

MODIFIKASI MEDIA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR

Adi Suriatno¹ dan Rusdiana Yusuf²

^{1,2}Pendidikan Olahraga dan Kesehatan UNDIKMA Mataram

Email: adisuriatno@ikipmataram.ac.id

Abstrak

Modifikasi media pembelajaran pendidikan jasmani sebagai upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar pada SMPN 4 Praya Timur. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri Kecamatan Praya Timur dan difokuskan pada media pembelajaran yang akan di modifikasi, karena sarana dan prasarana yang mendukung pembelajaran pendidikan jasmani disekolah tersebut kurang, maka peneliti akan memanfaatkan barang bekas untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Penelitian ini dilaksanaka secara kolaborasi mulai dari perencanaan, pelaksanaan, tindakan, observasi, refleksi dan evaluasi. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam bentuk siklus. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung dengan menggunakan lembar observasi, tes dan analisis dokumen. Keberhasilan penelitian ditentukan oleh keterlaksanaan pembelajaran oleh peneliti, muncul keterlibatan siswa dalam pembelajaran dan 86.37 % siswa memperoleh nilai di atas ketuntasan minimal (75). Berdasarkan hasil analisis dapat disimpulkan bahwa modifikasi media pembelajaran pendidikan jasmani dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar anak-anak. Peran guru banyak sebagai fasilitator dalam pembelajaran sehingga siswa tidak merasa jenuh dan terlihat semakin termotivasi dalam mengikuti proses pembelajaran. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan cara memodifikasi media pembelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan barang bekas berhasil meningkatkan motivasi belajar siswa dan mampu meningkatkan keterampilan gerak dalam memperoleh hasil belajar yang diharapkan.

Kata Kunci : *Media Pembelajaran, Pendidikan Jasmani Dan Gerak Dasar*

Modification of physical education learning media as an effort to improve basic movement skills at SMPN 4 Praya Timur. This research was conducted at SMP Negeri Praya Timur Subdistrict and focused on learning media that would be modified, because the facilities and infrastructure that support physical education learning at the school were lacking, the researchers would use used goods to improve basic movement skills in physical education subjects. This research was carried out in a collaborative manner starting from planning, implementation, action, observation, reflection and evaluation. This research is a classroom action research conducted in a cycle. Data collection was done through direct observation using observation sheets, tests and document analysis. The success of the research is determined by the implementation of learning by the researcher, there is student involvement in learning and 86.37% of students get grades above the minimum completeness (75). Based on the results of the analysis, it can be concluded that the

modification of physical education learning media can improve children's basic movement skills. The role of the teacher is many as facilitators in learning so that students do not feel bored and appear more motivated to participate in the learning process. Thus it can be concluded that by modifying the physical education learning media using used goods has succeeded in increasing student learning motivation and being able to improve movement skills in obtaining the expected learning outcomes.

Keywords: Learning Media, Physical Education and Basic Movement

PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Pertama adalah jenjang pendidikan dasar pada pendidikan formal di Indonesia setelah lulus sekolah dasar (atau sederajat). Sekolah menengah pertama ditempuh dalam waktu 3 tahun, mulai dari kelas 7 sampai kelas 9. Sekolah ini pernah disebut sekolah lanjutan tingkat pertama (SLTP). Pelajar sekolah menengah pertama umumnya berusia 13-15 tahun. Di Indonesia, setiap warga negara berusia 7-15 tahun wajib mengikuti pendidikan dasar, yakni sekolah dasar (atau sederajat) 6 tahun dan sekolah menengah pertama (atau sederajat) 3 tahun.

Pendidikan Dasar harus dipersiapkan, baik secara sosial institusional maupun fungsional akademik, mengingat betapa penting dan besar peranannya bagi anak. Secara sosial institusional, sekolah menjadi tempat terjadinya proses sosialisasi antar anak didik, anak didik dengan guru, dan mengantar anak didik kearah kedewasaan secara mental maupun sosial. Sedangkan secara fungsional akademik, seluruh perangkat pendidikan seperti tenaga pendidik dan kurikulum harus disiapkan sebaik-baiknya, sebelum proses belajar mengajar. Berbagai mata pelajaran yang dianggap dasar dan yang diharapkan mendukung pembentukan kepribadian siswa perlu diberikan pada jenjang ini, termasuk pengajar pendidikan jasmani. Selain Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama (SMP) juga merupakan masa-masa yang sangat menentukan, dimana pertumbuhan dan perkembangan fisik serta gerak memegang peranan penting dalam pembentukan individu yang berkualitas dikemudian hari khususnya pada pengembangan gerak dasar. Pengembangan pada gerak dasar merupakan suatu proses untuk memperoleh gerak yang senantiasa berkembang berdasarkan proses pengembangan syaraf dan otot yang juga dipengaruhi oleh keturunan, akibat dari pengalaman gerak sebelumnya, pengalaman gerak saat ini, gerak yang digambarkan dalam kaitannya dengan pola gerak tertentu. Suatu hal yang penting dalam menyajikan gerakan-gerakan dasar pada anak adalah menyesuaikan kemampuan anak dengan tehnik gerakan, peralatan dan aturan yang digunakan serta dengan variasi yang menyenangkan. Salah satunya menggunakan peralatan atau alat peraga yang mudah di dapat dan bisa dibuat sendiri. Alat peraga yang digunakan dapat berfungsi untuk mempermudah guru dan siswa dalam melakukan proses pembelajaran khususnya pada saat melakukan praktek, sehingga siswa dapat melakukan gerakan-gerakan yang benar dan dapat meningkatkan keterampilan gerak pada siswa. Namun disekolah SMP Negeri 4 kecamatan praya timur tidak terdapat

alat-lat peraga untuk melakukan gerakan dasar seperti lompat, loncat, lari dan berjalan. Hal ini dibuktikan bahwa fasilitas olahraga disekolah tersebut hanya terdiri dari: 2 buah bola kaki, 4 buah bola volley, 4 buah alat lempar cakram, 1 buah lapangan volley, 1 buah meja pimpong dan 2 buah alat lempar lembing. Maka dari itu peneliti ingin memodifikasi media pembelajaran pendidikan jasmani dengan membuat alat peraga dari barang bekas yang di daur ulang sebagai alat permainan yang menarik, dan dapat digunakan untuk permainan dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar pada anak. Dengan memodifikasi media pembelajaran menggunakan barang bekas diharapkan dapat memberikan dua manfaat yaitu manfaat *edukatif* dan manfaat *motivatif*.

Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan melakukan aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Sama halnya dengan mata pelajaran lain, melalui proses pengajaran diharapkan terjadi perubahan perilaku pada siswa khususnya sekolah menengah pertama. Tidak hanya pendidikan sekolah dasar Sekolah menengah pertama juga merupakan suatu lembaga pendidikan yang memberikan bekal kemampuan kepada siswa untuk dapat melanjutkan kependidikan yang lebih tinggi. Untuk mempersiapkan siswanya dibekali dengan bermacam bidang yang dapat dikelompokkan dalam, 1) Program pendidikan umum, 2) Program pendidikan akademik, 3) Program keterampilan. Salah satunya adalah bidang studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes).

Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat dilakukan lebih mudah. Esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, yang tadinya kurang terampil menjadi lebih terampil. Cara-cara guru memodifikasi pembelajaran akan tercermin dari aktivitas pembelajarannya yang diberikan guru mulai awal hingga akhir pelajaran. Selanjutnya guru-guru penjas juga harus mengetahui apa saja yang bisa dan harus dimodifikasi serta tahu bagaimana cara memodifikasinya.

Media pembelajaran merupakan bidang telaah strategi penyampaian pesan pembelajaran. Guru sebagai penyampai materi pelajaran, tidak hanya sekedar menyampaikan bahan ajar yang sesuai dengan rancangan program, melainkan juga harus bisa memudahkan siswa menguasai bahan pelajaran. Salah satu upaya guru untuk memudahkan siswa belajar adalah pemanfaatan media pembelajaran.

Gerak adalah perubahan atau peralihan posisi, kedudukan atau tempat dari suatu benda atau makhluk hidup dari posisi atau kedudukan awal. Gerak bersifat relatif, yaitu tergantung pada pengamat. Gerak dapat terjadi pada semua benda baik benda hidup ataupun benda mati. Hanya saja jenis gerakan dan penyebabnya berbeda. Pada makhluk hidup gerakan bisa terjadi karena faktor internal, sedangkan pada benda mati gerakan biasanya terjadi karena pengaruh faktor eksternal.

Pertumbuhan dan perkembangan gerakan manusia menurut piaget (1969) dalam buku Didin Tohidin (2007:9) di identifikasikan ada tiga bagian pengembangan sebagai sensori motor yaitu : 1) pada usia dua tahun (yang berhubungan dengan panca indra. 2) pada usia 2-7 tahun (pada preporasional = kebebasan bergerak), dan 3) pada usia 7-11 tahun, yaitu pada konkrit pelaksanaan gerakan , sedangkan pada umur 15 ke atas piaget percaya bahwa tingginya kemampuan intelektualnya dikembangkan pada waktu ini. Biles dkk (1987) dalam buku Didin Tohidin (2007:9) menyakan “istilah *movement* dipergunakan untuk menyatakan kondisi umum yang bersumber dari gabungan kepekaan motor (*motor sensitivity*), pengetahuan motor (*motor competency*).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian tindakan kelas menggunakan tiga siklus, Tindakan / Pelaksanaan, Observasi, Refleksi. Penelitian ini dilakukan di kelas VII.A SMP Negeri 4 Kecamatan praya timur. Adapun subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII.A SMP Negeri 4 Kecamatan prya timur yang berjumlah 22 orang siswa dengan rincian 14 putra dan 8 putri. Tekhnik Pengumpulan Data Data Kuantitaif. Setiap siswa dalam proses belajar mengajar dikatakan tuntas apabila memperoleh nilai diatas 75 sesuai dengan standar (KKM).

$$\text{Nilai Akhir} = \frac{\text{skor perolehan}}{\text{skor maksimal}} 100$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan dari tanggal 22 Januari sampai dengan 22 Februari yang melalui 3 siklus dengan tujuan untuk mengetahui keberhasilan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani dengan memodifikasi media pembelajaran pendidikan jasmani sebagai upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar pada siswa kelas VII A SMP Negeri 4 Kecamatan praya timur dengan 3 siklus :

Tabel 1. Hasil penilaian siklus 1, 2 dan 3

No	Siklus 1	Siklus 2	Siklus 3	Keterangan
1	66	75	91	Tuntas
2	58	66	91	Tuntas
3	75	83	91	Tuntas
4	66	75	83	Tuntas
5	5	58	66	Tidak tuntas
6	58	58	75	Tuntas
7	5	58	66	Tidak tuntas
8	41	58	66	Tidak tuntas

9	5	66	75	Tuntas
10	58	83	91	Tuntas
11	5	66	75	Tuntas
12	41	66	83	Tuntas
13	66	75	83	Tuntas
14	58	75	91	Tuntas
15	58	66	83	Tuntas
16	58	66	83	Tuntas
17	5	66	75	Tuntas
18	66	75	83	Tuntas
19	58	66	75	Tuntas
20	66	83	91	Tuntas
21	58	75	83	Tuntas
22	58	75	83	Tuntas

Berdasarkan data di atas hasil perolehan belajar pada tabel 4, ternyata terdapat perbedaan antara siklus 1, siklus 2, dan siklus 3. Hasil ini merupakan penilaian proses pembelajaran yang terdiri dari 3 aspek yang meliputi : 1) sikap awal, 2) pelaksanaan, dan 3) sikap akhir.

Adapun perbedaan hasil belajar pada awal penilaian siklus 1 dengan nilai terendah adalah 41 dan nilai tertingginya adalah 75 dengan nilai rata-rata 57,3 dan telah menempuh ketuntasan minimal (4,54 %) sehingga dapat disimpulkan bahwa siklus 1 tidak memenuhi target ketuntasan minimal yaitu 70 % maka dilanjutkan ke siklus 2, penilaian pada siklus 2 ada sedikit peningkatan dengan nilai terendah 58 dan nilai tertinggi yaitu 83 dengan nilai rata-rata 69,7 dan telah menempuh ketuntasan minimal (45,46 %) sehingga dapat disimpulkan bahwa siklus 2 tidak memenuhi target ketuntasan minimal yaitu 70 % maka dilanjutkan ke siklus 3, proses penilaian pada siklus 3 aktifitas siswa mengalami peningkatan hal ini ditunjukkan dengan nilai yang diperoleh siswa yaitu 66 nilai terendah dan nilai tertinggi 91 dengan rata-rata 81 dan telah menempuh ketuntasan sebanyak (86,37 %) sehingga dapat disimpulkan bahwa siklus ketiga ini sudah memenuhi target ketuntasan minimal yaitu 70 % menjadi 86,36 %. Hal ini dibuktikan bahwa siswa sudah memiliki keberanian, kelenturan, dan berimajinasi dalam melakukan jenis permainan dan ini juga menunjukkan bahwa betapa efektifnya penggunaan / memodifikasi media pembelajaran dengan menggunakan barang bekas untuk media pembelajaran pendidikan jasmani sebagai upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar. Beberapa anak yang bermasalah pada awal penilaian (siklus 1), nilainya dapat ditingkatkan pada siklus ke 2 bahkan ke siklus ke 3 menjadi lebih baik di atas KKM yaitu 75 dengan target ketuntasan minimal yang ingin dicapai peneliti sebanyak 70 % siswa menjadi 86,36 % siswa di atas ketuntasan minimal.

KESIMPULAN

Mengacu pada hasil yang dicapai pada analisis hasil dari modifikasi media pembelajaran pendidikan jasmani sebagai upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar pada siswa kelas VII SMP Negeri 4 Kecamatan Praya Timur dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. Tingkat penilaian proses pembelajaran siklus pertama menggunakan media pembelajaran yang sudah dimodifikasi dengan nilai rata-rata 57,3 dan telah menempuh ketuntasan minimal (4,45 %) pada siklus ini masih banyak siswa yang belum memenuhi standar KKM yaitu sebanyak 21 siswa.
- b. Tingkat penilaian hasil siklus kedua menggunakan media pembelajaran yang sama dengan siklus 1 dan sudah dimodifikasi dengan nilai rata-rata 69,7 dan telah menempuh ketuntasan minimal (45,46 %), pada siklus ini siswa yang nilainya masih dibawah standar KKM yaitu sebanyak 12 siswa.
- c. Tingkat penilaian proses pembelajaran pada siklus ketiga dengan nilai rata-rata 81 dan telah menempuh ketuntasan minimal (86,37 %), pada siklus ini hanya ada 3 siswa yang nilainya masih di bawah standar KKM. Oleh sebab itu pada siklus 3 ini sudah mencapai target ketuntasan minimal yang ingin dicapai peneliti yaitu 70 % menjadi 86,37 % siswa yang tuntas.
- d. Dari hasil yang didapat di atas dapat disimpulkan bahwa modifikasi media pembelajaran pendidikan jasmani sebagai upaya meningkatkan keterampilan gerak dasar adalah sangat tepat sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa.
- e. Dengan memodifikasi media pembelajaran menggunakan barang bekas yang ada di lingkungan sekolah, prestasi belajar siswa meningkat yaitu prestasi pada materi pola gerak *lokomotor*, *nonlokomotor* dan *manipulatif* dengan rata-rata 81 dari yang sebelumnya 57,3. Tingkat penguasaan materi sebesar 75 % ke atas sebanyak 19 siswa yang tuntas (86,37 %).

DAFTAR PUSTAKA

- Dwiyogo Wasis D (2007). *Pengembangan kurikulum pendidikan jasmani dan olahraga*: Malang, Wieka media
- Hidayat Arif (2017). *Peningkatan aktivitas gerak lokomotor nonlokomotor dan manipulative menggunakan model permainan pada siswa sekolah dasar*. (online). <http://ejournal.upi.edu/index.php/penjas>. Diakses 17 desember 2017 pukul 14:20
- Ikal (2015). *Modifikasi media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan* (online) <https://www/hiithighintensityintervaltraining.ga/2015/07/> Diakses 12 Desember 2017 pukul 9:14

- Michigan (1950). *Sekolah Menengah Pertama* (online) <http://id.wikipedia.org/wiki/>
Diakses 10 Desember 2017 pukul 2:30
- Noor Juliansyah (2011). *Metodologi penelitian*: Jakarta, Prenadamedia group
- Trianto (2011). *Panduan lengkap penelitian tindakan kelas*: Jakarta, Prestasi
pustakaraya