
**Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Permainan Tradisional
Bolgrang Siswa Kelas V SDN Gedong 03 Uptd Pendidikan Kecamatan
Banyubiru Semester II Tahun Pelajaran 2013/2014**

Nuri Sri Widi Astuti

SDN Gedong 03 UPTD Pendidikan Kecamatan Banyubiru Kabupaten Semarang
nuripora2@gmail.com

Abstrak

Penelitian bertujuan : 1) Menghasilkan permainan *bolgrang* dalam pembelajaran SD, 2) Menghasilkan permainan *bolgrang* yang efektif, 3) Menguji permainan *bolgrang* sebagai media pembelajaran SD. Metode penelitian : 1) Modifikasi permainan *bolgrang* meningkatkan aspek psikomotor, kognitif dan afektif, 2) Modifikasi permainan *bolgrang* efektif meningkatkan kebugaran jasmani, 3) Modifikasi permainan *bolgrang* sebagai alternatif pembelajaran. Kesimpulan, permainan *bolgrang* menghasilkan produk efektif untuk keterampilan gerak dan nilai karakter disiplin, tekun, tanggung jawab, ketelitian, kerja sama, toleransi, percaya diri, dan keberanian.

Kata Kunci : Pengembangan, Permainan Tradisional *Bolgrang* , SD.

PENDAHULUAN

Guru penjasorkes harus memahami secara lengkap hakekat dan tujuan pendidikan jasmani. Program pembelajaran yang tersusun baik dengan pelaksanaan sistematis, penilaian yang sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani, akan mengantar guru penjasorkes mencapai sukses dalam tugasnya. Tujuan penjasorkes di sekolah pada umumnya adalah untuk mengembangkan karakter siswa, membentuk kesetiakawanan, menanamkan disiplin, meningkatkan kualitas keinginan yang baik, kesehatan dan pertumbuhan jasmani secara optimal (Waharsono, 2007:10).

Profesi guru penjasorkes tidak bisa dibuat main-main, dijalankan atau dikerjakan dengan seadanya, memberi manfaat yang luar biasa menentukan masa depan bangsa bukan semata-mata untuk anak yang diajar saja. Ini adalah sumbangsih terbesar yang diberikan oleh anak negeri kepada negara tercinta (Nurhaji, 2012:5). Guru penjasorkes berperan penting dalam meningkatkan kualitas jasmani kepada para siswanya sehingga menjadi pondasi yang penting untuk masa depan bangsa nantinya. Pencapaian kualitas hasil pendidikan yang memadai bukan hanya menuntut guru penjasorkes untuk dapat mewujudkan seperangkat peran yang diembannya, tetapi juga turut ditentukan oleh perwujudan ide/gagasan, perilaku kreatif dalam proses pembelajaran. Tanpa disertai pemilikan gagasan/ide dan perilaku yang kreatif, kinerja yang diwujudkan oleh guru penjasorkes cenderung kurang memuaskan. Tantangan dan kendala guru penjasorkes biasanya akan datang ketika mulai merasakan bahwa kegiatan profesionalnya tersebut tiba-tiba menjadi sesuatu yang statis dan menjemukan (Kristiyanto, 2010:3). Panduan Pengembangan Silabus Pendidikan

Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Dasar (Depdiknas, 2006:119) tercantum kriteria pemilihan kegiatan siswa harus mempertimbangkan hal-hal :1) Memberikan peluang bagi siswa untuk mencari, mengolah, dan menemukan sendiri pengetahuan, di bawah bimbingan guru, 2) Mencerminkan ciri khas dalam pengembangan kemampuan mata pelajaran, 3) Disesuaikan dengan kemampuan siswa, sumber belajar dan sarana yang tersedia, 4) Bervariasi dengan mengkombinasikan kegiatan individu/ perorangan, berpasangan, kelompok, dan klasikal, 5) Memperhatikan pelayanan terhadap masalah yang dihadapi siswa.

Prinsip yang tidak boleh dilupakan oleh seorang guru penjasorkes agar pembelajaran berhasil yaitu tentang pemilihan bahan ajar. Guru penjasorkes harus mampu memilih bahan ajar yang tepat. Pemilihan bahan ajar yang disajikan kepada siswa harus sesuai dengan kemampuan siswa pada tahap tertentu. Bahan ajar yang tidak sesuai akan menghambat tercapainya tujuan pembelajaran. Tanpa adanya kesesuaian antara bahan ajar dan siswanya maka pembelajaran yang disampaikan akan gagal (Utomo, 2010:7). Sebab dari kegagalan pembelajaran penjasorkes di sekolah : 1) Kurang tersedianya sarana prasarana pembelajaran penjasorkes yang sesuai kompetensi dasar yang sudah tercantum dalam kurikulum, 2) Guru penjasorkes sering kali tidak berdaya menghadapi tuntutan dan target kurikulum, sehingga *setting* pembelajaran monoton dan kaku.

Guru penjasorkes harus memiliki keberanian mengembangkan kreativitas dan inovasi dalam mendesain pembelajaran sehingga pembelajaran penjasorkes menjadi lebih menarik dan tidak monoton. Mutu kapasitas sebagai pendidik yang harus ditingkatkan

mencakup kemampuan mengajar, baik yang berkaitan dengan penguasaan materi pembelajaran maupun kemampuan secara metodologis. Mutu kapasitas pendidik sebagai penghasil sesuatu dapat meliputi penciptaan metode, media, teknologi, atau karya seni yang bermanfaat dalam dunia pendidikan dan kebudayaan (Doyin, 2009:11).

Peneliti tertarik untuk berperan dalam pemilihan model pembelajaran. Model pembelajaran yang peneliti pilih adalah permainan tradisional *bolgrang*. Permainan tradisional *bolgrang* adalah jenis permainan sepak bola menggunakan *egrang*. Terkait dengan standar kompetensi dan kompetensi dasar siswa SD, dalam hal ini permainan *egrang* dimungkinkan dapat dijadikan sebagai media untuk dapat dilaksanakan dan dikolaborasi dengan permainan sepak bola dalam proses pembelajaran penjasorkes. Di tempat peneliti mengajar permainan tradisional masih belum banyak diajarkan.

Hasil pra observasi yang peneliti peroleh saat survei pada guru penjasorkes di wilayah UPTD Pendidikan dan Kebudayaan Kecamatan Banyubiru tanggal 11 Maret 2014 : 1) Guru hanya memberikan materi permainan yang sifatnya monoton, sebagai contoh guru hanya memberikan materi permainan bola besar dan bola kecil serta modifikasi atletik, 2) Tata cara pelaksanaan pembelajaran masih menggunakan pendekatan konvensional, 3) Alat-alat yang digunakan masih terbatas jumlah dan jenisnya, 4) Tidak ada penggunaan permainan tradisional *egrang* yang dikolaborasikan dengan permainan sepak bola.

Egrang merupakan salah satu bentuk/ragam permainan tradisional yang dimainkan secara individu dengan memanipulasi pemakai menjadi lebih tinggi dari posisi yang sebenarnya.

Egrang dimainkan dengan alat menyerupai tangga dengan kaki menumpu pada pijakan yang dibuat, tangan memegang bagian tangga untuk kemudian berjalan. Faktor keseimbangan dan koordinasi gerak sangatlah berpengaruh dalam permainan *egrang*. Perpaduan permainan *egrang* dengan permainan sepak bola (*bolgrang*) sangat komplek lagi faktor yang menjadi dominan, diantaranya adalah keseimbangan, koordinasi gerak, kekuatan, dan keberanian. Siswa dalam melakukan permainan tradisional *bolgrang* harus berada di atas *egrang* sambil bermain sepak bola menggiring bola ke arah gawang dengan peraturan yang dimodifikasi.

Masalah yang dihadapi sekarang adalah menentukan pembelajaran permainan tradisional yang dapat memberikan sumbangan maksimal untuk pendidikan secara utuh. Peneliti mempunyai keinginan untuk mengembangkan permainan tradisional *egrang* dimana bahan baku pembuatannya banyak tersedia di lingkungan. Permainan tradisional dapat menjadi media sosialisasi, ajang bergaul, berkumpul dalam semangat kebersamaan, dan sekaligus menjadi media hiburan. Melalui permainan tradisional dapat diselipkan muatan edukasi yang akan disampaikan. Secara tidak langsung anak gembira dan tujuan tercapai. Permainan tradisional dijadikan alat kegemaran anak yang diselipkan muatan positif dalam perkembangan psikisnya. Selain itu faktor lokomotifnya pun harus dijangkau. Alat mudah didapat dan murah. Media yang sederhana ini menjadikan perekat interaksi antar siswa.

Melihat kondisi yang ada maka peneliti yang berprofesi sebagai guru penjasorkes merasa punya tanggung jawab agar anak didiknya dapat menguasai permainan tradisional secara

lebih baik dan akhirnya dapat mencintai permainan tradisional yang ada di Indonesia serta mampu memberikan solusi kepada guru penjasorkes yang memiliki permasalahan tentang keterbatasan sarana prasarana pembelajaran yang dimiliki sekolah masing-masing.

Peneliti selama semester gasal 2013/2014 di SDN Gedong 03 UPTD Pendidikan Kecamatan Banyubiru dimana peneliti berprofesi sebagai guru penjasorkes sudah melakukan pra observasi dengan mengenalkan dan mengajarkan permainan tradisional yaitu mok-leng, lari balok, *bolgrang*, gobag sodor dan setinan. Dari kelima pembelajaran permainan tradisional tersebut peneliti pada akhir pembelajaran semester gasal 2013/2014 di SDN Gedong 03 menyaring aspirasi siswa kelas V ternyata dari 14 siswa ada 12 siswa yang memilih permainan tradisional *bolgrang* sebagai permainan yang paling digemari.

Permainan tradisional *bolgrang* yang peneliti ajarkan kepada siswa merupakan kolaborasi antara permainan sepak bola dengan permainan *egrang* menggunakan peraturan sepak bola sederhana yang dimodifikasi sesuai dengan kemampuan siswa kelas V SD. Dalam permainan tradisional *bolgrang* ini terdapat komponen kesegaran jasmani yang bisa ditumbuhkan yaitu keberanian, keseimbangan, kekuatan, koordinasi gerak, dan ketangkasan.

Berdasarkan pada uraian di dalam latar belakang masalah, maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan permasalahan 1) bagaimana bentuk model pengembangan permainan tradisional *bolgrang* untuk siswa Sekolah Dasar kelas V; 2) apakah model pengembangan permainan tradisional *bolgrang* tersebut efektif untuk pembelajaran siswa Sekolah Dasar kelas V; 3) apakah model pengembangan

permainan tradisional *bolgrang* dapat diterima oleh guru dan siswa Sekolah Dasar kelas V.

Penelitian pengembangan ini bertujuan untuk menghasilkan model permainan tradisional *bolgrang* yang dapat digunakan sebagai alat bantu guru penjasorkes dalam pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar 1) menghasilkan sebuah model permainan tradisional *bolgrang* dalam pembelajaran penjasorkes untuk siswa Sekolah Dasar kelas V, yang dapat digunakan oleh guru penjasorkes untuk meningkatkan kualitas pembelajaran permainan tradisional; 2) menghasilkan permainan tradisional *bolgrang* yang efektif dalam pembelajaran penjasorkes untuk siswa Sekolah Dasar kelas V; 3) menguji permainan tradisional *bolgrang* sehingga dapat diterima oleh siswa dan guru sebagai media pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar.

Sebagai mata pelajaran yang menitikberatkan pada ranah jasmani dan psikomotor menurut Syarifudin (2011:125) dengan tidak mengabaikan ranah kognitif dan afektif, pelajaran pendidikan jasmani mencakup : 1) Kesadaran akan tubuh dan gerakan, keterampilan motorik dasar, 2) Kebugaran jasmani, aktivitas jasmani seperti permainan, gerakan ritmik dan tari, *aquatic* (jika memungkinkan), dan senam, 3) Aktivitas pengkondisian tubuh, modifikasi permainan dan olahraga, 4) Olahraga perorangan, berpasangan, dan tim, 5) Keterampilan hidup mandiri di alam terbuka, 6) Gaya hidup aktif dan sikap sportif.

Permainan tradisional *bolgrang* merupakan kolaborasi dari permainan sepak bola dengan permainan *egrang*. Permainan sepak bola merupakan salah satu materi pembelajaran penjasorkes yang kompetensi dasar dan standar kompetensi sudah tercantum dalam kurikulum. Sepak bola merupakan

permainan beregu, keterampilan individu baru akan besar manfaatnya jika digunakan untuk kepentingan tim. Karakteristik siswa SD kelas V, yaitu usia sekitar 11 sampai dengan 12 tahun mulai dapat diajarkan permainan beregu secara penuh. Guru wajib sadar akan kebutuhan muridnya untuk mengembangkan diri, menggali bakat siswa yang terpendam, memahami apa yang diinginkan oleh siswanya untuk selalu bahagia ketika berada disekolah. Guru harus belajar mendesain kondisi kelas yang dimiliki agar seluruh kebutuhan siswa terpenuhi. Membentuk lingkungan kelas yang antusias dan menyenangkan dalam belajar (Nurhaji, 2012:6).

Hasil penelitian dan pengembangan yang berupa produk memiliki kelebihan 1) model permainan tradisional *bolgrang* menarik bagi siswa; 2) model permainan tradisional *bolgrang* dapat digunakan oleh guru penjasorkes Sekolah Dasar dalam proses pembelajaran ; 3) model permainan tradisional *bolgrang* mudah untuk dimainkan oleh siswa putra maupun siswa putri, siswa yang terampil menggunakan *egrang* dan siswa yang tidak terampil menggunakan *egrang*; 4) permainan tradisional *bolgrang* tidak harus menggunakan lapangan luas hanya membutuhkan ukuran panjang lapangan 15 meter dan lebar 10 meter saja sehingga dapat dilakukan pada sekolah yang tidak memiliki lapangan olahraga yang luas; 5) alat *egrang* bisa dibuat sendiri oleh siswa sebagai wujud kreatifitas siswa dengan sebatang bambu seharga Rp 4000,- dapat menghasilkan 4 buah *egrang*, dan bola yang digunakan tidak harus dari bahan karet tetapi bisa digunakan bola yang dari bahan plastik.

Produk model permainan tradisional *bolgrang* selain memiliki kelebihan juga memiliki kelemahan 1)

model permainan tradisional *bolgrang*, alat *egrang* menggunakan bahan dari bambu yang jika dipakai terus menerus akan cepat patah dan rapuh sehingga terbatas dengan umur ekonomisnya; 2) mencari ukuran diameter bambu yang sama tidak mudah didapatkan sehingga ukuran bambu antara satu dengan yang lain tidak sama; 3) kelurusan bambu sulit didapat sehingga kelurusan bambu antara satu dengan yang lain tidak sama.

Penelitian yang dimaksud adalah pengembangan permainan tradisional *bolgrang* untuk proses pembelajaran penjasorkes siswa Sekolah Dasar kelas V, dengan mempertimbangkan keamanan, karakteristik dan tingkat kematangan usia siswa.

Prosedur pengembangan yang digunakan dalam pengembangan model pembelajaran *bolgrang* dalam proses pembelajaran penjasorkes siswa Sekolah Dasar kelas V : 1) melakukan Analisa Produk yang Akan Dikembangkan; 2) mengembangkan Produk Awal Permainan Tradisional *Bolgrang* untuk Siswa Sekolah Dasar; 3) validasi Ahli; 4) uji Coba Lapangan; 5) revisi Produk.

METODE

Spesifikasi instrumen terdiri dari tujuan dan kisi-kisi instrument, terdapat 3 aspek dalam penelitian ini yaitu kognitif alat ukur menggunakan kuisisioner berupa soal-soal yang berkaitan dengan permainan *bolgrang*, sedangkan afektif dan psikomotor menggunakan rubrik penilaian yang dinilai oleh guru.

HASIL

Data responden guru penjasorkes sebagai penguat dalam penyebaran kuisisioner yang diambil datanya maka terdapat respon positif dan respon negatif. Hasil pengisian kuisisioner respon

guru yang telah dianalisis dan dipersentase diperoleh 85 % guru penjasorkes memberikan respon positif, dan 15 % memberikan respon negatif, berarti guru penjasorkes yang memberikan respon positif lebih dari 85 % maka dapat dikategorikan bahwa respon guru penjasorkes terhadap pengembangan permainan *bolgrang* sebagai alternatif pembelajaran penjasorkes tergolong positif.

Berdasarkan penentuan reliabilitas untuk penelitian ini maka diperoleh data hasil perhitungan korelasi dari 10 item soal, koefisien reliabilitas menggunakan *Guttman Split-Half Coefficient* untuk 35 siswa sebagai responden yaitu 0,994. Dapat disimpulkan hasil reliabilitas untuk responden siswa dikatakan reliabel karena r hitung lebih besar dari r tabel yaitu 0,334 dengan taraf signifikan 5%. Jumlah soal yang valid yaitu 10 soal dengan r hitung tertinggi 0,994 dan r hitung terendah 0,630. Sesuai dengan kriteria reliabilitas maka dapat disimpulkan bahwa data butir soal yang valid mempunyai reliabilitas tinggi.

Kenaikkan jumlah denyut nadi latihan laki-laki sebanyak 59,65% untuk jumlah volume latihan 60%. Sedangkan perempuan volume latihan 60% yaitu 60,08%. Kesimpulan dari data kenaikan jumlah denyut nadi latihan setelah melakukan permainan *bolgrang* yang dilakukan selama 15 menit dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa Sekolah Dasar kelas V.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan tentang permainan tradisional *bolgrang* untuk pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar, maka dapat disimpulkan 1) bentuk permainan tradisional *bolgrang* yang sesuai bagi siswa Sekolah Dasar dapat dilakukan dengan jalan

dimodifikasi, model modifikasi permainan tradisional *bolgrang* bagi, siswa Sekolah Dasar kelas V dapat meningkatkan aspek psikomotor, kognitif dan afektif dalam pembelajaran penjasorkes; 2) model modifikasi permainan tradisional *bolgrang* efektif untuk diterapkan dalam proses pembelajaran untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa dengan adanya peningkatan denyut nadi setelah aktivitas permainan. Model modifikasi permainan tradisional *bolgrang* dapat diterima oleh siswa dan guru penjasorkes sebagai bahan alternatif dalam pelaksanaan pembelajaran. Hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil penghitungan aspek minat dan ketertarikan guru diperoleh 85% guru penjasorkes memberikan respon positif, dan 15% memberikan respon negatif, berarti guru yang memberikan respon positif lebih dari 85% maka dapat dikategorikan bahwa respon guru penjasorkes terhadap pengembangan permainan *bolgrang* sebagai alternatif pembelajaran penjasorkes tergolong positif, dari aspek afektif menunjukkan siswa yang minat dan tertarik mengikuti pembelajaran permainan tradisional *bolgrang* sebesar 91% sedangkan siswa yang kurang minat dan kurang tertarik sebesar 9%.

Pengembangan model permainan tradisional *bolgrang* dapat digunakan dalam proses pembelajaran penjasorkes sebagai salah satu ragam permainan tradisional dan olahraga yang dapat meningkatkan keterampilan gerak serta memiliki nilai-nilai yang dapat mengembangkan karakter siswa Sekolah Dasar kelas V. Ranah psikomotor, kognitif dan afektif dalam proses pembelajaran penjasorkes dapat ditingkatkan melalui model permainan tradisional *bolgrang*. Produk permainan tradisional *bolgrang* dapat meningkatkan minat peserta didik dalam proses pembelajaran penjasorkes karena adanya

pengalaman baru sehingga peserta didik dapat termotivasi untuk melakukan tugas gerak baru yang belum pernah diberikan.

Saran-saran yang dapat disampaikan berkaitan dengan pemanfaatan dan penggunaan produk ini 1) bagi guru penjasorkes Sekolah Dasar dapat menggunakan model permainan tradisional *bolgrang* ini dalam pembelajaran permainan dan olahraga di sekolah untuk meningkatkan aspek psikomotor, kognitif, afektif, fisik serta keterampilan siswa dalam proses pembelajaran penjasorkes; 2) untuk mengatasi keterbatasan luas lapangan yang dimiliki tiap sekolah maka permainan tradisional *bolgrang* dapat dilaksanakan diberbagai tempat yang rata, karena membutuhkan lapangan atau tempat yang tidak begitu luas.

Kemampuan Jasmani. Jakarta: Universitas Terbuka.

DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas. 2006. *Panduan Pengembangan Silabus*. Jakarta : Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar.
- Doyin, M. 2009. *Karya Tulis Ilmiah Bentuk dan Teknik Penelitiannya*. Semarang : Bandunganinstitute.
- Kristiyanto, A. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*. Surakarta : UNS.
- Nurhaji, E. 2012. *Bukan Guru Asal Mengajar*. Yogyakarta : Gava Media.
- Utomo, E. 2010. *Model Bahan Ajar Internalisasi Nilai-Nilai Pendidikan Budaya dan Karakter Bangsa Menggunakan Pendekatan Belajar Aktif melalui Pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga untuk Sekolah Dasar*. Jakarta. Departemen Pendidikan Nasional.
- Waharsono. 2007. *Pengembangan Konsep Penjaskes dan*