

ProSport: Proklamator Sport

Volume 1, No 2, 2022 (November)

Organized by Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Published by Universitas Bung Hatta

PENGEMBANGAN MODEL PERMAINAN HALANG RINTANG UNTUK KELAS V SD 035/XI LARIK KEMAHAN KOTA SUNGAI PENUH

Evan Ikhsan¹, Meiriani Armen²

^{1,2}, Universitas Bung Hatta, Indonesia,

¹e-mail: evanikhsan2001@gmail.com, ria.pjkr12@bunghatta.ac.id ²

Info Artikel

Article History:

Received (August) (2022)

Approved (August) (2022)

Published (November) (2022)

Abstract

This study aims to determine the level of validity and the level of practicality of developing a physical education learning model with a game approach for class V SD 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh. This type of research is development research (Research and Development). The obstacle course model is able to increase the interest and learning activities of fifth grade elementary school students, then tested on fifth grade students of SD 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh. The aspects of expert validation of this obstacle course model are media, material, and language experts. The results of this study indicate that learning while playing can increase the attractiveness and quality of student learning, then can create students to be creative, innovative, and productive. Through this obstacle course game learning model, students become more active in learning both independently and in teamwork. Based on the data above, it can be concluded that the obstacle course model in physical education learning at Primary School 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh is suitable for use as teaching material in schools.

Keywords: Obstacle Course, Games, Learning

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui tingkat validitas dan tingkat praktikalitas pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani dengan pendekatan permainan untuk kelas V SD 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh. Jenis penelitian ini adalah penelitian pengembangan (*Research and Developmen*)t. Model halang rintang mampu meningkatkan minat dan aktivitas belajar siswa kelas V Sekolah Dasar, kemudian dilakukan uji cobakan kepada siswa kelas V SD 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh. Aspek validasi ahli model halang rintang ini adalah ahli media, materi, dan bahasa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa belajar sambil bermain dapat meningkatkan daya tarik dan mutu belajar siswa, kemudian dapat menciptakan siswa menjadi kreatif, inovatif, dan produktif. Melalui model pembelajaran permainan halang rintang ini siswa menjadi lebih giat lagi dalam belajar baik secara mandiri maupun bekerjasama dalam tim. Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa model halang rintang dalam pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh layak untuk digunakan sebagai bahan ajar di sekolah.

Kata Kunci: *Halang Rintang, Permainan, Pembelajaran*

© 2021 Universitas Bung Hatta
Under the license CC BY-SA 4.0

✉Alamatkorespondensi:

E-mail: evanikhsan2001@gmail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan kebutuhan setiap manusia pada saat sekarang ini. Dengan adanya pendidikan dapat menciptakan manusia yang kreatif dan berintelektual. Pendidikan ditanamkan pada umat manusia sejak dilahirkan dan tumbuh berkembang agar menjadi manusia yang berakal dan berakhlak. Hakikat pendidikan dijadikan sebagai tolak ukur untuk menjadikan manusia yang berkompeten dalam berbagai bidang sesuai dengan kemampuan setiap individu.

Dalam aktivitas pendidikan, seorang pendidik dapat menuntun individual dalam menentukan arah dan tujuan untuk bekal masa depan mereka. Salah satu pendidikan yang diterapkan di sekolah dasar adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Dimana pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan pendidikan yang tidak dapat untuk dipisahkan dari pendidikan umum. Tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yaitu untuk membantu peserta didik mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui aktivitas jasmani. Dilihat dari tujuannya pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk memperoleh dan mempertahankan kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian dari pendidikan nasional yang bertujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mental, emosional, sosial serta pola hidup sehat dengan aktivitas jasmani.

Kebugaran jasmani merupakan pondasi dasar siswa dalam melakukan aktivitas pembelajaran agar mendapatkan hasil yang optimal. Kebugaran jasmani memberi kesanggupan siswa untuk dapat menyesuaikan pada semua proses pembelajaran di sekolah. Pembelajaran kebugaran jasmani merupakan salah pembelajaran yang ada di kurikulum k13 dilaksanakan guna meningkatkan aktivitas fisik siswa sekolah. Aktivitas fisik merupakan jendela utama dalam perkembangan kecerdasan, sosial, keterampilan gerak dan emosional anak. Melalui aktivitas fisik organ fisik khususnya jantung secara fisiologis dipaksa untuk beradaptasi dengan beban kerja fisik sesuai dengan kebutuhannya. Daya tahan jantung adalah kesegaran sistem jantung, paru dan pembuluh darah untuk berfungsi secara optimal pada keadaan istirahat dan kerja

dalam mengambil oksigen dan menyalurkannya kebagian yang aktif sehingga dapat dipergunakan pada proses metabolisme tubuh.

Untuk meningkatkan aktivitas fisik sesuai dengan perkembangan usia anak sekolah dasar yang lebih banyak bermain adalah dengan bermain. Bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan gembira dan bersenang – senang dan dapat meningkatkan kecerdasan, sosial, keterampilan gerak dan emosional anak. Anak yang normal membutuhkan aktivitas 2-6 jam perhari. Kebutuhan tersebut tidak dapat dipenuhi dalam proses pembelajaran jasmani disekolah dan juga diluar sekolah. Disekolah aktivitas bermain anak hanya bisa diterapkan pada jam mata pelajaran Pendidikan jasmani dan diluar sekolah anak-anak sekarang lebih suka bermain game online pada ponsel android mereka sampai tidak ingat waktu makan serta menjalankan aktivitas fisik sebaya seperti bermain dengan kelompok permainan.

Hal itu menyebabkan rendahnya tingkat kebugaran anak yang harusnya banyak melakukan aktivitas bermain agar perkembangannya dapat optimal dan membuat anak menjadi malas bergerak, mengantuk yang akan berdampak pada kesanggupan anak dalam aktivitas pembelajaran disekolah maupun aktivitas lain.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada tanggal 30 januari 2023 di kelas V SD Negeri 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh. Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Disampaikan berbagai masalah yang menghalangi tujuan pembelajaran terutama pembelajaran kebugaran jasmani yaitu pemanfaatan model pembelajaran yang tidak menarik sehingga siswa sulit mengerti yang berdampak pada pemahaman siswa. Guru pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi mengajar dengan tanpa adanya kerja sama antara siswa saja, sehingga siswa cenderung melakukan aktivitas belajarnya secara individual. Beberapa siswa ada yang tidak fokus belajar dan sibuk dengan urusannya sendiri hal ini berdampak pada rendahnya kebugaran jasmani dan perkembangan anak.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti 3 Februari 2023 dengan guru mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD Negeri 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh didapatkan beberapa masalah rendahnya hasil belajar pada pembelajaran

pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk meningkatkan kebugaran jasmani yang disebabkan kurangnya minat siswa, tidak adanya bentuk kerjasama antara siswa yang diterapkan dalam pembelajaran. Dari permasalahan yang muncul dalam proses pembelajaran solusi untuk mengatasinya adalah dengan menggunakan model pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan memberikan permainan sederhana yang menarik dan meningkatkan kerja sama siswa agar aktif belajar.

Untuk itu peneliti mencoba menggunakan permainan dalam model pembelajaran agar bisa meningkatkan aktivitas siswa. Pendekatan permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah proses menyesuaikan diri pada keadaan belajar dalam bentuk aktivitas bermain. Pendekatan permainan dapat diterapkan pada pembelajaran disekolah dan disesuaikan pada aspek kurikulum yang digunakan.

Berbagai macam bentuk permainan yang dapat meningkatkan minat dan aktivitas siswa salah satunya adalah permainan halang rintang. Akan tetapi, permainan halang rintang yang sudah ada tidak memiliki konsep, tidak adanya peraturan permainan dan belum praktisnya permainan halang rintang digunakan untuk siswa kelas V sekolah dasar. Seharusnya permainan halang rintang lebih banyak disukai oleh siswa karena permainan halang rintang lebih memberi tantangan bagi anak dan dapat menimbulkan daya saing anak kelas 5 sekolah dasar dimana anak pada usia tersebut sedang unjuk kehebatan mereka kepada temannya sehingga permainan halang rintang lebih menyenangkan dari pada permainan lainnya bagi anak usia kelas 5 sekolah dasar.

Dari permasalahan tersebut, sehingga peneliti memilih model yang paling cocok untuk diterapkan dalam pengembangan model pembelajaran kebugaran jasmani adalah model pembelajaran dengan menggunakan pendekatan permainan halang rintang. Permainan halang rintang adalah modifikasi dari permainan lompat tinggi menjadi permainan yang disesuaikan untuk usia anak sekolah dasar yang dibuat sekreatif mungkin. Model permainan halang rintang ini merupakan model yang cocok untuk mengatasi permasalahan yang ada disekolah sehingga guru pendidikan jasmani menggunakan dapat model ini sebagai model pembelajaran.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti telah melakukan penelitian dengan judul "Pengembangan Model Permainan Halang

Rintang Untuk Kelas V SD 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh".

METODE

A. Model Pengembangan

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode Research and Development (Sugiyono, 2022)

B. Prosedur Pengembangan

Prosedur pengembangan penelitian ini mengikuti langkah-langkah yang diinstruksikan dalam model pengembangan prosedural yang dikemukakan oleh sugiyono (2022) yang disesuaikan untuk kebutuhan penelitian. Langkah-langkah tersebut bukanlah hal baku yang harus diikuti, langkah yang diambil bisa disesuaikan dengan kebutuhan peneliti, dengan perubahan seperlunya dalam penelitian dan pengembangan ini tidak melewati langkah ke-4,5,6 dan 7 dikarenakan keterbatasan waktu, tenaga dan biaya. Langkah-langkah penelitian dan pengembangan yang disesuaikan dengan kebutuhan peneliti dapat di lihat sebagai berikut :

1. Potensi dan masalah
 - a. Observasi
2. Pengumpulan kurikulum
 - a. Analisis kurikulum
3. Desain produk
4. Validasi desain
5. Revisi desain produk
6. Uji coba produk
7. Revisi produk
8. Produk akhir

C. Uji Coba Produk

Uji coba produk penelitian ini dimaksudkan untuk mengumpulkan data yang dapat digunakan sebagai dasar untuk menentukan tingkat kevalidan dari produk.

1. Menetapkan desain uji coba
2. Menentukan subjek uji coba
3. Menyusun instrument pengumpulan data

1. Subjek Uji Coba Produk

Subjek uji coba dalam penelitian ini adalah ahli bidang yang terdiri dari ahli materi, ahli bahasa dan ahli media. Responden uji coba produk ini adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh.

- a. Respon skala kecil
- b. Respon skala besar

2. Jenis Data
Sesuai dengan penelitian pengembangan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kualitatif dan kuantitatif.
3. Instrument Pengumpulan Data
Lembar validasi
- Lembar validasi ini yaitu lembar validasi model permainan halang rintang untuk untuk kelas V SD 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai Penuh yang berupa skala likert untuk validator.

Tabel 2. Kriteria Skala *Likert* Sugiyono (2022)

Skor	Kategori
5	Sangat Baik
4	Baik
3	Cukup Baik
2	Kurang
1	Sangat Kurang

- a. Lembar angket (kuisisioner)

Tabel 3. Kriteria Skala Guttman Abdi H (2010)

Alternatif Jawaban	Positif	Negatif
Ya	1	0
Tidak	0	1

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data yaitu sebagai berikut :

1. Wawancara
2. Dokumentasi
3. Angket (Kuisisioner)
4. Teknik Analisis Data

Rumus perhitungan kelayakan menurut Sugiono (2022) adalah sebagai berikut:

$$P = SH/SK \times 100\%$$

Keterangan :

- P : Presentase
SH : Skor Hitung

Tabel 4. Interval Kemenarikan Menurut Sugeng Eko Putro Widoyoko (2016)

Rata - rata Skor	Klasifikasi	Kesimpulan
81 - 100 %	Sangat Baik	Sangat Layak
61 - 80%	Baik	Layak
41 - 60 %	Cukup	Cukup Layak
21 - 40%	Kurang	Tidak Layak
0 - 20%	Sangat Kurang	Sangat Tidak Layak

SK : Skor Kriteria

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Hasil Uji Coba

1. Validasi Instrumen Ahli

Tabel 7. Hasil Validasi Ahli

Aspek Penilaian	Rata-rata Skor	Kriteria
Penilaian Keseluruhan	90,7%	Sangat Layak

2. Penilaian Angket Respon Siswa Uji Skala Kecil

Tabel 8. Hasil Respon Siswa Uji Skala Kecil

Penilaian Keseluruhan	100%	Sangat Layak
-----------------------	------	--------------

3. Penilaian Angket Respon Siswa Uji Skala Besar

Tabel 9. Hasil Respon Siswa Uji Skala Besar

Penilaian Keseluruhan	98%	Sangat Layak
-----------------------	-----	--------------

B. Kajian Produk Akhir

Hasil penilaian ini dapat dilihat dari rata-rata adalah 90,7% dengan kategori sangat layak digunakan. Pada aspek kelayakan ahli media diperoleh skor rata-rata 95,3%, hal ini menunjukkan bahwa media yang digunakan untuk model ini sudah sesuai dengan judul sehingga dapat menggambarkan isi model. Pada model halang rintang ini juga memiliki warna desain dan gambar tampilan yang menarik. Kemudian pada aspek kelayakan ahli materi diperoleh skor rata-rata 90,4%, hal ini menunjukkan bahwa materi pada model halang rintang ini yang dibahas sudah sesuai dengan kompetensi inti dan kompetensi dasar. Selain itu, materi pada model permainan halang rintang sudah sesuai serta tersusun secara sistematis. Aspek kelayakan ahli bahasa diperoleh skor rata-rata 92% dengan kriteria sangat layak. Pada aspek ini menunjukkan bahwa bahasa yang digunakan secara umum sudah jelas serta mudah dipahami oleh siswa Kelas V Sekolah Dasar.

Berdasarkan aspek angket siswa pada kelompok kecil pada bahan ajar model halang rintang mendapatkan respon yang sangat baik yaitu skor rata-rata 100%. Sedangkan pada kelompok besar memperoleh skor rata-rata yaitu 98% dengan kriteria sangat layak untuk digunakan. Berdasarkan hasil ini menunjukkan bahwa belajar sambil bermain dapat meningkatkan daya tarik dan mutu belajar siswa, kemudian dapat menciptakan siswa menjadi kreatif, inovatif, dan produktif. Melalui model pembelajaran ini siswa menjadi lebih giat lagi dalam belajar baik secara mandiri maupun bekerjasama dalam tim.

KESIMPULAN

Berdasarkan pengembangan bahan ajar berupa model halang rintang untuk pembelajaran penjas yang telah dilakukan sehingga

mendapatkan suatu produk didapatkan hasil bahwa:

1. Tingkat validasi model halang rintang untuk siswa Kelas V SD 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai penuh layak untuk digunakan.
2. Tingkat praktikalitas model halang rintang untuk siswa Kelas V SD 035/XI Larik Kemahan Kota Sungai penuh mampu meningkatkan daya tarik dan mutu belajar siswa, kemudian dapat menciptakan siswa menjadi kreatif, inovatif, dan produktif.

SARAN

1. Siswa, disarankan untuk menggunakan bahan ajar model permainan halang rintang untuk pembelajaran penjas, karena bahan ajar model halang rintang ini telah di uji dan mendapatkan penilaian yang baik dan layak digunakan.
2. Guru, disarankan untuk menggunakan bahan ajar model permainan halang rintang khususnya pada materi daya tahan jantung.
3. Sekolah, diharapkan dapat memanfaatkan dan mengembangkan bahan ajar model permainan halang rintang untuk pembelajaran penjas dengan menggunakan modifikasi permainan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi H. 2010. *Guttman Scalling Encyclopedia Research Design*. Thousand Oaks, Ca : Sage.
- Achmad, M. 2018. *Tehnik Simulasi dan Permodelan*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Agustini, P. I., Tomi, A., Sudjana, N. 2016. *Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar*

- Lokomotor Menggunakan Metode Bermain dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Siswa Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Jasmani*. 26(2): 229-237.
- Akbar, A. 2021. Pentingnya Kompetensi Pedagogik Guru. *Jurnal Pendidikan Guru*. 2(1): 23.
- Ali, M., Asrori, M. 2014. *Metodologi dan Aplikasi Riset Pendidikan*. Jakarta: Bumi Askara.
- Armen, M. 2017. Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa SD Negeri 13 Muara Siberut Dengan Siswa SD Negeri 06 Rogdog Kecamatan Siberut selatan. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 2(1): 7-15.
- Armen, M. 2018. Peningkatan Kemampuan Guru SDN 34 Seberang Palinggam dan SDN 06 Telur Bayur Padang dalam Mengembangkan Materi Ajar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2): 245-251.
- Barela, J. A. 2013. Fundamental Motor Skill Proficiency is Necessary for Children's Motor Activity Inclusion. *Motriz, Rio Claro (Online)*. 19(3): 548-551.
- Berliyanta, K. M., Astra, B. K., Suwiwa, G. 2022. Pemetaan Sarana Prasarana Pembelajaran PJOK Pada SMA/SMK Se-Kecamatan Kubu di Kabupaten Karangasem. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. 10(1): 8-20.
- Carr, Gerry A. 2015. *Athletik Untuk Sekolah*. Jakarta: PT. Raja Graffindo Persaja.
- Chen, W., Hammond-Bennett, A., Hypnar, A., Mason, S. 2018. Health-Related Physical Fitness and Physical Activity in Elementary School Students. *BMC Public Health*, 18(1), 1-12.
- Daryanto. 2013. *Menyusun Modul (Bahan Ajar Untuk Persiapan guru dalam Mengajar)*. Yogyakarta: Gava Media.
- Djoko Pekik Irianto. 2018. *Bugar dan Sehat Dengan Olahraga*. Yogyakarta : AndiOffset
- Dyson, B., Griffin, L. L., Hastie, P. 2016. Sport education, tactical games, and cooperative learning: Theoretical and pedagogical considerations. *J. Quest*, 56(2), 226-240.
- Eko, P. W. S. 2016 *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Fadia, S. N. F. 2021. Problematika Kualitas Pendidikan di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. 5(1): 1617-1620.
- Fatimah, S., Ramadhan, R. 2017. Pengembangan Modul Pembelajaran Berbasis Keterampilan Literasi. *E-jurnal Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar*. 6(2): 316-335.
- Junaidi, Said. 2011. Pembinaan Fisik Pada Lansia Melalui Aktivitas Olahraga Jalan Kaki. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* Volume 1. Edisi 1. Juli 2011. 17-21.
- Kemenkes RI. 2017. *Modul Pelatihan Pembinaan Kebugaran Jasmani*. Jakarta: Kemenkes.
- Learning Time in Physical Education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 4(4), 271-285.
- Majid, A. 2014. *Pembelajaran Tematik Terpadu*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Metzler, M., DePaepe, J., & Reif, G. 2016. Alternative Technologies for Measuring Academic. *Journal of Teaching in Physical Education*, 4(4): 271-285.
- Mochamad Djumidar. 2013. *Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta: PT. Raja Graffindo Persada.
- Nilam, A.W., Anangga, W.P. 2019. Kelayakan Aspek Materi Bahasa dan Media Pada Pengembangan Buku Ajar Statistika Untuk Pendidikan Olahraga di IKIP Budi Utomo Malang. *Journal efekotor*. 6(1): 61-67.
- Richard Decaprio. 2013. *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik Di Sekolah*. Yogyakarta: Diva Press.
- Riskayani, N. L. 2022. Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Teknik Dasar Passing Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. 10(1): 1-7.
- Rohmah, L., Muhammad, H. N. 2021. Tingkat Kebugaran Jasmani dan Aktivitas Fisik Siswa Sekolah. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 9(1): 511-519.
- Sani, R. A. 2013. *Inovasi Pembelajaran*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Sugioyono. 2022. *Metode penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susilo, A., Siswandari., Bandi. 2016. Pengembangan Modul Berbasis Pembelajaran Saintifik Untuk Meningkatkan kemampuan Menciptakan Siswa Dalam Proses Pembelajaran Akuntansi Siswa Kelas XII SMAN 1

- Slogohimo 2014. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*. 26(1): 1412-3835.
- Webster, G. E. 2016. Influence of Peer Tutors upon Academic Learning Time–Physical Education of Mentally Handicapped Students. *Journal of Teaching in Physical Education*, 6(4), 393–403.
- Widiastuti. 2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Wintolo, T. A., Nabilah, L. 2022. Hubungan Kecemasan dengan Kemampuan Mengajar PGSD. *Jurnal Pendidikan*. 10(2): 2337-7593.
- Yoyo Bahagia dan Adang Suherman. 2013. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdikbud

