. Hasil aspek kebenaran materi pembelajaran dan isi merupakan informasi yang berisi bagian yang salah, jenis kesalahan, dan saran perbaikan. Saran dari ahli materi digunakan sebagai revisi produk. Berikut saran dan perbaikan yang dijelaskan pada tabel dibawah ini.

No	Bagian yang	Jenis Kesalahan	Perbaikan
1	Dampak dari Narkoba	Gambar kurang fariatif	Cari gambar yang lebih banyak biar menarik
2	Penomeran	Penomeran disesuaikan kurikulum	Penomeran sesuai kurikulum

Berdasarkan hasil validasi dari ahli materi pada tahap I, jika di rata-rata antara aspek kualitas materi pembelajaran dan aspek isi/materi adalah 3,5 yang artinya produk yang dikembangkan masih dalam kategori “Baik”. Kualitas produk yang sedemikian rupa, ahli materi menyatakan bahwa produk tersebut layak digunakan untuk uji coba lapangan dengan revisi sesuai saran.

Validasi tahap II dilakukan setelah produk direvisi sesuai saran dari ahli materi dalam validasi tahap I. Validasi tahap II dilakukan pada tanggal 20 Juli 2016. Pada tahap II ahli materi memberikan penilaian terhadap aspek kualitas materi pembelajaran dengan rerata skor 4,38 yang termasuk kedalam kategori “Sangat Baik”. Sedangkan untuk aspek materi/isi, ahli materi memberikan penilaian dengan rerata skor sebesar 4,36 yang berarti masuk dalam “Sangat Baik”.

Berdasarkan validasi tahap II, ahli materi menyatakan bahwa produk multimedia pembelajaran yang dikembangkan layak untuk uji coba lapangan tanpa melakukan revisi. Hasil rerata skor keseluruhan adalah 4,37 yang termasuk ke dalam kategori “Sangat Baik” . Hasil evaluasi tahap II pada ahli materi, produk dinilai sudah layak untuk dilakukan uji coba tanpa revisi.

2. Evaluasi Ahli Media

Evaluasi tahap I terhadap multimedia pembelajaran Penjasorkes materi Budaya Hidup Sehat (NAPZA/Narkoba) dilakukan tanggal 25 Juni 2016, oleh Bapak Irfan Fauzi, S.Kom sebagai ahli media. Ahli media memberikan penilaian terhadap aspek tampilan termasuk kedalam kategori “Cukup Baik” dengan rerata skor sebesar 3,09. Sedangkan untuk aspek pemrograman, ahli media memberikan penilaian dengan rerata skor 2,87 yang termasuk ke dalam kategori “Cukup Baik”.

Saran dari ahli media digunakan sebagai revisi produk. Berikut saran dan perbaikan yang dijelaskan pada tabel berikut.

No	Bagian Yang Salah	Jenis Kesalahan	Perbaikan
1	Menu Petunjuk	Tombol tidak bisa link langsung dengan tombol yang aktif	Tombol yang bisa aktif/link langsung dengan menu atau tombol dimatikan
2	Background media	Background materi	Warna background diganti atau warna tulisan yang diganti
3	Warna huruh media	Warna merah	Sebaiknya diganti warna selain merah, karena merah

mempunyai
kesan marah

Berdasarkan hasil validasi dari ahli media pada tahap I, jika di rata-rata antara aspek kualitas tampilan dan aspek pemrograman adalah 2,98 yang artinya produk yang dikembangkan masih dalam kategori “Cukup Baik”. Dengan kualitas produk yang sedemikian rupa, ahli media menyatakan bahwa produk tersebut layak digunakan untuk uji coba lapangan dengan revisi sesuai dengan saran.

Validasi tahap II dilakukan setelah produk direvisi sesuai saran dari ahli media dalam validasi tahap I. Validasi tahap II dilakukan pada tanggal 11 Juli 2016. Pada tahap II ahli media memberikan penilaian terhadap aspek tampilan dengan rerata skor sebesar 4,53 yang termasuk kedalam kategori “Sangat Baik”. Sedangkan untuk aspek pemrograman ahli media memberikan penilaian dengan rerata skor sebesar 4,25 dengan kategori “Sangat Baik”.

Pada validasi tahap II, ahli media menyatakan bahwa produk multimedia pembelajaran yang dikembangkan layak untuk uji coba lapangan tanpa melakukan revisi. Hasil rerata skor keseluruhan adalah 4,39 yang termasuk ke dalam kategori “Sangat Baik”. Dari hasil evaluasi tahap II pada ahli materi, produk dinilai sudah layak untuk dilakukan uji coba tanpa revisi

3. Data Uji Coba Kelompok Besar

Pengembang melakukan uji coba kelompok besar di MTsN Aryojeding dengan responden sebanyak 15 siswa kelas VIII. Uji coba dilakukan dengan maksud untuk mengetahui kualitas produk secara menyeluruh yang menjadi tolak ukur kelayakan produk yang dikembangkan untuk jenjang MTs/SMP kelas VIII materi Budaya Hidup Sehat (NAPZA/Narkoba).

Uji coba kelompok besar dilakukan pada tanggal 25 Juli 2016. Penentuan responden dilakukan melalui konsultasi dosen pembimbing dengan cara random sampling. Adapun cara pengumpulan data pada uji coba ini adalah dengan menampilkan produk multimedia yang dikembangkan dan memberikan peserta didik untuk mencobanya, setelah itu peserta didik diberikan lembar kuisioner untuk memberikan penilaian terhadap multimedia pembelajaran yang mencakup aspek tampilan, aspek isi/materi, dan aspek pembelajaran.

Uji coba kelompok besar terhadap aspek tampilan termasuk ke dalam kategori “Sangat Baik” dengan rerata skor sebesar 4,54. Aspek materi/isi termasuk ke dalam kategori “Sangat Baik” dengan rerata skor sebesar 4,56. Sedangkan penilaian terhadap aspek pembelajaran pada uji coba kelompok besar menghasilkan rerata skor sebesar 4,57 yang artinya kriteria dari aspek pembelajaran adalah “Sangat Baik”. Hasil rerata skor keseluruhan adalah 4,56 yang termasuk ke dalam kategori “Sangat Baik”.

Pembahasan

Produk pengembangan ini adalah sebuah multimedia pembelajaran Penjasorkes materi Budaya Hidup Sehat (NAPZA/Narkoba) untuk peserta didik MTs/SMP kelas VIII. Produk ini dibuat menggunakan *software Autoplay Media*, dengan bantuan *software* lain untuk mendesain gambar tulisan dan video yaitu *adobe photoshop* dan *corel draw*. Setelah produk awal dibuat, dilanjutkan dengan mengevaluasi kepada ahli materi dan ahli media untuk menghasilkan produk yang layak digunakan untuk media pembelajaran.

Hasil evaluasi ahli materi dan ahli media, revisi produk hanya dilakukan satu tahap, karena telah dianggap sesuai dan layak untuk melakukan uji coba lapangan. Uji coba lapangan dilakukan sebagai bahan penelitian produk apabila digunakan langsung oleh pengguna yaitu para peserta didik SMP/MTs kelas VIII.

Uji coba yang dilakukan berlangsung satu tahap, yaitu tahap uji coba kelompok besar karena hasil dari evaluasi para ahli tahap dua sudah dirasa cukup untuk langsung dilakukan uji coba kelompok besar. Pada uji coba tersebut banyak sekali tanggapan dari para pengguna, baik tanggapan positif atau terkait kelebihan dan tanggapan negatif mengenai kekurangan dari produk.

Hasil Produl Multimedia NAPZA





PENUTUP

Simpulan

Setelah dilakukan penelitian selama 2 bulan dihasilkan produk multimedia pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi Budaya Hidup Sehat tentang NAPZA/ Narkoba menggunakan *software Autoplay Media* untuk kelas VIII dalam bentuk *compact dist*. Hasil dari penilaian ahli materi mengenai kualitas multimedia pembelajaran NAPZA/Narkoba setelah melalui tahap akhir revisi mendapat rerata skor 4,37 dari aspek pembelajaran dan aspek isi termasuk dalam kriteria “Sangat Baik“, menurut ahli media mengenai kualitas multimedia pembelajaran setelah melalui tahap perbaikan mendapat rerata skor 4,39 dari aspek tampilan dan aspek pemrograman termasuk dalam kriteria “Sangat Baik“, serta penilaian dari siswa pada uji coba kelompok besar secara keseluruhan termasuk kriteria “ Sangat Baik” dengan rerata skor 4,56.

Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka dapat disarankan untuk produk multimedia pembelajaran ini sebagai berikut:

1. Perlu ada pengembangan lebih lanjut terkait multimedia pembelajaran materi Budaya Hidup Sehat dalam Penjasorkes.
2. Perlu adanya uji coba dalam kelompok yang lebih besar agar multimedia pembelajaran Budaya Hidup Sehat (NAPZA/Narkoba) lebih sempurna.
3. Perlu adanya workshop/diklat untuk guru dalam pembuatan multimedia agar guru dapat mengikuti perkembangan teknologi.
4. Perlu adanya saran kritik perbaikan dalam multimedia pembelajaran ini agar semakin bagus kedepannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardhana, W. 2002. *Konsep Penelitian Pengembangan dalam Bidang Pendidikan dan Pembelajaran*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Arsyad, A. 2009. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- BNNP Jatim. 2015. Pencegahan dan Pemberantasan Penyalahgunaan Peredaran Gelap Narkoba (P4GN) Tingkat SLTP. Surabaya.
- Borg & Gall. 1983. *Educational Research: an introduction*. New York: Longman, Inc.
- Di akses dari <http://kuliahemka.wordpress.com/2012/12/29/259>
- Duta. 2013. *Manfaat CD Interaktif*. Diakses dari <http://www.dutasaranailmu.network.co.id/pord.html> pada tanggal 09 Oktober 2013, jam 11.45 WIB.
- Dwiyogo, D. W.. 2007. *Sistem Penyusunan Bahan Ajar*. Malang: Wineka Media.
- Gay, L.R. 1996. *Educational Research: Competencies for Analysis and Application Fifth Edition*. New York: Merrill.
- Gerlach, V. G. dan Ely, D. P. 1971. *Teaching and Media. A Systematic Approach*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, Inc.
- Hadi S. & Ariesto. 2003. *Multimedia Interaktif dengan Flash*. Jakarta: Graha Ilmu.
- Husdarta. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani*: Alfabeta Bandung.
- Idris, H. 2008. *Pengembangan Multimedia Pembelajaran Berbantuan Komputer*.



- Junaidi, S. 2009. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan untuk SMP*. Kediri: Universitas Nusantara.
- Kemp, J. E & Deane K.D. 1985. *Planning and producing instruksional media*, New York: Herper & Row Publisher Cambridge. Di akses dari <http://trove.nla.gov.au/version/44855632>
- Mu'rifah & Wibowo H. 1992. *Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: Demdikbud.
- Qomaruddin. 2012. *Pengembangan Buku Ajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Semester 1 MTs Negari Ngantru Tulungagung*. Tesis. Tidak Dipublikasikan. Malang: IKIP Budi Utomo.
- Rachman. 2014. *Keunggulan dan Kelemahan Dari Multimedia*. Diakses dari <https://multimedia-adsupmalandsytle.blogspot.com> pada tanggal 01 Januari 2014.
- Sadiman, A. S. dkk. 1990. *Media Pendidikan: Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya*. Jakarta: CV Rajawali.
- Sofyan, A. F. 2008. *Digital Multimedia: Animasi, Sound Editing, & Video Editing*. Yogyakarta: Andi.
- Sudjana, N. 1990. *Penelitian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rodiakarya
- Sudjana, N. 2002. *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sudrajat, A. 2008. *Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Suherman. 2004. *Pendidikan jasmani*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Suyanto. 2005. *Multimedia Alat Untuk Meningkatkan Keunggulan Bersaing*. Yogyakarta: Andi.

PENGARUH PERBEDAAN PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN PERSEPSI KINESTETIK TERHADAP HASIL TEMBAKAN *LAY UP* BOLA BASKET

PUTRA PRASETIA

Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Program Studi Magister Keguruan Olahraga
Brilyan10@gmail.com

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Putra Prasetia: Pengaruh Perbedaan Pendekatan Pembelajaran dan Persepsi Kinestetik Terhadap Hasil Tembakan *Lay Up* Bola Basket

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui : 1) Perbedaan pengaruh antara praktik padat dengan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. 2) Perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dan rendah. 3) Pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen* dengan rancangan faktorial 2 x 2. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 8 Kota Kediri tahun pelajaran 2016-2017 yang berjumlah 170 siswa. teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini sebanyak 15 siswa. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan persepsi kinestetik diukur dengan tes *Vertical Linier Space Test* dan pengumpulan data *lay up* diukur dengan test *Wincousin Bounce and Shoot*. Teknik analisis data yang digunakan adalah ANAVA dua jalan.

Hasil penelitian : 1) Berdasarkan analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 < 0,05 atau nilai $F_{hitung} (17,298) > F_{tabel} (4,085)$, hal ini berarti ada perbedaan pengaruh antara praktik padat dan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket; 2) Berdasarkan analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,002 < 0,05 atau nilai $F_{hitung} (11,048) > F_{tabel} (4,085)$ hal ini berarti ada perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dan rendah; dan 3) Berdasarkan analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 < 0,05 atau nilai $F_{hitung} (25,637) > F_{tabel} (4,113)$ hal ini berarti ada pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

Kesimpulan penelitian ini adalah (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dengan praktik padat dan terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Pengaruh pendekatan pembelajaran praktik terdistribusi lebih baik dari pada praktik padat terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket; (2) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara persepsi kinestetik tinggi dengan persepsi kinestetik rendah terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Hasil tembakan *lay up* bola basket pada siswa yang memiliki persepsi kinestetik tinggi lebih baik dari pada yang memiliki persepsi kinestetik rendah; 3) Terdapat interaksi yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

Kata kunci : tembakan *lay up* bola basket, persepsi kinestetik, praktik padat dan terdistribusi.

I. LATAR BELAKANG

Tembakan *lay up* merupakan teknik dasar dalam permainan bola basket namun sulit dipelajari, lebih-lebih untuk siswa yang belum terampil. Tembakan *lay up* memiliki tingkat kesulitan dan kompleksitas yang tinggi karena mencakup unsur-unsur; koordinasi mata tangan dan kaki, *timing*, tempo, irama langkah, keseimbangan dinamis dan akurasi.

Berdasarkan pengalaman peneliti selama mengajar pembelajaran bola basket, keberhasilan pembelajaran *lay up* bola basket rata-rata kurang dari lima puluh persen. Faktor penyebab banyaknya siswa yang mengalami kesulitan dalam mengikuti materi pembelajaran adalah kemampuan fisik siswa yang belum optimal, serta pendekatan latihan yang tidak sesuai dengan cabang olahraga bola basket.

Ada beberapa macam pendekatan pembelajaran yang digunakan yaitu praktik padat dan terdistribusi. Faktor lain yang perlu dicermati dari potensi siswa, yaitu kemampuan untuk menyadari posisi dan gerakan yang telah dilakukan. Tinggi rendahnya kemampuan untuk merasakan dan menyadari gerakan sendiri ini akan berpengaruh pada keberhasilan dalam menguasai teknik tertentu. Untuk

peningkatan tembakan *lay up* dan pengaruh dari kesadaran akan posisi dan gerakan tubuh yang biasa disebut persepsi kinestetik, maka muncul gagasan dari peneliti untuk mengkaji lebih mendalam tentang penerapan pelatihan berurutan, pelatihan terus menerus dalam kaitannya dengan tingkat persepsi kinestetik untuk meningkatkan gerakan tembakan *lay up* bola basket. Persepsi kinestetik yang baik adalah suatu persyaratan dalam usaha mencapai prestasi maksimal bagi seseorang dalam latihan tembakan *lay up* bola basket.

Perbedaan persepsi kinestetik dapat dibedakan menjadi dua yaitu persepsi kinestetik tinggi serta persepsi kinestetik rendah. Perbedaan persepsi kinestetik yang ada pada pemain bola basket harus menjadi pertimbangan sebagai suatu faktor yang menentukan dalam gerakan tembakan *lay up* bola basket.

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Terdapat banyak faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil tembakan *lay up* bola basket.
2. Didalam praktek padat dan praktek terdistribusi memiliki peranan terhadap hasil tembakan yang

diterapkan dalam proses latihan terhadap hasil latihan.

3. Pendekatan pembelajaran yang tepat untuk digunakan dalam gerakan tembakan *lay up* bola basket pada Siswa Putra SMA Negeri 8 Kota Kediri pada Tahun pelajaran 2016-2017 sangat beragam.
4. Persepsi kinestetik mempengaruhi kemampuan tembakan *lay up* bola basket pada Siswa Putra SMA Negeri 8 Kota Kediri pada Tahun pelajaran 2016-2017.

Penerapan pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket pada Siswa Putra SMA Negeri 8 Kota Kediri pada Tahun pelajaran 2016-2017.

Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui:

1. Perbedaan pengaruh antara praktik padat dengan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.
2. Perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dan rendah.
3. Pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil

tembakan *lay up* bola basket.

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah penelitian yang di lakukan oleh Haryanto (2009) tentang perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran dan *motor ability* terhadap hasil pembelajaran *groundstroke forehand* tenis lapangan (studi eksperimen pendekatan pembelajaran *massed practice* dan *distributed practice* pada siswa putra kelas 5 SD Negeri Jeruk Sawit 1 dan 2 Gondangrejo Karanganyar), yang menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara pendekatan pembelajaran *massed practice* dan *distributed practice* terhadap kemampuan *groundstroke forehand* tenis lapangan pada siswa putra SD N Jeruksawit Gondangrejo Karanganyar, ada perbedaan pengaruh antara *motor ability* tinggi dan rendah terhadap kemampuan *groundstroke forehand* tenis lapangan pada siswa putra SD N Jeruksawit Gondangrejo Karanganyar.

Penelitian yang lain yang telah dilakukan tentang persepsi kinestetik yaitu penelitian oleh Sunarso (2015) Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta dengan judul “Pengaruh Umpan Balik dengan Alat Bantu Audiovisual dan Umpan Balik

Langsung terhadap Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Bola Basket ditinjau dari persepsi Kinestetik (studi Eksperimen pada Siswa SMP Negeri 2 Surakarta)” dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siswa yang mendapatkan umpan balik audio visual mempunyai peningkatan hasil belajar keterampilan bola basket yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok siswa yang menggunakan umpan balik langsung.

Irwansyah (2015) Pendidikan Pascasarjana Universitas Syiah Kuala tentang “Hubungan Kecerdasan Kinestetik dan Interpersonal serta Intrapersonal dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani di MTsN Kuta Baro Aceh Besar” menyatakan bahwa kecerdasan kinestetik memiliki hubungan dengan hasil belajar, selanjutnya kecerdasan interpersonal juga memiliki hubungan dengan hasil belajar siswa dan kecerdasan intrapersonal juga memiliki hubungan dengan hasil belajar siswa sedangkan kecerdasan kinestetik, interpersonal dan intrapersonal secara bersama-sama dipastikan memiliki hubungan dengan hasil belajar siswa MTsN Kuta Baro.

Penelitian oleh Agustinus (2007)

tentang “Hubungan Antara Persepsi Kinestetik dengan Keberhasilan Smash Bolavoli Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Pangudi Luhur Muntilan Kabupaten Magelang Tahun 2006/2007” menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara koefisien korelasi persepsi kinestetik dengan keberhasilan smash dalam permainan bola voli siswa Sekolah Menengah Kejuruan Pangudi Luhur Muntilan.

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir dapat disusun hipotesis sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh antara praktik padat dan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.
2. Ada perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dan rendah.
3. Ada pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

II. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini ada 2 variabel bebas yaitu Variabel bebas 1 atau X1 :variable manipulative yaitu praktik padat dan terdistribusi, serta

Variable bebas 2 atau X₂: variable bebas attributive yaitu persepsi kinestetik rendah dan persepsi kinestetik tinggi.

Tabel 1 Kerangka Desain Penelitian

	Variabel Atribut	Persepsi Kinestetik	
		Tinggi	Rendah
Pendekatan Pembelajaran-an (A)	Praktik Padat	a _{1b}	a _{1b}
	Praktik Terdistribusi (a ₂)	a _{2b}	a _{2b}

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen yang bertujuan untuk membandingkan dua perlakuan yang berbeda kepada subjek penelitian dengan menggunakan teknik desain faktorial.

Data dalam penelitian ini disusun suatu kerangka desain penelitian dengan rancangan faktorial 2x2.

Penelitian ini dilaksanakan selama dua bulan dimulai Bulan November sampai dengan Desember 2016, dengan frekuensi pertemuan setiap hari Kamis. Lamanya latihan 90 menit setiap kali pertemuan. Jumlah pertemuan 5 kali.

Tabel 2 Pelaksanaan tempat dan waktu penelitian

No	Hari, tanggal	Materi	Durasi	Tempat
1.	Kamis, 17-11-2016	- Penilaian persepsi kinestetik - <i>Dribble</i> bola basket - Tembakan <i>lay up</i> bola basket	90 menit	Lap. Bola basket SMAN 8 Kota Kediri
2.	Kamis, 24-11-2016	- <i>Dribble</i> bola basket - Tembakan <i>lay up</i> bola basket	90 menit	Lap. Bola basket SMAN 8 Kota Kediri
3.	Kamis, 1-12-2016	- <i>Dribble</i> bola basket - Tembakan <i>lay up</i> bola basket	90 menit	Lap. Bola basket SMAN 8 Kota Kediri
4.	Kamis, 8-11-2016	- <i>Dribble</i> bola basket - Tembakan <i>lay up</i> bola basket	90 menit	Lap. Bola basket SMAN 8 Kota Kediri
5.	Kamis, 15-11-2016	- <i>Dribble</i> bola basket - Tembakan <i>lay up</i> bola basket	90 menit	Lap. Bola basket SMAN 8 Kota Kediri

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra kelas X SMA Negeri 8 Kota Kediri yang berjumlah 170 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Pertimbangan atau kriteria yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa putra kelas X SMA Negeri 8 Kota Kediri yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket sejumlah

20 siswa dan yang masuk tim bola basket SMA Negeri 8 Kota Kediri sejumlah 15 siswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Persepsi kinestetik diukur dengan tes *Vertical Linier Space Test*. Tes tembakan *lay up* bola basket pada siswa putra SMA Negeri 8 Kota Kediri yang dilakukan dalam pengambilan data adalah dengan mengadakan tes *Bounce and Shoot Wiscounsin*.

Teknik analisis yang dipakai dalam penelitian ini adalah analisis variansi dua jalur (Anava dua jalur). Persyaratan data statistik agar dapat diuji menggunakan Anava adalah sebaran data harus normal dan homogen, sehingga sebelumnya perlu dilakukan uji prasyarat analisis yaitu uji normalitas dengan bantuan aplikasi SPSS versi 20 dengan perumusan hipotesis sebagai berikut:

- 1) H_0 berbunyi data tidak berdistribusi normal.
- 2) H_a berbunyi data berdistribusi normal.

Serta dengan uji homogenitas dengan bantuan aplikasi SPSS versi 20 dengan perumusan hipotesis:

- 1) H_0 berbunyi tidak berasal dari varians yang sama.

- 2) H_a berbunyi berasal dari varians yang sama.

Pengujian hipotesis dengan aplikasi SPSS adalah:

- 1) Nilai probability (sig) > 0,05, maka H_0 ditolak
- 2) Nilai probability (sig) < 0,05, maka H_0 diterima

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Dari data hasil prediksi keterampilan tembakan *lay up* sebelum diberi perlakuan, setelah dianalisis menggunakan SPSS, maka diperoleh hasil pengujian seperti tercantum dalam tabel berikut :

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas dengan SPSS.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Lay Up Bola Basket
N		15
Normal Parameters a,b	Mean	2.8410
	Std. Deviation	1.11564
Most Extreme Difference s	Absolute	.134
	Positive	.134
	Negative	-.083
Kolmogorov-Smirnov Z		.846
Asymp. Sig. (2-tailed)		.471
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Dari hasil output SPSS diperoleh hasil uji normalitas dengan kolmogorov-smirnov dengan nilai Sig. = 0,846 ternyata lebih besar daripada 0,05, sehingga hipotesis nol ditolak yang artinya data berdistribusi normal.

Dengan data yang sama dianalisis menggunakan uji *Barlett*, maka diperoleh hasil pengujian yang tercantum dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4 Hasil Uji Homogenitas
Dengan SPSS

Levene's Test of Equality of Error Variances^a

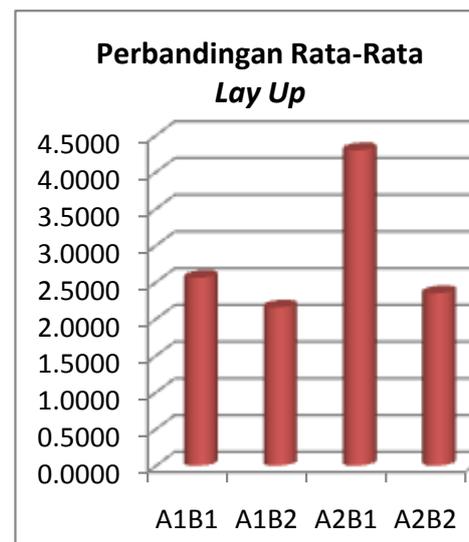
Dependent Variable: Lay Up Bola Basket			
F	df1	df2	Sig.
2.242	3	36	.100
Tests the null hypothesis that the error variance of the dependent variable is equal across groups.			
a. Design: Intercept + FAKTORA + FAKTORB + FAKTORA * FAKTORB			

Deskripsi hasil analisis data keterampilan *lay up* bola basket pada siswa kelas X SMA Negeri 8 Kota Kediri tahun pelajaran 2016-2017 yang dilakukan sesuai dengan kelompok yang dibandingkan, disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 5 *Lay Up* Tiap Kelompok Berdasarkan Perlakuan.

Descriptive Statistics				
Dependent Variable: Lay Up Bola Basket				
Perlakuan	Tingkat Persepsi Kinestetik	Mean	Std. Deviation	N
Praktik Terdistribusi	Tinggi	4.2980	.97962	6
	Rendah	2.3500	.73174	2
	Total	3.3240	1.30645	8
Praktik Padat	Tinggi	2.5600	.66652	5
	Rendah	2.1560	.46736	2
	Total	2.3580	.59737	7
Total	Tinggi	3.4290	1.32870	11
	Rendah	2.2530	.68969	4
	Total	2.8410	1.11564	15

Untuk mengetahui gambaran secara menyeluruh dari nilai-nilai keterampilan *lay up* bola basket maka dapat dibuat diagram perbandingan nilai-nilai sebagai berikut :



Gambar 1 Histogram Perbandingan Nilai Rata-Rata Keterampilan *Lay Up* Bolatiap Kelompok Perlakuan.

Keterangan :

a1b1 :Kelompok pemain yang memiliki persepsi kinestetik tinggi di latih menggunakan praktik padat.

a1b2 :Kelompok pemain yang memiliki persepsi kinestetik rendah dilatih menggunakan praktik padat.

a2b1 :Kelompok pemain yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dilatih menggunakan praktik terdistribusi.

a2b2 :Kelompok pemain yang memiliki persepsi kinestetik rendah dilatih menggunakan praktik terdistribusi.

Pengujian hipotesis ini dilakukan berdasarkan hasil analisis data dan interpretasi analisis varians dengan SPSS. Berikut hasil analisis data yang dapat disajikan :

Tabel 6 Hasil Analisis Data

Dengan Analisis of Varians

Tests of Between-Subjects Effects					
Dependent Variable: Lay Up Bola Basket					
Source	Type III Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	29.121 ^a	3	9.707	17.995	.000
Intercept	322.851	1	322.851	598.488	.000
Perlakuan	9.332	1	9.332	17.298	.000
Tingkat Persepsi Kinestetik	5.960	1	5.960	11.048	.002
Perlakuan * Tingkat Persepsi Kinestetik	13.830	1	13.830	25.637	.000
Error	19.420	36	.539		
Total	371.392	40			
Corrected Total	48.541	39			

a. R Squared = .600 (Adjusted R Squared = .567)

Pengujian Hipotesis Pertama

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 sehingga Hipotesis nol (H₀) ditolak. Hal ini berarti bahwa pendekatan pembelajaran dengan praktik padat memiliki perbedaan dengan pendekatan pembelajaran praktik terdistribusi dapat di terima kebenarannya.

Pengujian Hipotesis Kedua

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,002 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,002 < 0,05 sehingga Hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal ini berarti bahwa siswa yang memiliki persepsi kinestetik tinggi memiliki perbedaan hasil tembakan *lay up* dengan siswa yang memiliki persepsi kinestetik rendah dapat diterima kebenarannya.

Pengujian Hipotesis Ketiga

Berdasarkan hasil analisis data, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 sehingga Hipotesis nol ditolak. Hal ini berarti bahwa pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik memiliki pengaruh terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan pengujian hipotesis telah dihasilkan kesimpulan analisis yaitu: (a) ada perbedaan pengaruh antara praktik padat dengan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket, (b) ada perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki tingkat

persepsi kinestetik tinggi dan rendah, (c) ada pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Praktik Padat dan terdistribusi Terhadap Hasil Tembakan *Lay Up* Bola basket

Berdasarkan hasil analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 atau nilai F_{hitung} (17,298) > F_{tabel} (4,085) sehingga Hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal ini berarti ada perbedaan pengaruh antara praktik padat dan praktik terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Dari hasil rata-rata (*mean*) yang diperoleh nilai praktik terdistribusi lebih baik dari pada praktik padat yaitu 3,324 > 2,358. Dengan demikian pengaruh praktik terdistribusi terhadap peningkatan hasil tembakan *lay up* bola basket lebih baik dibanding dengan praktik terdistribusi. Karena pada kelompok siswa yang mendapat pendekatan pembelajaran praktik terdistribusi mempunyai peningkatan hasil tembakan *lay up* bola basket yang lebih baik dibandingkan

dengan kelompok siswa yang mendapat pendekatan pembelajaran dengan praktik padat.

Hasil pengujian hipotesis 1 sesuai dengan teori Foss & Keteiyan (1998:285) yang mengemukakan ada dua keuntungan utama dalam menggunakan program praktik terdistribusi yaitu: (1) Program praktik terdistribusi dapat membuat para *coach* atau pelatih untuk lebih mengkhususkan program latihan yang lebih teliti bagi setiap atlet, yang khusus pada sistem energi predomnan untuk olahraga yang diberikan dan dilaksanakan pada tingkat tegangan fisiologis yang mengoptimalkan keberhasilan dalam penampilan, (2) Program praktik terdistribusi pelaksanaannya sama hari ke hari, sehingga atlet bisa mengamati kemajuannya dan fleksibel pelaksanaannya. Jika dikaitkan dengan penelitian terdahulu maka sesuai dengan penelitian Haryanto (2009) tentang perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran dan *motor ability* terhadap hasil pembelajaran *groundstroke forehand* tenis lapangan (studi eksperimen pendekatan pembelajaran *massed practice* dan *distributed practice* pada siswa putra kelas 5 SD Negeri Jeruk Sawit 1 dan

2 Gondangrejo Karanganyar). Penelitian ini mendukung penelitian terdahulu.

Perbedaan Hasil Tembakan *Lay Up* Bola Basket Antara Siswa yang Memiliki Persepsi Kinestetik Tinggi dan Rendah

Berdasarkan hasil analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,002 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,002 < 0,05 atau nilai F_{hitung} (11,048) > F_{tabel} (4,085) sehingga Hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal ini berarti ada perbedaan hasil tembakan *lay up* bola basket antara siswa putra yang memiliki persepsi kinestetik tinggi dan rendah. Dari hasil rata-rata (*mean*) yang diperoleh nilai kelompok siswa dengan persepsi kinestetik tinggi lebih baik dari pada kelompok siswa dengan persepsi kinestetik rendah yaitu 3,4290 > 2,2530. Dengan demikian pengaruh kelompok siswa dengan persepsi kinestetik tinggi hasil tembakan *lay up* bola basket lebih baik dibandingkan praktik padat kelompok siswa dengan persepsi kinestetik rendah.

Hasil pengujian hipotesis 2 sesuai dengan teori Sugiyanto dan Sudjarwo (1993:261) yang menyatakan

bahwa kontrol tubuh yang menjadi penentu persepsi kinestetik meliputi 3 macam, yaitu: kontrol keseimbangan, kontrol ketepatan waktu berbuat (*timing*), kontrol muskuler. Jika keseimbangan, ketepatan dan kontrol muskuler baik maka atlet akan mampu mengontrol gerakan gerakannya, sehingga gerakan-gerakan yang dilakukan menjadi semakin efisien dan efektif. Jika dikaitkan dengan penelitian terdahulu maka sesuai dengan penelitian oleh Sunarso (2015) Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta dengan judul “Pengaruh Umpan Balik dengan Alat Bantu Audiovisual dan Umpan Balik Langsung terhadap Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Bola Basket ditinjau dari persepsi Kinestetik (studi Eksperimen pada Siswa SMP Negeri 2 Surakarta)”. Penelitian ini mendukung penelitian terdahulu.

Pengaruh Interaksi Pendekatan Pembelajaran dan Persepsi Kinestetik Terhadap Hasil Tembakan *Lay up* Bola basket

Berdasarkan hasil analisis anava dua jalur, dapat diperoleh nilai Sig. = 0,000 dengan taraf signifikansi 5%. Setelah dibandingkan ternyata nilai Sig. = 0,000 < 0,05 atau nilai F_{hitung}

(25,637) > F_{tabel} (4,113) sehingga Hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal ini berarti ada pengaruh interaksi antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket.

Hasil pengujian hipotesis 3 sesuai dengan teori Anthony & Diana (1973:301) menyatakan bahwa kinestetik adalah perbedaan posisi dan gerak bagian-bagian tubuh berdasarkan informasi visual, auditori dan verbal. Persepsi kinestetik atau indera kinestetik merupakan suatu fungsi organ-organ tubuh manusia yang erat hubungannya dengan gerak tubuh, membedakan posisi dan gerak tubuh serta anggota tubuh baik secara pasif maupun aktif dan jika dikaitkan dengan penelitian terdahulu maka sesuai dengan penelitian oleh Penelitian oleh Agustinus (2007) tentang “Hubungan Antara Persepsi Kinestetik dengan Keberhasilan Smash Bolavoli Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Pangudi Luhur Muntilan Kabupaten Magelang Tahun 2006/2007” Penelitian ini melengkapi penelitian terdahulu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat di peroleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara pembelajaran dengan praktik padat dan terdistribusi terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Pengaruh pembelajaran praktik distribusi lebih baik dari pada praktik padat
2. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara persepsi kinestetik tinggi dengan persepsi kinestetik rendah terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Hasil tembakan *lay up* bola basket pada siswa yang memiliki persepsi kinestetik tinggi lebih baik dari pada yang memiliki persepsi kinestetik rendah.
3. Terdapat interaksi yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik terhadap hasil tembakan *lay up* bola basket. Pendekatan pembelajaran dan persepsi kinestetik secara bersama sama berpengaruh terhadap hasil tembakan *lay up*.

Berdasarkan hasil penelitian ini maka kepada pengajar dan pelatih

diberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Pembelajaran dengan praktik terdistribusi memiliki pengaruh yang lebih baik dalam meningkatkan hasil tembakan *lay up* bola basket ,maka sebaiknya dipilih oleh pengajar dan pelatih dalam upaya meningkatkan keterampilan siswanya.
2. Penerapan penggunaan pembelajaran untuk meningkatkan hasil tembakan *lay up* bola basket, perlu memperhatikan faktor persepsi kinestetik.
3. Dalam pembelajaran siswa yang memiliki kecocokan rendah dan belum menguasai tembakan *lay up* bola basket, hendaknya pengajar menggunakan praktik terdistribusi.
4. Karena dalam penelitian ini baru pada tes persepsi kinestetik *Vertical Linier Space Test*, maka bagi para peneliti berikutnya disarankan untuk meneliti yang lebih luas dan menggunakan tes persepsi kinestetik yang lain.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Adisasmita dan Aip Syaifudin, Yusuf. 1996. *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Jakarta: Depdikbud Dirjendikti. Proyek Pendidikan Tenaga Akademik.

- Akros Abidin. 1991. *Buku Penuntun Bola Basket Kembar*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Ambler, Vic. 1990. *Petunjuk untuk Pelatih dan Pemain Bolabasket*. Bandung: Tarsito.
- Anthony, Deutsch J. & Diana, Deutsch. 1973. *Physiological Psychology*. Chicago: The Dorsey Press.
- A.Hamidsyah Noer. 1993. *Ilmu Pelatihan Dasar*. Surakarta : FKIP UNS.
- Bompa, O. Tudor. 1994. *Theory and Methodology of training*, Dubuque, Iowa: Hunt Publishing Company.
- Brooks, G. A. & Fahey, T. D. 1984. *Exercise Physiology: Human Bioenergetics and Its Applications*. New York: John Wiley and Sons Inc. 1st Ed.
- David L. Gallahue & John C. Ozmun. 1998. *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*.
- Dep.dikbud Dirjen Pemuda dan Olahraga. 1989. *Coaching Bolabasket*. Jakarta : Proyek Pendidikan Olahraga Perguruan Tinggi.
- Drowatzky. J. N. 1981. *Motor Learning: Principles and Practice*. Mineapolis: Burgess Publishing Co.
- FIBA. 2008. *Peraturan Resmi Bolabasket*. Terjemahan oleh PB. Perbasi. Beijing: FIBA Central Board.
- Fos, M.L. & Kateyian, S.J. 1998. *Physiological Basic For Exercise and Sport*. Dubuque: McGraw-Hill Companies.
- Johnson B. L. & Nelson J. K. 1970. *Practical Measurements for Evaluation in Physical Education*. Minneapolis: Burgess Publishing Company.
- Junusul Hairy. 1989. *Fisiologi Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Dirjendikti.
- Kerr, Robert. 1982. *Psychomotor Learning*. New York: CBS College Publishing.
- Kirkendall. R.D. 1980. *Motor Learning Concept and Application*. Iowa. W.E. Brown Company.
- Magill, Richard A. 1985. *Motor Learning. Concepts and Applications*. Dubuque Iowa: Wm. C. Brown Company Publishers
- Mulyono, B. A., 1999. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan*



EVALUASI PENERAPAN MUATAN PEMBELAJARAN PJOK DALAM KURIKULUM 2013 PASCA PELATIHAN GURU SASARAN SEKOLAH DASAR DI KOTA KEDIRI

Wita Suwarna

Pasca Sarjana – keguruan Olah Raga

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Kurikulum 2013 yang berlalu oleh Pemerintah saat ini masih perlu revisi sampai, perubahan demi perubahan dilakukan untuk membuat kualitas pelaksanaan kurikulum 2013, sehingga tercapai hasil belajar yang maksimal di sekolah. Evaluasi pelaksanaan kurikulum dilakukan agar sesuai dengan prinsip-prinsip pelaksanaannya. Atas dasar itulah masalah penelitian ini dirumuskan sebagai berikut (1) Apakah guru pendidikan jasmani dan kesehatan di Sekolah Dasar sasaran mampu merencanakan RPP kurikulum 2013 berbasis kesesuaian antara konsep dengan penerapan pembelajaran pasca pelatihan di lapangan? (2) Apakah guru pendidikan jasmani dan kesehatan mampu menerapkan RPP kurikulum 2013 pasca pelatihan kurikulum 2013 di SD sasaran Kota Kediri?

Kurikulum merupakan seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi dan bahan pelajaran, serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Kurikulum dalam penelitian ini adalah Kurikulum 2013. Evaluasi merupakan proses pemberian/penentuan nilai atau penghargaan terhadap data yang diperoleh dari hasil pengukuran berdasarkan periodik, dan model evaluasi yang digunakan adalah model CIPP

Jenis penelitian adalah penelitian evaluasi, model yang digunakan adalah model CIPP, ada 12 Sekolah Dasar yang diteliti di kota Kediri, fokus pada pengajaran guru pendidikan jasmani dan kesehatan di SD, instrumen yang digunakan dalam penelitian evaluasi model CIPP adalah angket yang dikembangkan oleh Peneliti yang sudah melalui tahap validasi ahli. Teknik analisis data penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif.

Proses penelitian diawali dengan pengembangan instrumen berupa angket yang sudah tervalidasi ahli, setelah angket siap digunakan maka pengumpulan data dilakukan untuk memperoleh hasil untuk komponen *Context* dengan rata-rata nilai 3.25. sedangkan untuk komponen *Input* dengan rata-rata nilai 3.11., sedangkan untuk komponen *Process* dengan rata-rata nilai 3.18., sedangkan untuk komponen *Product* dengan rata-rata nilai adalah 3.24.

Kesimpulan dari hasil penelitian adalah (1) Guru pendidikan jasmani dan kesehatan di Sekolah Dasar sasaran mampu merencanakan kurikulum 2013 berbasis kesesuaian antara konsep dengan pembelajaran pasca pelatihan di lapangan, dengan hasil evaluasi yang menunjukkan bahwa *Context* berada pada kategori cukup, *Input* berada pada kategori cukup, *Process* berada pada kategori cukup sedangkan untuk *Product* yang berada pada kategori cukup. (2)., Guru pendidikan jasmani dan kesehatan mampu menerapkan pembelajaran sesuai dengan RPP kurikulum PJOK pasca pelatihan K.13 di SD sasaran Kota Kediri, dengan bukti hasil CIPP secara keseluruhan berada pada kategori cukup.

Kata Kunci : Penerapan, Konten/Isi, Kurikulum 2013

PEDAHULUAN

Pendidikan Nasional adalah berlandaskan Pancasila dan UUD 1945. Kurikulum 2013 pada hakikatnya merupakan penyempurnaan dari kurikulum sebelumnya. Sasaran perubahan kurikulum tidak lain adalah guru sebagai pelaksana langsung. Oleh sebab itu, pembahasan lebih diarahkan pada bagaimana peranan guru dalam kurikulum 2013. Kurikulum program itu direncanakan oleh guru dan dilaksanakan dalam pembelajaran. Inilah keterkaitan antara guru, kurikulum dan pembelajaran.

Pada 2013, desain pelatihan dirancang untuk pembentukan Narasumber Nasional kemudian melakukan pelatihan kepada para Instruktur Nasional yang diseleksi sebelumnya, dari para instruktur nasional merupakan pelatihan kepada para Guru Inti yang diseleksi dan pada tahap akhir pelatihan guru inti memberikan materi pelatihan kepada para Guru Sasaran yang selanjutnya diaplikasikan ditingkat satuan

Pendidikan (Kemendikbud,2013).

Persoalan yang lain adalah materi kurikulum kurikulum 2013 , perbedaan di tingkat SD adalah

penerapan tematik terpadu yang terintegrasi dimana pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan masuk dalam payung tema, sehingga SKL guru yang diharapkan tidak hanya Kompetensi Keterampilan saja, namun juga Kompetensi Pengetahuan dan Kompetensi Sikap (Kemendikbud,)

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada dasarnya pembelajaran yang tidak hanya mengembangkan keterampilan, dan pengetahuan namun juga sikap, menunjukkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan dapat membantu mengembangkan nilai sikap atau pendidikan karakter .

Apalagi hasil penelitian menunjukkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kering inovasi Vries D Leonard,(2008). Atas dasar itulah maka perlunya inovasi pada model pelatihan khususnya penyampaian materi kurikulum 2013 dipahami, dan diaplikasikan sesuai dengan amanah kurikulum 2013 .

KAJIAN PUSTAKA

Pembelajaran terdiri dari dua kata, belajar dan mengajar. Belajar adalah suatu proses yang ditandai

dengan adanya perubahan pada diri seseorang. Hal ini sesuai dengan pendapat Woolfolk & Nicolich. (1984) yang mengatakan bahwa "Learning is a change in a person that comes about as result of experience". Perubahan sebagai hasil proses belajar dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk seperti berubah pengetahuannya, kecakapan dan kemampuannya, daya reaksinya, daya penerimaanya Sudjana. (2008).

Lingkungan bisa berupa lingkungan keluarga, masyarakat maupun lingkungan sekolah. Lingkungan sekolah terdiri dari guru, media pembelajaran, buku teks, kurikulum, teman sekelas, peraturan sekolah, maupun sumber belajar lainnya. Sama hanya dengan belajar, mengajarpun pada hakekatnya adalah satu proses, yakni proses mengatur, mengorganisir lingkungan ada di sekitar sekolah sehingga menumbuhkan dan mendorong siswa melakukan kegiatan belajar Nana Sudjana. (2009).

Menurut Cruickshank (1990) faktor-faktor yang mempengaruhi belajar siswa adalah sebagai berikut:

1. *Teacher variables*(variabel guru yang diteliti)
2. *Contextvariables*(kontekvariabel yang diteliti)

3. *Processvariables*(proses variabel yang diteliti)

4. *Product variables*(produk variabel yang diteliti).

Hasil proses pembelajaran dapat dievaluasi melalui beberapa aspek yang ditinjau dari tujuan, materi yang disajikan dan proses pembelajarannya. Berdasarkan hal itu, ditentukanlah aspek-aspek yang dinilai beserta bobotnya. Mcraw dalam Bucher dan Koenig. (1983) .

Konsep Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan adalah serangkaian kegiatan, membantu guru secara profesional untuk mengembangkan kemampuannya dalam mengelola proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Daresh, (1989), Glikman, Etal; (2007).

Prinsip-prinsip Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan adalah Praktis, Sistematis, Obyektif, Realitas, Antisipasi, Konstruktif, Kooperatif, Kekeluargaan, Demokratis, Aktif, Humani, Berkesinambungan, dan Terpadu Ada banyak definisi mengenai olahraga, tetapi seperti yang diutarakan oleh Coakley, (2003) secara umum olahraga dapat diartikan sebagai, "*Sports are institutionalized competitive*

activities that involves rigorous physical exertion or the use of relatively complex physical skills by participants motivated by internal and external rewards.”

Definisi di atas dapat dibagi menjadi 3 bagian penjelasan mendasar, yaitu: pertama, olahraga adalah aktivitas fisik. Penentuan ini tampaknya agak sewenang-wenang karena tidak ada aturan obyektif bagaimana aktivitas “fisikan” pantas disebut olahraga

METODE PENELITIAN

Dengan 12 SD pelaksana kurikulum 2013, di Kota Kediri. Asumsi semua guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sudah dapat pelatihan kurikulum 2013. Dan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah tersebut sebagai obyek penelitian, maka guru tersebut diharapkan, mampu mengisi angket, wawancara, sehingga dapat melaksanakan dan menjawab dengan jujur. Oleh sebab itu itu maka penghitungannya dengan model CIPP.

Evaluasi kontek (*context evaluation*) dasar dari evaluasi yang bertujuan menyediakan alasan alasan (*rationale*) dalam penentuan tujuan Baline Rworthern & James Sanders, (1979) oleh karena itu upaya evaluator (dalam) hal ini untuk

memberikan gambaran dan rincian terhadap lingkungan, kebutuhan, serta tujuan, evaluasi kontek mencakup analisis masalah yang berkaitan dengan lingkungan program yang berkaitan dengan kondisi obyektif yang akan dilaksanakan. Berisi tentang analisis kekuatan dan kekuatan obyek tertentu. dirumuskan sebagai kondisi nyata, dan suatu kesenjangan dengan kondisi yang diharapkan.

Evaluasi masukan (*input evaluation*) evaluasi yang bertujuan menyediakan informasi untuk menentukan bagaimana menggunakan sumber daya yang tersedia dalam mencapai tujuan perorangan yang berhubungan dengan bagaimana penggunaan sumber yang tersedia untuk mencapai tujuan program.

Evaluasi Proses (*Process Evaluation*) dirancang dan diaplikasikan dalam praktek implementasikan kegiatan disebut dengan evaluasi proses. untuk melihat apakah program telah sesuai setrategi yang telah dilaksanakan

Evaluasi produk (*Product Evaluation*) adalah mengukur keberhasilan pencapaian tujuan

program. Model atau disain evaluasi yang dipilih adalah model CIPP (*Context, Input, Process dan Product*) Slamet, (1999), Arikunto, (2004), Cepi, (2004). Fenomena yang diamati ditafsirkan dan diberi makna. Desain ini dipilih karena model CIPP merupakan model evaluasi program yang mencakup seluruh komponen sistem pengelolaan pelatihan, sehingga hasil evaluasi dapat menyajikan informasi tentang kekurangan dan keunggulan setiap komponen sistem yang ada (Stufflebeam, 2003).

Memperkenalkan metode pendekatan evaluasi dengan menggunakan model *Context, Input, Process dan Product* (CIPP). Model evaluasi ini dapat digunakan untuk meningkatkan perbaikan suatu program yang akan diterapkan, yaitu kurikulum secara sistematis yang mencakup unsur *context, Input, Process dan Product* (CIPP), belum dipandang sebagai satu kesatuan yang saling terkait (Setiono, 2005) termasuk penerapan kurikulum 2013 pada muatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Lokasi penelitian dilakukan di 12 SD Kota Kediri.

Arikunto, (2014) yang disebut dengan model "Tiga P" yaitu *Pearson* (Orang), *Paper* (sumber tulis) dan *Place* (tempat). Adapun subjek penelitian adalah sebagai berikut: perorangan, sumber tertulis, tempat. Instrument penelitian : angket, observasi, dokumentasi, wawancara, teknik pengumpulan data, penjarangan data melalui angket, tahap observasi, tahap pengumpulan data dengan dokumen, tahap pengumpulan data triangulasi, teknik pengolahan data, teknik analisis data.

HASIL PENGOLAHAN DATA

Setelah dilakukan pengambilan data di 12 SD pelaksana kurikulum 2013 pada muatan tema pembelajaran, evaluasi meliputi 4 yakni, konteks, masukan, hasil dan produk. Penelitian ini merupakan penelitian evaluasi yang fokus pada kajian evaluasi yang menggunakan model CIPP yakni *C: context, I: input, P: process, P: product*. Atas dasar itu maka model CIPP evaluasi mencakup area sebagai berikut : *context, input, process, product*.

Setelah dilakukan pengambilan data di 12 Sekolah Dasar yang telah menerapkan kurikulum 2013 maka

diperoleh gambaran tentang evaluasi pelaksanaan .

a. Context

Hasil evaluasi komponen contexts

No	CIPP	Indikator	Ketercapaian Rata-rata (mean)	Keterangan
1.	Contexts	Pelatihan K 13	3,25	Dukungan aspek konteks cukup namun masih dirasakan belum maksimal guru mempraktikkannya
		Penguasaan Materi Pelatihan K 13		
		Penerapan Hasil Pelatihan K 13 PJO		
		Kendala hasil pelatihan K13		

a. Input

Hasil evaluasi komponen Input

No	CIPP	Indikator	Ketercapaian Rata-rata (mean)	Keterangan
1.	Input	Penerapan Pembelajaran PJO	3,11	Dukungan contoh penerapan K 13 PJO SD, Melaksanakan RPP, sarana yang memadai, Pelaksanaan pembelajaran yang perlu penguatan lagi
		Keterlaksanaan Pembelajaran		
		Pendekatan tematik		
		Materi Pembelajaran		

b. Process

Hasil evaluasi komponen Process

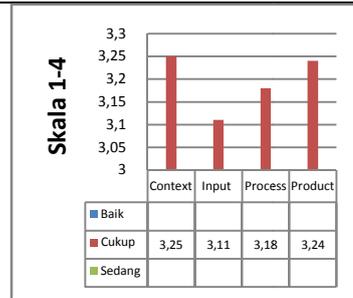
No	CIPP	Indikator	Ketercapaian Rata-rata (mean)	Keterangan
1.	Process	Ketercapaian KI	3,18	Ketercapaian KI-KD-Indikator bisa dengan dukungan pendekatan saintifik dan model pembelajaran
		Ketercapaian KD		
		Keterlaksanaan Indikator		
		Pedekatan saintifik		
		Pembelajaran PJO SD		
		Guru Pembelajaran PJO SD		

c. Product

Hasil evaluasi komponen product

No	CIPP	Indikator	Ketercapaian Rata-rata (mean)	Keterangan
1.	Product	Hasil Penilaian Otentik	3,24	Penilaian otentik, terlaksana baik pengetahuan maupun keterampilan, namun belum pada sikap
		Penilaian aspek sikap, pengetahuan dan keterampilan		
		Hasil Belajar Siswa		

Gambaran Umum Evaluasi Impelementasi Pembelajaran PJO Kurikulum 2013 SD



Ada beberapa variabel yang

menunjukkan hasil belajar siswa bisa diperoleh secara maksimal, menurut Cruickshank (1990) faktor-faktor yang mempengaruhi belajar siswa adalah sebagai berikut: *Teacher variables*, *Context variables*, *Process variables*, *Product variables*. Terkait dengan variabel guru maka pelatihan kurikulum 2013 sudah dilakukan namun apakah penguasaannya guru tersebut sudah memadai, maka penguatan untuk kualitas guru harus terus menerus dilakukan.

Pelaksanaan kurikulum 2013 dalam hal ini pelatihan masih terus dilakukan dan perbaikan baik KD dan pendekatan saintifik yang digunakan juga dilakukan beberapa perubahan, dengan demikian dari hasil evaluasi model CIPP peningkatan penguasaan kurikulum 2013 dengan versi yang revisi terbaru juga perlu disinkronkan.

KESIMPULAN, dan SARAN

Kesimpulan :Guru mampu merencanakan pembelajaran kurikulum 2013 ,berbasis kesesuaian antara konsep dengan RPP pembelajaran pasca pelatihan dengan hasil evaluasi yang menunjukkan

bahwa *Context* berada pada kategori (C) cukup, *Input* berada pada kategori cukup (C), *Process* berada pada kategori (C) cukup sedangkan untuk *Product* yang berada pada kategori (C). Guru mampu menerapkan pembelajaran kurikulum sesuai pendidikan jasmani dan kesehatan pasca pelatihan kurikulum 2013 di SD sasaran kota Kediri dengan bukti hasil CIPP secara keseluruhan berada pada kategori (C) cukup.

Implikasi Hasil Penelitian :

Saran :Komponen input merupakan komponen terendah dari hasil evaluasi, komponen tersebut meliputi perencanaan pembelajaran, sarana, rancangan pembelajaran RPP dalam pembelajaran masih perlu penguatan lebih. Sebagai kurikulum 2013 yang masih dikatakan baru berusia 2 tahun, masih perlu digali dan dikembangkan melalui praktik pembelajaran dan pengalaman pembelajaran terbaik di tingkat SD sesuai dengan materi yang ada pada buku guru dan buku siswa.

1. Guru perlu melakukan kajian lebih mendalam terkait pelaksanaan serta penerapannya, berbasis tematik.
2. Sedangkan RPP yang dirancang oleh guru SD dikritisi lebih dalam lagi sesuai dengan harapan kurikulum 2013.

I. DAFTAR PUSTAKA

Bucher, C.A. 1993. *Foundation Of*

Physical Education And Sport,
Missouri; Mosby Compan

Badudu&Zain. 1996. Kamus Umum

Bahasa Indonesia. Pustaka Sinar
Harapan. Universitas Michi

Cruickshank, D.R. 1990. *Research That
Informs Teachers and Teacher
Educator*. Bicomington. Indiana: Phi
Delta Kappa Education Foundation.

Kemendikbud, 2013, Materi Pelatihan
Implementasi Kurikulum 2013, SD
Kelas 1, Kemendikbud Jakarta.

Kemendikbud, 2014, Materi Pelatihan
Guru Implementasi Kurikulum 2013
Tahun 2014, SD Kelas IV,
Kemendikbud, 2014.

Sudjana, Nana. 2009. *Dasar-Dasar
Proses Belajar dan Mengajar*.
Bandung: Sinar Baru Algesind

Setiono, Hari, 2005. *Disertasi, Evaluasi
Proses Pembelajaran dan Pelatihan
Sekolah Menengah Khusus
Olahragawan*. Pasca Sarjana UNESA,
Surabaya.

Stufflebeam, D.L., Scriven M.S., Madaus,
G.F., Nijhoff, K. 2003. *Evaluation
Models, Viewpoints on Educational
and Human Services Evaluation*,
Publishing, Boston The Hague
Dordrecht Lancaster



PENGEMBANGAN TES KETRAMPILAN GERAK DASAR UNTUK ANAK USIA 9-10 TAHUN (KELAS III-IV SD) PADA SISWA SDN WONOREJO KECAMATAN KUNJANG KABUPATEN KEDIRI

Umayanah

Program Studi keguruan Olahraga
Umayanah123@gmail.com
Program Pasca Sarjana UN PGRI Kediri

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi penguasaan keterampilan gerak dasar yang dimiliki pada masa anak-anak dan remaja merupakan potensi yang memberikan kontribusi penting dalam aktivitas olahraga, permainan dan aktivitas fisik lainnya, serta dapat meningkatkan perkembangan pola hidup aktif.

Tujuan penelitian: (1) Menentukan item-item tes yang dapat digunakan sebagai item tes untuk mengukur keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 - 10 tahun (kelas III-IV SD). (2) Menguji tingkat validitas dan reliabilitas item-item tes keterampilan gerak dasar. (3) Menyusun norma tes keterampilan gerak dasar sebagai alat ukur keterampilan gerak dasar pada anak usia 9-10 tahun (kelas III-IV SD).

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, yang fokus pada pengembangan produk berupa tes keterampilan gerak dasar siswa. Tes dilakukan pada siswa kelas 3 dan 4 SD di SDN Wonorejo Kediri. Tes diujikan dalam tiga tahapan yakni tahap kelompok kecil 27 siswa, kemudian tahapan kelompok sedang 77 siswa dan tahapan kelompok besar 234 siswa. Analisis data menggunakan descriptive kuantitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada ujicoba kelompok kecil diperoleh hasil dengan rata-rata nilai hasil tes 72,6, 74,2, 75,5, dan 73.5. Sedangkan untuk kelompok sedang adalah 73.2, 74,7, 75.8., dan 73.7, sedangkan untuk kelompok besar adalah 74.3, 75.0, 75.8 dan 75.2. Dengan demikian maka pada setiap uji kelompok diperoleh skor dengan kategori rata-rata baik sehingga norma yang dikembangkan dengan skala 1-5 dapat dijadikan sebagai bagian dari hasil pengembangan instrument.

Dari hasil pemaparan sebelumnya maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut. (1). Ada 16 Item-item tes keterampilan yang dapat digunakan sebagai item tes dalam mengembangkan model tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 - 10 tahun (kelas III – IV SD). (2) Setiap item tes yang dikembangkan pada tes keterampilan gerak merupakan item tes yang valid dan reliabel khususnya pada validitas isi dan validitas logis serta validitas konstruksi (3). Penentuan norma pada tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 – 10 tahun (kelas III-IV SD) didasarkan pada 5 kategori yakni, 1-5.

Kata Kunci: Tes Keterampilan gerak dasar, anak usia 9-10 tahun.

I. PENDAHULUAN

Keterampilan gerak dasar (*fundamental movement skill*) dapat membentuk suatu dasar gerak dalam kegiatan jasmani dan aktivitas hidup sehari-hari. Sehingga anak-anak akan mendapatkan keuntungan dari koordinasi dan pengendalian gerakan yang baik ketika terlibat dalam aktivitas fisik, bermain, olahraga dan interaksi sosial. Meskipun perkembangan motorik adalah proses terus sepanjang hidup, akan tetapi masa anak-anak merupakan fase awal yang optimal untuk belajar dan mengembangkan keterampilan gerak dasar. “Penguasaan keterampilan gerak dasar yang dimiliki pada masa anak-anak dan remaja merupakan potensi yang memberikan kontribusi penting dalam aktivitas olahraga, permainan dan aktivitas fisik lainnya, serta dapat meningkatkan perkembangan pola hidup aktif” (Booth, 2005: 2).

Selama dekade terakhir ini penelitian pengembangan motorik lebih difokuskan pada gangguan motorik anak, dan telah mengembangkan berbagai alat penilaian gerak. Alat-alat ini biasanya menilai aspek kuantitatif dari tugas keterampilan gerakan dan fokus pada kinerja keterampilan anak-anak yang mencerminkan hasil gerakan pada tugas gerak yang dilakukan. Sebagian besar alat-

alat ini secara khusus berfokus pada deteksi dini terhadap kekurangan dalam pengembangan sistem penilaian gerak. Alat-alat ini membantu untuk mengidentifikasi kesulitan dalam perilaku gerakan anak-anak itu sendiri.

Cools (2009: 8) menyatakan bahwa dalam melakukan penilaian terhadap keterampilan gerak dasar terdapat 7 (tujuh) alat tes yang sering digunakan dalam konteks Eropa dan Internasional. Akan tetapi diantara tujuh alat tes tersebut yang mempunyai aspek berbeda adalah alat tes yang ketujuh yaitu *Maastrichtse Motoriek Test* (MMT). Alat tes ini baru dikembangkan dan ditambahkan dalam penilaian keterampilan gerak dasar. Hal ini dikarenakan alat tes ini merupakan kombinasi inovatif dari penilaian kuantitatif dan kualitatif pada pengembangan tes keterampilan gerak, terdapat aspek yang berbeda dari alat penilaian ini, termasuk isi dan pencatatan tes, validitas, reliabilitas, serta data normatif. Tinjauan ini meliputi tes berikut:

1. *Motorictest für Vier- bis Sechsjährige Kinder* (MOT 4-6).
2. *Movement Assessment Battery for Children* (Movement-ABC).
3. *Peabody Development Scales* (PDMS).
4. *Körperkoordinationstest für Kinder* (KTK).



5. *Test of Gross Motor Development* (TGMD).

6. *Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency* (BOTMP).

7. *Maastrichtse Motoriek Test* (MMT).

Untuk memantau dan menilai perkembangan keterampilan gerak serta kinerja pada anak-anak secara individual atau secara kelompok, diperlukan instrumen yang valid, reliabel, praktis dan mudah dalam pelaksanaannya. Beurden (2002: 5) menyatakan bahwa keterampilan gerak dasar pada anak-anak dapat mendukung pola hidup aktif, namun sedikit diketahui seberapa besar penguasaan mereka terhadap keterampilan gerak tersebut. Sekelompok gerakan tersebut dinilai pada suatu rangkaian tes keterampilan gerak anak sekolah dasar (SD) yang terdiri dari keterampilan keseimbangan, melempar dan menangkap, berlari, melompat, menendang, serta melompat melewati rintangan. Untuk kategori penilaian adalah penguasaan terhadap gerakan-gerakan tersebut (menguasai semua gerakan, satu gerakan yang tidak dikuasai, kurang dari lima sampai enam komponen keterampilan gerak yang dikuasai).

“Anak-anak yang tidak menguasai pola keterampilan gerak dasar tidak akan berhasil dan berpartisipasi secara efektif pada kegiatan olahraga selama hidup mereka” (Zuvela, 2011: 10). Menurut

Halsey dan Lorena dalam Montolalu (2005: 4.14) dijelaskan bahwa belajar atau latihan gerak sangat penting bagi anak-anak, apabila mereka dilatih dengan gerakan-gerakan yang bermanfaat yang sesuai dengan taraf usianya maka organ-organ tubuh akan berfungsi dan berkembang secara sempurna. Melalui latihan gerak yang bermanfaat, anak diperkenalkan pada berbagai pengalaman hidup yang penuh tantangan dan menjadi bekal baginya untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Misalkan anak diajarkan menendang, meloncat, memanjat, melempar, dengan baik maka anak akan memperoleh keterampilan-keterampilan baru dan juga tumbuh rasa bangga terhadap dirinya sebab mampu dan berhasil melakukannya dengan baik.

Dalam perkembangan pribadi manusia terdapat tiga aspek yaitu afektif (emosi dan perasaan), kognitif (perilaku berfikir) dan motorik (gerak tubuh). Pada proses perkembangannya, aspek-aspek tersebut biasanya dipelajari sebagai unit-unit tersendiri, akan tetapi perlu diketahui bahwa aspek-aspek tersebut secara konstan berinteraksi satu sama lain. Segala sesuatu yang dilakukan pada domain (aspek) motorik dipengaruhi oleh emosi, interaksi, dan perkembangan kognisi, serta perilaku pada domain afeksi dan kognisi juga dipengaruhi oleh motorik, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan



timbang balik antara perkembangan motorik dengan kognisi (Makmun, 2000: 19). Jika selama ini kemampuan dan perkembangan kognisi dapat diukur dengan mudah, misalnya dengan tes tertulis. Maka untuk perkembangan motorikanak khususnya untuk anak usia 9 - 10 tahun (kelas III - IV SD) seharusnya dapat diukur dengan mudah. Oleh karena itu, agar dapat mengetahui penguasaan keterampilan gerak dasar anak khususnya anak-anak jenjang sekolah dasar diperlukan suatu alat ukur yang valid dan reliabel yang dapat digunakan dengan mudah, praktis dan efisien dalam pelaksanaannya.

Pengetahuan dan penguasaan keterampilan gerak dasar terkadang sering diabaikan sebab dianggap sebagai bagian alami dari kehidupan manusia. Akan tetapi perlu diketahui bahwa hal itu penting bagi perkembangan fisik, kognisi dan sosial anak. Selain pengalaman dapat mendukung kegiatan pembelajaran dan perkembangan keterampilan gerak, dasar-dasar keterampilan gerak yang ditanamkan sejak dini juga penting untuk mendorong pola hidup aktif secara fisik, dan perkembangan keterampilan gerak tersebut juga dapat diketahui dengan alat penilaian.

Mengetahui dan mendalami tahapan serta pola perkembangan keterampilan gerak anak didik sangat penting, dikarenakan dengan memiliki pengetahuan tentang keterampilan gerak dasar

anak maka akan dapat membantu dalam menentukan apa yang akan diberikan saat pembelajaran, merencanakan bentuk kegiatan latihan gerakan demi perkembangan yang optimal, serta melakukan evaluasi terhadap apa yang telah diberikan. Atas dasar hal tersebut maka peneliti tertarik untuk mengembangkan suatu model tes keterampilan gerak dasar untuk anak sekolah dasar khususnya anak usia 9 - 10 tahun (kelas III - IV SD), yang dapat digunakan oleh para pendidik (guru, orang tua dan orang dewasa) khususnya guru pendidikan jasmani dan olahraga pada tingkat SD (sekolah dasar) untuk mengukur, memberikan penilaian dan melakukan evaluasi terhadap keterampilan gerak dasar anak, sebab proses pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD bertujuan untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar anak. Adapun tes keterampilan gerak yang dikembangkan mengacu pada model tes keterampilan gerak untuk anak usia dini yang telah dikembangkan oleh Desertasi (Nanik Indahwati: 2012), pengembangan tes yang dilakukan dirancang dengan mengadopsi dan mengadaptasi tes tersebut dengan menyesuaikan pada karakteristik anak jenjang sekolah dasar, sehingga diperlukan menentukan jarak, beban, variasi gerakan, jumlah rintangan dan pegulangan yang ideal yang dapat



dipergunakan sebagai tolok ukur dalam penilaian penguasaan keterampilan gerak dasar anak.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian pengembangan (*development research*) dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian pengembangan adalah suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan, penelitian ini mengikuti langkah-langkah secara siklus. Dalam penelitian ini produk yang dihasilkan adalah model tes keterampilan gerak dasar untuk anak usia 9-10 tahun (kelas III-IV SD).

Populasi target pada penelitian ini adalah siswa SD di SDN Wonorejo yang berusia 9-10 tahun. Sampel dalam penelitian berjumlah 40 siswa (22 putra dan 18 putri). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *cluster sampling* dan *purposive sampling*. Data dalam penelitian ini merupakan data kuantitatif. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS versi 21.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Hasil

Setelah dilakukan pengujian di lapangan mulai dari uji kelompok kecil sampai kelompok besar dan dilanjutkan dengan revisi oleh praktisi ahli dari setiap tahapnya maka diperoleh produk yang berupa keterampilan tes kemampuan motorik anak yang berbasis 4 faktor utama, dan setiap faktor memiliki 4 item tes sehingga total keseluruhan ada 16 item tes yang layak untuk digunakan oleh siswa dalam mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar anak.

Dari setiap uji coba yang dilakukan mulai tahap kelompok kecil sampai ke kelompok besar selalu ada perbaikan demi perbaikan sehingga hasil dari uji coba tes dapat terus berubah hasil yang dinilai oleh para ahli, dan menunjukkan hasil yang makin meningkat, artinya instrumen yang dikembangkan ada perubahan yang makin lebih baik dari uji coba pertama sampai pada ujicoba yang terakhir dengan jumlah siswa yang mulai sedikit sampai bertambah banyak.

Dengan demikian maka produk yang dikembangkan dapat dan layak digunakan untuk siswa yang ada di Sekolah Dasar kelas 3 dan 4, dengan demikian maka untuk mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar anak dapat melakukan dengan cara menggunakan tes tersebut yang dinamakan tes keterampilan gerak dasar



anak (TKGDA-tes) yang bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar mereka.

Setelah diadakan uji coba dari kelompok kecil sampai dengan kelompok besar maka diadakan uji produk lagi yang berupa keterampilan tes kemampuan motorik anak yang berbasis 4 faktor utama, dan setiap faktor memiliki 4 item tes sehingga total keseluruhan ada 16 item tes yang layak untuk digunakan oleh 15 sampel untuk mencari validitas dan reliabelitas, dari hasil uji coba item tes yang sudah dilakukan secara validitas isi, validitas logis dan validitas konstruksi dapat dipertanggungjawabkan dalam rangka untuk dijadikan tes oleh guru ke siswa dalam mengukur tingkat keterampilan gerak siswa di Sekolah Dasar untuk siswa kelas 3 dan 4 tingkat sekolah dasar. Ada penentuan norma pada tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 – 10 tahun (kelas III-IV SD) berdasarkan kategori 1-5

1. Item-item tes keterampilan apa saja yang dapat digunakan sebagai item tes dalam mengembangkan model tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 – 10 tahun (kelas III – IV SD)?

Setiap tes yang dikembangkan oleh Peneliti dalam hal ini adalah guru PJOK bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar siswa, dengan demikian akan diketahui tingkat keterampilan gerak dasar siswa yang

menjadi pondasi untuk pembangunan keterampilan gerak yang lebih kompleks seperti prestasi pada cabang olahraga tertentu.

Menurut Singer dan Schmidt dalam Ma'mun (2000: 76) dijelaskan bahwa "pada dasarnya keterampilan mengacu secara spesifik pada tugas tertentu yang dicapai dengan adanya latihan serta pengalaman, sedangkan kemampuan diartikan sebagai ciri individu yang diwariskan dan relatif tetap yang mendasari serta mendukung terbentuknya keterampilan.

Dengan tes tersebut mendukung terbentuk keterampilan baru yang bisa terus diasah dengan cara latihan yang dibimbing oleh guru PJOK atau pelatih jika mengikuti klub, sehingga skill yang dimiliki kian hari kian bertambah bagus sehingga pada momen yang tepat bisa meraih prestasi yang terbaik.

Kalau melihat perkembangan siswa, maka tes yang sudah dikembangkan memang diarahkan untuk sesuai dan tepat dengan tumbuh kembang anak, dan hal tersebut menjadikan tes dapat dilaksanakan dan menyenangkan karena sesuai dengan dunia anak, khususnya siswa kelas 3 dan 4 di tingkat Sekolah Dasar. Dalam Maksun (2011:35) dijelaskan bahwa secara umum perkembangan gerak anak usia 6-11 tahun meliputi gerak dasar



umum seperti melompat, melempar dan berlari. Berbagai macam item tes sudah menggambarkan kearah demikian sehingga tepat anak bisa melakukan dan mengembangkan keterampilan tersebut menjadi ajang pengembangan bakat mereka untuk keterampilan olahraga yang lebih kompleks.

Dari 4 faktor tes dengan berisikan 16 butir keterampilan tes, maka tes yang digunakan merupakan tes praktik yang mengedepankan faktor keterampilan dari masing-masing anak yang ada di sekolah dasar. Menurut Maksum (2007: 1) dijelaskan bahwa tes adalah sebuah instrumen atau alat yang dapat digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai individu atau objek, alat tersebut dapat berbentuk sejumlah pertanyaan tertulis atau juga bisa berbentuk tes keterampilan (*performance test*).

2. Apakah setiap item tes yang dikembangkan pada tes keterampilan gerak merupakan item tes yang valid dan reliable?

Dalam mengembangkan item tes ketrampilan gerak dibutuhkan suatu instrument atau alat untuk mendapatkan informasi mengenai individu atau objek. Uji validitas data bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kevalidan pertanyaan dari kuesioner yang diajukan. Suatu alat tes yang baik harus

memenuhi syarat validitas dan reliabilitas, dengan demikian tes yang baik akan menghasilkan informasi atau data yang baik pula, begitu pula sebaliknya.

Setyosari (2010: 185) menyatakan “suatu alat ukur dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang hendak diukur, artinya instrument itu dapat mengungkap data dari variable-variabel yang dikaji dengan tepat. Dengan instrument yang valid atau sah akan memiliki validitas tinggi begitu pula sebaliknya instrument yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah. Berdasarkan hasil pengujian validitas data menunjukkan bahwa dari 16 item tes, 13 item dapat dinyatakan valid karena nilai korelasinya diatas 0,553. Sedang item yang lain dinyatakan tidak valid karena nilai korelasinya dibawah 0,553. Pada komponen satu dari keempat item tes dinyatakan valid, komponen dua dari empat item tes satu dinyatakan tidak valid yaitu lari melompati 4 rintangan karena pada ukuran rintangan tertentu anak merobohkan beberapa rintangan serta waktu tempuh dinyatakan kurang baik. Komponen tiga dari empat item tes, satu dinyatakan tidak valid hal ini disebabkan karena pada tes menggulirkan beban memutar kerucut anak mengalami kesulitan dengan



bentuk beban serta waktu tempuh kurang baik. Komponen empat dari empat item tes, satu dinyatakan tidak valid, hal ini disebabkan dalam pelaksanaan ada beberapa rintangan yang terguling. Meskipun demikian item tes tetap dipertahankan karena rata-rata siswa senang melakukan dan merasa tertantang dalam melakukannya. Berdasarkan hasil maka perlu adanya revisi dari beberapa factor yaitu menambah item tes dan menambah sampel untuk uji coba, mengatur waktu pelaksanaan lebih disiplin dan efisien waktu serta memperbaiki sarana dan prasarana.

Reliabilitas instrument menunjukkan pada kemantapan alat ukur yang digunakan. Suatu alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang baik apabila alat ukur tersebut selalu memberikan hasil yang sama meskipun digunakan berkali-kali baik oleh peneliti yang sama maupun berbeda. Berdasarkan table 5.1 diketahui bahwa semua instrument pada masing-masing variable penelitian memperoleh angka korelasi di atas 0,6. Dengan demikian seluruh variable dalam penelitian ini Reliabel.

3. Bagaimana penentu norma pada tes keterampilan gerak dasar sebagai alat ukur keterampilan gerak dasar pada anak usia 9-10 tahun (kelas III-IV SD)?

Nurhasan (2001: 49) Dalam suatu tes yang dilengkapi dengan norma akan sangat membantu bagi para pemakai tes dalam penafsiran hasil tes itu dalam waktu yang cepat. Berdasarkan norma akan dapat diperoleh kesimpulan, apakah hasil tes yang dicapai seseorang termasuk kategori baik atau kurang, sesuai dengan kategori yang dikembangkan. (Riduwan, 2010: 15) Norma Penilaian skala riker interpretasi skor adalah: Baik Sekali = 80% - 100%, Baik = 61% - 80%, Sedang = 41% - 60%, Kurang = 21% - 40%, Kurang Sekali = 0% - 20%. Dengan demikian ada penentuan norma pada tes ketrampilan gerak dasar pada anak usia 9-10 tahun (kelas III-IV SD) berdasarkan kategori yakni 1-5.

Berdasarkan penjabaran diskusi maka tes ini merupakan tes keterampilan yang fokus pada praktik, dengan tujuan untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa seperti melempar, menangkap, berjalan, berlari, melompat dan berbagai bentuk keterampilan dasar lainnya, Tes tersebut bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan gerak dasar anak khususnya siswa SD kelas 3 dan 4.



SIMPULAN

Dari hasil pemaparan pada bab IV dan Bab V maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Ada 16 Item-item tes keterampilan yang dapat digunakan sebagai item tes dalam mengembangkan model tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 - 10 tahun (kelas III – IV SD),

2. Tes yang dikembangkan terdiri dari 4 komponen, setiap komponen terdiri dari 4 item tes.

Komponen 1: Merangkak, lari kedepan, lari berubah arah, meniti balok titian.

Komponen 2: Lari melewati rintangan kerucut, lari melompati rintangan, lari merangkak, melompat 1 kaki.

Komponen 3: menggulirkan beban mundur, menggulirkan beban memutar kerucut, memindahkan beban, mengangkat beban ke meja.

Komponen 4: Menggulirkan bola ke dinding, menggiring bola melewati rintangan, melempar menangkap bola tenis ke dinding, memantul dan menangkap bola voli ke dinding.

Jumlah keseluruhan ada 16 item tes yang dikembangkan pada tes keterampilan gerak, merupakan item tes yang valid dan reliabel, khususnya pada validitas isi dan validitas logis serta validitas konstruksi.

3. Penentuan norma pada tes keterampilan gerak dasar pada anak usia 9 – 10 tahun

(kelas III-IV SD) didasarkan pada 5 kategori, yakni 1-5.

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Beurden, E. 2002. *Physical Activity in Children and Adolescents, Fundamental Movement Skills – How do Primary School Children Perform*. Journal of Science and Medicine in Sport. Vol5.
- Booth, M. 1999. *Mastery of Fundamental Motor Skills Among New South Wales School Students: Prevalence and Sociodemographic Distribution*. Journal of Science and Medicine in Sport. Vol2.
- Cools. W. 2009. *Movement Skills Assesment Of Typicly Developing Preschool Children: A Review of Seven Movement Skill Assessment Tools*. Journal of Sport Science and Medicine. Vol. 8.
- Ma'mun, Saputra, M.Y. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendidasmen.
- Maksum. 2007. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Surabaya. Unesa.
- Maksum. 2011. *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Montolalu. dkk. 2005. *Bermain dan Permainan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-prinsip dan Penerapannya*.
- Riduwan. 2010. *Skala Penilaian Variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.



Setyosari, Punaji. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*. Jakarta. Prenada Media Group.

Zuvela, F. 2011. *Polygon-A New Fundamental Movement Skills Test For 8 Year Old Children: Construction And Validation*. Journal of Sport Science and Medicine. Vol. 10. 157-163.



PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI BERBASIS KINESTETIK UNTUK MENINGKATKAN KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR

WIJI ASTUTI

Email : agneswijastuti@gmail.com
Keguruan Olahraga - Pascasarjana

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk : 1) Mengembangkan model pembelajaran pendidikan jasmani yang dapat digunakan untuk meningkatkan kebugaran jasmani pada anak sekolah dasar; 2) Membuat kemasan model pembelajaran pendidikan jasmani yang dapat digunakan sebagai panduan mengajar pada anak usia sekolah dasar dalam bentuk CD dan dilengkapi dengan petunjuk pelaksanaan sehingga mudah dipahami dan dilaksanakan oleh guru.

Penelitian pengembangan ini dilakukan dengan desain penelitian *educational research and development* (R & D) menggunakan pendekatan Model Pengembangan Instruksional Suparman Atwi (2001: 29) yang menggunakan langkah-langkah sebagai berikut: 1) identifikasi masalah, 2) identifikasi perilaku karakteristik peserta didik, 3) mengembangkan produk awal (draf awal), 4) validasi ahli dan revisi 5) uji coba skala kecil dan revisi 6) uji coba skala besar dan revisi, 7) pembuatan produk final. Uji coba skala kecil dilakukan pada para peserta didik SDN Ngasem Kabupaten Kediri berjumlah 19 siswa, sedangkan uji coba skala besar dilakukan pada para peserta didik SDN Ngasem, SDN Nglumbang, SDN Blimbing, SDN Bogem, dan SDN Bangkok 2, Kabupaten Kediri yang kesemuanya berjumlah 111 siswa. Instrumen pengumpul data yang digunakan yaitu: 1) pedoman wawancara, 2) skala nilai, 3) pedoman observasi terhadap model pembelajaran, 4) keberterimaan, dan 5) pedoman observasi pada pendidik pelaku uji coba. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif kuantitatif dan analisis kualitatif.

Hasil penelitian ini berupa model pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kinestetik yang didokumentasikan dalam CD dan buku petunjuk pelaksanaan pembelajaran pada siswa kelas III sekolah dasar. Model pembelajaran terbagi ke dalam 9 pos yaitu: 1) berjalan dan lompat di atas balok titian, 2) lompat gawang, 3) memindahkan kubus berwarna, 4) melempar bola ke arah sasaran, 5) menendang bola ke gawang, 6) berguling ke depan, 7) merangkak dalam terowongan, 8) merayap di bawah tali laba-laba, dan 9) memanjat tali. Kesemua item dalam pos tersebut dikemas dalam bentuk satu rangkaian kegiatan. Pada akhir penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa model pembelajaran yang dibuat sangat menarik, sesuai dengan karakteristik peserta didik, dapat digunakan sebagai cara mengajar pada pendidikan jasmani serta sangat efektif untuk mengembangkan kecerdasan majemuk.

Kata kunci : Pengembangan, model pembelajaran, kinestetik, kebugaran jasmani.

I. PENDAHULUAN

Sutapa (2014) memaparkan bahwa, "Pendidikan jasmani melibatkan komunikasi antara peserta didik dengan lingkungan yang dikemas melalui aktivitas fisik, sehingga dapat membentuk keterwujudan manusia seutuhnya". Pendidikan jasmani yang berbasis kinestetik berpeluang besar untuk meningkatkan kebugaran jasmani pada anak Sekolah Dasar, sebab di dalam pendidikan jasmani yang berbasis kinestetik terdapat aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-dan-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang.

Menurut Gagne (dalam Asnaldi, 2008), mengatakan bahwa belajar gerak adalah sebagai tingkah laku atau perubahan kecakapan yang mampu bertahan dalam jangka waktu tertentu, dan bukan berasal dari proses pertumbuhan.

Kecerdasan kinestetik adalah sebuah keselarasan antara pikiran dan tubuh, dimana pikiran dilatih untuk memanfaatkan tubuh sebagaimana mestinya dan tubuh dilatih untuk dapat merespon ekspresi kekuatan dan pikiran (Linda dkk dalam Farouq, 2011).

Menurut Raghu (2011:62), " *Physical fitness is not only one of the most important keys for a healthy body, but it is also the basis for dynamic and creative activity*".

Pendidikan jasmani yang berbasis kinestetik dikemas dalam bentuk sirkuit yang terbagi ke dalam 9 pos kegiatan yang masing-

masing memiliki tujuan pengembangan tersendiri. Sebagai gambaran umum kegiatan masing-masing pos sebagai berikut:

- Pos 1. Berjalan dan lompat di atas balok titian
- Pos 2. Lompat gawang kecil
- Pos 3. Memindahkan benda dari satu tempat ke tempat lain
- Pos 4. Lempar bola pada bidang sasaran
- Pos 5. Mengambil dan menendang bola ke arah sasaran
- Pos 6. Berguling di atas matras (roll depan)
- Pos 7. Merangkak melewati terowongan
- Pos 8. Merayap melewati tali laba-laba
- Pos 9. Berjalan menggunakan egrang

Dari 9 pos tersebut diharapkan akan mampu meningkatkan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar.

Penelitian ini berupaya untuk membuat model pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kinestetik yang tepat guna meningkatkan kebugaran jasmani pada anak sekolah dasar. Penelitian ini diawali dengan penelitian pendahuluan di beberapa Sekolah Dasar untuk memperoleh masukan informasi. Masukan ini, digunakan untuk merancang beberapa alternatif model mengajar yang efektif dan terukur. Hasil beberapa model mengajar ini kemudian diaplikasikan dalam pembelajaran anak di Sekolah Dasar. Hasil aplikasi didokumentasikan dalam bentuk *Compact Disk* (CD), yang kemudian akan divalidasi oleh ahli materi dan ahli media. CD tersebut diharapkan dapat digunakan untuk menunjang model pembelajaran yang efektif dan terukur dengan validasi yang baik.

II. METODE PENELITIAN

Desain dalam penelitian *educational research and development* (R & D) ini menggunakan pendekatan Model Pengembangan Instruksional Atwi Suparman (MPI).

Prosedural pengembangan kompetensi pendidikan jasmani berbasis kinestetik dalam penelitian ini, peneliti mengambil prosedur dari Suparman (2004:276) yang kemudian dimodifikasi.

1. Uji Coba Model

Uji coba model yang dimaksud dalam penelitian ini sama dengan evaluasi formatif versi Suparman (2004:276) yang bertujuan untuk menentukan apa yang harus ditingkatkan atau direvisi agar produk tersebut lebih efektif dan efisien.

2. Revisi Model dan Validasi Ahli

Revisi model merupakan tindak lanjut dari hasil uji coba model. Revisi model kemudian dimintakan validasi dari para ahli yang terkait dengan berbagai aspek yang diujicobakan, dalam hal ini para ahli yang dimaksud yaitu ahli pendidikan jasmani, ahli media dan praktisi.

3. Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar merupakan pembuktian akhir setelah model pembelajaran diujicobakan dan direvisi berdasarkan masukan dari para ahli.

4. Revisi Produk

Revisi produk merupakan langkah terakhir guna menyempurnakan produk yang telah diujicoba sebanyak dua kali dan mendapat revisi dan validasi dari para ahli.

C. Uji Coba Produk

Desain ujicoba dalam penelitian ini dilakukan tiga tahap yaitu:

- a. Evaluasi satu-satu
- b. Uji coba kelompok kecil
- c. Uji coba kelompok besar

D. Subyek Coba

Subjek uji coba satu-satu dan uji coba kelompok kecil yaitu peserta didik dari SD Negeri Ngasem, Kecamatan Gurah, Kabupaten Kediri. Peserta didik yang dipilih adalah peserta didik kelas 3, dengan pertimbangan bahwa peserta didik pada usia ini memiliki kemampuan motorik halus yang sudah baik dan pemahaman tentang aturan main yang diberikan sudah dapat diterapkan walaupun masih sederhana. Selain itu, pada usia tersebut, anak sudah mempunyai keinginan memenangkan kelompoknya sehingga pembelajaran ini dapat dilombakan atau dapat divestivalkan.

Subjek coba untuk evaluasi lapangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik SDN Ngasem, SDN Nglumbang, SDN Blimbing, SDN Bogem, dan SDN Bangkok 2, Kabupaten Kediri.

E. Instrumen Pengumpul Data

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini terdiri dari:

- a. Tes TKJI (Tes Kebugaran Jasmani Indonesia)

Tes ini diterapkan untuk kelompok usia 6 sampai dengan 9 tahun. Jenis tes untuk tingkat Sekolah Dasar kelas 3 terdiri dari :

- 1) Lari 30 meter
- 2) Gantung Siku Tekuk 30 detik (pull up)
- 3) Baring duduk (sit up) 30 detik
- 4) Loncat tegak (vertical jump)
- 5) Lari 600 meter

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Pengujian Model Terbatas

1. Uji Validasi Ahli dan Praktisi

Berdasarkan rangkuman penilaian 2 ahli materi terhadap pemanasan, hasil pengamatan 2 (dua) orang validator diperoleh hasil 44 (empat puluh empat), apabila masing-masing validator memberikan nilai maksimal 5 (lima) maka jumlah nilai maksimal adalah $5 \text{ (aspek)} \times 5 \text{ (klasifikasi)} \times 2 \text{ (orang)} = 50 \text{ (lima puluh)}$, dengan demikian besarnya persentase dari hasil pengamatan 2 (dua) orang validator adalah 84% (delapan puluh empat). Kesimpulan dari kedua validator menyatakan bahwa **“pemanasan layak digunakan”**.

Berdasarkan rangkuman penilaian 2 validator terhadap inti pembelajaran, dari kedua validator menyatakan semua unsur gerak dalam kinestetik baik koordinasi, kelincahan, kecepatan, kekuatan, kelentukan, keseimbangan, daya tahan dan power sudah dimunculkan. Kesimpulan dari kedua validator menyatakan bahwa **“Inti pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kinestetik dalam CD ini layak digunakan”**. Untuk penutup dari kedua pengamat menyatakan bahwa unsur yang harus ada di dalam akhir pembelajaran yaitu adanya pengondisian untuk pemulihan asal telah dimunculkan.

Berdasarkan rangkuman penilaian 2 validator terhadap penutup, kesimpulan dari kedua validator menyatakan bahwa, **“penutup**

dalam pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kinestetik dalam CD ini layak digunakan”. Kesimpulan akhir dari kedua validator ahli materi tersebut menyatakan bahwa **“Secara keseluruhan model pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kinestetik untuk meningkatkan kebugaran jasmani anak sekolah dasar dalam CD ini dapat digunakan”**.

Berdasarkan rangkuman penilaian ahli media pada pendahuluan, data yang terkumpul dari 1 (satu) orang validator media untuk pendahuluan menyatakan aspek-aspek yang harus di munculkan sudah ada. Kesimpulan dari ketiga validator ahli media setelah aspek aspek di dalam pendahuluan dimunculkan maka ketiga ahli sepakat menyatakan bahwa **“CD pembelajaran pendidikan jsmani berbasis kinestetik untuk anak prasekolah layak digunakan”**.

2. Spesifikasi Model

Pos 1. Berjalan Dan Melompat Di Atas Balok Titian

(a) Peralatan dan Perlengkapannya

Alat yang digunakan untuk proses pembelajaran dalam pos 1 (satu) adalah balok titian dengan panjang 5 meter, lebar 15 cm dan tinggi 40 cm. Panjang 5 m didasarkan pada panjang langkah siswa sekolah dasar rata-rata 1 m ditempuh dengan 4 sampai 5 langkah sehingga panjang balok titian 5 m hanya ditempuh dengan 20 langkah (panjang kaki rata-rata 19 cm), Lebar 15 cm didasarkan pada lebar kaki rata-rata 9 cm sehingga tersisakan lebar balok titian 8 cm yang

terbagi 2 (dua) sisi yaitu kanan dan kiri 4 cm. Semakin sempit balok titian yang digunakan untuk berjalan semakin sulit untuk dilalui sehingga mudah terjatuh, sedangkan ketinggian 40 cm dari lantai didasarkan pada keselamatan pada diri peserta didik.

(b) Pelaksanaan

Peserta didik dari garis *start* menuju ke pos 1 untuk melakukan aktivitas berjalan dan melompat di atas balok titian.

(c) Indikator Keberhasilan

Peserta didik dapat melewati balok titian dengan cara berjalan di atas balok sebanyak 2 kali ulangan dan menempatkan kedua kakinya secara bergantian saat berjalan sepanjang 5 meter untuk mempertahankan keseimbangan, sehingga tidak jatuh ke tanah. Peserta didik juga mampu melompat ke atas balok titian sebanyak 6 kali lompatan dan tidak jatuh ke tanah.

Pos 2. Lompat Gawang

(a) Peralatan dan pengaturannya

Alat yang digunakan untuk beraktivitas pada pos ini adalah gawang kecil semuanya berjumlah 7 buah. Gawang terbuat dari peralon 2 dm dengan ketinggian 20 cm dan lebar 1,22 meter, bahan terbuat dari peralon dengan pertimbangan apabila terinjak tidak pecah, lapisannya halus/tidak membahayakan, ketinggian 30 cm tidak membahayakan diri di samping tingkat kesulitan sudah ada serta panjang 1,22 m mengikuti peraturan lebar lintasan lari dari *Internasional Amateur Athletic Federation* (IAAF). Lompatan dilakukan menggunakan 2 (dua) kaki tumpu. Gawang yang terbuat

dari peralon tersebut dijejer 7 (tujuh) melintang ke arah pos 3, sedangkan jarak antar gawang 1 meter. Jarak ini untuk memberikan ruang penyesuaian langkah anak saat akan melompati gawang berikutnya tujuan aktivitas ini adalah untuk melatih kesadaran spasial dan power pada tungkai.

(b) Pelaksanaan

Peserta didik setelah melakukan aktivitas di pos 1 yaitu berjalan dan melompat di atas balok titian, lari menuju pos 2 untuk melompati gawang-gawang kecil yang dipasang melintang ke arah pos berikutnya yaitu pada pos 3. Lompatan dilakukan menggunakan 2 (dua) kaki tumpu.

(c) Indikator Keberhasilan

Peserta didik dapat melompati semua gawang yang berjumlah 7 buah dan tanpa harus menjatuhkan gawang yang dilompati.

Pos 3. Memindahkan Kubus

(a) Peralatan dan pengaturannya

Alat-alat yang diperlukan dalam pos 3 berupa kubus yang terbuat dari kayu sebanyak 10 buah yang dibagi 2 (dua) bagian sehingga masing-masing lingkaran berisikan 5 (lima) kubus. Jarak lingkaran antara yang satu dengan yang lain 2 m serta lingkaran dibuat searah dengan arah lintasan untuk menuju ke pos 4.

(b) Pelaksanaan

Peserta didik memindahkan kubus satu demi satu ke lingkaran yang lain dengan cara berlari. Pemindahan kubus

berdasarkan urutan (merah, kuning, hijau, hitam, dan putih).

(c) Indikator Keberhasilan

Terpindahkannya semua kubus dari lingkaran satu ke yang lain dan diletakkannya kubus tersebut tanpa keluar dari lingkaran.

Pos 4. Melempar Bola Ke Arah Sasaran

(a) Peralatan dan pengaturannya

Alat-alat yang dipergunakan dalam aktivitas pos 4 (empat) adalah bola tennis dan bidang sasar yaitu sebuah lingkaran yang dibuat dari kertas karton yang ditempel pada penampi dengan keliling 65 cm yang berketinggian 80 cm dari tanah sebagai bidang sasar, sedangkan bola tennis yang digunakan sebagai alat untuk melempar diletakkan pada bak yang berada di depannya.

(b) Indikator Keberhasilan

Penilaian keberhasilan pelaksanaan aktivitas ini adalah kemampuan melempar bola pada sasaran dengan cara menghitung banyaknya lemparan yang mengenai bidang sasar dari 10 (sepuluh) kali lemparan. Minimal bola mengenai bidang sasar sebanyak 4 kali lemparan.

Pos 5. Mengambil Dan Menendang Bola Ke Sasaran

(a) Peralatan dan pengaturannya

Alat yang diperlukan yaitu 10 buah bola sepak yang terbuat dari plastik dan satu gawang yang telah di modifikasi sehingga tepat untuk anak sekolah dasar.

(b) Pelaksanaan

Bermula dari siswa berlari dari satu tempat menuju bola yang telah disediakan di

keranjang, lalu diambil dan di letakkan di garis start untuk menendang yang selanjutnya ditendang ke arah sasaran (gawang) sebanyak 10 kali.

(c) Indikator Keberhasilan

Peserta didik mampu melakukan koordinasi mata dan kaki yang baik dan mampu memasukan minimal 4 bola ke gawang.

Pos 6. Berguling Di Atas Matras (Roll Depan)

(a) Peralatan dan pengaturannya

Alat yang digunakan pada pos 6 adalah sebuah matras tebal dengan panjang 4 meter.

(b) Pelaksanaan

Bermula peserta didik dari pos 5 (lima) langsung menuju pos 6 dan siap di depan matras untuk melakukan roll depan. Peserta didik melakukan roll depan dengan tangan menumpu pada matras dan tengkuk sebagai tumpuan utama. Selanjutnya peserta didik mengakhiri guling ke depan dengan posisi jongkok (kedua lutut ditekuk). Gulingan dilakukan sebanyak 2 kali ulangan.

(c) Indikator Keberhasilan

Peserta didik mampu berguling ke depan dengan gerakan yang kontinyu sebanyak 2 kali ulangan tanpa terjatuh ke tanah.

Pos 7. Merangkak Melewati Terowongan

(a) Peralatan dan pengaturannya

Alat yang digunakan yaitu terowongan yang terbuat dari bambu dengan alas rumput yang disusun sedemikian rupa sehingga dapat dipastikan untuk bisa dilewati siswa dengan merangkak, dengan panjang terowongan 4 meter, tinggi terowongan 70 cm dan lebar 50 cm.

(b) Pelaksanaan

Peserta didik yang tiba di pos 7 memulai melewati terowongan yang telah dibuat dengan cara merangkak. Telapak tangan digunakan untuk melangkah serta tumpuan lutut. Peserta merangkak sepanjang 4 meter.

(c) Indikator Keberhasilan

Peserta didik mampu merangkak melewati terowongan sepanjang 4 meter dengan anggota tubuh bagian punggung tanpa menyentuh atap terowongan.

Pos 8. Merayap Melewati Tali Laba-Laba

(a) Peralatan dan pengaturannya.

Alat yang diperlukan dalam pos 8 berupa tali yang diikatkan pada tiang sehingga membentuk jaring seperti laba-laba. Tali yang diikatkan pada tiang di atas lantai dengan ketinggian 50 cm.

(b) Pelaksanaan

Peserta didik yang tiba di pos 8 memulai melewati terowongan yang telah dibuat dengan cara merayap. Lengan digunakan untuk melangkah serta tumpuan tungkai. Peserta merayap sepanjang 4 meter.

(c) Indikator Keberhasilan

Peserta didik mampu merayap melewati terowongan sepanjang 4 meter dengan anggota tubuh bagian punggung tanpa menyentuh atap terowongan.

Pos 9. Berjalan Menggunakan Egrang

(a) Peralatan dan pengaturannya.

Alat yang diperlukan dalam pos 9 berupa 2 buah egrang yang di desain sedemikian rupa supaya memiliki karakteristik sesuai anak sekolah dasar.

(b) Pelaksanaan

Peserta didik yang tiba di pos 9 mengambil sepasang egrang. Kemudian peserta didik naik di atas papan injak egrang dan berjalan menggunakan egrang sejauh 5 meter.

Model pengembangan pendidikan jasmani berbasis kinestetik memiliki keunggulan, diantaranya adalah:

a) Mudah disajikan

Pembelajaran berbasis kinestetik berbentuk sirkuit mudah dilakukan karena seluruh kegiatan dalam pos satu sampai sembilan merupakan gerakan fundamental, gerakannya alamiah, sistematikanya jelas, guru terlebih dulu dapat melihat bentuk sirkuit melalui CD, serta peralatannya yang sederhana. Gerakan fundamental yaitu gerakan yang sesuai dengan perkembangan usia sekolah dasar.

b) Menimbulkan kesenangan dan kebebasan bergerak

Bentuk sirkuit pada pembelajaran jasmani untuk siswa sekolah dasar menimbulkan rasa senang dan perasaan bebas bergerak. Senang karena berkumpul dan bermain bersama dalam suatu permainan. Merasa bebas bergerak karena bentuk sirkuit memungkinkan setiap peserta didik menjalani aktivitas dengan berbagai macam gerakan sehingga tidak cepat membosankan.

c) Menumbuhkan partisipasi semua peserta didik

Pengamatan selama pembelajaran dengan bentuk sirkuit memperlihatkan bahwa anak-anak bersedia dan dengan sukarela mencoba berbagai gerakan, antusias ingin

lebih dulu memasuki sirkuit, bersemangat dan gembira melakukan semua aktivitas di semua pos.

d) Menimbulkan pengalaman sukses

Pengalaman sukses atau berhasil sangat penting ditanamkan sejak masa kanak-kanak karena berkaitan dengan upaya menumbuhkan kepercayaan diri dan motivasi untuk berkembang. Bentuk sirkuit memungkinkan terciptanya pengalaman sukses karena dapat dilakukan dalam bentuk perlombaan. Pengalaman sukses tidak hanya dilihat dari keberhasilan memenangkan perlombaan, tetapi juga keberhasilan dalam menyelesaikan setiap aktivitas di masing-masing pos.

Namun dalam model ini juga memiliki kelemahan, diantaranya adalah:

a) Unsur ketetapan alat-alat dari tiap pos

Dari 9 (Sembilan) pos yang ada, hanya beberapa pos yang memenuhi kriteria modifikasi yang baik. Pada pos 5 menendang bola ke arah gawang memiliki kekurangan. Gawang yang dibuat memiliki ukuran yang sempit sehingga siswa mengalami kesulitan untuk memasukan bola.

b) Tingkat Kesulitan Yang Beragam

Kebanyakan siswa mengalami kesulitan pada pos 9 berjalan menggunakan egrang. Hal ini disebabkan karena siswa belum terbiasa dengan alat egrang, sehingga untuk dapat berjalan dengan lancar memerlukan waktu.

Faktor Pendukung dan Penghambat Implementasi Model

Dari model pengembangan yang telah dibuat dan diterapkan, model pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kinestetik untuk meningkatkan kebugaran siswa sekolah dasar dianggap baik untuk di implementasikan. Karena pembelajaran dikemas dalam sebuah pos sirkuit yang mana di setiap pos disisipkan kegiatan bermain dan berlomba. Hal ini akan menjadi perhatian penting bagi guru penjas di sekolah dasar.

Namun demikian, tidak tertutup kemungkinan model ini juga sangat sulit di implementasikan dalam kegiatan pembelajaran penjas di sekolah-sekolah dasar. Sebab model pembelajaran ini memerlukan beberapa pertemuan untuk mengetahui kenaikan kebugaran jasmani siswa. Sementara program semester telah dibuat sesuai kompetensi dasar dan dibatasi oleh pertemuan.

Dari paparan dan pembahasan hasil penelitian di muka maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Model pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kinestetik yang dapat mengembangkan kebugaran jasmani pada siswa sekolah dasar adalah aktivitas yang diambil dari induk cabang olahraga yaitu adanya unsur jalan, lari, lompat lempar, merayap dan merangkak. Unsur-unsur gerak tersebut secara fisiologis sangat berpengaruh terhadap kondisi fisik para peserta didik. Kondisi fisik berperan penting dalam menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari.
2. Pengemasan unsur-unsur gerak dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang mudah dilakukan pada siswa sekolah dasar adalah rangkaian gerak (sirkuit) yang terbagi

dalam pos-pos kegiatan, dilakukan dalam bentuk permainan dan dilakukan secara estafet. Unsur-unsur gerak dalam penelitian ini terbagi ke dalam 9 (sembilan) pos yang meliputi: 1) berajalan dan melompat di atas balok titian, 2) melompat gawang, 3) memindahkan kubus berwarna, 4) melempar bola pada sasaran, 5) menendang bola pada gawang, 6) berguling ke depan (roll depan), 7) merangkak di bawah terowongan, 8) merayap di bawah tali laba-laba dan 9) berjalan menggunakan egrang.

3. Model pembelajaran ini dapat dilombakan antar kelompok, regu maupun antar sekolah, dengan adanya lomba, maka setiap peserta didik terkondisikan untuk latihan melakukan semua gerakan yang ada dalam sirkuit secara teratur. Latihan yang teratur menjadikan peserta didik lebih mudah mencapai kebugaran dalam arti tubuh lebih sehat dan memiliki performa yang lebih baik dalam menjalankan berbagai aktivitas gerak. Urutan gerak model pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kinestetik sesuai dengan teori fisiologis, pembelajaran jasmani berbasis kinestetik model sirkuit mengandung banyak unsur kinestetik dan gerak tersebut meliputi gerak sehari-hari seperti berlari, melompat, meloncat, melempar, menendang, dan memutar. Semua gerakan yang terpadu dalam sirkuit menjadikan kondisi bugar lebih mudah tercapai. Ketika kondisi bugar tercapai, ketika stimulasi berbagai jenis kecerdasan sering dilakukan, maka kemampuan peserta didik untuk merespon rangsangan belajar

semakin baik, daya pikir meningkat dan kreativitas berkembang.

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi, A. 2008. *Pendidikan Jasmani*. [Online]. Tersedia: <http://artikel-olahraga.blogspot.com/2008/02/pendidikan-jasmani.html>. Diakses 11 Juli 2016
- Buckingham, D. 2003. *Media education : Literacy, learning and contemporary culture*. USA. Blackwell publishing, Inc.
- Davies, D. 2010. *Child development: A practitioners guide*. New York: Guilford Press.
- Faruq, M.M. 2007. *60 Permainan Kecerdasan Kinestetik*. Jakarta : Grasindo.
- Faruq, M.M., dan Fenanlampir, A.. 2015. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta : Penerbit Andi.
- Himberg, C., Hutchinson, G. E. and Roussell, J. M. 2003. *Teaching secondary physical education: Preparing adolescents to be active for life*. Canada: Humankinetics.
- Jennifer, H., dan Kulinna, P. 2014. *Health-Related Fitness Models in Physical Education, Strategies: A Journal for Physical and Sport Educators*, 27 : (2), 20-26.
- Ibnu, P. dan Prasetyo, 2014. *Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Kinestetik Untuk Anak Usia Pra Sekolah*. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi* 2 (2), 2014
- Kamal, S.F 2011. *Education & Knowledge creates an aura of creative in a teacher*. *International Journal of*



**KONTRIBUSI ASPEK ANTHROPOMETRI DAN KAPASITAS FISIK DOMINAN
TERHADAP PRESTASI LOMPAT JAUH GAYA *SCHENEPPER***

Prima Setia Amiruddin

**Program Pascasarjana–Magister Keguruan Olahraga
primagembel@gmail.com**

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Lompat jauh merupakan cabang olahraga atletik dengan serangkaian awalan, tumpuan, sikap di udara, dan diakhiri dengan mendarat yang mencakup daya dan kecepatan yang bertujuan melompat dengan pencapaian jarak lompatan yang sejauh jauhnya. Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk: 1) Mengetahui seberapa besar kontribusi faktor indek massa tubuh terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper*. 2) Mengetahui seberapa besar kontribusi faktor power otot tungkai terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper*. 3) Mengetahui seberapa besar kontribusi faktor kekuatan otot perut terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper*. 4) Mengetahui seberapa besar kontribusi faktor kecepatan maksimum lari terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper*. Dalam hal ini yang akan diteliti adalah kontribusi aspek antropometri dan kapasitas fisik dominan terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung. Dimana peneliti berupaya mencari kontribusi alternatif yang paling efektif untuk mendapatkan hasil prestasi lompat jauh gaya *schenepper* dengan rancangan penelitian *korelasi multivariat* kuantitatif deskriptif korelasional yang terdapat 4 variabel bebas yaitu aspek antropometri (index massa tubuh) (x_1), dan kapasitas domain fisik meliputi power otot tungkai (x_2), kekuatan otot perut (x_3), kecepatan maksimum lari (x_4), dan 1 variabel terikat yaitu prestasi lompat jauh gaya *schenepper*(y). Obyek dalam penelitian ini ialah hasil belajar lompat jauh gaya *schenepper*, dengan populasi 150 siswa didapat hasil 30 siswa yang diambil secara acak. Dalam penelitian ini analisis data yang digunakan ialah uji analisis regresi berganda. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat kontribusi yang signifikan pada aspek antropometri (indek massa tubuh) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* sebesar 15,4%. Terdapat kontribusi yang signifikan pada fisik dominan (power otot tungkai) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* sebesar 11,1%. Terdapat kontribusi yang signifikan pada kapasitas fisik dominan (kekuatan otot perut) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* sebesar 7,6%. Terdapat kontribusi yang signifikan pada kapasitas fisik dominan (kecepatan lari maksimum) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* sebesar 14,7%. Berdasarkan beberapa hasil di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa Aspek antropometri dan kapasitas fisik dominan berkontribusi 48,8% terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper*.

Kata Kunci: Aspek Antropometri, Kapasitas Fisik Dominan, Lompat Jauh Gaya *Schenepper*.

I. PENDAHULUAN

Atletik merupakan cabang olahraga yang diperlombakan pada olimpiade pertama pada 776 SM. Induk organisasi untuk olahraga atletik di Indonesia adalah PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia). Menurut Syarifuddin (1992: 1), atletik merupakan dasar bagi cabang olahraga lainnya karena faktor kekuatan, kecepatan, kelentukan dan daya tahan yang terdapat dalam atletik diperlukan oleh cabang olahraga lain.

Pembinaan dan pengembangan atletik di Indonesia pada dasarnya merupakan bagian dalam pembangunan olahraga di Indonesia yang diarahkan pada usaha meningkatkan kualitas SDM Indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup yang harus dimulai sejak usia dini melalui pendidikan olahraga dan masyarakat. Serta tercapainya sasaran prestasi yang membanggakan di tingkat internasional.

Pembinaan olahraga melalui jalur sekolah-sekolah memang seharusnya diperjuangkan dan bahkan ditingkatkan kualitas pembinaannya, sebab melalui pembinaan olahraga di sekolah inilah diharapkan akan menghasilkan bibit-bibit unggul yang mampu mengangkat harkat dan martabat Indonesia di mata dunia melalui olahraga. Sedang untuk mendapatkan calon olahragawan (bibit

unggul) melalui sekolah dilakukan melalui pemanduan bakat.

Mengingat sekolah sebagai basis pembinaan, maka keterlibatan kepala sekolah, guru pendidikan jasmani, guru-guru mata pelajaran lainnya, serta pengawas sekolah sangat diperlukan toleransinya. Untuk itu perlu mendapatkan perhatian dan diketahui oleh semua pihak agar tidak terjadi sesuatu yang dapat merugikan siswa selaku objek pembinaan.

Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang mempunyai kekhususan dan sangat kompleks karena keterlibatan seluruh anggota tubuh dan banyak memberikan kemungkinan gerak bagi anggota tubuh, maka dirasa perlu untuk diberikan/diajarkan di kalangan pelajar yang dimulai dari SD, SMP, SLTA.

Pelatihan fisik merupakan unsur terpenting diperlukan dalam pelatihan olahraga untuk mencapai prestasi yang tertinggi (Soetopo, 2007). Dengan melakukan pelatihan fisik maka fungsi sistem organ tubuh akan lebih meningkat dibandingkan sebelum berlatih, yang sangat diperlukan untuk memenuhi penampilan dalam beraktivitas (Nala, 2002).

Kondisi fisik, meliputi sepuluh komponen biomotorik yaitu: 1) Kekuatan 2) Daya tahan 3) Kecepatan 4) Daya ledak 5) Kelentukan 6) Keseimbangan 7) Waktu

reaksi 8) Kelincahan 9) Ketepatan 10) Koordinasi (Sajoto, 2002).

Masing-masing komponen tersebut tidak dapat disamakan peran dan beban kerjanya, karena setiap cabang olahraga mempunyai persentase kebutuhan komponen biomotorik yang berbeda. Sehingga untuk membuat suatu program latihan pada cabang olahraga tertentu terlebih dahulu perlu diketahui komponen biomotorik yang dominan dalam cabang olahraga yang dilatih (Nala, 2002).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul Kontribusi Aspek Antropometri dan Kapasitas Fisik Dominan terhadap Prestasi Lompat Jauh Gaya *Schenepper*.

II. METODE

Dalam hal ini yang akan diteliti adalah kontribusi aspek antropometri dan kapasitas fisik dominan terhadap prestasi jauh gaya *schenepper* siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung.

Dimana peneliti berupaya mencari kontribusi alternatif yang paling efektif untuk mendapatkan hasil prestasi lompat jauh gaya *schenepper* dengan rancangan penelitian *korelasi multivariat* kuantitatif deskriptif korelasional yang terdapat 4 variabel bebas yaitu aspek antropometri (index massa tubuh) (x_1), dan kapasitas domain fisik meliputi power otot tungkai

(x_2), kekuatan otot perut (x_3), kecepatan maksimum lari (x_4), dan 1 variabel terikat yaitu prestasi lompat jauh gaya *schenepper* (y).

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Prestasi_lompat_jauh_gaya_schenepper	30	3.80	4.88	4.2793	.27344
Aspek_antropometri_index_massa_tubuh	30	27.00	47.00	33.2667	5.25838
Kapasitas_fisik_dominan_power_otot_tungkai	30	96.00	118.00	106.4000	5.85220
Kapasitas_fisik_dominan_kekuatan_otot_perut	30	15.00	28.00	21.8667	3.54997
Kapasitas_fisik_dominan_kecepatan_maksimum_lari	30	8.20	10.50	9.9133	.67351
Valid N (listwise)	30				

Berdasarkan tabel di atas bahwa rata-rata indek massa tubuh adalah 33.3, dengan indek massa tubuh maksimum 47 dan indek massa tubuh minimum 27. Rata-rata power otot tungkai adalah 106.4, dengan data maksimum 181, dan data minimum 96. Rata-rata kekuatan otot perut adalah 21.7, dengan data maksimum 28, dan data minimum 15. Rata-rata kecepatan maksimum lari adalah 9.91, dengan data maksimum 10.50, dan data minimum 8.20. Rata-rata prestasi lompat jauh gaya *schenepper* adalah 4.279, dengan data maksimum 4.88, dan data minimum 3.8.

Menurut Arikunto (1996: 115), populasi merupakan keseluruhan subyek penelitian. Populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas objek yang mempunyai karakteristik tertentu dan mempunyai kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel, sedangkan sampel merupakan

bagian kecil dari suatu populasi. Sedangkan Sugiyono (2008: 117), menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung yang berjumlah 150 siswa yang diambil secara *random sampling*.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Hasil pengukuran kontribusi aspek anthropometri (indek massa tubuh) dan kapasitas fisik dominan (power otot tungkai, kekuatan otot perut, dan kecepatan maksimum lari) terhadap hasil prestasi jauh gaya *schenepper* pada siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Tulungagung.

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Prestasi_lompat_jauh_gaya_schenepper	30	3.80	4.88	4.2793	.27344
Aspek_antropometri_indek_massa_tubuh	30	27.00	47.00	33.2667	5.25838
Kapasitas_fisik_dominan_power_otot_tungkai	30	96.00	118.00	106.4000	5.85220
Kapasitas_fisik_dominan_kekuatan_otot_perut	30	15.00	28.00	21.8667	3.54997
Kapasitas_fisik_dominan_kecepatan_maksimum_lari	30	8.20	10.50	9.9133	.67351
Valid N (listwise)	30				

Hasil dari rata-rata indek massa tubuh adalah 33.3, dengan indek massa tubuh maksimum 47 dan indek massa tubuh minimum 27. Rata-rata power otot

tungkai adalah 106.4, dengan data maksimum 181, dan data minimum 96. Rata-rata kekuatan otot perut adalah 21.7, dengan data maksimum 28, dan data minimum 15. Rata-rata kecepatan maksimum lari adalah 9.91, dengan data maksimum 10.50, dan data minimum 8.20. Rata-rata prestasi lompat jauh gaya *schenepper* adalah 4.279, dengan data maksimum 4.88, dan data minimum 3.8.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.19579778
Most Extreme Differences	Absolute	.133
	Positive	.133
	Negative	-.081
Test Statistic		.133
Asymp. Sig. (2-tailed)		.188 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Untuk menguji normalitas data digunakan analisis Kolmogorof Smirnov, yang perhitungannya menggunakan program SPSS. Apabila hasil perhitungan diperoleh *probabilitas* (p) lebih besar dari pada taraf kesalahan (0.05), maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal diketahui bahwa nilai signifikan sebesar $0,188 > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang kita uji berdistribusi normal.

Prasyarat berikutnya untuk memenuhi analisis yaitu melakukan uji homogenitas varians data. Adapun hasil uji homogenitas penelitian menggunakan

uji *Chi Kuadrat* bahwa varians data variabel penelitian dalam keadaan homogen karena nilai signifikansinya > 0,05.

Besarnya kontribusi dari masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat dapat diketahui dari kontribusi efektif masing-masing variabel. Berdasarkan hasil analisis diperoleh kontribusi efektif aspek anthropometri (indek massa tubuh) (X_1) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* (Y) sebesar 31,6%, kontribusi efektif kapasitas fisik dominan (power otot tungkai) (X_2) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* (Y) sebesar 22,7%, kontribusi efektif kapasitas fisik dominan (kekuatan otot perut) (X_3) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* (Y) sebesar 15,6%, dan kontribusi efektif kapasitas fisik dominan (kemampuan maksimum lari) (X_4) terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schenepper* (Y) sebesar 10%. Dengan demikian dapat dilihat bahwa variabel kapasitas fisik dominan (power otot tungkai) memberikan kontribusi lebih besar terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schenepper* dibandingkan dengan variabel yang lain yaitu aspek anthropometri (indek massa tubuh), kapasitas fisik dominan (kekuatan otot perut), dan kapasitas fisik dominan (kecepatan maksimum lari)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1.057	4	.264	5,940	.002 ^b
	Residual	1.112	25	.044		
	Total	2.168	29			

a. Dependent Variable: Prestasi_lompat_jauh_gaya_schenepper

b. Predictors: (Constant), Kapasitas_fisik_dominan_kecepatan_maksimum_lari, Kapasitas_fisik_dominan_power_otot_tungkai, Kapasitas_fisik_dominan_kekuatan_otot_perut, Aspek_anthropometri_indek_massa_tubuh

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4.091	.917		4.462	.000
	Aspek_anthropometri_indek_massa_tubuh	-.019	.008	-.362	-2.442	.022
	Kapasitas_fisik_dominan_power_otot_tungkai	.017	.007	.361	2.511	.019
	Kapasitas_fisik_dominan_kekuatan_otot_perut	.025	.011	.319	2.182	.039
	Kapasitas_fisik_dominan_kecepatan_maksimum_lari	-.153	.061	-.377	-2.505	.019

a. Dependent Variable: Prestasi_lompat_jauh_gaya_schenepper

Kontribusi efektif pada aspek anthropometri (indek massa tubuh) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper*.

$$\begin{aligned}
 KEx_1 &= \beta_{x_1} \times r_{x_1y} \times 100\% \\
 &= -0,362 \times (-0,426) \times 100\% \\
 &= 15,4\%
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 KR_{x_1} &= \frac{KEx_1}{R^2} \times 100\% \\
 &= \frac{15,4}{48,8} \times 100\% \\
 &= 31,6\%
 \end{aligned}$$

Berdasar pada hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa ada kontribusi aspek anthropometri (indek massa tubuh) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung. Adapun besarnya kontribusi tersebut dapat dilihat dari koefisien determinasi yang diperoleh yaitu 15,4%

Kontribusi efektif kapasitas fisik dominan (power otot tungkai) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper*.

$$\begin{aligned} KEx_2 &= \beta_{x_2} \times r_{x_2y} \times 100\% \\ &= 0,361 \times 0,307 \times 100\% \\ &= 11,1\% \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} KRx_2 &= \frac{KEx_2}{R^2} \times 100\% \\ &= \frac{11,08}{48,8} \times 100\% \\ &= 22,7\% \end{aligned}$$

Berdasarkan pada hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa ada kontribusi yang signifikan pada kapasitas fisik dominan (power otot tungkai) terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schenepper* siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung. Adapun besarnya kontribusi tersebut dapat dilihat dari koefisien determinasi yang diperoleh yaitu 11,1%

Kontribusi kapasitas fisik dominan (kekuatan otot perut) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper*.

$$\begin{aligned} KEx_3 &= \beta_{x_3} \times r_{x_3y} \times 100\% \\ &= 0,319 \times 0,237 \times 100\% \\ &= 7,6\% \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} KRx_3 &= \frac{KEx_3}{R^2} \times 100\% \\ &= \frac{7,6}{48,8} \times 100\% \\ &= 15,6\% \end{aligned}$$

Berdasarkan pada hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa ada kontribusi yang signifikan pada kapasitas fisik dominan (kekuatan otot perut)

terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung. Adapun besarnya kontribusi tersebut dapat dilihat dari koefisien determinasi yang diperoleh yaitu 7,6%

Kontribusi efektif kapasitas fisik dominan (kecepatan lari maksimum) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper*.

$$\begin{aligned} KEx_4 &= \beta_{x_4} \times r_{x_4y} \times 100\% \\ &= -0,377 \times (-0,389) \times 100\% \\ &= 14,7\% \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} KRx_4 &= \frac{KEx_4}{R^2} \times 100\% \\ &= \frac{14,7}{48,8} \times 100\% \\ &= 30,04\% \end{aligned}$$

Berdasarkan pada hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa ada kontribusi yang signifikan pada kapasitas fisik dominan (kecepatan lari maksimum) terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schenepper* siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung. Adapun besarnya kontribusi tersebut dapat dilihat dari koefisien determinasi yang diperoleh yaitu 14,7%

Bentuk kontribusi aspek anthropometri (indek massa tubuh) dan kapasitas fisik dominan (power otot tungkai, kekuatan otot perut, dan kecepatan maksimum lari) terhadap prestasi jauh gaya *schenepper* dapat digambarkan dengan persamaan regresi

yaitu: $Y = 4,09 + (-0,019)X_1 + 0,017X_2 + 0,025X_3 + (-0,153)X_4$. Uji keberartian persamaan regresi ganda dengan uji F diperoleh $F_{hitung} = 5,940 > F_{tabel} = 2,76$ yang berarti persamaan tersebut signifikan dalam bentuk kontribusi aspek anthropometri (indek massa tubuh) dan kapasitas fisik dominan (power otot tungkai, kekuatan otot perut, dan kecepatan maksimum lari) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* pada siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan pada pengolahan data penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

Terdapat kontribusi yang signifikan pada aspek anthropometri (indek massa tubuh) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* pada siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung sebesar 15,4%.

Terdapat kontribusi yang signifikan pada fisik dominan (power otot tungkai) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* pada siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung sebesar 11,1%.

Terdapat kontribusi yang signifikan pada kapasitas fisik dominan (kekuatan otot perut) terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* pada siswa putra kelas 8

SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung sebesar 7,5%.

Terdapat kontribusi yang signifikan pada kapasitas fisik dominan (kecepatan lari maksimum) terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schenepper* pada siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung sebesar 14,7%.

Berdasarkan beberapa hasil di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek antropometri dan kapasitas fisik dominan berkontribusi 48,8% terhadap prestasi lompat jauh gaya *schenepper* pada siswa putra kelas 8 SMP Negeri 2 Karangrejo Kabupaten Tulungagung.

V. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 1996. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: P.T. Rineka Cipta.
- Nala, N. 2002. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Komite Olahraga Nasional Indonesia Daerah Bali.
- Sajoto, M. 1990. *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Suetopo, A. S. 2007. *Dasar- Dasar Kepelatihan Pada Olahraga Profesional Indonesia*.
- Sugiyono. 2006. *Motode Penelitian*



PENGARUH METODE DEMONSTRASI DAN MODIFIKASI ALAT TERHADAP HASIL BELAJAR SERVIS ATAS PERMAINAN BOLA VOLI DITINJAU DARI MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK

SUPONO

Pascasarjana – Magister Keguruan Olahraga

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dirancang untuk hal-hal tujuan sebagai berikut : (1) Mengetahui apakah ada perbedaan pengaruh Metode Demonstrasi dan modifikasi alat terhadap hasil belajar servis atas pada permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo Tulungagung. (2) Mengetahui apakah ada perbedaan hasil belajar servis atas permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo Tulungagung yang mempunyai motivasi belajar tinggi dan motivasi belajar rendah. (3) Mengetahui apakah ada pengaruh interaksi antara metode demonstrasi dan modifikasi alat serta motivasi belajar tinggi atau rendah terhadap hasil belajar servis atas pada permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo.

Untuk mendapatkan data, Penulis menggunakan dua jenis instrument yaitu tes ketrampilan servis atas dan angket motivasi belajar. Populasi dan sampel yang penulis gunakan adalah peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo yang akan dianalisis dengan menggunakan statistika Anova dua arah.

Dari data hasil penelitian diperoleh hasil sebagai berikut : Dari 80 peserta didik yang diberi metode demonstrasi terdapat 40 peserta didik yang bermotivasi tinggi dan 40 peserta didik yang bermotivasi rendah. Demikian juga untuk yang diberi metode modifikasi alat, demikian pula untuk motivasi belajarnya, 40 peserta didik bermotivasi tinggi dan 40 peserta didik yang bermotivasi rendah.

Berdasarkan analisis dari pengaruh metode demonstrasi dan modifikasi alat terhadap hasil belajar servis atas diperoleh F_{hitung} sebesar 161.307 dan 85.983 $>$ $F_{tabel} = 3.967$, dan perbedaan hasil belajar peserta didik yang bermotivasi tinggi dan rendah diperoleh F_{hitung} sebesar 27.879 dan 50.809 $>$ $F_{tabel} = 3.967$. Sedangkan hasil analisis interaksi antara metode demonstrasi dan modifikasi alat serta motivasi belajar tinggi atau rendah terhadap hasil belajar servis atas diperoleh F_{hitung} sebesar 3.442 dan 0.004 $<$ $F_{tabel} = 3.967$ maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut : (1) Ada perbedaan pengaruh metode demonstrasi dan modifikasi alat terhadap hasil belajar servis atas pada permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo Tulungagung. Pengaruh pemberian metode modifikasi alat lebih baik dari pada metode demonstrasi. (2) Ada perbedaan hasil belajar servis atas permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo Tulungagung yang mempunyai motivasi belajar tinggi dan motivasi belajar rendah. Peserta didik dengan motivasi tinggi mempunyai nilai lebih baik dari pada peserta didik dengan motivasi rendah. (3) Tidak ada pengaruh interaksi antara metode demonstrasi dan modifikasi alat serta motivasi belajar tinggi atau rendah terhadap hasil belajar servis atas pada permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo.

Kata Kunci : Pengaruh Metode Demonstrasi Dan Modifikasi Alat , Hasil Belajar Servis Atas Permainan Bola Voli, Motivasi Belajar Peserta Didik.

PENDAHULUAN

Permainan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang wajib diajarkan di sekolah-sekolah, termasuk di SMP. Servis dalam permainan bola voli merupakan suatu pukulan yang digunakan untuk memulai setelah bola mati. Menurut Beutestahl (2004 : 9) bahwa mulanya servis hanya dipandang sebagai pukulan permulaan saja, cara melempar bola untuk memulai permainan. Tetapi servis saat kemudian berkembang menjadi senjata yang ampuh untuk menyerang.”

Metode pembelajaran menurut Uno (2012 : 2) didefinisikan sebagai cara yang digunakan guru, yang dalam menjalankan fungsinya merupakan alat untuk mencapai tujuan pembelajaran. Menurut Sanjaya (2006 :152) menyatakan Metode Demonstrasi adalah metode penyajian pelajaran dengan memperagakan dan mempertunjukkan kepada siswa tentang suatu proses, situasi, atau benda tertentu, baik sebenarnya atau hanya sekedar tiruan, Oleh karena itu metode ini cocok untuk mengajarkan materi yang berupa urutan gerakan seperti servis atas ini. Bagi pemain usia SMP, ukuran lapangan, net dan bola yang standard permainan bola voli cukup berat. Hal ini akan sangat mempengaruhi motivasi belajar peserta didik dalam belajar permainan bola voli. Menurut Kurniawan (2014 :18) Penggunaan metode modifikasi permainan bola voli memang

berpengaruh terhadap keefektifan pembelajaran tetapi modifikasi bukan satu-satunya faktor yang selalu memberikan hasil terbaik. motivasi adalah suatu pernyataan yang kompleks di dalam suatu organisme yang mengarahkan tingkah laku terhadap suatu tujuan tertentu. (Ngalim, P.S., 2007: 61) Dengan demikian motivasi dalam proses pembelajaran sangat diperlukan untuk terjadinya percepatan dalam mencapai tujuan disamping metode penyajian materi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

- 1) Mengetahui apakah ada perbedaan pengaruh metode demonstrasi dan modifikasi alat terhadap hasil belajar servis atas pada permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo Tulungagung.
- 2) Mengetahui apakah ada perbedaan hasil belajar servis atas permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo Tulungagung yang mempunyai motivasi belajar tinggi dan motivasi belajar rendah
- 3) Mengetahui apakah ada pengaruh interaksi antara metode demonstrasi dan modifikasi alat serta motivasi belajar tinggi atau rendah terhadap hasil belajar servis atas pada permainan bola voli peserta didik putra kelas VII

SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian desain factorial 2 x 2 dengan variabel independen berupa metode pembelajaran demonstrasi dan modifikasi alat. Variabel atributifnya adalah motivasi belajar tinggi dan rendah dari peserta didik yang menjadi sampel. Sedangkan variabel dependen berupa hasil belajar servis atas .

Populasi penelitian adalah peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo tahun pelajaran 2015/2016. Polulasi dari SMPN 1 Karangrejo berjumlah 164 dan SMPN 2 Karangrejo 40. Sampel menurut Arikunto (2006 :131-134) adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti, apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua, tetapi jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20- 25% dari jumlah populasi. Dengan demikian jumlah sampel untuk SMPN 1 Karangrejo 40 peserta didik dan SMPN 2 Karangrejo 40 peserta didik.

Penelitian dilakukan di SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo mulai 11 April 2016 sampai dengan 30 Mei 2016. Instrumen yang digunakan ada dua macam yaitu angket dengan skala linkert untuk pengambilan data pengukuran

motivasi belajar dan soal tes ketrampilan servis atas untuk pengukuran hasil belajar.

Teknik analisis data untuk pengujian validitas instrument menggunakan uji korelasi pearson dan uji reabilitasnya adalah alpha cronbach. Sedangkan untuk pengujian hipotesis menggunakan anova dua arah dimana norma pengambilan keputusannya jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Begitu pula sebaliknya jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Sebagai uji prasyarat normalitas data menggunakan uji one sample kolmogorov smirnov test dengan norma keputusan jika signifikansi > 0.05 maka data berdistribusi normal dan uji homogenitas levene's test dengan norma keputusan jika nilai signifikansi > 0.05 maka data homogen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji validitas instrument soal tes ketrampilan servis atas diperoleh hasil $r = 0.973$ dan 0.958 dengan nilai signifikansi (sig.(2-tailed) $0.000 < 0.05$ maka soal valid dan hasil reabilitasnya nilai cronbach alpha = 0.916 berarti bersifat reliable.

		soal_1	soal_2	total_skor
soal_1	Pearson Correlation	1	.865**	.973**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	80	80	80
soal_2	Pearson Correlation	.865**	1	.958**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	80	80	80
total_skor	Pearson Correlation	.973**	.958**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	80	80	80

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Cronbach's Alpha	N of Items
.916	2

Sedangkan hasil uji validitas instrument angket motivasi belajar yang berjumlah 20

soal berada pada rentang 0.407 – 0.940 sehingga semua soal valid dan nilai cronbach alpha 0.868 sehingga bersifat reliable.

No Soal	Koefisien korelasi	Penafsiran	No Soal	Koefisien korelasi	Penafsiran
1	0.866	Sangat tinggi	11	0.940	Sangat tinggi
2	0.825	Sangat tinggi	12	0.737	tinggi
3	0.885	Sangat tinggi	13	0.677	tinggi
4	0.760	tinggi	14	0.496	Cukup tinggi
5	0.848	Sangat tinggi	15	0.865	Sangat tinggi
6	0.873	Sangat tinggi	16	0.654	tinggi
7	0.765	tinggi	17	0.550	Cukup tinggi
8	0.934	Sangat tinggi	18	0.732	tinggi
9	0.940	Sangat tinggi	19	0.743	tinggi
10	0.940	Sangat tinggi	20	0.407	Cukup tinggi

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.868	20

Analisis normalitas data SMPN 1 Karangrejo adalah 0.148, 0.198 , dan 0.200 Sedangkan SMPN 2 Karangrejo 0.097, 0.200 dan 0.063 untuk metode demonstrasi, modifikasi alat dan motivasi belajar. Dengan demikian nilai signifikansi > 0.05 maka data berdistribusi normal. Uji Homogenitasnya adalah untuk data SMPN 1 Karangrejo adalah 0.392 > 0.05 dan SMPN 2 Karangrejo adalah 0.160 > 0.05 maka data bersifat homogen.

Hasil uji hipotesis 1 yaitu F_{hitung} pada SMPN 1 Karangrejo adalah 161.307 dan SMPN 2 Karangrejo adalah 85.983. Nilai ini dikonsultasikan pada tabel F dengan taraf signifikansi $\alpha = 5\%$ dengan derajat kebebasan (dk) pembilang 1 dan derajat kebebasan (dk) penyebut 76 diperoleh $F_{tabel} = 3.967$ maka nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$. Dengan

demikian di simpulkan ada perbedaan pengaruh metode demonstrasi dan modifikasi alat terhadap peningkatan hasil belajar servis atas pada permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo Tulungagung.

Hasil analisis hipotesis 2 yaitu F_{hitung} pada SMPN 1 Karangrejo adalah 27.879 dan SMPN 2 Karangrejo adalah 50.809. Nilai ini dikonsultasikan pada tabel F dengan taraf signifikansi $\alpha = 5\%$ dengan derajat kebebasan (dk) pembilang 1 dan derajat kebebasan (dk) penyebut 76 diperoleh $F_{tabel} = 3.967$ maka nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$. Dengan demikian disimpulkan ada perbedaan hasil belajar servis atas permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo Tulungagung yang mempunyai motivasi belajar tinggi dan motivasi belajar rendah.

Hasil uji hipotesis 3 yaitu diperoleh F_{hitung} untuk data SMPN 1 Karangrejo adalah 3.442 dan SMPN 2 Karangrejo adalah 0.004. Hasil konsultasi tabel F dengan taraf signifikansi $\alpha = 5\%$ dengan derajat kebebasan (dk) pembilang 1 dan dk penyebut 76 didapatkan $F_{tabel} = 3.967$. Jika dibandingkan $F_{hitung} < F_{tabel}$. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada interaksi antara metode pembelajaran dengan motivasi belajar peserta didik.

KESIMPULAN

Dari penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Ada perbedaan pengaruh metode demonstrasi dan modifikasi alat terhadap hasil belajar servis atas pada permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo Tulungagung. Dimana metode modifikasi alat berpengaruh lebih baik dari pada metode demonstrasi.
2. Ada perbedaan hasil belajar servis atas permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo Tulungagung yang mempunyai motivasi belajar tinggi dan motivasi belajar rendah. Dimana peserta didik dengan motivasi tinggi memperoleh hasil belajar lebih bagus dari pada yang bermotivasi rendah.
3. Tidak ada pengaruh interaksi antara metode demonstrasi dan modifikasi alat serta motivasi belajar tinggi atau rendah terhadap hasil belajar servis atas pada permainan bola voli peserta didik putra kelas VII SMPN 1 Karangrejo dan SMPN 2 Karangrejo.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi (2006). *Metode Penelitian Pendidikan*. Cetakan ke 9, Jakarta : PT Rineka Cipta

Bahagia, Yoyo dan Adang, Suherman (2000). *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta :

Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Guru SLTP setara D-III (9 Februari 2016)

Beutelsthal, pieter (2004), *Belajar Bermain Bola Voli*, Bandung :Pionir Java

Faruq, Muhyi (2015). *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*.Yogyakarta : CV. Andi Offset

Krisdianto (2014). *Upaya Peningkatan Ketrampilan Servis Atas Bola Voli melalui Metode Demonstrasi Dalam Pembelajaran Penjas Siswa Kelas XI IPS SMAN 1 Padang Jaya*. Skripsi. Bengkulu : FKIP Penjaskes Universitas Bengkulu

Kurniawan, D.W. (2014). *Penerapan Modifikasi Permainan Bola Voli untuk Meningkatkan Efektifitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Sidoarjo*. Surabaya (9 Februari 2016)

L Viera, Barbara dan Jill Ferguson, Bonnie (2004), *Bola Voli Tingkat Pemula*. Ditejemahkan oleh Monti, Jakarta : Raja Grafindo



- Marthaningsih, D.R. (2011). *Pengaruh Metode Latihan Service Atas Topspin dengan cara bertahap dan cara langsung terhadap hasil servis pada pemain pemula bola voli putrid club almamater kabupaten pati tahun 2010*. Skripsi. Semarang : FIK Pendidikan Kepelatihan Olahraga UNS
- Maryono (2012), *Pengaruh Metode Demontrasi dan Metode Modifikasi Alat serta Motivasi belajar terhadap Hasil Belajar Servis Bawah dalam Permainan Bola Voli pada Siswa Putri Kelas VII SMPN 2 Ngantru dan SMPN 1 Karangrejo*. Tesis. Tidak dipublikasikan. Surabaya: FPOK UNESA
- Mulyono (2008). *Tes dan Pengukuran Pendidikan jasmani / Olahraga*. Surakarta : UNS Pres.
- Nasution, S (2011). *Metode Research*, PT. Bumi Aksara, Jakarta
- Nugroho, M.M. (2011), *Pengaruh Pendekatan Pembelajaran dan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Hasil Belajar Servis Atas Permainan Bola Voli*, Skripsi. Tidak dipublikasikan. Surakarta : FKIP UNS
- PBVSI (2004). *Metodologi Pelatihan Bola voli*. Jakarta :Sekretariat Umum PP.PBVSI
- Pratami, Tunas Agus (2013). *Pengaruh Permainan Net Terhadap Kemampuan Servis Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Mini SD Negeri 1 Blater Kalimantan Kabupaten Purbalingga*. Skripsi. Tidak Dipublikasikan. Yogyakarta : FIK UNY
- Priyatno, Duwi (2014) *SPSS 22 Pengolah Data Terpraktis*. Yogyakarta : C.V Andi Offset
- Purwanto, Ngalim (2007). *Ilmu Pendidikan Teoritis dan Praktis*. (Cetakan kesembilan belas) Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Riduwan (2010) *Metode dan Teknik Menyusun Tesis*. (Cetakan keenam) Bandung : ALFABETA
- Roji dkk (2007). *Pendidikan Jasmani SMA Kelas 1 dan 2*. Jakarta :Yudistira
- Rosyad, Aminuddin (2002). *Metode Pendidikan Agama Islam*. Jakarta :Bumi Aksara
- Sanjaya, Wina (2006). *Strategi Pembelajaran*. Jakarta : Prenada Media



**PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN MELALUI MULTIMEDIA
MACROMEDIA FLASH PADA PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA KELAS VII
SMPN 2 SUMBERGEMPOL TULUNGAGUNG**

Hadi Winarto

Keguruan Olahraga – Program Pascasarjana
hde.win27@yahoo.com
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian dan pengembangan dengan melalui tahap pendahuluan, pengembangan desain pembelajaran, produksi, dan evaluasi produk. Setelah tahap produksi, kemudian tahap validasi produk oleh ahli media dan ahli materi. Data diperoleh melalui kuisioner tentang kualitas produk multimedia pembelajaran tentang aspek tampilan, isi/ materi, pembelajaran, dan data kualitatif saran dan masukan dijadikan bahan perbaikan. Data kualitatif adalah data yang diperoleh dari kuisioner yang berupa pernyataan dan bukan hasil perhitungan angka dianalisis dengan statistik deskriptif dan data kuantitatif adalah data yang diperoleh dari angka dari penilaian awal mulai dari uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar dimana untuk mengetahui keberhasilan produk yang akan dikembangkan. Dari hasil kuisioner kelompok besar siswa dapat dikatakan sangat baik dimana frekuensi 13 prestasi sangat baik yaitu 86,67 dan frekuensi 2 presentasi baik yaitu 13,33 dan hasil dari komentar siswa bahwa pembelajaran menggunakan multimedia *Macromedia Flash* pada materi pembelajaran permainan sepakbola sangat menyenangkan dan mudah dipahami.

Penelitian ini menghasilkan produk multimedia pembelajaran berbasis *Macromedia Flash* pada permainan sepakbola yang dapat digunakan oleh siswa sebagai materi pendamping pada permainan sepakbola. Adapun validasi ahli materi dan ahli media “sangat baik”, sedangkan penilaian pada uji diperoleh: aspek tampilan skor 4,35 (sangat baik), aspek isi skor 4,27 (sangat baik), aspek pembelajaran skor 4,30 (sangat baik). Rerata keseluruhan pada uji coba siswa adalah 4,25 termasuk kriteria “baik”.

Kata kunci: *pengembangan, multimedia, permainan sepak bola*

I. LATAR BELAKANG

Kemampuan dalam teknik dasar suatu cabang olahraga menggambarkan tingkat keterampilan dalam cabang olahraga tersebut. Indikator yang dapat diamati adalah penguasaan teknik dasar cabang olahraga. Pada dasarnya seseorang dinyatakan terampil dalam suatu cabang olahraga, dapat menguasai teknik-teknik dasar cabang olahraga tersebut dengan sempurna.

Untuk menguasai teknik-teknik dasar sepakbola harus melalui tahapan belajar dan latihan, mulai dari belajar dan latihan gerak yang bersifat kasar sampai pada gerak yang bersifat halus. Dalam hal ini setiap pemain sepakbola akan melalui proses pembelajaran yang berulang-ulang dan bertambah berat beban latihannya.

Dalam kehidupan manusia seakan tidak terlepas dari teknologi. Dimana ilmu pengetahuan yang semakin maju, membuat banyak temuan-temuan baru pada bidang teknologi. Teknologi diciptakan untuk memudahkan manusia dalam beraktifitas.

Pemanfaatan yang tepat semakin menambah daya guna sebuah teknologi. Didalam dunia pendidikan tidak terlepas dari sentuhan kemajuan teknologi. Terbukti semakin banyaknya penggunaan media berupa peralatan elektronik banyak dipakai di dalam proses pembelajaran, seperti contoh penggunaan LCD dan komputer. Dimana pengertian LCD yaitu *Liquid Crystal Display (LCD)* merupakan sebuah teknologi layar digital yang menghasilkan citra pada sebuah permukaan yang rata (*flat*).

Menurut Ardiansyah Nurdin (2013:5) *Macromedia Flash Profesional 8* (selanjutnya hanya disebut *Flash*) adalah sebuah software yang dapat digunakan untuk menambahkan aspek dinamis sebuah web atau membuat film animasi interaktif. *Flash* juga dapat digunakan sebagai salah satu media untuk pembelajaran. Karena selain kemampuan animasi, *Flash* juga mampu menangani aspek interaktif antara film *Flash* dengan pengguna. *Flash* dapat



digunakan untuk membuat: (1) Animasi.
(2) Presentasi (3) Simulasi (4) Permainan
(5) Navigasi situs web. (6) Aplikasi web.
(7) Iklan.

Media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dipergunakan untuk menyalurkan pesan serta dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan peserta didik sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar yang disengaja, bertujuan dan terkendali.

Dalam proses pembelajaran pada dasar adalah proses komunikasi antara pengajar dengan peserta didik. Dalam komunikasi tidak jarang terjadi kesalahan dalam menafsirkan pesan yang disampaikan, terutama bila pesan tersebut berbentuk pesan lisan. Penggunaan berbagai media komunikasi untuk menjembatani kesalahan pemahaman tersebut menjadi suatu hal yang sangat dibutuhkan. Penggunaan berbagai media dalam proses

pembelajaran dapat meningkatkan motivasi siswa untuk belajar. Selain proses belajar dengan menggunakan berbagai media akan dapat memberikan kesan belajar yang lebih menarik dan mendalam, karena siswa belajar tidak hanya menggunakan indera pendengaran dan penglihatan.

Proses pembelajaran keterampilan sepakbola, yang di dalamnya mencakup pembelajaran teori dan praktek akan lebih menarik bila menggunakan berbagai media, baik itu media Audio Visual maupun media lain yang dapat membantu belajarkan gerak pemain sepakbola.

Multimedia dalam pembelajaran teori sepakbola dapat memotivasi siswa untuk belajar. Sehingga pada akhirnya penguasaan teknik dan peraturan bermain sepakbola akan meningkat. Diharapkan penguasaan teknik dan teori ini dapat



meningkatkan kesadaran akan praktek sebagai pemain di lapangan.

Sekolah sepakbola pada umumnya diikuti oleh pemain-pemain pemula yang usianya sekitar usia anak-anak hingga remaja. Oleh karena itu, dalam penggunaan multimedia untuk pembelajaran sepakbola sebaiknya disesuaikan dengan tingkat perkembangan dan pertumbuhan para pemain sepakbola pemula tersebut.

II. METODE

Dalam setiap penelitian diperlukan suatu metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah dan tujuan penelitiannya. Hal ini berarti metode penelitian mempunyai kedudukan yang penting dalam pelaksanaan pengumpulan dan analisis data.

Metode penelitian dan pengembangan atau dalam bahasa inggrisnya (*Research and Development*)

adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2010:407).

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang bertujuan menghasilkan produk berupa model pembelajaran sepakbola melalui permainan bagi siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Tahapan tahapan yang dilakukan dalam penelitian pengembangan model pembelajaran melalui multi media audio visual pada permainan sepakbola di SMP Negeri 2 Sumbergempol sebagai berikut :

1. Melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka.



2. Mengembangkan bentuk produk awal berupa peraturan dan cara bermain sepakbola.
3. Evaluasi para ahli multimedia dengan menggunakan ahli pendidikan jasmani dan ahli pembelajaran multimedia, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuisioner dan konsultasi serta evaluasi.
4. Revisi produk berdasarkan dari hasil evaluasi ahli serta uji coba kelompok kecil, revisi digunakan untuk perbaikan produk awal dan sebagai acuan untuk produk selanjutnya.
5. Uji coba dilapangan yaitu tempat di SMP Negeri 2 Sumbergempol.
6. Revisi produk akhir berdasarkan uji coba lapangan

Hasil akhir dari model pembelajaran multimedia permainan sepakbola di SMP Negeri 2 Sumbergempol menghasilkan

melalui revisi uji lapangan. **HASIL DAN KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pengembangan produk multimedia pembelajaran pada permainan sepakbola, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Proses dari pengembangan multimedia pembelajaran pada permainan sepakbola telah melalui beberapa tahap. Dimana tahap pendahuluan yaitu menentukan mengidentifikasi kebutuhan, lalu menentukan materi yang akan dimasukkan ke dalam produk multimedia pembelajaran. Tahap yang kedua yaitu, mengembangkan desain pembelajaran mengembangkan materi, mengembangkan pembelajaran, kemudian menyusun evaluasi. Selanjutnya tahap produksi yaitu, membuat mengumpulkan bahan-bahan yang akan dimasukkan ke dalam multimedia pembelajaran. Di dalam proses pengembangan multimedia pembelajaran meliputi



pembelajaran sejarah sepakbola, pengenalan sepakbola, dan keterampilan dasar sepakbola. Tahap yang terakhir yaitu, evaluasi atau proses validasi oleh ahli materi, ahli media dan siswa. Kemudian menghasilkan produk akhir berupa multimedia pembelajaran permainan sepakbola pada siswa SMPN 2 Sumbergempol menggunakan multimedia *Macromedia Flash*.

2. Tahap yang yaitu evaluasi atau proses validasi oleh ahli materi, ahli media dan kuisisioner siswa. Kemudian pada akhirnya menghasilkan produk akhir berupa multimedia pembelajaran permainan sepakbola pada siswa SMPN 2 Sumbergempol. Hasil dari penilaian ahli materi mengenai kualitas materi pembelajaran multimedia pembelajaran permainan sepakbola ini termasuk dalam

kriteria “sangat baik“ dengan rerata skor 4,27, menurut ahli media mengenai aspek isi ini termasuk dalam kriteria “sangat baik”, dengan rerata skor 4,27. Hasil dari penilaian ahli media pada aspek tampilan 4,33 dan termasuk dalam kriteria “sangat baik” , pada aspek program rerata skornya 4.00 dan termasuk dalam kriteria “baik”, Penilaian dari siswa secara keseluruhan terhadap aspek tampilan, aspek isi/materi, dan aspek pembelajaran yaitu dengan rerata skor 4.11. termasuk dalam kriteria “baik”.

3. Dari hasil kuisisioner kelompok besar siswa dapat dikatakan sangat baik dimana frekuensi 13 prestasi sangat baik yaitu 86,67 dan frekuensi 2 presentasi baik yaitu 13,33 dan hasil dari komentar



siswa bahwa pembelajaran menggunakan multimedia *Macromedia Flash* pada materi pembelajaran permainan sepakbola sangat menyenangkan dan mudah dipahami.

Chandra Gamayati. (2009). *Pengembangan Multimedia Melalui Cd Pembelajaran Interaktif Mata Kuliah Pendidikan Kesehatan Sekolah Untuk Mahasiswa PJKR (Materi Pola Hidup Sehat dan Dampak Pola Hidup Tidak Sehat)*. Yogyakarta : FIK UNY

DAFTAR PUSTAKA

Agus S. Suryobroto. (2001). *Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*.

Yogyakarta : UNY

Ardiansyah Nurdin (2013). *Multimedia Flash Profesional 8 Untuk Pemula*.

Aqip Zainal. (2013). *Model – model, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (Inovatif)*. Bandung: Yratama Widya.

Azhar Arsyad. (2004). *Media Pembelajaran*. Jakarta : Raya Grafika Persada

Basnendar Akbar.(2011). *Pengembangan Multimedia Pembelajaran Lemparan Pantul Mata Kuliah Permainan Bola Basket Bagi Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY*. Yogyakarta : FIK UNY

Daryanto. (2010). *Media Pembelajaran*. Yogyakarta : Gava Media

Eko Yanuarto. (2010). *Pengembangan Media Pembelajaran Peraturan Permainan Futsal berbasis Macromedia Flash*. Skripsi. Yogyakarta : FIK UNY

Fitri Hermawan. (2010). *Kemampuan Dasar Bermain Sepakbola Siswa kelas 2 SMP Negeri 2 Pandak*.

Hadi S. & Ariesto. 2003. *Multimedia interakstif dengan Flash*. Jakarta : Graha Ilmu.

Hendri Firzani. (2010). *Segalanya Tentang Sepakbola*. Jakarta : Erlangga

Http : id.m.wikipedia.org/wiki/adobe Flash (diakses pada 12 November 2016)

PENGARUH PEMBERIAN MEDIA *COMPUTER ASSITED INTRUCTION* (CAI) UNTUK
MENINGKATKAN PEMAHAMAN SISWA TERHADAP MATERI AJAR
PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN NARKOBA DAN PSIKOTROPIKA PADA
SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 SAWAHAN NGANJUK

ADITYA SUTANEGARA
Pascasarjana-Magister Keguruan Olahraga
adityasutanegara48@gmail.com
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui : (1) Mengetahui pengaruh *computer assisted instruction* (CAI) pada pemahaman siswa (2) Mengetahui pengaruh metode ceramah pada pemahaman siswa. (3) Mengetahui perbedaan interaksi perbedaan interaksi antara penguasaan pemahaman siswa.

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen*. Populasi dalam penelitian ini adalah Populasi yang digunakan dalam rencana penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Nganjuk, sebanyak 8 kelas dengan jumlah keseluruhan 244 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah random yaitu secara acak dengan pengundian.. Dari jumlah sampel 80 orang diterapkan model pembelajaran CAI dan Metode ceramah, dimana hasilnya diklasifikasikan menjadi dua yaitu hasil pemahaman tinggi dan hasil pemahaman rendah. Teknik pengumpulan data dengan soal tes dan untuk mengukur minat siswa digunakan angket

Teknik analisis data yang digunakan adalah ANAVA 2 X 2 dan uji *Newman Keuls*. Hasil penelitian : 1) Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pembelajaran dengan media CAI memiliki peningkatan yang berbeda antara siswa putra dan putri . Hal ini dibuktikan dari nilai $89,5 > 70,75$ pada taraf signifikansi 5%.; 2) Dari hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh perlakuan metode ceramah memiliki peningkatan hasil belajar yang berbeda antara siswa putra dan putri yang mendapat pembelajaran metode ceramah . Hal ini dibuktikan dari nilai putri $74,5 > 60,2$ dan 3) Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada interaksi antara perbedaan pembelajaran media CAI dan model pembelajaran metode ceramah. Karena .pembelajaran media CAI > model pembelajaran metode ceramah deengan demikian hipotesa nol (H_0)ditolak yang berarti bahwa keberhasilan pendekatan pembelajaran dipengaruhi oleh media pembelajaran CAI pada siswa. Kesimpulan penelitian ini adalah (1) Ada pengaruh signifikan pemberian media CAI pada peningkatan pemahaman siswa kelas VIII SMPN 1 Sawahan. (2) Ada pengaruh pemberian

Kata Kunci : CAI, Pemahaman, Pencegahan Dan Penanggulangan Narkoba Dan Psikotropika

I. LATAR BELAKANG

Seiring perkembangan zaman di Indonesia penggunaan obat-obatan terlarang semakin tidak terkendalikan seperti penggunaan narkotika dan psikotropika. Narkotika merupakan bahan yang sangat membahayakan bagi tubuh manusia apabila dikonsumsi secara salah oleh pengguna. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) sebagai suatu bagian dari pendidikan yang lebih mengutamakan aktivitas jasmani, pembinaan mentalitas, sikap, dan tindakan untuk hidup sehat. Adapun tujuan matapelajaran PJOK secara umum adalah membantu siswa untuk meningkatkan derajat kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan gerak dasar berbagai aktivitas jasmani dan cabang-cabang olahraga, serta meningkatkan kesadaran berolahraga, dan kebiasaan hidup sehat (Khamidi, 2008:95). Pada dasarnya, materi pembelajaran dalam mata pelajaran Pendidikan jasmani selain mengajarkan aktivitas jasmani juga mengajarkan teori tentang kesehatan. Alokasi waktu untuk penyampaian materi pembelajaran praktik (aktivitas jasmani) lebih

banyak dari pada pembelajaran untuk penyampaian teori tentang kesehatan. Salah satu materi kesehatan yang perlu disampaikan adalah penyalahgunaan narkoba dan psikotropika. Guru pendidikan jasmani dituntut dapat menyampaikan materi tersebut dengan baik agar siswa memiliki pemahaman terhadap dampak dari penyalahgunaan narkoba dan psikotropika. Untuk menunjang hal tersebut sekolah harus memiliki media pembelajaran yang baik.

Sebagai contoh di Kabupaten Nganjuk, khususnya di SMP Negeri 1 Sawahan Nganjuk, salah satu instansi pendidikan yang memiliki akreditasi A dan juga sebagai salah satu sekolah unggulan yang dalam segi sarana dan prasarannya sudah sangat mendukung proses belajar mengajar, serta SMP Negeri Sawahan Nganjuk sejak tahun 2015 telah dinobatkan sebagai sekolah adiwiyata mandiri yang telah mempunyai 7 sekolah binaan. Dalam setiap kelas di SMP Negeri 1 Sawahan Nganjuk difasilitasi media pembelajaran, seperti: komputer, *LCD projector*, *sound*, *wifi* dan perangkat *DVD*.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 3 Juni 2016 dengan Bapak Edi Budiyanto S.Pd, yakni guru mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di SMP Negeri 1 Sawahan Nganjuk dari materi PJOK yang diajarkan di sekolah ini materi Pendidikan kesehatan khususnya sub-materi pencegahan dan penanggulangan

narkoba dan psokotropika merupakan materi yang diajarkan secara teori. Guru merasa kurang mampu menjelaskan suatu materi secara teori didalam kelas dibanding materi yang langsung praktek dilapangan. Hal ini terjadi karena media pembelajaran yang digunakan untuk menjelaskan materi tersebut kurang menarik yaitu hanya berupa buku diktat sehingga proses pembelajaran di dalam kelas cenderung membosankan dan pemahaman siswa terhadap materi kurang maksimal. SMP Negeri 1 Sawahan Nganjuk juga sudah menerapkan kurikulum 2013 pada semua kelas, sehingga waktu pembelajaran PJOK semakin bertambah yakni menjadi 3 jam pelajaran (3 x 40 menit) sehingga guru harus menyajikan materi didalam kelas saja tanpa ada praktek dilapangan, dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti. Proses pembelajaran penggunaan media atau alat bantu untuk menyajikan materi pendidikan kesehatan juga masih belum digunakan oleh guru PJOK di SMP Negeri 1 Sawahan Nganjuk, karena pada umumnya materi hanya disampaikan dengan metode ceramah tanpa menggunakan media lainnya. Padahal SMP Negeri 1 Sawahan Nganjuk sudah dilengkapi media yang mendukung proses kegiatan belajar mengajar, seperti: komputer, sambungan internet *wifi*, *liquid crystal display (LCD) projector*, dan *soundsystem*.

Dari permasalahan yang telah diuraikan di SMP Negeri 1 Sawahan Nganjuk tersebut, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan menggunakan media pembelajaran berbasis komputer yaitu *computer assisted instruction (CAI)* untuk mengatasi masalah belajar siswa. CAI

merupakan media yang sangat kompleks, sehingga sangat efektif untuk diterapkan dalam pembelajaran. CAI adalah suatu sistem penyampaian materi pelajaran yang berbasis *micro processor* yang pelajarannya dirancang dan diprogram ke dalam sistem tersebut (Arsyad, 2004:35). Media tersebut dibuat dari *software* yang bernama *macromedia flash*. Media tersebut mampu dimanfaatkan dalam pemberian materi ajar, sehingga proses evaluasi pembelajaran, contohnya yaitu siswa dapat mengerjakan soal-soal materi dalam bentuk pilihan ganda untuk mengetahui kemampuan kognitif siswa sesuai materi yang telah diajarkan oleh guru.

Dengan demikian, diharapkan media pembelajaran berbasis komputer CAI dapat membantu guru PJOK untuk menyampaikan materi ajar penyalahgunaan narkoba secara menarik dan mampu meningkatkan pemahaman kognitif siswa terhadap materi yang diajarkan, sehingga dapat menekan angka penyalahgunaan narkoba dikalangan pelajar.

Dari permasalahan tersebut diatas, maka peneliti memutuskan untuk mengadakan penelitian dengan judul : “Pengaruh pemberian media *computer assisted instruction (CAI)* untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi ajar pencegahan dan penanggulangan narkoba dan psokotropika pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Sawahan Nganjuk”.

II. METODE

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan dan analisis data penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian

eksperimen. Penelitian eksperimen adalah penelitian untuk menguji sebab akibat antar variabel melalui langkah perlakuan (*treatment*), pengendalian dan pengamatan (Maksum, 2012). Penelitian ini menggunakan teknik eksperimental. Untuk menganalisis variabel secara simultan menggunakan anova dua jalan (rancangan factorial 2x2). Dalam paradigma ini ada dua variabel dependen (terikat) dan satu variabel independen (bebas) dan satu variabel kontrol.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. HASIL

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh signifikan pemberian media CAI pada peningkatan pemahaman siswa kelas VIII SMPN 1 Sawahan.
2. Ada pengaruh pemberian model pembelajaran konvensional pada peningkatan pemahaman siswa kelas VIII SMPN 1 Sawahan.
3. Ada perbedaan interaksi yang signifikan antara media pembelajaran CAI dan pembelajaran konvensional terhadap peningkatan hasil belajar. Pengaruh media pembelajaran CAI lebih baik dari pada pembelajaran konvensional dalam meningkatkan pemahaman siswa kelas VIII SMPN 1 Sawahan.

2. KESIMPULAN

Kesimpulan dari hasil penelitian ini dapat mengandung pengembangan ide yang lebih luas jika dikaji pula tentang implikasi yang ditimbulkan. Atas dasar kesimpulan yang telah diambil, dapat dikemukakan implikasinya secara umum dapat dikatakan bahwa : Melihat hasil penelitian dan kajian teori peningkatan pemahaman bahwa peran media CAI dan konvensional sangatlah besar dalam meningkatkan hasil belajar

, khususnya meningkatkan pemahaman siswa, maka sangat perlu untuk selalu memberikan media CAI dalam setiap pertemuan dan model pembelajaran konvensional. Kedua, menilai dari kelebihan yang ada, model pembelajaran konvensional sebagai penunjang pemahaman, maupun sebagai alternatif pembelajaran, maka perlu dipertimbangkan penggunaan model pembelajaran konvensional, tidak hanya sebagai model pembelajaran saja namun juga sebagai kegiatan pembelajaran rutin. Ketiga,



dengan terbuktinya penerapan pembelajaran CAI memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan pembelajaran konvensional, maka perlu

dipertimbangkan model pembelajaran yang berbasis komputer untuk meningkatkan pemahaman pada siswa.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.

Jakarta: Rineka Cipta.

Hadi, Sutrisno. 2000. *Statistik*. Yogyakarta : Andi Yogyakarta

Heriawan, Rusman. 2008. *Badan Pusat Statistik*. Semarang: Taman aksara jaya

[http://id.wikipedia.org/w/index.php?title=](http://id.wikipedia.org/w/index.php?title=Bola_voli&oldid=6347866)

Bola_voli&oldid=6347866, 02 Juli

2016, 11:33

[http://volleyball-life.com/2010/03/referee-](http://volleyball-life.com/2010/03/referee-calls-explained-back-row-attack/)

[calls-explained-back-row-attack/](http://volleyball-life.com/2010/03/referee-calls-explained-back-row-attack/), 04

Juli 2016, 10:22

[http://www.northbayvolleyball.com/educat](http://www.northbayvolleyball.com/education/education.backrowplayers.htm)

[ion/education.backrowplayers.htm](http://www.northbayvolleyball.com/education/education.backrowplayers.htm), 04

Juli 2016, 10:18

Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS dan UNS

Munasifah. 2008. *Bermain Bola Voli*.

Semarang: Aneka Ilmu

Pearce, Evelyn C. 2009. *Anatomi dan Fisiologi Untuk Paramedis*. Jakarta:

Gramedia

Pramono, Harry. 2011. *Pedoman Penulisan Skripsi FIK-Unnes*. Semarang :

Unnes Press Priyatno, Dwi. 2010. *Paham Analisa Statistik Data dengan SPSS*.

Yogyakarta :

Mediakom

Poerwadarminta, WJS., 1976, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta, Balai

Pustaka.

Radcliffe dan Farentinos, 1985, *Plyometrics Explosive Power Training*, second

edition, Illionis, Human Kinetics Publisher Inc. Champaign.

Sajoto, m. 1995. *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olah*

Raga. Semarang : Dahara Prize

Subroto, Toto. 2007. *Permainan Besar*.

Jakarta : Universitas Terbuka