



## Pengembangan Pembelajaran Atletik Melalui Pendekatan Permainan Tradisional Sumatera Selatan

Tika Musiandi<sup>1</sup>, Bangkit Seandi Taroreh<sup>2</sup>

Universitas Bina Darma, Indonesia<sup>1</sup>, Universitas Bina Darma, Indonesia<sup>2</sup>

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*

*Diterima Februari 2020*

*Disetujui Maret 2020*

*Dipublikasikan*

*Mei 2020*

*Keywords: athletic learning, traditional game approach, elementary school*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk 1) mengembangkan model pembelajaran atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan, 2) mengetahui keterlaksanaannya. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan modifikasi model R&D dari Borg & Gall. Subjek penelitian terdiri dari 2 Ahli Pembelajaran Penjas, 3 Guru Penjasorkes dan 140 siswa Kelas V Sekolah Dasar. Jenis data yang dikumpulkan berupa data kuantitatif melalui studi dokumen, obsevasi dan kuisisioner. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian ini yaitu 1) telah menghasilkan model pembelajaran Atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan, 2) persentase keterlaksanaan 98,33% sehingga sangat layak digunakan. Harapannya menjadi salah satu alternatif dalam pembelajaran Atletik Kelas V Sekolah Dasar.

### Abstract

*This study aims to 1) develop an athletic learning model through the traditional game approach of South Sumatra, 2) find out its feasibility. The research method uses quantitative methods with a modified R&D model approach from Borg & Gall. The research subjects consisted of 2 Physical Education Experts, 3 Physical Education Teachers and 140 Grade V Elementary School students. The type of data collected in the form of quantitative data through the study of documents, observation and questionnaires. Data analysis was performed descriptively quantitative. The results of this study are 1) has produced an Athletics learning model through the traditional game approach of South Sumatra, 2) the percentage of 98.33% feasibility so it is very feasible to use. The hope is to become one of the alternatives in learning for Elementary School Class V Athletics.*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hak semua warga Negara Indonesia dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan juga merupakan suatu kebutuhan bagi setiap orang dalam melangsungkan kehidupan yang menjadikan seseorang mengerti akan harkat dan martabat mereka sendiri. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2012:226), Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dalam proses mendewasakan manusia melalui proses pembelajaran dan pelatihan.

Menurut Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dalam Pasal 1 ayat (1), Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Didalam pasal 3 di sebutkan bahwa, Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan Bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri,

dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006). Menurut Ika Ahmad dan Arif Rohmawan (2014:68-72) Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, stabilitas emosional dan sikap sportifitas.

Pembelajaran merupakan rangkaian aktivitas dan interaksi antara siswa dan guru yang terjadi dalam sebuah proses pendidikan formal maupun non formal. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 103 tahun 2014 tentang Pembelajaran pada Pendidikan Dasar dan Menengah pasal 2 ayat (1) menyatakan bahwa pembelajaran dilaksanakan berbasis aktivitas dengan karakteristik: (a) interaktif dan inspiratif; (b) menyenangkan, menantang, dan memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif; (c) konstektual dan kolaboratif; (d)

memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian peserta didik; dan (e) sesuai dengan bakat, minat, kemampuan, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di tingkat sekolah dasar memiliki banyak materi pembelajaran, di antaranya adalah atletik. Atletik adalah gabungan dari berberapa jenis olahraga yang secara garis besar dikelompokkan menjadi lari, lompat, lempar. Eli Yuliawan, (2013:113-119) mengungkapkan bahwa atletik adalah aktivitas jasmani yang bersifat kompetitif dan memiliki beberapa nomor lomba yang terpisah berdasarkan kemampuan gerakan dasar-dasar manusia seperti berjalan, berlari, melompat dan melempar.

Proses pembelajaran atletik di tingkat sekolah dasar yang terlalu monoton dan kurang menarik mengakibatkan kebosanan dan mengurangi antusias siswa dalam mengikuti mata pelajaran tersebut. Guru cenderung menggunakan pendekatan yang mendasarkan pada olahraga prestasi dalam pembelajaran dan cenderung terpaku pada buku paket dalam melaksanakan proses pembelajaran, sehingga dalam proses pembelajaran berbeda dari penjasorkes itu sendiri, tujuan utamanya bukan proses melainkan hasil akhir sebuah penilaian. Oleh karena itu, Guru penjasorkes diharapkan mampu membuat model pembelajaran yang efektif dan menyenangkan tanpa meninggalkan tujuan pembelajaran tersebut dan disesuaikan dengan karakteristik anak tingkat

sekolah dasar yang suka bermain dan bergerak. Selain pembelajaran yang efektif, proses penilaian autentik juga diperlukan. Penilaian terhadap kemampuan harus mencerminkan kompetensi yang dimiliki sehingga memperoleh gambaran (profiles) secara utuh (Bangkit Seandi Taroreh, 2012:122-131).

Pembelajaran atletik di sekolah dasar akan lebih menarik dan menyenangkan jika dilakukan melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan. Bahkan pengembangan pembelajaran pada jenjang sebelum sekolah dasar sudah banyak dilakukan. Misalkan Bangkit Seandi Taroreh. (2017:41-47) telah mengembangkan aktivitas gerak dasar kinestetik yang dimainkan secara permainan sirkuit. Pendapat ahli lain Siskariyanti, (2016:41-50) mengungkapkan bahwa, untuk menyesuaikan dengan karakteristik dan perkembangan anak Sekolah Dasar, maka atletik harus dikembangkan pada aspek permainan, karena ini merupakan bagian dari kehidupan anak. Atletik disajikan dalam bentuk permainan tradisional menjadi kegiatan yang menarik, agar sejak awal unsur-unsur gerak dasar atletik dapat diperkenalkan kepada anak secara menarik dan menyenangkan. selain itu, hal tersebut juga bertujuan untuk menjaga dan melestarikan permainan tradisional Sumatera Selatan yang mulai menghilang tergerus oleh modernisasi zaman.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk 1) mengembangkan model pembelajaran atletik

melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan, 2) mengetahui keterlaksanaan model pembelajaran atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan. Adapun matrik analisis pembelajaran lama dengan model yang dikembangkan sebagai berikut:

**Tabel 1. Matrik Analisis Pembelajaran Model Lama dan Model Yang Dikembangkan**

No	Model Lama	Model Yang Dikembangkan
1.	Pembelajaran atletik di tingkat sekolah dasar cenderung menggunakan pendekatan yang mendasarkan pada olahraga prestasi.	Mengembangkan model pembelajaran atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan yang lebih menyenangkan, menarik dan bervariasi sesuai dengan standar kompetensi, kompetensi inti, kompetensi dasar dan karakteristik anak sekolah dasar.
2.	Pembelajaran atletik belum memanfaatkan barang yang ada di lingkungan sekitar.	Peralatan yang digunakan dikembangkan memanfaatkan barang yang ada di sekitar dan mudah di dapat.
3.	Pembelajaran terlalu terpaku pada permainan yang ada di buku paket pada saat mengajar.	Mengembangkan model pembelajaran atletik yang di kemas dalam permainan tradisional.

Sumber : Data Pribadi

Modifikasi model pembelajaran atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan diharapkan dapat membuat

siswa lebih termotifikasi dan membuat siswa lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran atletik dibandingkan dengan menggunakan pembelajaran yang lama.

## METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan modifikasi model R&D (Gall, & Borg, 2006): 1) Studi Pendahuluan, 2) Rancangan Produk, 3) Validasi Produk, 4) Revisi Tahap I, 5) Uji Coba Skala Kecil, 6) Revisi Tahap II, 7) Uji Coba Skala Besar, 8) Produk Akhir. Subjek penelitian terdiri dari 2 Ahli Pembelajaran Penjas, 3 Guru Penjasorkes dan 140 siswa Kelas V Sekolah Dasar. Jenis data yang dikumpulkan berupa data kuantitatif melalui studi dokumen, observasi dan kuisioner. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif. berdasarkan skala Likert (interval 1-4) seperti pada tabel berikut:

Tabel 2. Skala Skor Penilaian

Skor	Kriteria
4	Sangat Setuju
3	Setuju
2	Tidak Setuju
1	Sangat Tidak Setuju

Hasil kuesioner kemudian dianalisis melalui persentase dengan rumus:

$$P = \frac{\sum X}{\sum Xi} \times 100 \%$$

Sumber: Sujana dalam Siskariyanti, (2016:41-50)

Keterangan:

P = Persentase hasil uji coba

$\Sigma x$  = Jumlah keseluruhan skor yang diperoleh guru

$\Sigma xi$  = Jumlah keseluruhan skor maksimal guru.

Dari hasil penghitungan persentase tersebut kemudian diklarifikasikan menggunakan skala nilai (rating scale) untuk mengetahui kelayakan dari produk yang dikembangkan. Klarifikasi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Klarifikasi Skala Penilaian

Persentase	Keterlaksanaan
0 - 20%	Sangat Tidak Layak Digunakan
20,1% - 40%	Tidak Layak Digunakan
40,1% - 60%	Layak Digunakan Dengan Perbaikan
60,1% - 80%	Layak Digunakan
80,1% - 100%	Sangat Layak Digunakan

Sumber: (Siskariyanti, 2016:41-50)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menghasilkan model pengembangan pembelajaran Atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan. Secara detail dijabarkan sebagai berikut:

### 1) Studi Pendahuluan

Studi pendahuluan merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian pengembangan. Pada tahap ini, peneliti mengadakan observasi pada siswa Kelas V di tiga Sekolah Dasar Kota Palembang, yaitu SD Indriasana Palembang, SD Negeri 209 Palembang, SD Negeri 86 Palembang dengan cara melakukan pengamatan lapangan tentang aktivitas pelaksanaan pembelajaran atletik dan

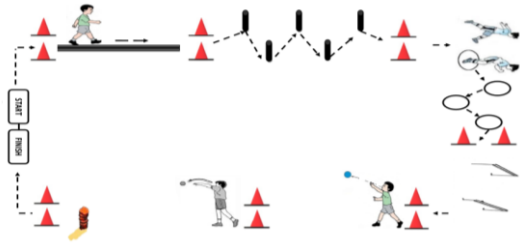
melakukan wawancara singkat dengan Guru Penjasorkes Kelas V. Hasilnya dibutuhkan pengembangan model pembelajaran Atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan.

### 2) Rancangan Produk

Setelah melakukan studi pendahuluan, langkah selanjutnya adalah merancang produk yang akan dikembangkan. Produk awal disusun berdasarkan pemetaan gerak dasar sesuai Standar Kompetensi (SK), Standar Isi (SI) dan Kompetensi Dasar (KD) untuk Kelas V Sekolah Dasar pembelajaran atletik yaitu, jalan, lari, lempar dan lompat. Berdasarkan telaah dokumen Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1985) tentang Inventarisasi dan Dokumentasi Kebudayaan Daerah ditemukan permainan anak tradisional Sumatera Selatan antara lain: 1) sambung kaki, 2) pungut puntung, 3) jelentik, 4) siamang, 5) cingkluing, 6) gotri alo gotri, 7) damri, 8) bintang beralih. 9) tenggoh tenggohan, 10) tali kembar, 11) babi-babian, 12) genggong, 13) buah nige, 14) jari ulau, 15) stambul, 16) sam samsuddin, 17) mandi urek-urekan, 18) cepak canting, 19) gudang kero, 20) sam makan.

Langkah selanjutnya memetakan permainan tradisional Sumatera Selatan sesuai ketercapaian pembelajaran atletik sebagai berikut: 1) Balap Kelereng, permainan ini difokuskan kepada pembelajaran atletik cabang jalan cepat, 2) Gudang Kero, dimaksudkan untuk pembelajaran atletik cabang lari, 3) Bintang Beralih, untuk pembelajaran atletik cabang lompat jauh, 4) Yeye, di

gunakan untuk cabang lompat tinggi, 5) Damri, untuk pembelajaran atletik cabang tolak peluru, 6) Bintang Tujuh, di fokuskan pada lempar lembing.



Gambar 1. Darf Awal Model Pembelajaran Atletik melalui Pendekatan Permainan Tradisional Sumatera Selatan.

Pelaksanaan model pembelajaran Atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan disusun dalam beberapa pos.

3) Validasi Produk

Validasi produk dilakukan kepada 2 ahli pembelajaran penjas. Adapun hasil validasi ahli dijabarkan dalam tabel sebagai berikut:

**Tabel 4. Hasil Validasi Ahli Penjasorkes**

Hasil Validasi Ahli Penjasorkes	
1) Untuk jarak dan ketinggian bisa di sesuaikan dengan karakteristik anak SD kelas V	
2) Sarana dan prasarana bisa di kembangkan lagi, menggunakan media yang lebih menarik dan menstimulus faktor kognitif anak kelas lima sekolah dasar.	
3) Kompetensi inti, Standar kompetensi, Kmpmetensi dasar di masukkan ke dalam pendahuluan, sedangkan tujuan mengacu pada indikator pencapaian pembelajaran.	

- 4) Tambahkan model karakteristik model yang di kembangkan.
- 5) Analisis permainan tradisional dalam setiap pos sehingga mampu mengakomodir semua kebutuhan gerak anak.
- 6) Bagaimana permainan ini dapat mampu mendorong aspek kognitif, afektif dan psikomotor siswa, di pertegas dalam permainan.

4) Revisi Tahap I

Hasil validasi ahli pembelajaran kemudian menjadi bahan untuk merevisi produk awal agar lebih baik dan siap untuk digunakan pada tahap selanjutnya.

5) Uji Coba Skala Kecil

Uji coba skala kecil ini melibatkan siswa Kelas V SD Indriasana Palembang berjumlah 20 siswa dan 1 Guru Penjasorkes. Guru Penjasorkes dilibatkan untuk melihat keterlaksanaan produk di lapangan.

Guru Penjasorkes	Skor Yang Diperoleh					$\sum x$	$\sum x_i$	P (%)
	I	II	III	IV	V			
A	3	4	3	4	3	17	20	85
Keseluruhan						17	20	85

Keterlaksanaan Sangat Layak Digunakan

Keterangan:

I: Dapat digunakan, II: Memacu keaktifan siswa, III: Menarik, IV: Tepat untuk siswa kelas V, V: Layak.

Selain itu juga mendapatkan masukan dari Guru Penjasorkes sebagai berikut:

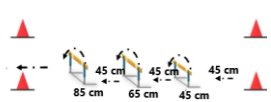

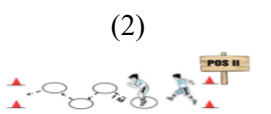
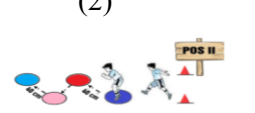


Tabel 6. Masukan Guru Penjasorkes pada Uji Coba Skala Kecil

Masukan Guru
1) Ketinggian palang pada pos 2 hendaknya di kaji dan di sesuaikan dengan anak kelas 5 sekolah dasar adn di berikan awalan yang cukup untuk anak melakukan lompatan.
2) Jarak lingkaran pada pos 2 kertas hendaknya di sesuaikan dan akan lebih baik di beri warna agar terlihat menarik.
3) Botol aqua pada pos 1 yang di gunakan hendaknya di ganti dengan yang lebih besar agar lebih terlihat dan tidak membingungkan dan jarak antar botol di sesuaikan.

6) Revisi Tahap II

Masukan Guru Penjasorkes pada uji coba skala kecil sesuai tabel 6 kemudian digunakan unttuk merevisi produk agar menjadi lebih baik lagi sebelum digunakan untuk uji coba skala besar. Adapun revisinya sebagai berikut:

Tabel 7. Rangkuman Revisi Tahap II

Sebelum Revisi	Setelah Revisi
(1) 	(1) 
(2) 	(2) 
(3) 	(3) 

7) Uji Coba Skala Besar

Uji coba skala besar di laksanakan di 3 sekolah dasar di Palembang, yaitu SD Negeri 209, SD Negeri 86 Palembang dan SD Indriasana Palembang, melibatkan 120 siswa kelas 5 Sekolah Dasar dan 3 ahli Guru Penjasorkes berasal dari sekolah tersebut. Adapaun hasilnya sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Uji Coba Skala Besar

Guru Penjasorkes	Skor Yang Diperoleh					$\sum x$	$\sum x_i$	P (%)
	I	II	III	IV	V			
A	4	4	3	4	4	19	20	95
B	4	4	4	4	4	20	20	100
C	4	4	4	4	4	20	20	100
Keseluruhan						59	60	98,33
Keterlaksanaan						Sangat Layak Digunakan		

Keterangan:

I: Dapat digunakan, II: Memacu keaktifan siswa, III: Menarik, IV: Tepat untuk siswa kelas V, V: Layak

8) Produk Akhir

Produk akhir pengembangan model pembelajaran Atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan sebagai berikut:

1. Pos I

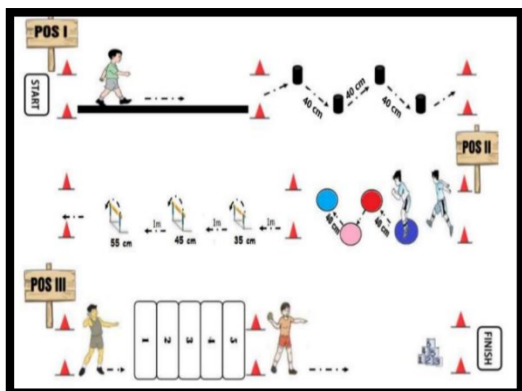
Siswa berjalan lurus mengikuti garis secara bersamaan memegang sendok di depan mulut, dilanjutkan berlari zig-zag menyentuh botol.

2. Pos II

Siswa melompati lingkaran kertas secara zig-zag, jarak antar kertas 40 cm, kemudian melompati palang dengan ketinggian 35 cm, 45 cm, 55 cm.

### 3. Pos III

Siswa melempar (gaya menolak) bola pasir kemudian hasil lemparan tadi dijadikan posisi berdiri, kemudian dilanjutkan melempar tepat ke kaleng, dilanjutkan menyusun kaleng tersebut sesuai nomor urut. Begitu seterusnya siswa melaksanakan secara bergantian.



Gambar 2. Model Pembelajaran Atletik melalui Pendekatan Permainan Tradisional Sumatera Selatan.

### SIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini adalah 1) telah menghasilkan model pembelajaran Atletik melalui pendekatan permainan tradisional Sumatera Selatan, 2) persentase keterlaksanaan 98,33% sehingga sangat layak digunakan. Harapannya menjadi salah satu alternatif dalam pembelajaran Atletik Kelas V Sekolah Dasar yang dipakai oleh Guru Penjasorkes.

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah 1) hendaknya dalam proses pembelajaran Penjasorkes, guru lebih kreatif dalam mengajar dengan cara memodifikasi pembelajaran yang di sesuaikan dengan

karakteristik anak tingkat Sekolah Dasar, sehingga siswa tidak merasa jenuh pada saat proses pembelajaran penjasorkes, 2) peneliti selanjutnya, akan ada banyak model-model pembelajaran Penjasorkes yang dikembangkan dari permainan tradisional yang nyaris hilang tergerus oleh modernisasi zaman, 3) keterbatasan penelitian ini adalah tidak terdapat tahap focus group discssion (FGD), disarankan untuk peneliti selajutnya agar menggunakan tahap FGD, 4) Diharapkan penelitian ini tidak berhenti setelah dikembangkan model yang baru tetapi harus dikembangkan bagaimana implementasi di sekolah.

### DAFTAR PUSTAKA

- Bangkit Seandi Taroreh. (2012). Model Performance Assessment of Learning Outcomes Of Volley Ball in Elementary School. *Journal of Physical Education and Sports*, 1(2), 122-131.
- Bangkit Seandi Taroreh. (2017). Development Model Approach Through Exercise Kinesthetic Game Circuit for Children Ages 4-6 Years. *Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, 3(1), 41-47.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1985). Permainan Anak-Anak Daerah Sumatera Selatan. Jakarta: Depdikbud.
- Ely, Yuliawan. (2013). Pengembangan Model Pembelajaran Lompat Jauh Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Cerdas Sifa*, 2(2): 113-119.
- Gall, M. D., Gall, J. P., & Borg, W. R. (2006). Educational Research: An Introduction, 8th Edition. *Educational An*



*Introduction.*

Ika Ahmad, Arif Rohmawan. (2014). Pengembangan Buku Ajar Pendidikan Jasmani Untuk Siswa Kelas XI Semester 1 SMA. *Jurnal Olahraga Pendidikan* 1(1): 68-72.

*Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 103 Tahun 2014 Tentang Pembelajaran Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.* 2014. Jakarta.

*Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2006 Tentang Standar Isi Untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah.* 2006. Jakarta.

Siskariyanti. (2016). Pengembangan Model Pembelajaran Atletik dengan Pendekatan Permainan Berbasis Budaya Lokal Pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V Semester 1. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (Penjaskesrek)*, 3(2): 41-50.

Tim Prima Pena. 2012. *Kamus Besar Bahasa Indonesia.* Jakarta: Gitamedia Pres.

Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.