

PENGEMBANGAN MODEL PERMAINAN *BOTANGGALAH* UNTUK PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN SISWA SEKOLAH DASAR

Agus Wiyanto

Tubagus Herlambang

Galih Dwi Pradipta

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

Universitas PGRI Semarang

E-mail: ananisa@ymail.com

Abstract: Games are awarded to learners should be tailored to the characteristics of the growth rate of learners, this will facilitate the learners in doing activities motion. Learning to add to the enrichment of motion in children carried out in the form of the game. Interesting and exciting games for learning in primary schools one of which is the game botanggalah. This research is the development of procedures to cover include; analysis of the product to be developed, develop initial product, expert validation, field trials that include testing small group and large group test, product revision, and the results of product development. Botanggalah game is a game of hand ball modification using holahop goal. Botanggalah game is a simple game made by learners, the benefits of the game are able to provide botanggalah physical health, increased enrichment of motion, agility and dexterity to train elementary school students. Through his hopes botanggalah game can be one of the solutions to the activities under taken in relation to the learning process. The desired expectations at least: 1) to increase the interest of students towards learning materials penjasorkes, 2) can be a solution to overcome the boredom of students in learning, which is still relatively monotonous.

Keywords: Development, Botanggalah, Penjasorkes, Elementary School Students.

Proses pembelajaran Penjasorkes yang ada selama ini masih terbatas sekali jenis atau ragam yang diajarkan kepada peserta didik, terlebih lagi dengan minimnya bentuk-bentuk permainan yang diberikan kepada peserta didik pada jenjang sekolah dasar, padahal dengan memberikan banyak pilihan materi yang disediakan untuk melakukan aktivitas permainan yang dilakukan secara tidak berulang-ulang akan menambah kuota peserta didik untuk melakukan aktivitas gerak dalam pengembangan gerakannya sehingga secara tidak langsung melalui bentuk-bentuk permainan juga akan mengurangi derajat rasa kebosanan dari peserta didik terhadap mata pelajaran Penjasorkes yang selama ini masih tergolong minim dalam bentuk permainan.

Aplikasi yang dilakukan untuk meningkatkan aspek gerak peserta didik dapat dilakukan dengan jalan menambah ragam atau suatu pola permainan pada salah satu cabang olahraga, hal ini didesain dengan harapan peserta didik dapat meningkatkan keterampilan potensi gerak yang ada pada dirinya yang mengarah pada aspek gerakannya serta pada cabang olahraga tertentu.

Permainan yang diberikan kepada peserta didik sebaiknya disesuaikan dengan karakteristik tingkat pertumbuhan peserta didik, hal ini akan mempermudah peserta didik dalam melakukan aktivitas geraknya. Pembelajaran untuk menambah pengkayaan gerak pada anak-anak dilakukan dalam bentuk permainan. Permainan yang menarik dan menyenangkan untuk pembelajaran di sekolah dasar salah satunya yaitu permainan botanggalah.

Permainan botanggalah merupakan jenis permainan modifikasi bola tangan dengan menggunakan gawang holahop. Permainan botanggalah merupakan permainan yang mudah dilakukan oleh peserta didik, manfaat dari permainan botanggalah yaitu mampu memberikan kesehatan jasmani, menambah pengkayaan gerak, melatih kelincahan dan ketangkasan siswa sekolah dasar.

Permainan yang selama ini diberikan pada peserta didik sekolah dasar akan membuat bosan peserta didik apabila guru dalam penyampaian materi yang diberikannya kurang terampil dalam mengolah materi tersebut, hal ini disebabkan monotonnya gerakan dan cara dalam

melakukan permainan. Proses penyampaian materi permainan dapat dilakukan dengan jalan memodifikasi pola permainan, hal ini merupakan pendekatan yang mungkin akan menumbuhkan motivasi peserta didik disamping permainan botanggalah juga memberikan sumbangan keterampilan yang dapat diperoleh peserta didik dalam menambah intensitas aktivitas gerak yang baik mengarah pada cabang olahraga basket akan menjadi lebih efektif.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah bentuk model permainan botanggalah yang sesuai untuk proses pembelajaran Penjasorkes peserta didik di sekolah dasar?
2. Apakah bentuk model permainan botanggalah yang dihasilkan efektif untuk pembelajaran Penjasorkes peserta didik sekolah dasar?

Tujuan Penjasorkes di SD

Pada dasarnya Penjasorkes merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan sekaligus merupakan proses pendidikan untuk meningkatkan kemampuan jasmani, oleh karena itu tujuan yang ingin dicapai melalui Penjasorkes mencakup pengembangan individu secara menyeluruh artinya cakupan Penjasorkes tidak hanya pada aspek jasmani saja, akan tetapi juga aspek mental, emosional, sosial, dan spiritual. Penjasorkes bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

- a. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga terpilih.
- b. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang baik.
- c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- d. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam Penjasorkes.
- e. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis.
- f. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.

Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif (Depdiknas, 2006:195).

Rambu-Rambu Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar

Rambu-rambu yang dijadikan dasar untuk mengembangkan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD/MI meliputi:

1. Ruang lingkup pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terdiri dari enam aspek yang wajib dilaksanakan adalah aspek permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri/senam, dan aktivitas ritmik, sedangkan aspek aquatik (aktivitas air), dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*) dilakukan jika terdapat sarana dan prasarana pendukung.
2. Dalam standar kompetensi mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan setiap aspek dirumuskan dalam standar kompetensi dan kompetensi dasar yang dijabarkan masing-masing semester.
3. Kompetensi dasar merupakan penjabaran dari standar kompetensi, menggambarkan kemampuan minimal yang harus dimiliki/dicapai peserta didik setelah menyelesaikan satu periode pembelajaran tertentu.
4. Jumlah waktu pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah 2 jam pelajaran/minggu, jumlah waktu tersebut digunakan untuk proses pembelajaran dan tes.
5. Untuk pembinaan peserta didik yang berminat terhadap salah satu atau beberapa cabang olahraga tertentu dapat dilakukan dalam kegiatan ekstrakurikuler.
6. Hal-hal yang harus diperhatikan dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran adalah;
 - a. Tahapan pelaksanaan dilakukan dimulai dari yang mudah ke yang sukar, dari yang sederhana ke yang kompleks, dari jarak yang dekat ke yang jauh, dan dari tingkat kesulitan yang rendah ke yang tinggi.
 - b. Pengorganisasian kegiatan dilaksanakan secara perorangan, berpasangan, kelompok kecil dan besar.
 - c. Cara pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan latihan, menirukan, perlombaan dan pertandingan.
7. Guru diharapkan dapat memanfaatkan sarana dan prasarana yang tersedia untuk pelaksanaan pembelajaran.
8. Diharapkan dalam proses pembelajaran semua peserta didik dilibatkan secara langsung dalam praktek, hindari waktu menunggu giliran yang lama.
9. Beberapa metode yang dapat diterapkan dalam pembelajaran adalah metode eksplorasi, diskoveri, pemecahan masalah, komando, latihan sirkuit, latihan berbeban, latihan interval dan tugas.

10. Penilaian pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan lebih ditekankan pada penilaian proses, namun demikian penilaian hasil juga perlu diperhatikan.
11. Aspek yang dinilai dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan meliputi aspek kognitif, psikomotor dan afektif.
12. Teknik penilaian dilakukan dengan tes (melalui pengukuran), non tes (melalui pengamatan), (Depdiknas, 2006:viii).

Permainan Botanggalah

Botanggalah adalah olahraga beregu di mana dua regu dengan masing-masing 7 pemain (6 pemain dan 1 penjaga gawang) berusaha memasukkan sebuah bola ke gawang lawan. Olahraga botanggalah ini dapat dimainkan oleh anak-anak, remaja, dewasa maupun orang tua. Olahraga ini menuntut adanya kesegaran jasmani yang baik dan sportifitas yang tinggi. Bentuk permainan ini dapat dikatakan merupakan gabungan dari permainan sepak bola dan permainan bola tangan. Peralatan utama yang dibutuhkan adalah satu bola dan dua buah gawang serta satu lapangan, dalam penelitian pengembangan ini gawang yang digunakan yaitu holahop. Dalam permainan, setiap regu harus berusaha memasukkan bola ke gawang lawan, maka regunya memperoleh nilai 1 (satu). Regu yang memperoleh lebih banyak nilai pada akhir permainan/pertandingan, dinyatakan sebagai pemenang. Permainan ini mirip dengan sepak bola, tapi cara memindahkan bola adalah dengan tangan pemain, bukan kaki.

METODE

Model Pengembangan

Model pengembangan ini bersifat deskriptif, hal ini disebabkan prosedur yang digunakan menggambarkan langkah-langkah yang harus diikuti dalam menghasilkan produk. Menurut Dwiguno (2004: 6) dalam setiap pengembangan dapat memilih dan menemukan langkah yang paling tepat bagi penelitiannya berdasarkan kondisi dan kendala yang dihadapi.

Prosedur Pengembangan

Prosedur yang digunakan dalam pengembangan model permainan Botanggalah untuk pembelajaran Penjasorkes peserta didik Sekolah Dasar ini meliputi lima tahap utama, yaitu:

1. Melakukan analisis produk yang akan dikembangkan
2. Mengembangkan produk awal model permainan bolatangan untuk peserta didik Sekolah Dasar
3. Validasi ahli

4. Uji coba lapangan
5. Revisi produk

Jenis Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dari hasil wawancara yang berupa kritik, saran dari ahli Penjasorkes dan narasumber secara lisan maupun tulisan sebagai masukan yang bersifat membangun untuk bahan revisi produk sedangkan data kuantitatif diperoleh dari prosentase tingkat pengisian butir kuisioner peserta didik.

Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah dengan menggunakan teknik analisis deskriptif. Teknik ini digunakan untuk menilai tingkat kelayakan, kualitas produk terhadap produk pengembangan. Analisis ini untuk mendeskripsikan prosentase keberhasilan uji coba baik dari segi proses maupun dari segi hasil penelitian yang berupa data dari aspek psikomotor, kognitif dan afektif. Untuk merevisi produk hasil pengembangan menggunakan teknik diskusi ilmiah bersama dengan ahli Penjasorkes, ahli permainan, guru Penjasorkes SD dan peserta didik uji coba.

Penyajian Data Uji Coba

Permainan *botanggalah* merupakan hasil modifikasi dari permainan bola tangan dengan menggunakan gawang holahop. Permainan olahraga botanggalah adalah suatu olahraga beregu, yang dapat dimainkan oleh anak-anak, remaja, dewasa dan orang tua. Olahraga ini menuntut adanya kesegaran jasmani yang baik, disiplin kuat, dan sportivitas yang tinggi.

Pelaksanaan permainan Botanggalah yang diaplikasikan pada siswa sekolah dasar dilakukan dengan jalan disajikan dengan modifikasi, hal ini bertujuan untuk membuat siswa tertarik terhadap permainan botanggalah, sebab ketertarikan siswa terhadap pembelajaran penjasorkes sangat diperlukan untuk peningkatan kesegaran jasmani siswa.

Melihat permasalahan apa yang terjadi dalam proses pembelajaran di lapangan yang berkaitan dengan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk siswa sekolah dasar dilakukan dengan cara menganalisis proses pembelajaran yang terjadi sesungguhnya di lapangan, yang meliputi observasi pembelajaran yang dilakukan.

Validasi Draft Produk Awal

Produk awal model pengembangan permainan *botanggalah* yang sesuai bagi siswa sekolah dasar sebelum diujicobakan dalam uji kelompok kecil terlebih dahulu dilakukan validasi oleh para ahli yang sesuai dengan bidang penelitian ini. Untuk memvalidasi produk yang dihasilkan, peneliti melibatkan dua (2) orang ahli yang berasal dari dosen dan dua (2) orang dari guru penjasorkes sekolah dasar.

Validasi dilakukan dengan cara memberikan draf produk awal model pengembangan permainan *botanggalah* untuk siswa sekolah dasar, dengan disertai lembar evaluasi untuk para ahli dan guru Penjasorkes sekolah dasar. Lembar evaluasi berupa kuesioner yang berisi aspek kualitas model permainan, saran, serta komentar dari para ahli dan guru Penjasorkes sekolah dasar terhadap model pengembangan permainan *botanggalah* yang sesuai bagi siswa sekolah dasar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data Validasi Ahli

Data yang diperoleh dari pengisian data validasi ahli merupakan suatu tahap selanjutnya untuk menyatakan apakah produk model pengembangan permainan *botanggalah* tersebut bagi siswa sekolah dasar dapat dilakukan pada tahap uji skala kecil. Berikut ini merupakan hasil pengisian kuesioner dari para ahli dan guru Penjasorkes sekolah dasar.

Cakupan Bentuk Model Permainan *Botanggalah*

Produk akhir yang berupa model pengembangan permainan *botanggalah* yang sesuai bagi siswa sekolah dasar dapat dikatakan efektif. Peningkatan denyut nadi sebagai instrument peningkatan intensitas fisik, dipengaruhi oleh beberapa hal yang dapat mempengaruhi peningkatan tersebut, antara lain sebagai berikut.

- a. Bentuk kondisi lapangan yang disesuaikan dengan lahan dan karakter siswa, dapat mempengaruhi keaktifan siswa karena dengan cakupan gerak yang relative efisien memungkinkan siswa untuk lebih bergerak secara aktif.
- b. Kondisi bola yang disesuaikan dengan karakter siswa secara tidak langsung siswa berani untuk menangkap bola dan mengejar bola tanpa adanya rasa takut.

Penggunaan model permainan *botanggalah* bagi siswa memberikan pengaruh terhadap peningkatan denyut nadi siswa sebesar 66 % dari 80 siswa.

- a. Denyut nadi minimal sebelum mengikuti permainan *botanggalah* sebesar 72, denyut nadi maksimal sebelum mengikuti pembelajaran permainan *botanggalah* sebesar 92, rata-rata denyut nadi sebelum mengikuti pembelajaran permainan *botanggalah* sebesar 84.
- b. Denyut nadi minimal sesudah mengikuti permainan *botanggalah* sebesar 108, denyut

Tabel 4.1 Hasil Pengisian Kuesioner Ahli dan Guru Penjasorkes

NO	Aspek Penilaian	Skor Penilaian dari Ahli dan Guru			
		A 1	A2	G1	G2
1	Kesesuaian dengan kompetensi dasar.	3	3	3	4
2	Kejelasan petunjuk permainan.	4	3	4	3
3	Ketepatan memilih bentuk / model permainan bagi siswa.	3	3	4	4
4	Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan.	4	3	4	3
5	Kemudahan bentuk / model permainan untuk dimainkan siswa.	4	4	4	4
6	Kesesuaian bentuk / model permainan dengan karakteristik siswa.	4	3	3	4
7	Mendorong perkembangan aspek fisik / jasmani siswa.	4	4	3	3
8	Mendorong perkembangan aspek kognitif siswa.	3	3	4	4
9	Mendorong perkembangan aspek psikomotor siswa.	4	4	4	3
10	Mendorong perkembangan aspek afektif siswa.	3	4	3	3
11	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun tidak terampil.	4	4	4	4
12	Dapat dimainkan siswa putra maupun putri.	4	3	4	4
13	Mendorong siswa aktif bergerak.	4	4	3	4
14	Meningkatkan minat dan motivasi siswa berpartisipasi dalam pembelajaran Penjasorkes.	4	4	4	4
15	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran penjasorkes	3	4	4	4
Jumlah Skor		55	53	55	55
Rata-rata		3,67	3,53	3,67	3,67

Keterangan : A1 : Ahli Permainan
 A2 : Ahli Penjasorkes
 G1 : Guru Penjasorkes SD
 G2 : Guru Penjasorkes SD

nadi maksimal sesudah mengikuti permainan *botanggalah* sebesar 140, rata-rata denyut nadi sesudah mengikuti pembelajaran permainan *botanggalah* sebesar 126.

Hasil penghitungan uji-t amatan ulangan terhadap hasil penghitungan denyut nadi siswa sebelum mengikuti permainan *botanggalah* dan sesudah mengikuti permainan *botanggalah*, menunjukkan $\rho = 0,000 < 0,05$ dan t hitung = -49,446, sehingga terbukti bahwa pengembangan model permainan *botanggalah* memberikan dampak atau pengaruh terhadap kenaikan denyut nadi.

Bentuk Modifikasi Permainan *Botanggalah* Menjadi Pembelajaran efektif Dalam Penjasorkes

Data hasil respon siswa pada aspek psikomotor, kognitif, dan afektif setelah menggunakan model permainan *botanggalah*, hasilnya dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kategori sedang dalam permainan *botanggalah*. Hal ini didasarkan juga atas sedikitnya respon siswa yang masuk dalam kategori kurang pada semua aspek. Oleh karena itu model permainan *Botanggalah* secara umum dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap semua.

Berdasarkan hasil penghitungan minat dan ketertarikan siswa pada produk pengembangan dari 80 siswa dilihat dari aspek afektif didapatkan sebagian siswa berminat dan tertarik mengikuti pembelajaran *botanggalah*. Data penghitungan kuisioner yang didapatkan dari siswa dan proses pengamatan yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa siswa berminat dan tertarik terhadap model pengembangan permainan *botanggalah*.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan dari analisa hasil pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Model modifikasi permainan *botanggalah* bagi siswa sekolah dasar di desain sesuai dengan kondisi tingkat pertumbuhan siswa serta dengan karakteristik siswa, hal ini dimaksudkan untuk memberikan kesempatan yang lebih kepada siswa sehingga dapat meningkatkan keefektifan gerak siswa dalam pembelajaran penjasorkes.
2. Model modifikasi *botanggalah* dapat diterima dan dilaksanakan oleh siswa dan guru di sekolah dasar dalam proses pembelajaran penjasorkes, hal ini dapat dilihat dari aspek ketertarikan siswa terhadap permainan *botanggalah* yang diberikan pada saat pelaksanaan penelitian.

Saran

Model pengembangan permainan *botanggalah* sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai bentuk pembelajaran penjasorkes untuk siswa sekolah dasar. Beberapa saran yang dapat disampaikan berkaitan dengan pemanfaatan produk adalah:

1. Bagi guru Penjasorkes di sekolah dasar dapat menggunakan model permainan ini di sekolah dasar sebagai ragam permainan bola besar untuk dapat memudahkan guru penjasorkes dalam melakukan proses belajar mengajar buku pedoman permainan *botanggalah* dapat digunakan oleh guru penjasorkes.
2. Untuk mengatasi minimnya luas lapangan yang dimiliki sekolah, maka permainan dalam permainan *botanggalah* ini dapat dilaksanakan dengan berbagai kriteria ukuran lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas. 2006. *Metodik Pengajaran Penjas Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- .2008. *Standar Isi*. Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah
- Dwiyoko, Wasis D. 2004. *Konsep Penelitian dan Pengembangan*. Pusat Kajian Kebijakan Olahraga LEMLIT UM.
- Hadi, Sutrisno. 2004. *Metodologi Research Jilid 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Pekik Djoko. 2004. *Pedoman Praktis Berolahraga untuk Kebugaran dan Kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Margono. 2005. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. FIK UNNES
- Muhidin, Sambas Ali dan Abdurahman, Maman. 2009. *Analisis Korelasi, Regresi, dan Jalur dalam Penelitian (Dilengkapi Aplikasi Program SPSS)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Mutohir, Toho Cholik, Maksam, Ali. 2007. *Sport Development Index*. Jakarta: PT Indeks.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMA/MA*. Rawamangun-Jakarta: Prenada Media Group.
- Sudjana. 1996. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Suharman, Adang. dkk. 2009. *Analisis Kompetensi Guru Pendidikan Jasmani*. Jurnal IPTEK Olahraga Volume 11 Jakarta: Kemenegpora RI
- Sukintaka. 2004. *Filosofi, Pembelajaran, dan Masa Depan Teori Pendidikan Jasmani*. Bandung: Nuansa.