



## **PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN ATLETIK MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN FORMULA 1 (RUN, JUMP, THROW) PADA SISWA KELAS VII SMP N 5 PEMALANG TAHUN 2013**

**Imaniar Rachman** ✉ **Rumini, S.Pd, M.Pd., Agus Raharjo, S.Pd., M.Pd.**

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### **Info Artikel**

*Sejarah Artikel:*

Diterima Agustus 2013  
Disetujui Oktober 2013  
Dipublikasikan Oktober 2013

*Keywords:*

*Development , Athletics ,  
Modification Games  
Formula 1 ( Run , Jump ,  
Throw )*

### **Abstrak**

*Tujuan penelitian pengembangan ini adalah : Menghasilkan model pengembangan pembelajaran atletik melalui modifikasi permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw) yang sesuai dengan karakteristik siswa kelas VII SMP N 5 Pemalang kabupaten Pemalang.*

*Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik random sampling, dari kelas VII yang terdiri dari sepuluh kelas, diambil satu kelas secara acak dipilih sebagai kelas penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar evaluasi dan kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif presentase. Sedangkan data yang berupa saran dan alasan dalam memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif.*

*Dari hasil penelitian pengembangan ini diperoleh penelitian uji coba kelompok kecil 89 % (baik) dengan nilai psikomotor 90 % (baik), kognitif 89 % (baik) dan afektif 89 % (baik) dan pada penelitian uji coba lapangan diperoleh 93 % (sangat baik) dengan nilai psikomotor 93 % (sangat baik), kognitif 91 % (sangat baik), dan afektif 94 % (sangat baik).*

*Dari simpulan hasil penelitian maka disarankan beberapa hal sebagai berikut: model permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw) yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai materi pembelajaran atletik untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang.*

### **Abstract**

*The research objective of this development are : Produces athletic development model of learning through game modification Formula 1 ( Run , Jump , Throw ) in accordance with the characteristics of class VII SMP N 5 Pemalang Pemalang district .*

*The samples in this study using a random sampling technique , from classes VII consists of ten classes , taken one class is randomly selected as a research class . The data was collected and the evaluation sheet kuesioner. Teknik data analysis is descriptive analysis of data in the form presentase. Sedangkan suggestions and reasons for choosing the answers were analyzed using qualitative analysis techniques .*

*The development of research results obtained by the research group of small trials 89 % ( good ) with psychomotor value of 90 % ( good ) , cognitive 89 % ( good ) and affective 89 % ( good ) and the research field trials gained 93 % ( very good ) with psychomotor value 93 % ( very good ) , cognitive 91 % ( very good ) , and affective 94 % ( very good ) .*

*Conclusions of the research results suggested some of the following : Model Formula 1 game ( Run , Jump , Throw ) that have resulted from this research can be used as learning material for students of class VII athletic SMP Negeri 5 Pemalang .*

© 2013 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lt. 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229  
E-mail: rachman.imaniar@gmail.com

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani termasuk dalam mata pelajaran yang diajarkan di tingkat sekolah dasar/ sederajat, sekolah menengah pertama/ sederajat, dan sekolah menengah atas/ SMK/ sederajat. Dalam pembelajaran penjasokes sering ditemui permasalahan-permasalahan yang dapat menghambat keberhasilan pada proses dan hasil belajar siswa. Penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama khususnya pada mata pelajaran olahraga atletik selama ini berorientasi pada pengajaran yang sifatnya mengarah pada pembelajaran dengan menggunakan aturan baku dari tiap cabangnya. Paradigma yang demikian selalu mempengaruhi persepsi dan pola pikir guru penjasorkes. Kenyataan ini dapat dilihat di lapangan, dari hasil pengamatan dapat dikatakan bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama belum dikelola dengan tepat sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa, baik dari segi kognitif, afektif, maupun motorik.

Pada tanggal 17-18 April 2013 telah dilakukan observasi awal di SMP Negeri 5 Pematang dengan cara wawancara kepada salah satu guru penjasorkes dan beberapa siswa dan juga observasi langsung untuk mengetahui sarana dan prasarana olahraga atletik, mengetahui proses belajar mengajar pendidikan jasmani khususnya pembelajaran atletik, serta permasalahan apa saja yang dihadapi saat pembelajaran atletik, dan dapat ditemukan beberapa data sebagai berikut :

1) Sarana dan prasarana olahraga atletik di SMP N 5 Pematang tidak terlalu memadai, dan tidak dimanfaatkan dengan maksimal.

2) Pembelajaran dilakukan dengan langsung menuju ke materi inti.

3) Materi pembelajaran atletik belum dikemas ke dalam materi permainan-permainan modifikasi, sehingga banyak siswa yang terlihat bosan dan kurang bersemangat dalam pembelajaran.

4) Banyak siswa yang duduk-duduk dan bergerombol dengan temannya saat pelajaran berlangsung.

5) Banyak siswa kelas VII yang kesulitan dalam pembelajaran atletik karena kebanyakan berasal dari lulusan SD pinggiran yang juga belum dikenalkan secara mendalam tentang teknik dan jenis-jenis cabang dari atletik sehingga mereka masih tabu.

Berdasarkan hasil observasi di atas, sekolah ini memiliki masalah kurang tersedianya sarana dan prasarana yang memadai dan kurangnya pemanfaatan sarana dan prasarana tersebut secara maksimal, khususnya dalam pembelajaran atletik. Contoh kecilnya pada saat materi tolak peluru, sekolah hanya memiliki tiga buah peluru, satu peluru untuk putera seberat 5 kg, dua peluru untuk puteri seberat 2 kg. Lapangan tolak peluru yang hanya seadanya yaitu hanya dengan menggambar menggunakan cat menyerupai bentuk lapangan aslinya pada halaman depan sekolah tanpa adanya garis batas tolakan yang jelas, karena seringnya terkena hujan. Lapangan lompat jauh yang tidak *standart*, karena tidak memiliki blok lompatandan juga keadaannya tidak terawat, bak tempat mendarat yang sudah mulai ditumbuhi rumput liar. Selain itu pada pembelajaran lompat gawang, sekolah tidak memiliki gawang lompatan, dan lain sebagainya. Setiap akan melakukan pembelajaran atletik, ambil contoh pada pembelajaran tolak peluru guru kesulitan dalam mengkondisikan siswa, ini dikarenakan selain karena kurang ketersediannya peluru, juga guru dalam mengajarkan pembelajaran masih secara personal, sedangkan jumlah siswanya kurang lebih 35 anak per kelas. Secara logika tidak akan mungkin guru tersebut dapat melayani siswanya satu persatu. Dampak dari hal ini adalah banyak siswa yang duduk manis dan juga tidak sedikit dari mereka yang berbicara dan bermain sendiri ketika mereka belum mendapat giliran untuk melakukan tolakan, dan yang lebih mengherankan lagi, siswa justru lebih suka dengan hal yang demikian. Hal ini juga membuat anak kebanyakan tidak paham dengan teknik dan cara melakukannya tahap demi

tahap. Sehingga dalam hal ini menurut penulis perlu adanya suatu pemikiran yang inovatif dan kreatif dari guru penjas.

Alat bantu tidak harus standar, tapi dapat dimodifikasi atau direkayasa sedemikian rupa. Karena tujuan dari pembelajaran adalah sekedar tahu apa itu inti dari materi tersebut. Dengan tidak adanya suatu usaha dalam pengadaan alat bantu ini dipercaya akan berdampak buruk bagi siswa, karena secara otomatis siswa tidak akan pernah tahu, dan bagaimana teknik atau cara melakukannya. Gejala yang terjadi dilapangan adalah pada saat pengajaran materi ini, siswa hanya dapat membayangkan saja. Mereka hanya tahu secara tertulis namun tidak pernah merasakannya secara nyata. Sementara jika dilihat pada kompetensi dasar di dalam silabus berbunyi, bahwa siswa dapat mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik dengan koordinasi yang baik, serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan, sehingga materi ini jelas-jelas dimasukkan menjadi salah satu materi yang harus diterima siswa baik dalam bentuk teori atau praktek. Hal ini sangat penting untuk kita kaji dan benar-benar harus diperhatikan karena sangat besar manfaatnya baik bagi kelancaran proses kegiatan belajar mengajar (KBM), maupun pengembangan pengetahuan siswa mengenai materi-materi dalam pendidikan jasmani secara menyeluruh, oleh sebab itu penulis berniat untuk berkreasi dalam melancarkan proses pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan efisien dengan memanfaatkan barang-barang bekas masyarakat sebagai gagasan untuk membantu proses pembelajaran atletik yang dapat diusahakan dengan memodifikasi alat seperti pada materi lempar (tolak peluru), peluru dimodifikasi dengan menggunakan bola tangan plastik yang di beri krikil dan pasir yang kemudian dililitkan oleh karet gelang, pada materi lompat, menggunakan media kardus dan ban motor bekas dan lain sebagainya.

Dari permasalahan-permasalahan tersebut diatas, maka dipandang penting adanya pengembangan model permainan penjasorkes

yang perlu dilakukan di SMP N 5 Pemasang, oleh karena itu perlu dibuat sebuah model permainan atletik yang cocok untuk pembelajaran siswa SMP. Peneliti akan mengembangkan model modifikasi permainan formula 1 (*Run, Jump, Throw*) yang semua aktivitas gerakannya sangat erat kaitannya dengan semua komponen-komponen ranah yang terkandung dalam Penjasorkes yaitu ranah psikomotorik, ranah afektif, dan ranah kognitif.

Dengan demikian penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul **“Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Melalui Modifikasi Permainan Formula 1 (*Run, Jump, Throw*) Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Pemasang Kecamatan Pemasang Kabupaten Pemasang Tahun 2013”**, sebagai wahana penciptaan pembelajaran penjasorkes yang inovatif dan efektif, serta untuk menjadikan pembelajaran lebih menarik dan menyenangkan, yang sekaligus dapat bermanfaat bagi perkembangan dan pertumbuhan siswa atau peserta didik.

## METODE PENGEMBANGAN

Penelitian ini merupakan Penelitian Pengembangan. Dengan urutan 1) Penelitian dan pengumpulan data (*research and information*), 2) Perencanaan (*planning*), 3) Pengembangan Draf Produk. 4) Uji coba lapangan awal (Uji coba skala kecil), 5) Revisi Uji coba skala kecil untuk memperbaiki hasil uji coba, 6) Uji coba lapangan skala besar dilakukan melalui angket, wawancara, dan analisis hasil.

## HASIL PENELITIAN

Dalam penelitian ini terdapat tiga aspek yang diamati hasil dan perkembangannya, yaitu aspek afektif, kognitif, dan psikomotor.

### 1. Pembahasan Uji Kelompok Kecil

Setelah produk pengembangan model pembelajaran atletik melalui modifikasi permainan Formula 1 (*Run, Jump, Throw*) divalidasi oleh ahli Penjas dan ahli pembelajaran serta dilakukan revisi, maka pada

tanggal 4 Juni 2013 produk diujicobakan kepada siswa kelas VII A SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang dengan jumlah 10 siswa. Pengambilan sampel dengan menggunakan metode sampel secara acak (random sampling).

Uji coba ini bertujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi berbagai permasalahan seperti kelemahan, kekurangan, ataupun keefektifan produk saat digunakan oleh siswa. Data yang diperoleh dari uji coba ini digunakan sebagai dasar untuk melakukan revisi produk sebelum digunakan pada uji coba lapangan/uji coba skala besar.

Uji coba kelompok kecil ini juga bertujuan untuk mengetahui tanggapan awal dari produk yang dikembangkan. Data uji coba kelompok kecil dihimpun dengan menggunakan kuesioner. Data uji coba kelompok kecil pengembangan model permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw) dapat dilihat pada lampiran 11. Berdasarkan data pada lampiran 11 didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 89 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka pengembangan model pembelajaran atletik melalui modifikasi permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw) ini telah memenuhi kriteria baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten pemalang.

Keseluruhan data yang didapat dari evaluasi ahli Penjas dan ahli pembelajaran serta uji coba kelompok kecil digunakan sebagai dasar untuk memperbaiki kualitas produk sebelum memasuki tahap uji coba lapangan.

## 2. Pembahasan Uji Kelompok Besar

Berdasarkan evaluasi ahli Penjas serta ahli pembelajaran terhadap ujicoba skala kecil, maka langkah berikutnya adalah uji coba skala besar. Uji skala besar bertujuan untuk mengetahui keefektifan perubahan yang telah dilakukan pada ujicoba skala kecil, apakah bahan permainan itu dapat digunakan. Uji coba skala besar dilakukan oleh siswa kelas VII A SMP Negeri 5 Pemalang yang berjumlah 30 siswa. Data uji skala besar dihimpun dengan menggunakan kuesioner.

Berdasarkan data pada lampiran 15 didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai didapatkan persentase sebesar 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model permainan "Formula 1 (*Run, Jump, Throw*)" ini telah memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga model permainan ini dapat digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

Berdasarkan tabel uji lapangan/uji coba skala besar pada lampiran 15, maka dapat disimpulkan bahwa antara aspek psikomotor, kognitif, dan afektif sama-sama memiliki hasil persentase rata-rata paling tinggi yaitu dengan kriteria **sangat baik**.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

(1) Produk model permainan Formula 1 (*Run, Jump, Throw*) dapat dan layak digunakan dalam proses pembelajaran penjasorkes. Hal itu berdasarkan analisis data pada uji coba skala kecil diperoleh dari ahli penjas didapat rata-rata persentase 92 %, ahli pembelajaran I 93 % dan ahli pembelajaran II 96 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk permainan ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** dan layak digunakan.

(2) Produk model permainan Formula 1 (*Run, Jump, Throw*) sudah dapat digunakan dalam proses pembelajaran penjasorkes. Hal itu berdasarkan analisis data uji coba skala kecil didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 89 % dengan kriteria **baik** dan hasil analisis data uji coba skala besar didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 93 % dengan kriteria **sangat baik**. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka permainan ini telah memenuhi kriteria, sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

(3) Faktor yang menjadikan model permainan Formula 1 (*Run, Jump, Throw*) dapat diterima oleh siswa SMP adalah dari semua aspek uji coba yang ada, lebih dari 90 % siswa

dapat memptaktekkan dengan baik. Baik dari pemahaman terhadap peraturan permainan, penerapan sikap dalam permainan dan aktivitas gerak siswa yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan. Secara keseluruhan model permainan Formula 1 (*Run, Jump, Throw*) dapat diterima siswa dengan baik, sehingga baik dari uji coba skala kecil maupun dari uji coba skala besar model pembelajaran ini dapat digunakan bagi siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

#### SARAN

(1) Model permainan Formula 1 (*Run, Jump, Throw*) ini yang sudah dikembangkan sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai materi pembelajaran atletik untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang Kabupaten Pemalang.

(2) Model permainan Formula 1 (*Run, Jump, Throw*) sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian pembelajaran penjasorkes melalui permainan atletik untuk siswa kelas VII SMP. Penggunaan model ini dilaksanakan seperti apa yang direncanakan sehingga dapat mencapai tujuan dan diharapkan sesuai dengan tujuan dalam pembelajaran penjasorkes.

(3) Bagi guru penjasorkes di Sekolah Menengah Pertama (SMP) diharapkan dapat mengembangkan model-model permainan atletik yang lebih menarik lainnya. Sehingga dapat dimainkan di lingkungan sekolah atau lingkungan lain yang dapat mendukung atau menunjang permainan tersebut.

#### DAFTAR PUSTAKA

Abdul Kadir Ateng. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.  
Adang Suherman. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdiknas.  
Aip Syarifudin. 1992. *Atletik*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat

Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan  
Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. 2000. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas.  
Inawati Nugraheni. 2011. *Model Pembelajaran Kid's Atletik Nomor Lari Formula 1 di Pantai Untuk Meningkatkan Kemampuan Kecepatan Gerak pada Siswa Kelas V SDN Poncol 04 Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 2010/2011*. Skripsi: Program Sarjana Pendidikan UNNES.  
Martin Sudarmono. 2010. *Pengembangan Model Pembelajaran Sepak Bola melalui Permainan Sepak Bola Gawang Ganda Bagi Siswa SMP N 3 Ajibarang Kabupaten Banyumas Tahun Ajaran 2009/2010*. Skripsi: Program Sarjana Pendidikan UNNES.  
Nadisah. 1992. *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.  
Rusli Lutan dan Yudha M. Saputra. 2000. *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.  
Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTS*. Jakarta: Litera.  
Soegiyanto dan Sudjarwo. 1993. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.  
Sukintaka. 1992. *Teori Bermain*. Jakarta: Depdikbud.  
Sukirman, dkk. 2003. *Matematika*. Jakarta: Universitas Terbuka.  
Supandi. 1992. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.  
Tim Penyusun. 2013. *Panduan Penulisan Skripsi*. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.  
Yoyo Bahagia dan Adang Suherman. 2000. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdiknas.  
Yudha M. Saputra. 2004. *Dasar-dasar Keterampilan Atletik*. Jakarta: Depdiknas.