

**PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN PENJASORKES PADA MATERI MENERAPKAN BUDAYA HIDUP SEHAT MENGGUNAKAN MEDIA KARTU PINTAR UNTUK SISWA KELAS IV DI SDN SEKARAN 01 KECAMATAN GUNUNG PATI KOTA SEMARANG TAHUN 2013****Virgian Andri Lidan Sumpna[✉]**Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia**Info Artikel***Sejarah Artikel:*

Diterima Agustus 2013

Disetujui September 2014

Dipublikasikan

September 2014

*Keywords:**Learning development; smart card; the culture of healthy living.***Abstrak**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan produk model pengembangan pembelajaran penerapan budaya hidup sehat menggunakan media kartu pintar bagi siswa kelas IV di SDN Sekaran 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang. Model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar dilakukan melalui prosedur pengembangan dengan beberapa tahapan yaitu analisis kebutuhan, pembuatan produk awal, uji coba produk, revisi produk pertama, uji lapangan, revisi produk akhir, hasil akhir berupa model pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan media kartu pintar. Berdasarkan hasil penilaian uji coba kelompok kecil, pada aspek kognitif didapat rata-rata presentase 84,2% dan termasuk kategori penilaian Baik. Pada aspek afektif didapat rata-rata presentase 90% dan termasuk kategori penilaian Baik. Hasil uji coba lapangan, pada aspek kognitif didapat rata-rata presentase 97,9% dan termasuk kategori penilaian Sangat Baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu dapat digunakan untuk siswa kelas IV SDN Sekaran 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang.

Abstract

The purpose of this study is to produce a model of learning application development using the media culture of healthy living smart card for fourth grade students at SDN 01 Sekaran District of Mount Pati Semarang. Model development of learning materials budaya penjasorkes on healthy living by using a smart card media is done through the procedure with several stages of the development of needs analysis, initial product manufacturing, product testing, product revision first, field testing, revision of the final product, the final result of the learning model penjasorkes in applying the material culture of healthy living with a smart card media. Based on the assessment results of a small pilot group, the cognitive aspects obtained an average percentage of 84.2% and includes a good assessment categories. In the affective aspect obtained an average percentage of 90% and includes penilaian Both categories. The results of field trials, the cognitive aspects of obtained average percentage of 97.9% and includes the Excellent rating category. These results indicate that the model of learning development penjasorkes on applying the material culture of healthy living by using the media card can be used for the fourth grade students of SDN 01 Sekaran District of Mount Pati, Semarang.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

[✉] Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes

Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229

Email: virgiiian_10@rocketmail.com

PENDAHULUAN

Tujuan pendidikan jasmani di sekolah adalah untuk membantu siswa dalam meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan. Pendidikan dan kesehatan saling berkaitan, dikarenakan anak-anak memerlukan status kesehatan yang optimal untuk bisa berkonsentrasi mengikuti pelajaran dengan baik. Taraf kesehatan fisik, emosi, dan mental yang baik menunjang keberhasilan anak-anak dalam belajar.

Melalui pendidikan jasmani, siswa mendapatkan pembelajaran dan pengetahuan mengenai perilaku dan gaya hidup yang bersih dan sehat. Hampir disemua materi pembelajaran penjasorkes dari kelas satu sampai dengan kelas enam pasti mencantumkan standar kompetensi tentang pendidikan kesehatan yang menerapkan budaya hidup sehat. Dari cara menjaga kebersihan pribadi sampai menjaga kebersihan lingkungan baik lingkungan sekitar rumah maupun lingkungan sekolah. Karena lingkungan sekolah yang bersih akan sangat mendukung terlaksananya proses belajar mengajar.

Guru penjas dituntut aktif, inovatif, kreatif dalam mengajar sehingga anak mempunyai kemauan yang besar atau kenyamanan dalam belajar, tetapi berdasarkan pengamatan selama ini bahwa guru penjasorkes dalam melaksanakan proses pembelajaran bersifat konvensional yang cenderung monoton, tidak menarik, dan membosankan. Selain itu guru penjas juga memiliki masalah yang sangat besar terhadap minimnya model-model pembelajaran yang menunjang keberhasilan proses mengajar, hal ini juga yang membuat guru penjas kurang maksimal dalam proses pembelajaran.

Pengembangan model pembelajaran penjasorkes merupakan salah satu upaya menyelesaikan permasalahan pada pembelajaran penjasorkes di sekolah. SD Negeri Sekaran 01 terletak di jalan Taman Siswa no.10 Sekaran Gunung Pati Semarang. Di SD Negeri sekaran 01 kondisi lingkungan sekolah yang ada cukup kondusif untuk dilakukan proses

pembelajaran. Tingkat kebersihan sekolah SD Negeri Sekaran 01 sudah sangat baik, dapat dilihat dari adanya pengelolaan tempat sampah di depan kelas maupun di ruang guru. Terbentuknya regu piket di setiap kelas menandakan SD Negeri sekaran sangat mementingkan kebersihan sekolah baik di luar kelas maupun di dalam kelas. Untuk pendidikan kesehatan di SDN Sekaran, guru penjas memakai standar kompetensi yang telah ditetapkan, tetapi siswa SD Sekaran lebih cenderung menikmati pembelajaran yang bersifat praktik dibandingkan teori yang dilakukan di dalam kelas, itu yang membuat guru penjas di SDN Sekaran hanya memberikan materi kesehatan di saat-saat tertentu saja. Pada waktu bulan ramadhan atau bulan puasalah guru penjas memberikan materi karena di bulan itu tidak memungkinkan anak melakukan praktik di saat berpuasa.

Dari permasalahan tersebut sudah jelas guru penjas memerlukan inovasi dalam pengembangan model pembelajaran yang dapat membuat siswa lebih tertarik menerima pembelajaran materi di kelas, guru penjas memerlukan media yang lebih menarik minat anak dalam pembelajaran khususnya pendidikan kesehatan karena sangat penting sejak dini anak di ajarkan untuk menanamkan budaya hidup sehat mulai dari lingkup sekolah. Maka sangatlah penting adanya pengembangan model pembelajaran penjasorkes yang perlu di lakukan di SD Negeri Sekaran 01 sebagai media yang menarik dan dapat membuat anak lebih tertarik dalam proses belajar. Pada pembelajaran dengan menggunakan media kartu pintar erat kaitannya dengan komponen yang terkandung dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan terutama komponen kognitif. Komponen kognitif ini siswa mampu berfikir, mengingat, dan pengetahuan peserta didik mengenai budaya hidup sehat akan meningkat.

Atas dasar pemikiran diatas peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul "Pengembangan Pembelajaran Penjasorkes Pada Materi Menerapkan Budaya Hidup Sehat Menggunakan Media Kartu Pintar

Untuk Siswa Kelas Iv Di Sdn Sekaran 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang Tahun 2013”, sebagai wahana penciptaan pembelajaran Penjasorkes terutama materi budaya hidup sehat yang inovatif, untuk menjadikan pembelajaran yang menarik dan menyenangkan, yang sekaligus bermanfaat bagi perkembangan dan pertumbuhan peserta didik.

METODE

Prosedur pengembangan pada model pengembangan pembelajaran Penjasorkes pada materi budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar ini dilakukan melalui beberapa tahapan. Adapun tahapannya sebagai berikut: analisis kebutuhan, pembuatan produk awal, uji coba produk, revisi produk pertama, uji lapangan, revisi produk akhir, hasil akhir berupa model pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan media kartu pintar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Analisis Kebutuhan

Disimpulkan bahwa pembelajaran penjasorkes terutama kesehatan yaitu pada materi menerapkan budaya hidup sehat yang

diberikan guru masih minim, kurang efektif, dan kurang menumbuhkan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran. Berdasarkan uraian diatas, peneliti berusaha mengembangkan model pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat melalui pendekatan permainan dengan menggunakan kartu yang sesuai dengan siswa SD.

Deskriptif Draf Produk Awal

Tahap selanjutnya yang dilakukan selanjutnya adalah membuat produk dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut: Analisis tujuan dan karakteristik pembelajaran penjasorkes khususnya kesehatan di SD, analisis karakteristik siswa SD, mengkaji literatur tentang prinsip-prinsip atau cara mengembangkan modifikasi permainan kartu, menetapkan prinsip-prinsip untuk mengembangkan model pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat melalui permainan dengan media kartu pintar, menetapkan tujuan, isi, dan strategi pembelajaran, pengembangan prosedur pengukuran hasil pembelajaran, menyusun produk awal model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat melalui pendekatan permainan kartu pintar.

Validasi Ahli Produk Awal

No	Ahli	Rata- Rata Skor Penilaian	Presentase	Kriteria
1	Ahli Penjas	4,33	86,6%	Baik
2	Ahli Pembelajaran I	4,06	81,2%	Baik
3	Ahli Pembelajaran II	4,20	84%	Baik

Berdasarkan hasil penilaian oleh penjas dan ahli pembelajaran tersebut didapat presentase 83,9%, termasuk dalam kategori penilaian **Baik**. Disimpulkan bahwa model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar untuk siswa kelas IV dapat digunakan uji coba skala kecil. Uji coba ini bertujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi berbagai permasalahan seperti kelemahan, kekurangan, dan keefektifan

produk saat digunakan oleh siswa. Data yang diperoleh dari uji coba digunakan sebagai dasar melakukan revisi produk sebelum digunakan pada uji coba lapangan. Uji coba kelompok kecil ini juga bertujuan untuk mengetahui tanggapan awal dari produk yang dikembangkan. Data uji coba kelompok kecil dihimpun dengan menggunakan kuesioner.

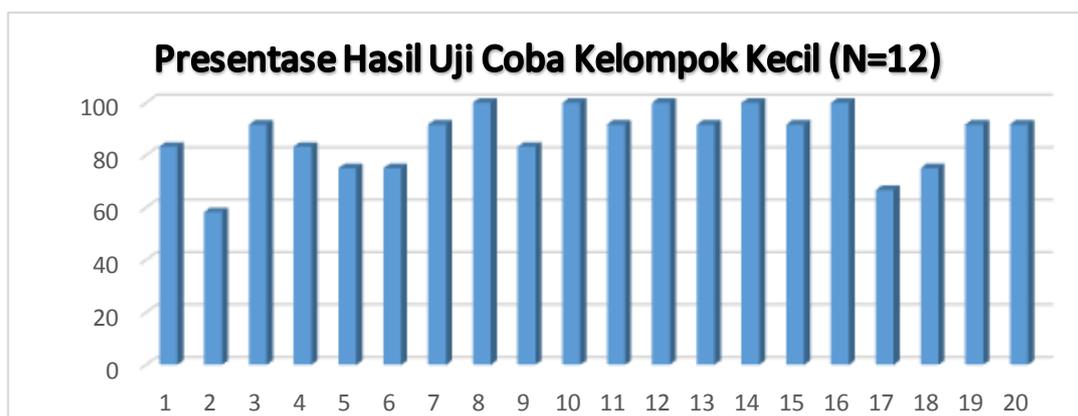
Berdasarkan data pada hasil kuesioner yang diisi oleh siswa diperoleh presentase sebesar 87,1%. Berdasarkan kriteria yang telah

ditentukan maka model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar telah

memenuhi kriteria **Baik**. Sehingga dapat digunakan untuk uji lapangan.

Hasil Pengisian kuesioner siswa pada uji coba kelompok kecil dapat dilihat pada Grafik 4.1 berikut ini:

Grafik 4.1 Presentase Hasil Uji Coba Kelompok Kecil (N=12)



Validasi Ahli setelah Uji Coba Kelompok Kecil

Produk model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat untuk siswa kelas IV di SDN Sekaran 01 setelah diuji cobakan dalam kelompok kecil, perlu dilakukan validasi oleh para ahli yang sesuai dengan bidang penelitian ini. Validasi dilakukan oleh ahli yang sama pada saat uji coba produk awal yaitu: (1) Dra. Endang S. Hanani, M. Kes adalah dosen FIK UNNES, (2) Prihatiningsih, A. Md adalah guru penjas SDN Sekaran 02 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang, (3) Kuat, A. Md adalah guru penjas SDN sekaran 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang.

Validasi dilakukan dengan cara memberikan revisi draf produk model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dan revisi prototipe kartu pintar kepada para ahli. Pengisian kuesioner yang berisi aspek kualitas model pembelajaran, saran serta komentar ahli penjas dan ahli pembelajaran SD terhadap model pengembangan pembelajaran penjasorkes

pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar. Hasil evaluasi dari aspek kualitas model pengembangan pembelajaran pejasorkes khususnya kesehatan melalui pendekatan permainan kartu dengan menggunakan skala likert 1 sampai 5. Caranya dengan mencontreng salah satu angka yang tersedia pada lembar evaluasi.

Validasi Ahli Terhadap Draf Produk Setelah Uji Coba Kelompok Kecil

Data yang diperoleh dari pengisian kuesioner oleh para ahli merupakan pedoman untuk menyatakan kelayakan produk model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar agar dapat digunakan pada saat uji coba lapangan.

Berdasarkan hasil uji kelompok kecil tersebut kemudian ahli penjas dan ahli pembelajaran SD memberikan penilaian dengan mengisi lembar kuesioner. Adapun hasil pengisian kuesioner oleh ahli penjas dan ahli pembelajaran Sekolah Dasar (SD) yaitu:

Tabel 4.2 Hasil Rata-rata Skor Penilaian Ahli Setelah Uji Coba Kelompok Kecil

No	Ahli	Rata- Rata Skor Penilaian	Presentase	Kriteria
1	Ahli Penjas	4,33	86,6%	Baik
2	Ahli Pembelajaran I	4,33	86,6%	Baik
3	Ahli Pembelajaran II	4,53	90,6%	Baik

Berdasarkan hasil penilaian oleh penjas dan ahli pembelajaran tersebut didapat presentase 87,9%, termasuk dalam kategori penilaian Baik.

Revisi Draf Produk Setelah Uji Coba Kelompok Kecil

Berdasarkan saran dari ahli dan guru penjas sekolah dasar terhadap kendala pada produk model yang telah diuji cobakan pada saat uji kelompok kecil, maka dapat segera dilaksanakan revisi produk. Proses revisi sebagai berikut:

1) Sarana dan Prasarana Penelitian

Berdasarkan saran dan masukan dari ahli pembelajaran permainan kartu pintar akan dilakukan diluar kelas (*outdoor*). Menurut ahli pada saat pembelajaran penjasorkes akan lebih menyenangkan bagi anak apabila dilakukan diluar kelas. Sedangkan papan yang digunakan pada saat uji coba kelompok kecil menggunakan papan tulis kelas diganti dengan papan tulis yang ukuran kecil agar berimbang dengan ukuran kartu pintar dan jarak papan dengan kelompok diperpendek (2 m).

2) Media pembelajaran

Berdasarkan saran ahli terhadap media yang digunakan, maka peneliti merubah ukuran media kartu pintar dari 20 x 13 cm menjadi 21 x 15 cm. Perubahan dilakukan pada gambar pada kartu diganti dengan gambar yang jelas dan menarik sesuai karakter anak.

3) Objek Penelitian

Pada saat uji coba kelompok kecil pada proses permainan terdapat anak yang tidak menjawab pertanyaan dan mengandalkan teman sekelompok. Peneliti akan mengatasi permasalahan tersebut dengan meminta agar

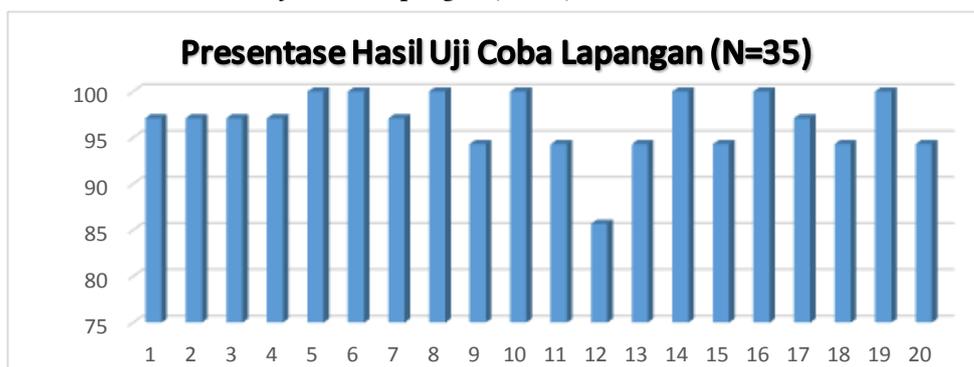
yang menjawab pertanyaan secara bersama-sama. Permasalahan waktu pengamatan gambar, peneliti menambahkan yang pada saat uji coba hanya 6-8 detik menjadi 8-10 detik.

Data Uji Coba Lapangan

Berdasarkan evaluasi ahli serta uji coba kelompok kecil langkah berikutnya adalah uji coba lapangan. Uji coba lapangan dilakukan pada tanggal 16 Mei 2013, bertujuan untuk mengetahui keefektifan perubahan yang telah dilakukan pada evaluasi ahli serta uji coba kelompok kecil apakah model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar dapat digunakan dalam lingkungan sebenarnya. Uji lapangan dilakukan oleh siswa kelas IV SDN Sekaran 01 yang berjumlah 37 siswa. Data uji coba lapangan dihimpun dengan menggunakan kuesioner.

Menurut data daftar hadir siswa jumlah siswa kelas IV SDN Sekaran yaitu 37 siswa, namun pada saat uji coba lapangan terdapat 2 anak yang tidak hadir. Jadi pada saat uji coba lapangan terdapat 35 responden. Hasil uji coba lapangan didapatkan presentase 96,7%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar memenuhi kriteria Sangat baik. Sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas IV SDN Sekaran 01. Hasil Pengisian kuesioner siswa pada uji coba lapangan dapat dilihat pada Grafik 4.2 berikut ini:

Grafik 4.2 Presentase Hasil Uji Coba Lapangan (N=35)



Validasi Ahli setelah Uji Lapangan Produk model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat untuk siswa kelas IV di SDN Sekaran 01 setelah diuji coba lapangan, perlu dilakukan validasi oleh para ahli yang sesuai dengan bidang penelitian ini. Validasi dilakukan oleh ahli yang sama pada saat uji coba produk awal dan uji coba kelompok kecil, yaitu: (1) Dra. Endang S. Hanani, M. Kes adalah dosen FIK UNNES, (2) Prihatiningsih, A. Md adalah guru penjas SDN Sekaran 02 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang, (3) Kuart, A. Md adalah guru penjas SDN sekaran 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang.

Validasi dilakukan dengan cara memberikan revisi draf produk model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dan revisi *prototipe* kartu pintar kepada para ahli. Pengisian kuesioner yang berisi aspek kualitas model pembelajaran, saran serta komentar ahli penjas dan ahli pembelajaran SD terhadap model pengembangan pembelajaran penjasorkes

pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar. Hasil evaluasi dari aspek kualitas model pengembangan pembelajaran pejasorkes khususnya kesehatan melalui pendekatan permainan kartu dengan menggunakan skala likert 1 sampai 5. Caranya dengan mencontreng salah satu angka yang tersedia pada lembar evaluasi.

Deskripsi Validasi Ahli Setelah Uji Coba Lapangan

Data yang diperoleh dari pengisian kuesioner oleh para ahli merupakan pedoman untuk menyatakan kelayakan produk model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar dapat diterapkan pada kelas IV SDN Sekaran 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang.

Berdasarkan hasil uji coba lapangan tersebut kemudian ahli penjas dan ahli pembelajaran SD memberikan penilaian dengan mengisi lembar kuesioner. Adapun hasil pengisian kuesioner oleh ahli penjas dan ahli pembelajaran Sekolah Dasar (SD) yaitu:

Tabel 4.3 Hasil Rata-rata Skor Penilaian Ahli Setelah Uji Coba Lapangan

No	Ahli	Rata- Rata Skor Penilaian	Presentase	Kriteria
1	Ahli Penjas	4,47	89,4%	Baik
2	Ahli Pembelajaran I	4,33	86,6%	Baik
3	Ahli Pembelajaran II	4,53	90,6%	Baik

Berdasarkan hasil penilaian oleh penjas dan ahli pembelajaran tersebut didapat presentase 88,9%, termasuk dalam kategori penilaian Baik.

SIMPULAN

1. Berdasarkan hasil penilaian oleh penjas, ahli pembelajaran I, dan ahli pembelajaran II tersebut didapat rata-rata presentase 86,9%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar memenuhi kriteria Baik. Sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas IV SDN Sekaran 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang.
2. Uji coba kelompok kecil diperoleh presentase sebesar 87,1%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar memenuhi kriteria Baik. Sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas IV SDN Sekaran 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang.
3. Uji coba lapangan didapatkan presentase 96,7%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model pengembangan pembelajaran penjasorkes pada materi menerapkan budaya hidup sehat dengan menggunakan media kartu pintar memenuhi kriteria Sangat baik. Sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas IV SDN Sekaran 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang.
4. Aspek kognitif dan afektif siswa mencapai lebih dari 80% setelah dilakukan pembelajaran dengan model kartu pintar ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus N. Cahyo, 2012, *Panduan Aplikasi Teori-Teori Belajar Mengajar*, Yogyakarta: DIVA Press
- Benny A. P., 2009, *Model Desain Sistem Pembelajaran*, Jakarta: PT. Dian Rakyat
- Hadi Siswanto, 2009, *Pendidikan Kesehatan Anak Usia Dini*, Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Jamil Suprihatiningrum, 2012, *Strategi Pembelajaran: Teori dan Aplikasi*, Yogyakarta: AR-RUZZ Media
- Martinis Yamin, 2009, *Manajemen Pembelajaran Kelas*, Jakarta: Gaung Persada
- Mel Siberman, 2002, *active learning 101 strategi pembelajaran aktif*, Yogyakarta: Yappendis
- Mu'Rifah dan Hardianto Wibowo, 1992, *Pendidikan Kesehatan*, Departemen Pendidikan Nasional
- Rusli Lutan, dkk, 2000, *Pendidikan Kesehatan*, Departemen Pendidikan Nasional
- Sugiyanto, 2011, *Karakteristik Siswa Usia SD*. Yogyakarta: UNY (online), (<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/tmp/Karakteristik%20Siswa%20SD.pdf>), diakses tanggal 17 Agustus 2013
- Sugiyono, 2005, *Statistika Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta
- _____, 2010, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Suharsimi Arikuntoro, 2006, *Prosedur Penelitian*, Jakarta: PT. Rineka Cipta
- _____, 2007, *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*, Jakarta: Bumi Aksara
- Sutrisno Hadi, 2004, *Metodologi Research*, Yogyakarta: Penerbit Andi