

**PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH MELALUI PERMAINAN LOMPAT BAMBU PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 4 WULUNG KECAMATAN RANDUBLATUNG KABUPATEN BLORA TAHUN 2013****Didik Lestariyanto**<sup>✉</sup>

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

**Info Artikel***Sejarah Artikel:*

Diterima Januari 2014

Disetujui November 2014

Dipublikasikan Desember 2014

*Keywords:**Development; long jump; play; skip bamboo***Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menghasilkan produk pengembangan model pembelajaran melalui bermain lompat lompat bambu untuk siswa sekolah dasar di belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Penelitian ini dilakukan melalui dua tahap, yaitu skala kecil menggunakan 10 siswa sebagai subjek penelitian dan besar - skala penggunaan subjek 28 sekolah dasar siswa Wulung Randublatung 4. Metode penelitian adalah perkembangan model mengacu pada pengembangan Borg & empedu telah dimodifikasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase untuk mengungkapkan aspek psikomotor, kognitif dan afektif mahasiswa setelah menggunakan produk tersebut. Hasil data diperoleh, ahli pendidikan jasmani 98.67% (sangat memperbaiki), belajar ahli saya 93.33% (luar biasa), kedua studi 86.67% (luar biasa), sekelompok kecil uji 86, 6% lebih baik), dan bidang menguji 90,9% (sangat baik). Kesimpulan, pembelajaran melalui bermain melompat lompat bambu dapat digunakan oleh guru dalam pembelajaran siswa Loncat jauh SD 4 Wulung, Randublatung Blora.

**Abstract**

*The purpose of this research is to produce a product development model of learning through play jump long jump bamboo for elementary school students in the learning of Physical Education , Sport and Health. This research was carried out by means of two phases , namely a small scale using 10 students as research subjects and large -scale use of the subject 28 public elementary school students Wulung Randublatung 4 . The method of research is the development of a model refers to the development of Borg & Gall has been modified. The data analysis technique used is descriptive percentage to reveal aspects of psychomotor , cognitive and affective student after using the product. From the test results that an expert evaluation of the data obtained , the expert of physical education 98.67 % ( very mend ) , learning experts I 93.33 % ( excellent ) , a second study 86.67 % ( excellent ) , a small group of 86 trials , 6 % better ) , and a field test 90.9 % ( very good ) . The results, of this study concluded that the model of learning through play jump long jump bamboo can be used by the teacher in the learning process for students long jump Elementary School 4 Wulung , Randublatung Blora .*

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran wajib yang dilaksanakan sesuai dengan kurikulum pendidikan yang berlaku. Ini terbukti bahwa pendidikan jasmani diberikan pada tiap-tiap tingkatan sekolah mulai dari tingkat Taman Kanak-kanak, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama dan Atas sampai Perguruan Tinggi.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani berdasarkan standar kompetensi yang ada, yaitu mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya, guru diharapkan dapat mengajarkan berbagai variasi gerak dasar, serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri, dan kejujuran. Dalam pelaksanaannya bukan melalui pengajaran secara konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi, dan sosial. Lompat jauh merupakan salah satu dari cabang atletik nomor lompat yang pelaksanaannya adalah dengan cara berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya dengan satu kali tolakan ke depan sejauh mungkin.

Berdasarkan observasi yang telah saya lakukan, Sekolah Dasar Negeri 4 Wulung Randublatung merupakan Sekolah Dasar yang berada di pedesaan sehingga sarana dan prasarana yang ada masih sangat minim. Masalah yang paling utama saat ini adalah tidak adanya bak lompat di sekolah tersebut, karena tempat adanya bak lompat yang dulu kini sedang di bangun gedung perpustakaan. Pembelajaran lompat jauh harus dilakukan di Sekolah lain dengan metode pengajaran yang masih bersifat konvensional, dikarenakan guru belum menggunakan metode pengajaran modifikasi yang lebih variatif. Dengan kondisi seperti itu, penulis merasa dalam pembelajaran lompat jauh dapat dimodifikasi dengan permainan lain yang menyenangkan bagi siswa, sehingga para siswa akan lebih termotivasi dalam pembelajaran lompat jauh tersebut. Dalam hal ini, penulis akan mengembangkan

permainan tradisional dalam pembelajarannya. Karena permainan tradisional merupakan permainan yang berasal dari berbagai daerah yang di dalamnya terdapat nilai-nilai dan norma-norma yang berada dalam kehidupan sehari-hari dalam masyarakat tersebut.

Permainan galah jidar ini merupakan permainan yang di dalamnya terdapat unsur berlari, ketepatan menolak, dan pendaratan. Permainan ini menggunakan dua buah sedotan minuman sebagai batas lompatan yang harus diinjak saat menolak dan mendarat. Permainan ini dapat dimainkan oleh dua orang atau lebih, ataupun biasanya dimainkan secara berkelompok. Dengan melihat bentuk permainan galah jidar tersebut, dimana gerakannya hampir sama seperti lompat jauh, maka peneliti akan melakukan pengembangan dari permainan galah jidar tersebut dengan mengubah peralatan dan aturan dalam permainannya pengembangan permainan tersebut dinamakan lompat bambu.

## METODE

Penelitian pengembangan adalah suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk penelitian. Penelitian ini mengikuti suatu langkah-langkah secara siklus. Langkah-langkah penelitian atau proses pengembangan ini terdiri atas kajian tentang temuan penelitian produk yang akan dikembangkan, mengembangkan produk berdasarkan temuan-temuan tersebut, melakukan uji coba lapangan sesuai dengan latar dimana produk tersebut akan dipakai, dan melakukan revisi terhadap hasil uji lapangan (Borg & Gall dalam Punaji Setyosari, 2010: 194).

Penelitian pengembangan lompat jauh disesuaikan dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar yang masih gemar dalam bermain. Penelitian ini juga dimaksudkan agar para siswa Sekolah Dasar lebih mengenal tentang permainan tradisional yang kini sudah mulai ditinggalkan. Langkah yang dilakukan dalam penelitian pengembangan lompat jauh ini adalah sebagai berikut:

- a. Melakukan penelitian pendahuluan dan mengumpulkan informasi, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka.
- b. Menjelaskan produk awal (yang berupa permainan lompat bambu).
- c. Evaluasi para ahli dengan menggunakan satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil dengan menggunakan kuesioner dan konsultasi serta evaluasi yang kemudian dianalisis.
- d. Revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil evaluasi ahli dan uji kelompok kecil. Revisi digunakan sebagai perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti.
- e. Uji coba lapangan.
- f. Revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji coba lapangan.
- g. Hasil akhir model pengembangan permainan lompat bambu pada pembelajaran lompat jauh untuk siswa kelas V SD Negeri 4 Wulung Randublatung yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan.

#### **Prosedur Pengembangan**

Pembelajaran lompat jauh melalui permainan lompat bambu akan disajikan dengan tahap-tahap sebagai berikut:

- a. Analisis kebutuhan
- b. Pembuatan Produk Awal
- c. Uji Coba Produk
- d. Revisi Produk Pertama
- e. Uji Lapangan
- f. Revisi Produk Akhir
- g. Hasil Akhir

#### **Uji Coba Produk**

Uji coba produk penelitian ini bertujuan untuk memperoleh efektivitas, efisiensi, dan manfaat dari produk. Langkah-langkah yang yang ditempuh dalam pelaksanaan uji coba produk adalah sebagai berikut:

- a. Desain Uji Coba

Desain uji coba ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui tingkat keefektifan dan sisi

pemanfaatan pembelajaran yang dikembangkan. Desain uji coba ini dilaksanakan terdiri dari:

- 1) Evaluasi ahli
- 2) Uji coba skala kecil
- 3) Revisi produk pertama
- 4) Uji coba lapangan

- b. Subjek uji coba

Subjek uji coba pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Evaluasi ahli yang terdiri dari satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran.
- 2) Uji coba kelompok kecil yang terdiri dari 10 siswa SD Negeri 4 Wulung Randublatung yang dipilih dengan menggunakan sampel secara acak.
- 3) Uji coba lapangan yang terdiri dari 28 siswa SD Negeri 4 Wulung Randublatung yang dipilih secara total.

#### **Jenis Data**

Data yang diperoleh adalah data kualitatif dan data kuantitatif yang berupa alasan dalam memilih jawaban dan saran-saran.

#### **Instrumen Pengumpulan Data**

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah melalui pengamatan langsung oleh guru dan berupa angket kuesioner.

Rentangan evaluasi mulai dari “tidak baik” sampai dengan “sangat baik” dengan cara memberikan tanda “V” pada kolom yang tersedia.

- a. Tidak baik
- b. Kurang baik
- c. Cukup baik
- d. Baik
- e. Sangat baik

Berikut ini adalah faktor, indikator, dan jumlah kuesioner yang akan digunakan pada kuesioner ahli.

**Tabel 3.1** Faktor, Indikator, dan Jumlah Butir Kuesioner Ahli

No	Faktor	Indikator	Jumlah
1.	Kualitas model	Kualitas produk terhadap standar kompetensi, keaktifan siswa, dan kelayakan untuk diajarkan pada siswa kelas 5 SD	15

Kuesioner yang digunakan siswa berupa jumlah pertanyaan, yang harus dijawab oleh siswa dengan alternatif jawaban “ya” dan “tidak”. Faktor yang digunakan dalam kuesioner meliputi aspek kognitif dan afektif. Sedangkan untuk aspek psikomotorik melalui pengamatan langsung oleh guru.

**Tabel 3.2** Skor Jawaban Kuesioner “ya” dan “tidak”

Alternatif Jawaban	Positif	Negatif
Ya	1	0
Tidak	0	1

**Tabel 3.3** Faktor, Indikator, dan Jumlah Butir Pengamatan dan Kuesioner Siswa

No	Faktor	Indikator	Jumlah
1.	Psikomotor	Kemampuan siswa mempraktekkan kemampuan gerak dalam pembelajaran lompat jauh melalui permainan lompat bambu	4
2.	Kognitif	Kemampuan siswa memahami peraturan tentang pembelajaran lompat jauh melalui permainan lompat bambu	10
3.	Afektif	Menampilkan sikap dalam pembelajaran lompat jauh melalui permainan lompat bambu, serta nilai kerjasama, sportifitas, dan kejujuran	10

#### Teknik Analisis Data

Dalam pengolahan data, persentase diperoleh dengan rumus dari Sukirman, dkk. (dalam Sholikhul Yulisetyo, 2011:60), yaitu:

$$f = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan:

f = frekuensi relatif / angka persentase

f = frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = jumlah seluruh data

100% = konstanta

Dari hasil persentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh kesimpulan data. Pada tabel 3.4 akan disajikan klasifikasi persentase.

**Tabel 3.4** Klasifikasi Persentase Penilaian

Persentase	Klasifikasi	Makna
0 – 20%	Tidak baik	Dibuang
20,1 – 40%	Kurang baik	Diperbaiki
40,1 – 70%	Cukup baik	Digunakan (bersyarat)
70,1 – 90%	Baik	Digunakan
90,1 – 100%	Sangat baik	Digunakan

**Sumber:** Guilfort (dalam Sholikhul Yulisetyo, 2011:60)

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Hasil validasi ahli

Validasi dilakukan dengan cara memberikan draf produk awal model permainan lompat bambu, dengan disertai lembar evaluasi untuk ahli dan guru penjas Sekolah Dasar. Lembar evaluasi berupa kuesioner yang berisi

aspek kualitas model permainan, saran, serta komentar dari ahli Penjas dan guru penjas Sekolah Dasar terhadap model permainan lompat bambu. Caranya dengan menyontren salah satu angka yang tersedia pada lembar evaluasi.

**Tabel 4.1** Hasil Rata-rata Skor Penilaian Ahli

No.	Ahli	Hasil rata-rata skor penilaian
1.	Ahli Penjas	4,83
2.	Ahli Pembelajaran I	4,67
3.	Ahli Pembelajaran II	4,33

**Sumber:** Hasil Penelitian

#### Hasil Data Uji Coba I

**Table 4.2** Hasil Penilaian Uji Coba Skala Kecil

No.	Ranah penilaian	Hasil
1	Psikomotorik	85,8%
2	Kognitif	85%
3	Afektif	89%

**Sumber:** Hasil Penelitian

#### Hasil Data Uji Coba II

**Table 4.3** Hasil Penilaian Uji Coba Skala Besar

No	Ranah penilaian	Hasil
1	Psikomotorik	92,85%
2	Kognitif	89,2%
3	Afektif	90,7%

**Sumber:** Hasil Penelitian

#### SIMPULAN

Dalam penelitian diperoleh hasil untuk ranah kognitif siswa mencapai 89,28% (Baik). Sedangkan untuk ranah afektif diperoleh hasil 90,71% (Sangat Baik). Ranah Psikomotorik siswa secara keseluruhan diperoleh hasil 92,25% (Sangat Baik). Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan lompat bambu ini layak untuk digunakan sebagai alternatif pembelajaran lompat jauh pada siswa SD N 4 Wulung, Kecamatan Randublatung, Kabupaten Blora.

#### DAFTAR PUSTAKA

- A. Husna M. 2009. 100+ Permainan Tradisional Indonesia. Yogyakarta: ANDI.
- Ahmad Permana. 2013. Upaya Meningkatkan Kemampuan Tolakan Lompat Jauh Melalui Permainan Galah Jidar pada Kelas V SDN 5 Cikaobandung Kecamatan Jatiluhur Kabupaten Purwakarta. Sumedang: UPI KAMPUS SUMEDANG. Available at [http://repository.upi.edu/kampus-daerah/fulltext/upload/s\\_pgsd\\_penjas\\_10077\\_51\\_chapter2.pdf](http://repository.upi.edu/kampus-daerah/fulltext/upload/s_pgsd_penjas_10077_51_chapter2.pdf). (accessed 24/02/2013 pukul 10.59)
- Aip Syarifuddin. 1992. Atletik. Semarang: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Aris Windarko. 2013. Pengembangan Model Pembelajaran Perjasorkes Melalui Permainan Bola Voli Net Hidup Bagi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 01 Tahunan Kecamatan Gabus Kabupaten Grobogan Tahun 2012. Skripsi. Semarang: UNNES
- Catharina Tri Anni, dkk. 2007. Psikologi Belajar. Semarang: UPT MKK UNNES.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2006. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta.
- H.J.S. Husdarta. 2009. Manajemen Pendidikan Jasmani. Bandung: ALFABETA.
- Husdarta dan Yudha M. Saputra. 2000. Belajar Dan Pembelajaran. Bandung: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Khomsin.2008. Atletik 2. Semarang. UNNES PRESS.
- Oemar Hamalik. 2008. Proses Belajar Mengajar. Bandung: PT Buni Aksara.
- Punaji Setyosari. 2010. Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan. Jakarta: Prenada Media Grup.
- Sholikhul Yulisetyo. 2011. Pengembangan Pembelajaran Bola Kasti Melalui Permainan Bola Kasti Modifikasi Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Pulorejo 02 Kecamatan Winong Kabupaten Pati Tahun Ajaran 2010/2011. Skripsi. Semarang: FIK.
- Samsudin. 2008. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI. Jakarta: Prenada Media Group.
- Slameto. 2010. Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukintaka. 1992. Teori Bermain Untuk D2 PGSD Penjaskes. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

- Supandi. 1992. Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Departemen Pendidikan Jasmani.
- Syaiful Bahri Djamarah. 2008. Psikologi Belajar. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yudha M. Saputra. 2004. Dasar-Dasar Keterampilan Atletik. Jakarta: C-10.
- [http://disparbud.jabarprov.go.id/wisata/fimages/Galah\\_Jidar.jpg](http://disparbud.jabarprov.go.id/wisata/fimages/Galah_Jidar.jpg) (accessed 04/05/2013 pukul 19.32)
- <http://yosiyuniza.blogspot.com/2012/09/pengertian-inovasi-pendidikan.html> (accessed 28/10/2013 pukul 10.03)
- <http://4.bp.blogspot.com/-yChc23CFc0s/UTWRTvm3M2I/AAAAAAAAAaw/LMgCvGcfbXM/s1600/lompat-jauh3.JPG> (accessed 09/01/2014 pukul 10.46)
- [http://t2.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSvF\\_BEYDbaq21Q3xT991EsjhGGTFoSDAiOc98E0cVYoh6-nLA](http://t2.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSvF_BEYDbaq21Q3xT991EsjhGGTFoSDAiOc98E0cVYoh6-nLA) (accessed 09/01/2014 pukul 10.51)