



**PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN LARI CEPAT
DALAM PENJASORKES MELALUI BERMAIN
PETAK UMPET DI KEBUN PADA SISWA
KELAS III SD N 3 PERNASIDI
KABUPATEN BANYUMAS**

SKRIPSI

diajukan dalam rangka penyelesaian studi strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

oleh

Maksus Faozan

6102909101

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2011

SARI

Maksus Faozan. 2011 **Pengembangan Model Pembelajaran Lari Cepat Dalam Penjasorkes Melalui Bermain Petak Umpet Di Kebun Pada Siswa Kelas III SDN 3 Pernasidi Kabupaten Banyumas Tahun Ajaran 2010/2011**. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Latar belakang dari skripsi ini dalam pembelajaran lari sering kali seorang guru hanya menekankan pada teknik lari yang benar dan guru kurang memodifikasi pembelajaran lari. Permasalahannya bagaimana pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun yang sesuai dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hasil produk pengembangan model pembelajaran.

Metode penelitian ini adalah penelitian pengembangan yang telah dimodifikasi, yaitu: (1) melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka, (2) mengembangkan bentuk produk awal (berupa pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet), (3) evaluasi para ahli dengan menggunakan satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuesioner yang kemudian dianalisis, (4) revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil (10 siswa). Revisi ini digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti, (5) uji lapangan (30 siswa), (6) revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji lapangan, (7) hasil akhir pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet di kebun bagi siswa kelas III SDN 3 Pernasidi yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diperoleh dari evaluasi ahli (satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran), uji kelompok kecil (10 siswa kelas III SDN 3 Pernasidi,) dan uji lapangan (30 siswa kelas III SDN 3 Pernasidi).

Data evaluasi ahli (satu ahli penjas dan dua guru penjaskes SD) meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor diperoleh jawaban untuk kategori jawaban untuk kategori tidak baik 0%, kurang baik 0%, cukup baik 8,9%, baik 62,2%, dan sangat baik 28,9%. Data uji lapangan hasil kuesioner siswa diperoleh jawaban untuk kategori tidak baik 0%, kurang baik 0%, cukup baik 0%, baik 56,7% dan sangat baik 43,3%.

Kesimpulan dari pengembangan pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun dikategorikan baik dan dapat digunakan pada siswa SD. Disarankan bagi guru penjaskes bisa mengembangkan lagi model pengembangan pembelajaran seperti ini yang lebih inovatif dan kreatif dalam pembelajaran penjaskes.

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa isi dari skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya tulis ilmiah yang telah saya susun sendiri dan bukan merupakan hasil jiplakan dari karya tulis ilmiah orang lain. Berbagai pendapat serta temuan dari orang ataupun pihak lain yang ada di dalam karya tulis ilmiah ini dikutip dan dirujuk berdasarkan pedoman kode etika penyusunan karya tulis ilmiah. Semoga karya tulis ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.



Semarang,2011

Peneliti

Maksus Faozan

NIM. 6102909101

HALAMAN PENGESAHAN

Telah di pertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Unniversitas Negeri Semarang.

Pada hari : Kamis

Tanggal : 15 September 2011

Panitia Ujian

Ketua

Sekretaris

Drs. Uen Hartiwan, M.Pd

NIP. 19530411 198303 1 001

Dra. Heny Setyawati, M. Si

NIP. 19670610 199203 2 001

Dewan Penguji

1. Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd

NIP. 19651020 199103 1 002

2. Drs. H Endro Puji Purwono, M.Kes

NIP. 19590315 1985 1 003

3. Drs. Joko Hartono, M.Pd

NIP. 19561111 198403 1 002

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

1. Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan taqwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. (QS Al-Maidah ayat 2).
2. Jangan lihat masa lalu dengan penyesalan, jangan pula lihat masa depan dengan ketakutan, tapi lihatlah sekitar anda dengan penuh kesadaran. (James Thurber).

PERSEMBAHAN

1. Yang tercinta kedua orang tua saya: Bapak Akhmad Sodikin dan Ibu Eni Setiowati, terima kasih atas segala dukungan, doa, cinta dan kasih sayang, serta nasehat bapak dan Ibu.

PERPUSTAKAAN
UNNES

KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah atas berkat rahmat serta hidayah Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi atas bantuan dan dorongan semua pihak sehingga penulis dapat menyelesaikan studi program sarjana Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Universitas Negeri Semarang.

Dengan selesainya skripsi ini, maka penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti menjadi mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Drs. H. Harry Pramono, M. Si yang telah memberikan ijin dan memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M. Pd yang telah memberikan dorongan, semangat dan ijin penelitian untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Pembimbing Utama Skripsi, Drs. H Endro Puji Purwono, M.Kes, yang telah memberikan petunjuk, dorongan, dan motivasi serta membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Pembimbing Pendamping skripsi, Drs. Joko Hartono, M.Pd yang telah *saui* dan teliti dalam memberikan petunjuk, dorongan, dan membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan pada khususnya dan Dosen Universitas Negeri Semarang pada umumnya atas ilmu yang telah di ajarkan.
7. Kepala SDN 3 Pernasidi, Mc. Sukeksi, A.Ma.Pd yang telah memberikan ijin penelitian kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di sekolah yang Ibu pimpin.
8. Guru Pendidikan Jasmani SDN 1 Jatisaba Tarsono, S.Pd. Jas dan Suwardi, S.Pd Jas selaku Guru Pendidikan Jasmani SDN 2 Pernasidi yang berkenan

sebagai ahli pembelajaran dan banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

9. Siswa Kelas III SDN 3 Pernasidi yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.
10. Semua pihak dan teman-teman Taste photoworks yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi semua pihak.

Semarang, Juli 2011

Penulis



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
SARI	ii
PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Permasalahan.....	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.4. Spesifikasi Produk	4
1.5. Pentingnya Pengembangan	4
BAB II LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR	
2.1 Landasan Teori.....	6
2.1.1 Pengertian Model Pengembangan	6
2.1.2 Model Pembelajaran.....	7
2.1.3 Pengertian Lari Cepat	9
2.1.4 Pendidikan jasmani.....	10
2.1.5 Teori Bermain	12
2.1.6 Karakteristik Bermain Petak Umpet.....	13
2.1.7 Karakteristik Bermain Petak Umpet di Kebun.....	14
2.1.8 Karakteristik Siswa SD Kelas III	18
2.2 Kerangka Berpikir	20
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Model Pengembangan.....	21

3.2	Populasi.....	22
3.3	Sampel	22
3.4	Prosedur Pengembangan.....	23
3.5	Uji Coba Produk.....	24
3.6	Teknik Analisis Data	34
BAB IV HASIL PENGEMBANGAN		
4.1	Hasil Data Uji Coba.....	36
4.2	Prototipe Produk.....	61
4.3	Pembahasan.....	65
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		
5.1	Simpulan	69
5.2	Saran	69
DAFTAR PUSTAKA.....		71
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....		72



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Faktor, Indikator dan Jumlah Kuesioner Ahli	28
3.2 Skor, Jawaban Kuesioner "Ya" dan "Tidak"	28
3.3 Faktor, Indikator dan Jumlah Kuesioner Siswa.....	29
3.4 Klasifikasi Presentase.....	35
4.5 Hasil Rata-rata Skor penilaian Ahli	37
4.6 Data Hasil Uji Coba Skala Kecil	42
4.7 Data Hasil Uji Coba Lapangan.....	54



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Tempat Bermain Petak Umpet di kebun (landasan teori)	16
3.2 Prosedur Pengembangan	23
3.3 Tempat Bermain Petak Umpet di kebun (Draf Awal)	31
4.4 Tempat Bermain Petak Umpet di kebun (Produk Awal Sebelum Uji coba)	39
4.5 Tempat Bermain Petak Umpet di kebun (Produk Setelah Uji Skala Kecil)	51
4.6 Grafik Penilaian Uji Skala Kecil	60
4.7 Grafik Penilaian Uji Lapangan	60
4.8 Tempat Bermain Petak Umpet di kebun (Prototipe Produk)	61



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usulan Penetapan Pembimbing	73
Lampiran 2 SK penetapan Pembimbing	74
Lampiran 3 permohonan ijin penelitian	75
Lampiran 4 Lembar Evaluasi Untuk Ahli	76
Lampiran 5 Lembar Kuesioner Untuk Siswa	80
Lampiran 6 Hasil Evaluasi Ahli Dan Guru Penjas	84
Lampiran 7 Saran Perbaikan Ahli Dan Guru Penjas	85
Lampiran 8 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	86
Lampiran 9 Daftar Siswa Uji Skala Kecil	91
Lampiran 10 Daftar Siswa Uji Lapangan	92
Lampiran 11 Surat Keterangan	93
Lampiran 12 Dokumentasi	94



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan. Sebagai bagian integral dari proses pendidikan keseluruhan, pendidikan jasmani merupakan usaha yang bertujuan untuk mengembangkan kawasan organik, neuromaskuler, intelektual, dan sosial (Abdul Kadir, 1992:4).

Pendidikan jasmani adalah aktivitas fisik yang mempunyai tujuan pendidikan yang memiliki elemen olahraga dan bermain yang semuanya mengandung bentuk gerak fisik. Pendidikan jasmani juga mempunyai tujuan yang disebut ketrampilan. Ketrampilan gerak ini dapat berarti gerak bukan olahraga dan gerak untuk berolahraga. Gerak untuk berolahraga, bagi anak sekolah dasar, bukan berarti anak sekolah dasar harus dilatih untuk pencapaian prestasi tinggi, tetapi anak sekolah dasar harus disiapkan sesuai dengan tahap perkembangannya dan tahap kematangannya. (Gabbard, Leblanc dan Lowy 1987:5) dalam Sukintaka (1992:4)

Program pengajaran pendidikan jasmani yang diselenggarakan disekolah hendaknya dapat menciptakan berbagai bentuk ketrampilan gerak dasar bagi gerak anak di kelas permulaan sekolah dasar, maka akan meningkatkan aktivitas pengembangan kemampuan jasmani anak (Aip Syaifudin dan Muhadi, 1992: 20).

Pendidikan jasmani di sekolah dasar pada hakekatnya mempunyai arti, peran dan fungsi yang penting dan strategis dalam upaya menciptakan suasana masyarakat yang sehat. Karena peserta didik di sekolah dasar adalah kelompok masyarakat yang sedang tumbuh berkembang, ingin rasa gembira dalam bermainfan memiliki kerawanan yang memerlukan pembinaan yang sangat tepat (Soemitro, 1992 : 5).

Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar pada umumnya yang mempunyai sarana dan prasarana bisa di lakukan di halaman sekolah maupun dilapangan dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar. Ketertarikan penulis untuk penelitian ini berawal dari siswa-siswa di Sekolah Dasar (SD) Negeri 3 Pernasidi yang pada waktu istirahat banyak bermain di halaman sekolah, tanpa disadari mereka melakukan aktifitas lari dengan bermain di halaman sekolah. Dari sini penulis mempunyai ide dasar untuk menciptakan dan memodifikasi pembelajaran lari melalui bermain di lingkungan luar sekolah. Pengembangan pembelajaran kecepatan lari melalui bermain ini bertujuan supaya siswa lebih aktif bergerak dan tertarik dalam mengikuti pembelajaran penjaskes.

Pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet di kebun memerlukan gerakan lari. Lari yang digunakan pada bermain ini salah satunya adalah dengan lari cepat. Lari merupakan perkembangan dari berjalan, dan mempunyai sifat khusus, ialah badan pada suatu saat tidak ada kontak dengan tanah atau tidak bertumpu pada tanah. Lari cepat atau lari jarak pendek atau *sprint* adalah lari yang menempuh jarak antara 50 m sampai dengan jarak 400 m. Oleh karena itu kebutuhan utama untuk lari jarak pendek adalah kecepatan. Kecepatan dalam lari

jarak pendek adalah hasil kontraksi yang kuat dan cepat dari otot-otot yang dirubah menjadi gerakan halus lancar dan efisien dan sangat dibutuhkan bagi pelari untuk mendapatkan kecepatan yang tinggi, sesuai dengan kutipan dari internet tanggal 28 maret 2011 dengan alamat web adalah <http://riki1987.blogspot.com/2007/11/lari-sprint-100m.html>.

Dalam pembelajaran lari yang dilakukan para guru pendidikan jasmani di sekolah pelaksanaannya hanya siswa diberikan materi teknik lari, kemudian siswa disuruh mempraktikkan secara berulang-ulang dan diukur hasilnya, lalu sudah selesai. Model pembelajaran seperti itu seringkali kurang menarik, maka seorang guru harus mengembangkan model pembelajaran. Pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya dilakukan di lapangan tetapi bisa memanfaatkan lingkungan luar sekolah, dalam hal ini untuk pembelajaran lari melalui bermain petak umpet di kebun.

Berkaitan dengan penelitian yang akan kami teliti di SD Negeri 3 Pernasidi 03 Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas, dimana tempatnya terletak diantara perkampungan, dekat dengan kebun, dan masih aktif dalam menjalankan kegiatan belajar mengajar, maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul Pengembangan Model Pembelajaran Lari Cepat Dalam Penjasorkes Melalui Bermain Petak Umpet Di Kebun Pada Siswa Kelas III SD N 3 Pernasidi Kabupaten Banyumas.

1.2 Permasalahan

Dalam pembelajaran lari sering kali seorang guru hanya menekankan pada teknik lari yang benar dan guru kurang memodifikasi pembelajaran lari,

kelemahannya anak cenderung pasif dan kurang menarik dalam mengikuti pembelajaran. Setelah mencermati dari latar belakang tersebut diatas maka permasalahan yang akan dikaji adalah : Bagaimana Pengembangan Model Pembelajaran Lari Cepat Dalam Penjasorkes Melalui Bermain Petak Umpet Di Kebun Pada Siswa Kelas III SD N 3 Pernasidi Kabupaten Banyumas dilaksanakan?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun yang sesuai dengan karakteristik siswa kelas III SD Negeri 3 Pernasidi Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.

1.4 Spesifikasi Produk

Produk yang diharapkan akan dihasilkan melalui penelitian pengembangan berupa Pengembangan Model Pembelajaran Lari Cepat Dalam Penjasorkes Melalui Bermain Petak Umpet di Kebun yang sesuai dengan karakteristik siswa kelas III Sekolah Dasar.

1.5 Pentingnya Pengembangan

1.5.1 Bagi peneliti

1.5.1.1 Sebagai bekal pengalaman dalam mengembangkan model pembelajaran penjaskes di sekolah dasar (SD).

1.5.1.2 Sebagai modal dalam menyusun skripsi untuk memperoleh gelar kesarjanaan bidang studi pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi.

1.5.2 Bagi Peneliti Lanjutan

1.5.2.1 Sebagai dasar penelitian lebih lanjut.

1.5.2.2 Sebagai pertimbangan untuk penelitian pengembangan model bermain dalam pembelajaran penjaskes siswa SD kelas III.

1.5.3 Bagi Guru Penjas

1.5.3.1 Sebagai bahan pertimbangan dalam mengajar bidang studi penjaskes pada umumnya dan pembelajaran lari melalui bermain pada khususnya.

1.5.3.2 Sebagai dorongan dan motivasi kepada guru penjas untuk menciptakan terobosan-terobosan baru dan variasi mengajar dengan cara modifikasi pembelajaran memanfaatkan lingkungan yang ada sehingga tidak tertuju hanya pada lapangan yang luas. Dan diharapkan siswa dalam mengikuti pembelajaran lebih tertarik dan lebih aktif untuk bergerak.

1.5.4 Bagi Lembaga (PJKR FIK UNNES)

1.5.4.1 Sebagai bahan informasi mahasiswa tentang pengembangan modifikasi pembelajaran lari.

1.5.4.2 Sebagai bahan dokumentasi penelitian di lingkungan UNNES Semarang.

BAB II

LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR

2.1 Landasan Teori

Sebagai acuan berfikir secara ilmiah dalam rangka pemecahan permasalahan pada landasan teori ini dimuat beberapa pendapat dari pakar dan sumber. Selanjutnya secara garis besar akan diuraikan tentang : Pengertian model pengembangan, model pembelajaran, pengertian lari cepat , pendidikan jasmani, teori bermain, karakteristik siswa SD kelas III, karakteristik bermain petak umpet, cara bermain petak umpet di kebun.

2.1.1 Pengertian Model Pengembangan

Penelitian dan Pengembangan biasanya disebut penelitian berbasis pengembangan (research-based development) merupakan jenis penelitian yang sedang meningkat penggunaannya dalam pemecahan masalah praktis dalam dunia penelitian, utamanya penelitian pendidikan dan pembelajaran.

Menurut Borg dan Gall seperti yang dikutip Wasis Dwiguno (2004:4) penelitian dan pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan atau memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan pembelajaran, selanjutnya disebutkan bahwa prosedur penelitian dan pengembangan pada dasarnya terdiri dari dua tujuan utama, yaitu: 1) pengembangan produk, dan (2) menguji keefektifan produk dalam mencapai tujuan.

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

2.1.2 Model Pembelajaran

Model pembelajaran (models of teaching) dalam konteks pendidikan jasmani lebih banyak berkembang berdasarkan orientasi dan model kurikulumnya. Model pembelajaran dapat diartikan sebagai kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu dan berfungsi sebagai pedoman bagi perancang pengajaran dan para guru dalam merencanakan dan melaksanakan aktifitas belajar mengajar (Udin Winataputra, 1994, 34) yang dikutip dari internet tanggal 28 Maret 2011 dengan alamat web <http://wyw1d.wordpress.com/2009/10/12/model-pembelajaran/>.

Banyak model-model pembelajaran yang dapat dikembangkan oleh guru dalam proses kegiatan belajar mengajar yang pada prinsipnya pengembangan model pembelajaran bertujuan untuk menciptakan situasi belajar mengajar yang efektif dan efisien, menyenangkan, bermakna, lebih banyak mengaktifkan siswa. Dalam pengembangan model pembelajaran yang mendapat penekanan pengembangannya terutama dalam strategi dan metode pembelajaran. Untuk masa sekarang ini perlu juga dikembangkan sistem penilaian yang mencakup ranah kognitif, afektif dan psikomotorik. Oleh karena itu guru dalam pelaksanaan proses

belajar mengajar bisa saja mengembangkan model pembelajaran sendiri dengan tujuan proses pembelajaran lebih efektif dan efisien, lebih banyak memberikan kesempatan kepada siswa untuk berkreasi, sehingga siswa lebih aktif untuk melakukan gerakan. Model pembelajaran berhubungan erat dengan metode pembelajaran pendidikan jasmani.

Unsur pendidikan yang terkandung pada pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun antara lain:

- a) Unsur Kognitif : melatih anak untuk dapat mencermati medan dengan cepat, mengambil keputusan dengan cepat dan tepat, memprediksi kegagalan, mengantisipasi permasalahan dengan cepat.
- b) Unsur Afektif : melatih anak untuk bersikap sportif, *fair play*, bekerjasama, bersosialisasi.
- c) Unsur Psikomotorik : Dengan melakukan kegiatan aktivitas jasmani sambil bermain ini anak akan memiliki kemampuan motorik yang tinggi, terdapat unsur-unsur *endurance, flexibility, agility, speed, coordination*.

Pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun mempunyai kelebihan antara lain:

1. Keinginan untuk gerak pada siswa serta semangat yang tumbuh akan lebih banyak karena siswa merasa senang dan gembira, sehingga motivasi untuk belajar gerak meningkat.
2. Dengan bermain siswa akan lebih aktif bergerak, sehingga menumbuhkan jiwa yang sehat, dengan kata lain kesegaran jasmani siswa meningkat.

3. Siswa dapat terangsang dalam berpikir untuk memecahkan masalah serta berlatih dalam mengambil keputusan sesuai kondisi dalam permainan.
4. Dengan bermain siswa dapat meningkatkan seberapa jauh kemampuan siswa untuk melakukan gerak dalam proses pembelajaran.

Kekurangan pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun adalah seorang guru akan mengalami kesulitan mengontrol siswa karena menggunakan tempat yang luas. Bermain dalam pembelajaran lari di kebun, bagi siswa merupakan hal yang baru dan tentunya hal itu membuat siswa semakin senang. Biarkan mereka bermain walaupun ada yang berteriak atau pun bergerak kesan kemari yang penting mereka senang.

2.1.3 Pengertian Lari Cepat

Lari merupakan perkembangan dari berjalan, dan mempunyai sifat khusus, ialah badan pada suatu saat tidak ada kontak dengan tanah atau tidak bertumpu pada tanah. Karakteristik dari lari yang baik adalah kaki diangkat kedepan, ditolakkan dengan kuat, angkat lutut / paha, ayunan lengan untuk keseimbangan dan dorongan kedepan. Lari cepat atau lari jarak pendek atau *sprint* adalah lari yang menempuh jarak antara 50 m sampai dengan jarak 400 m. oleh karena itu kebutuhan utama untuk lari jarak pendek adalah kecepatan. Kecepatan dalam lari jarak pendek adalah hasil kontraksi yang kuat dan cepat dari otot-otot yang dirubah menjadi gerakan halus lancar dan efisien dan sangat dibutuhkan bagi pelari untuk mendapatkan kecepatan yang tinggi. Sesuai dengan kutipan dari

internet dengan alamat <http://riki1987.blogspot.com/2007/11/lari-sprint-100m.html>.

Pembelajaran lari cepat dapat dilakukan dengan bermain. Permainan yang dilaksanakan pada penelitian ini dalam bentuk permainan tradisional yaitu bermain petak umpet melalui di kebun. Bagi siswa sekolah dasar bermain merupakan kegiatan yang menarik dan menyenangkan, sehingga bentuk bermain akan dapat meningkatkan gairah dan motivasi siswa dalam pembelajaran. Pembelajaran ini dirancang secara sederhana dengan aturan-aturan yang dapat dipahami oleh anak sehingga mereka dapat bermain dengan baik.

2.1.4 Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Tujuan umum pendidikan jasmani juga selaras dengan tujuan umum pendidikan. Tujuan belajar adalah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat. Proses belajar dalam penjas juga bertujuan untuk menimbulkan perubahan perilaku. Guru mengajar dengan maksud agar terjadi proses belajar secara sederhana, pendidikan jasmani tak alin adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar untuk gerak. Selain belajar dan dididik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam penjas anak di ajarkan untuk bergerak. Melalui pengalaman itu akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohaninya (Rusli Luthan, 2000:15)

2.1.4.1 Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh, artinya cakupan penjas tidak semata-mata pada aspek jasmani saja, akan tetapi juga aspek mental, dan sosial.

Cakupan pendidikan jasmani adalah sebagai berikut :

- 1) Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*)
- 2) Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna.
- 3) Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang penjas kedalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab siswa.
- 4) Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat (Adang Suherman, 2000 : 22-23).

2.1.4.2 Fungsi Pendidikan Jasmani

Fungsi pendidikan jasmani, yaitu sebagai berikut. :

- 1) Mengembangkan ketrampilan gerak, dan pengetahuan tentang bagaimana dan mengapa seseorang bergerak, serta pengetahuan tentang cara-cara gerakan dapat diorganisasi.

- 2) Untuk belajar menguasai pola-pola gerak ketrampilan secara efektif melalui latihan, pertandingan, tari dan renang.
- 3) Memperkaya pengertian konsep ruang, waktu dan gaya dalam hubungannya dengan gerakan tubuh.
- 4) Mengekspresikan pola-pola perilaku personal dan hubungan interpersonal yang baik di dalam pertandingan dan tari.
- 5) Meningkatkan kondisi jantung, paru-paru, otot, dan sistem organ tubuh lainnya untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan dalam keadaan darurat.
- 6) Memperoleh manfaat serta bisa menghargai kondisi fisik dan bentuk tubuh yang baik, serta kondisi perasaan yang selaras.
- 7) Mengembangkan minat atau keinginan berpartisipasi dalam olahraga sepanjang hidup, Menurut Reuben B. Forst dalam Sri Haryono (2007: 17).

2.1.5 Teori Bermain

Beberapa teori tentang bermain, antara lain :

1. Teori kelebihan tenaga yaitu bermain merupakan media yang ampuh untuk melepaskan kelebihan tenaga ini.
2. Teori Rekreasi adalah salah satu kegiatan yang memberikan selingan terhadap kegiatan yang memberikan selingan terhadap kegiatan yang rutin atau sebagai rekreasi.
3. Teori rekapitulasi artinya bermain merupakan kegiatan ulangan dari kehidupan nenek moyang kita yang diwariskan turun temurun sejak adanya

manusia.

4. Teori relaksasi yaitu bermain merupakan usaha merelaksasi otot-otot kecil setelah melakukan pekerjaan.
5. Teori Instink merupakan alat yang berguna membantu tercapainya tujuan pendidikan berdasarkan atas perkembangan anak dalam kehidupan.
6. Teori Kontak Sosial yaitu dengan bermain akan terjadi kontak sosial dengan masyarakat sekelilingnya, dalam Soemitro (1992:8-10).

Fungsi bermain dalam pendidikan adalah :

- a. Nilai-nilai Mental yang meliputi kebutuhan anak akan pengalaman baru, kebutuhan anak untuk berpartisipasi, kebutuhan anak akan rasa aman, kebutuhan anak akan rasa senang, kebutuhan anak untuk pengakuan.
- b. Nilai-nilai fisik yaitu gerakan-gerakan anak sangat berguna bagi perkembangan dan pertumbuhannya.
- c. Nilai-nilai Sosial yaitu dengan bermain timbul rasa kebersamaan, rasa tanggung jawab kepada kelompok atau dirinya sendiri, dan kerjasama dalam Soemitro (1992;4-7).

2.1.6 Karakteristik Bermain Petak Umpet

Bermain petak umpet merupakan salah satu dari permainan tradisional yang selama ini hampir hilang keberadaannya. Bermain petak umpet ini merupakan bermain yang murah meriah yang bisa di laksanakan di tempat yang luas tanpa menghilangkan faktor keamanan. Bermain petak umpet mempunyai unsur gerak lari serta unsur kognitif yang terkandung didalamnya.

Bermain petak umpet merupakan permainan tradisional yang memiliki karakteristik tersendiri yang dapat membedakannya dengan jenis permainan lain. Karakteristik yang Pertama, permainan itu cenderung menggunakan atau memanfaatkan alat atau fasilitas di lingkungan kita tanpa harus membelinya. Salah satu syaratnya ialah daya imajinasi dan kreativitas yang tinggi. Pasalnya, si pemain harus bisa menafsirkan, mengkhayalkan, dan memanfaatkan beberapa benda yang akan digunakan dalam bermain sesuai dengan yang diinginkan. Karakteristik kedua, permainan anak tradisional dominan melibatkan pemain yang relatif banyak atau berorientasi komunal. Tidak mengherankan, kalau kita lihat, hampir setiap permainan rakyat begitu banyak anggotanya. Sebab, selain mendahulukan faktor kegembiraan bersama, permainan ini juga mempunyai maksud lebih pada pendalaman kemampuan interaksi antar pemain (potensi interpersonal). Karakteristik Ketiga, bermain petak umpet merupakan permainan tradisional yang mempunyai nilai-nilai luhur dan pesan-pesan moral tertentu, sesuai data yang diambil di internet tanggal 28 Maret 2011 dengan situs web <http://permata-nusantara.blogspot.com/2010/12/permainan-anak-tradisional.html>.

2.1.7 Karakteristik Bermain Petak Umpet Di Kebun

2.1.7.1 Pengertian Bermain Petak Umpet Di kebun

Bermain petak umpet dapat dilakukan ditempat yang luas, salah satunya di kebun. Bermain petak umpet bisa dimainkan oleh orang banyak minimal 3 orang. Pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes bisa dilakukan melalui bermain petak umpet di kebun yang di kembangkan oleh seorang guru penjasorkes. Bermain

petak umpet di kebun di mulai dengan diadakan hompimpa untuk menentukan siswa yang sebagai penjaga dan siswa yang bersembunyi. Dua siswa putri sebagai penjaga dan dua orang siswa putra sebagai penjaga. Setelah sudah dapat yang menjadi penjaga maka penjaga tersebut akan menutup matanya pada salah satu pohon yang dianggap sebagai hong, dan siswa yang lain akan mencari tempat bersembunyi dengan dihitung sampai 10 hitungan dan penjaga siap untuk mencari tempat persembunyiannya.

Cara bermain petak umpet ini dua siswa putri yang sebagai penjaga harus mencari siswa putri yang bersembunyi, dan dua siswa yang sebagai penjaga harus mencari siswa putra yang bersembunyi. Dalam bermain petak umpet ini dibatasi oleh waktu setiap babak yang terdiri dari tiga babak, dimana setiap babak waktunya adalah 15 menit. Bila telah menemukan orang yang bersembunyi, pencari ini harus cepat-cepat berlari ke benteng sambil menyebut nama orang yang ketahuan persembunyiannya. Begitu juga dengan anak yang ketahuan harus lari cepat biar dapat sampai ke benteng terlebih dahulu karena bila berhasil lebih dulu menyentuh benteng, maka pada tahap selanjutnya dia tidak akan jaga. Setelah waktu habis, maka semua pemain akan kumpul di benteng dan setiap regu penjaga akan menutup matanya di benteng/pohon, kemudian regu sembunyi akan baris dibelakangnya. Pencari akan menyebut salah satu nomor. Anak yang ada di urutan nomor yang disebut akan menjadi pihak yang kalah bila tadi dia tidak berhasil lebih dulu mencapai benteng. Sedangkan bila anak pada urutan yang disebut ternyata adalah anak yang berhasil mencapai benteng lebih dulu pada saat

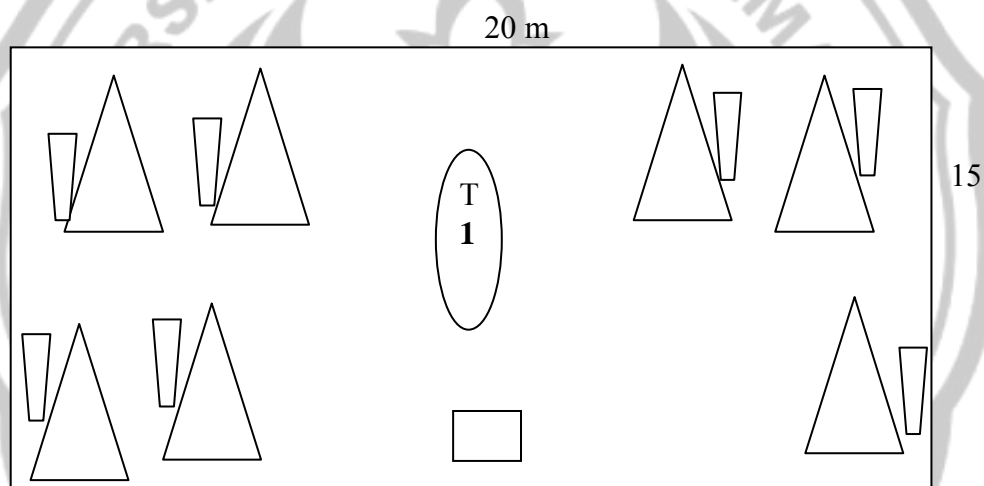
ketahuan tempat persembunyiannya, maka si pencari tetap dalam posisi kalah dan permainan dilanjutkan.

2.1.7.2 Peraturan Bermain Petak Umpet Di Kebun

2.1.7.2.1 Fasilitas dan Peralatan

1. Kebun/Tempat/Lokasi

Kebun yang digunakan dalam bermain petak umpet dibatasi dengan per petak yang ada di kebun dengan batas tali rafia berwarna hitam dan disesuaikan dengan situasi dan kondisi kebun dengan ukuran 20x15m.



Keterangan :

- : Hong/Tiang Hinggap
- △ : Tempat Untuk bersembunyi.
- : Guru/Wasit
- ▤ : Siswa

2. Perlengkapan Pemain

- 1) Memakai pakaian atau seragam Penjasorkes
- 2) Memakai sepatu dan kaos kaki.

3. Waktu

Waktu untuk bermain petak umpet setiap babak 15 menit yang terdiri dari tiga babak.

4. Wasit

- 1) Bermain petak umpet di kebun dipimpin oleh seorang wasit.
- 2) Wasit mempunyai wewenang untuk mengawasi bermain petak umpet
- 3) Wasit bertugas mengawasi anak yang sedang bermain.
- 4) Wasit berada di dalam kebun yaitu di area bermain petak umpet.

5. Alat

1. Tali raffia
2. Peluit dan
3. Stopwatch

2.1.7.2.2 Peraturan Bermain Petak Umpet Di Kebun

Dalam bermain petak umpet di kebun terdapat peraturan-peraturan yang harus dipatuhi oleh setiap siswa, peraturan-peraturan tersebut antara lain:

- 1) Pemain tidak boleh melebihi/melewati batas area yang sudah ditentukan.
- 2) Penjaga putri harus mencari siswa putri yang bersembunyi dan penjaga putra harus mencari siswa putra yang bersembunyi
- 3) Penjaga harus mencari siswa yang bersembunyi dan menyebut nama, kemudian lari cepat menuju hong begitu juga dengan siswa yang diketahui persembunyiannya.
- 4) Ketika berlari cepat menuju hong tidak diperbolehkan menoleh ke belakang, pandangan harus selalu kedepan.

- 5) Setiap pemain harus siap menjadi penjaga.
- 6) Pemain yang melanggar peraturan dikenakan sanksi yaitu harus siap menjadi penjaga. Apabila yang melanggar banyak maka diadakan undian dengan hompimpa.

2.1.8 Karakteristik Siswa Sekolah Dasar (SD) kelas III

Karakteristik anak di usia Sekolah Dasar perlu diketahui oleh para guru. Hal ini agar lebih mengetahui keadaan peserta didik khususnya ditingkat Sekolah Dasar. Sebagai guru harus dapat menerapkan metode pembelajaran yang sesuai dengan keadaan siswanya maka sangatlah penting bagi seorang pendidik mengetahui karakteristik siswanya. Selain karakteristik yang perlu diperhatikan juga kebutuhan peserta didik menurut Hadirukiyah (2009) yang diakses di internet tanggal 28 Maret 2010, dibahas sebagai berikut:

a. Senang Bermain

Karakteristik ini menuntut guru SD untuk melaksanakan kegiatan pendidikan yang bermuatan permainan lebih – lebih untuk kelas rendah. Guru Sekolah Dasar semestinya merancang model pembelajaran yang memungkinkan adanya unsur permainan di dalamnya. Guru hendaknya mengembangkan model pengajaran yang serius tapi santai.

b. Senang Bergerak

Orang dewasa dapat duduk berjam-jam, sedangkan anak SD dapat duduk dengan tenang paling lama sekitar 30 menit. Oleh karena itu, guru hendaknya merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak berpindah atau

bergerak. Menyuruh anak untuk duduk rapi untuk jangka waktu yang lama, dirasakan anak sebagai siksaan.

c. Anak senang bekerja dalam kelompok.

Dari pergaulannya dengan kelompok sebaya, anak belajar aspek-aspek yang penting dalam proses sosialisasi, seperti: belajar memenuhi aturan-aturan kelompok, belajar setia kawan, belajar tidak tergantung pada diterimanya dilingkungan, belajar menerimanya tanggung jawab, belajar bersaing dengan orang lain secara sehat (sportif), mempelajari olah raga dan membawa implikasi bahwa guru harus merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak untuk bekerja atau belajar dalam kelompok, serta belajar keadilan dan demokrasi.

d. Senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung.

Ditinjau dari teori perkembangan kognitif, anak SD memasuki tahap operasional konkrit. Dari apa yang dipelajari di sekolah, ia belajar menghubungkan konsep-konsep baru dengan konsep-konsep lama. Bagi anak SD, penjelasan guru tentang materi pelajaran akan lebih dipahami jika anak melaksanakan sendiri. Dengan demikian guru hendaknya merancang model pembelajaran yang memungkinkan anak terlibat langsung dalam proses pembelajaran.

2.2 Kerangka Berpikir

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian dari integral pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, ketrampilan berpikir kritis,

ketrampilan sosial, stabilitas emosional, tindakan moral serta pengenalan lingkungan luar sekolah. Pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun merupakan upaya untuk membantu seorang guru dalam memberikan materi pembelajaran lari. Pembelajaran lari dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet merupakan suatu kegiatan yang menyenangkan terutama bagi anak-anak yang bermanfaat untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan keterampilan gerak anak.

Dengan mengetahui manfaat bermain bagi anak, diharapkan guru dapat melahirkan ide mengenai bagaimana cara mengemas kegiatan bermain untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar pada anak, termasuk didalamnya pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet. Pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun merupakan salah satu upaya dalam membantu pembelajaran yang selama ini tergantung terhadap sarana dan prasarana yang ada dan diharapkan membuat anak lebih aktif bergerak yang membuat siswa tertarik dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Model Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang menggunakan tujuh langkah yang utama, yaitu :

1. Melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi. Termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka.
2. Mengembangkan bentuk pembelajaran lari cepat melalui bermain di kebun (berupa peraturan bermain petak umpet di kebun).
3. 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.
4. Revisi pengembangan model pembelajaran pertama yang berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan kelompok kecil.
5. Uji coba lapangan.
6. Revisi pengembangan model pembelajaran pertama yang berdasarkan hasil uji coba lapangan
7. Hasil akhir pengembangan model pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet di kebun bagi siswa Sekolah Dasar yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan.

3.2 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulan. (Sugiyono, 2009:80). Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah seluruh siswa kelas III SD N 3 Pernasidi.

3.3 Sampel

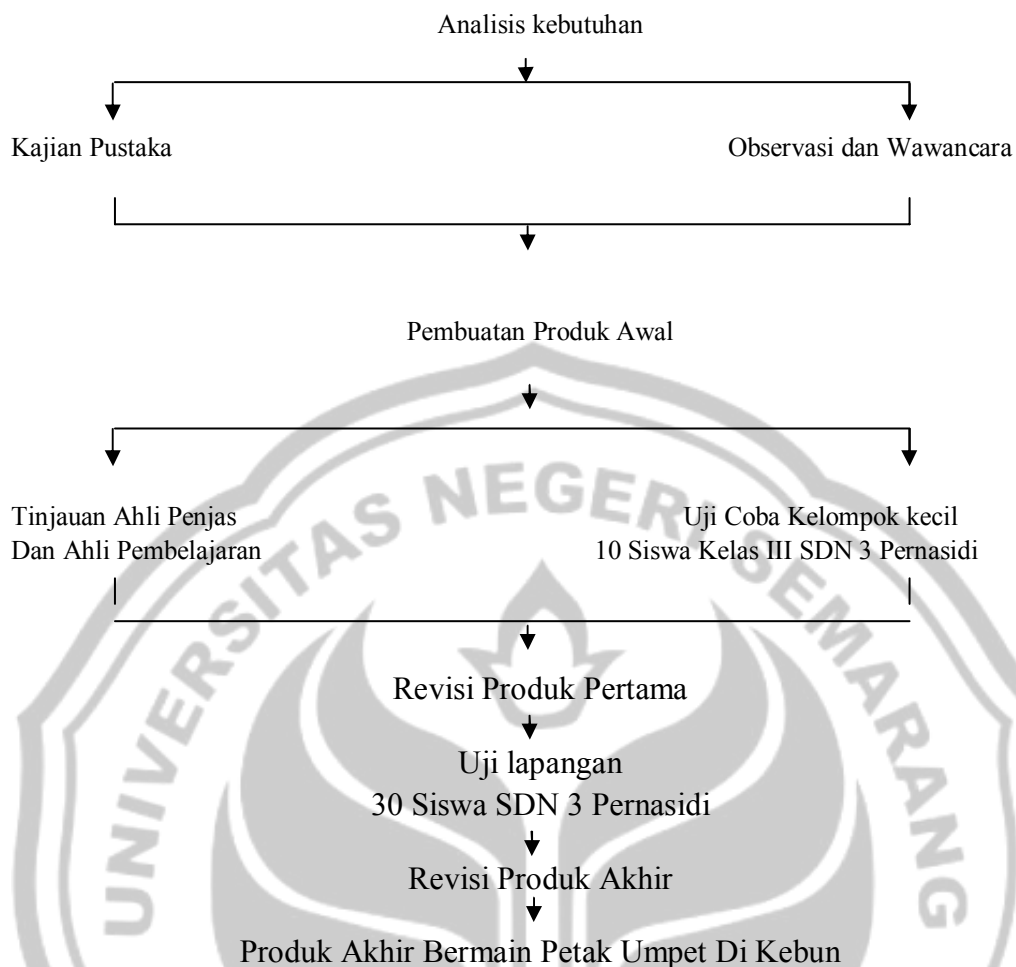
Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang di miliki oleh populasi tersebut. (Sugiyono, 2009:81). Dalam penelitian ini sampel yang digunakan untuk uji coba skala kecil menggunakan *random sampling*, yang berjumlah 10 siswa kelas III SD N 3 Pernasidi. Untuk uji lapangan menggunakan *total sampling*, yang berjumlah 30 siswa kelas III SD N 3 Pernasidi.

3.4 Prosedur Pengembangan

Prosedur pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun ini, melalui beberapa tahap.

Tahapan-tahapan tersebut antara lain observasi dan wawancara, kajian pustaka, analisis kebutuhan, pembuatan produk awal, tinjauan ahli pembelajaran dan ahli penjas, ujicoba kelompok kecil, revisi produk utama, uji lapangan, revisi produk akhir, dan produk akhir pengembangan model pembelajaran.

Berikut ini adalah gambar dari tahapan-tahapan prosedur pengembangan :



Gambar 2. Prosedur Pengembangan Modifikasi Pembelajaran Lari Cepat Dalam Penjasorkes Melalui Bermain Petak Umpet Di Kebun.

3.4.1 Analisis Kebutuhan

Analisis kebutuhan merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian ini. Langkah ini bertujuan untuk menentukan apakah pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet ini dibutuhkan atau tidak.

3.4.2 Pembuatan Produk Awal

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, maka langkah selanjutnya adalah pengembangan produk model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes

melalui bermain petak umpet di kebun. Dalam pengembangan produk, peneliti mengembangkan produk berdasarkan kajian teori yang kemudian dievaluasi oleh satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran.

3.4.3 Uji Coba Produk

Pelaksanaan uji coba produk pengembangan pembelajaran melalui beberapa tahapan yaitu: (1) menetapkan desain uji coba, (2) menentukan subjek uji coba, (3) menyusun instrument pengumpulan data, dan (4) menetapkan teknik analisis data.

3.4.4 Revisi Produk Pertama

Setelah uji coba produk, maka dilakukan revisi produk pertama hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil sebagai perbaikan dari produk yang diujicobakan.

3.4.5 Uji Coba Lapangan

Pada tahap ini dilakukan uji lapangan terhadap produk yang dikembangkan dengan menggunakan subjek uji coba siswa kelas III SD Negeri 3 Pernasidi Kabupaten Banyumas yang berjumlah 30 siswa.

3.4.6 Revisi Produk Akhir

Revisi dari hasil uji lapangan yang telah diujicobakan siswa kelas III SD Negeri 3 Pernasidi Kabupaten Banyumas yang berjumlah 30 siswa.

3.4.7 Hasil Akhir

Hasil akhir produk pengembangan dari uji lapangan yang berupa pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun.

3.5 Uji Coba Produk

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

3.5.1 Desain Uji Coba

Desain ujicoba yang dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui tingkat keefektifan dan segi pemanfaatan dari produk yang dikembangkan dalam hal ini pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet. Desain uji coba yang dilaksanakan terdiri dari :

3.5.1.1 Evaluasi Ahli

Sebelum produk pembelajaran yang dikembangkan diujicobakan kepada subjek, produk yang dikembangkan dievaluasi (validasi) terlebih dahulu oleh satu ahli penjas (Drs. Joko Hartono, M.Pd) dua ahli pembelajaran (Tarsono, S.Pd. Jas dan Suwardi, S.Pd Jas). Dengan kualifikasi : (1) Drs. Joko Hartono, M.Pd adalah dosen pembimbing II FIK UNNES, (2) Tarsono, S.Pd. Jas adalah Guru penjaskes SDN 1 Jatisaba Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas dan (3) Suwardi, S.Pd Jas adalah Guru penjaskes SDN 2 Pemasidi Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.

Variable yang dievaluasi oleh ahli meliputi fasilitas dan peralatan, jumlah pemain, lama permainan, perlengkapan permainan, aturan dan permianan. Untuk menghimpun data dari para ahli dilakukan dengan cara memberikan draf model awal dengan disertai lembar evaluasi kepada ahli penjas dan ahli pembelajaran.

Hasil evaluasi dari para ahli yang berupa penilaian dan saran produk yang telah dibuat, dipergunakan sebagai acuan dasar pengembangan produk.

3.5.1.2 Uji Coba Kelompok Kecil

Pada tahapan ini produk yang telah direvisi dari hasil evaluasi ahli kemudian diujicobakan kepada siswa putra SD Negeri 3 Pernasidi Kabupaten Banyumas. Pada uji coba kelompok kecil ini menggunakan 10 Siswa kelas III SDN 3 Pernasidi sebagai subjeknya. Pengambilan subjek dilakukan dengan menggunakan sampel secara *random (random sampling)*. Pertama-tama siswa diberi penjelasan peraturan bermain petak umpet yang kemudian melakukan uji coba bermain petak umpet. Setelah selesai melakukan uji coba, siswa mengisi kuesioner tentang bermain petak umpet yang telah dilakukan. Tujuan uji coba kelompok kecil ini adalah mengetahui tanggapan awal dari model yang dikembangkan.

3.5.1.3 Revisi Produk Pertama

Hasil data dari evaluasi satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil tersebut dianalisis. Selanjutnya dijadikan acuan untuk merevisi pengembangan model pembelajaran yang telah dibuat.

3.5.1.4 Uji Coba Lapangan

Hasil analisis uji coba kelompok kecil serta revisi produk pertama, selanjutnya dilakukan uji coba lapangan. Uji coba lapangan ini dilakukan pada siswa kelas III SD Negeri 3 Pernasidi sebanyak 30 Siswa. Pertama-tama siswa diberi penjelasan tentang peraturan cara bermain petak umpet dikebun. Kemudian melakukan pemanasan yang menuju ke inti, dan dilanjutkan dengan melakukan uji

coba bermain petak umpet. Setelah selesai melakukan uji coba, siswa melakukan pendinginan kemudian di lanjutkan dengan mengisi kuesioner tentang bermain petak umpet yang telah dilakukan.

3.5.2 Subjek Uji Coba

1. Evaluasi ahli yang terdiri dari satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran.
2. Uji coba kelompok kecil berjumlah 10 siswa kelas III SD Negeri 3 Pernasidi dipilih menggunakan sampel secara *random* (*random sampling*) dan Uji lapangan berjumlah 30 siswa kelas III SD Negeri 3 Pernasidi, sampel dipilih secara total (*total sampling*).

3.5.3 Jenis Data

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

3.5.4 Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berbentuk lembar evaluasi dan kuesioner. Lembar evaluasi digunakan untuk menghimpun data dari para ahli pendidikan jasmani. Instrumen berupa kuesioner yang digunakan untuk mengumpulkan data dari evaluasi ahli dan uji coba. Kepada ahli dan siswa diberikan kuesioner yang berbeda. Kuesioner ahli dititikberatkan pada produk pertama yang dibuat, sedangkan kuesioner siswa dititikberatkan pada kenyamanan dalam menggunakan produk.

Kuesioner yang digunakan untuk ahli berupa sejumlah aspek yang harus dinilai kelayakannya. Faktor yang digunakan dalam kuesioner berupa kualitas model pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet di kebun, serta saran

umum dan komentar jika ada. Rentangan evaluasi mulai dari “tidak baik” sampai dengan “sangat baik” dengan cara memberi tanda “√” pada kolom yang tersedia.

1. Tidak baik
2. Kurang baik
3. Cukup baik
4. Baik
5. Sangat baik

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

Tabel 1. Faktor, Indikator dan Jumlah Butir Kuesioner

No	Faktor	Indikator	Jumlah
1	Kualitas Model	Kualitas model pembelajaran terhadap standar kompetensi, keaktifan siswa, dan kelayakan untuk diajarkan pada Siswa SD kelas III	15

Kuesioner yang digunakan siswa berupa sejumlah pertanyaan, yang harus dijawab oleh siswa dengan alternatif jawaban “Ya” dan “Tidak”. Faktor yang digunakan dalam kuesioner meliputi aspek Psikomotor, kognitif, afektif. Cara pemberian skor pada alternative jawaban adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Skor Jawaban Kuesioner “Ya” dan “Tidak.

Alternatif Jawaban	Positif	Negatif
Ya	1	0
Tidak	0	1

Berikut ini adalah faktor-faktor, indikator, dan jumlah butir kuesioner yang akan digunakan pada siswa :

Tabel 3 Faktor, Indikator, dan Jumlah Butir Kuesioner

No	Faktor	Indikator	Jumlah
1	Psikomotorik	Kemampuan siswa mempraktekan gerak dalam bermain petak umpet.	10
2	Kognitif	Kemampuan siswa dalam memahami peraturan dan pengetahuan tentang model pembelajaran lari cepat melalui permainan petak umpet	10
3	Afektif	Menampilkan sikap dalam bermain petak umpet, nilai kerja sama, sportifitas, dan kejujuran	10

3.5.4.1 Data Analisis Kebutuhan

Permasalahan pembelajaran yang terjadi, yang berkaitan dengan proses pembelajaran Penjas, serta bentuk pemecahan dari masalah tersebut, maka perlu dilakukan analisis kebutuhan. Kegiatan ini dilakukan dengan cara menganalisis proses pembelajaran yang terjadi sesungguhnya di lapangan.

Dalam kompetensi dasar pada materi atletik terutama cabang lari khususnya mengkombinasikan gerak, jalan dan lari melalui bermain bagi siswa kelas III sekolah dasar, disebutkan bahwa siswa dapat melakukan gerak, jalan dan lari dalam bermain dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan sikap sportivitas dan percaya diri. Kenyataan yang ada dalam proses pembelajaran lari cepat di SD masih kurang sikap sportifitas dan percaya diri yang merupakan salah satu dari tujuan penjasorkes.

Proses pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes harus bisa memanfaatkan fasilitas yang ada seperti lingkungan sekitar yang bisa dilakukan untuk kegiatan pembelajaran. Banyak model pembelajaran yang kurang diminati oleh siswa yang kurang sesuai dengan jiwa siswa SD yaitu dengan bermain. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti berusaha mengembangkan model pembelajaran lari cepat

dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun bagi siswa kelas III Sekolah Dasar. Peneliti mengharapkan produk yang dihasilkan dapat meningkatkan kualitas pembelajaran lari khususnya melalui bermain sehingga siswa aktif mengikuti pembelajaran juga diharapkan dapat membantu guru Penjasorkes dalam memberikan pembelajaran lari lebih bervariasi.

3.5.4.2 Diskripsi Produk Awal

Setelah menentukan produk yang akan dikembangkan berupa pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet yang sesuai dengan siswa SD, tahap selanjutnya yang dilakukan adalah membuat produk dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Analisis tujuan dan karakteristik bermain petak umpet di SD
2. Analisis karakteristik siswa SD
3. Mengkaji literatur tentang prinsip-prinsip atau cara membuat atau mengembangkan pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet
4. Menetapkan prinsip-prinsip untuk pengembangan lari cepat melalui bermain petak umpet
5. Menetapkan tujuan, isi, dan strategi pengelolaan pembelajaran
6. Pengembangan prosedur pengukuran hasil pembelajaran
7. Menyusun produk awal pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun bagi siswa Sekolah Dasar.

Berikut ini adalah draf awal pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun bagi siswa Sekolah Dasar.

3.5.4.3 Draf Awal Pengembangan Model Pembelajaran Lari Cepat Dalam Penjasorkes Melalui Bermain Petak Umpet Di Kebun.

3.5.4.3.1 Pengertian Bermain Petak Umpet Di Kebun

Bermain petak umpet dapat dilakukan ditempat yang luas, salah satunya di kebun. Bermain petak umpet di kebun di mulai dengan diadakan hompimpa untuk menentukan siswa yang sebagai penjaga dan siswa yang bersembunyi. Dua siswa putri sebagai penjaga dan dua orang siswa putra sebagai penjaga. Setelah sudah dapat yang menjadi penjaga maka penjaga tersebut akan menutup matanya pada salah satu pohon yang dianggap sebagai hong, dan siswa yang lain akan mencari tempat bersembunyi dengan dihitung sampai 10 hitungan dan penjaga siap untuk mencari tempat persembunyiannya.

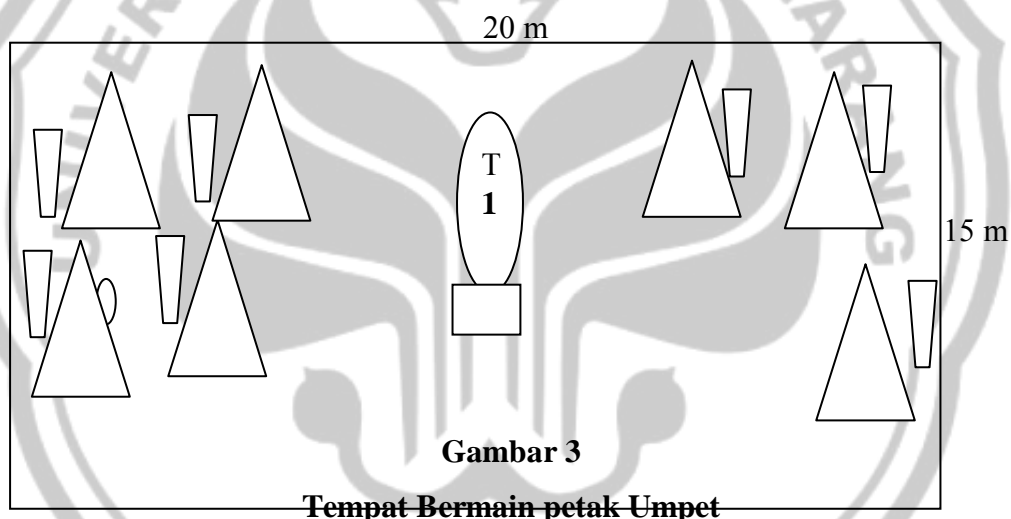
Cara bermain petak umpet ini dua siswa putri yang sebagai penjaga harus mencari siswa putri yang bersembunyi, dan dua siswa yang sebagai penjaga harus mencari siswa putra yang bersembunyi. Dalam bermain petak umpet ini dibatasi oleh waktu setiap babak yang terdiri dari tiga babak, dimana setiap babak waktunya adalah 15 menit. Bila telah menemukan orang yang bersembunyi, pencari dan yang ketahuan ini harus cepat-cepat berlari ke benteng setelah menyebut nama orang yang ketahuan persembunyiannya. karena bila yang bersembunyi berhasil lebih dulu menyentuh benteng, maka pada tahap selanjutnya dia tidak akan jaga. Setelah waktu habis, maka semua pemain akan kumpul di benteng dan setiap regu penjaga akan menutup matanya di benteng/pohon, kemudian regu sembunyi akan baris dibelakangnya. Pencari akan menyebut salah satu nomor. Anak yang ada di urutan nomor yang disebut akan menjadi pihak

yang kalah bila tadi dia tidak berhasil lebih dulu mencapai benteng. Sedangkan bila anak pada urutan yang disebut ternyata adalah anak yang berhasil mencapai benteng lebih dulu pada saat ketahuan tempat persembunyiannya, maka si pencari tetap dalam posisi kalah dan dilanjutkan dalam bermain.

3.5.4.3.2 Fasilitas Dan Peralatan

a. Kebun/Tempat/Lokasi

Kebun yang digunakan dalam bermain petak umpet dibatasi dengan tali rafia berwarna hitam dan disesuaikan dengan situasi dan kondisi kebun dengan ukuran 20x15 meter.



Keterangan :

- : Hong/Tiang Hinggap
- △ : Tempat Untuk bersembunyi.
- : Guru/Wasit
- ▽ : Siswa

b. Perlengkapan Pemain

- 1) Memakai pakaian atau seragam Penjasorkes
- 2) Memakai sepatu dan kaos kaki.

c. Waktu

Waktu untuk bermain petak umpet setiap babak 15 menit yang terdiri dari tiga babak.

d. Wasit

- 1) Bermain petak umpet di kebun dipimpin oleh seorang wasit.
- 2) Wasit mempunyai wewenang untuk mengawasi bermain petak umpet
- 3) Wasit bertugas mengawasi anak yang sedang bermain.
- 4) Wasit berada di dalam kebun yaitu di area bermain petak umpet.

e. Alat

- 1) Tali rafia
- 2) Peluit
- 3) Stopwatch.

f. Peraturan Bermain

- 1) Pemain tidak boleh melebihi/melewati batas area yang sudah ditentukan.
- 2) Penjaga putri harus mencari siswa putri yang bersembunyi dan penjaga putra harus mencari siswa putra yang bersembunyi
- 3) Penjaga harus mencari siswa yang bersembunyi dan menyebut nama, kemudian lari cepat menuju hong begitu juga dengan siswa yang diketahui persembunyiannya.
- 4) Setiap pemain harus siap menjadi penjaga.
- 5) Pemain yang melanggar peraturan dikenakan sanksi yaitu harus siap menjadi penjaga.

- 6) Apabila yang melanggar banyak maka diadakan undian dengan hompimpa.

3.6 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan model pembelajaran ini adalah menggunakan analisis deskriptif berbentuk presentase. Sedangkan data yang berupa saran dan alasan memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif.

Dalam pengolahan data, presentase diperoleh dengan rumus dari Sukirman, dkk (2003;879) yaitu:

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

Keterangan :

f = frekuensi yang sedang dicari presentasinya

N = jumlah seluruh data

100% = Konstanta.

Dari hasil presentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh kesimpulan data. Pada table 4 akan disajikan klasifikasi presentase.

Tabel 4 Klasifikasi Presentase

Presentase	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 Guilford (dalam Faqih, 1996:57)



BAB IV

HASIL PENELITIAN

4.1 Hasil Data Uji Coba

4.1.1 Validasi Ahli

4.1.1.1 Validasi Draft Produk Awal

Produk awal pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun bagi siswa Sekolah Dasar (SD) sebelum diujicobakan dalam uji coba kelompok kecil perlu validasi oleh para ahli yang sesuai dengan bidang penelitian ini. Untuk memvalidasi produk yang dihasilkan, peneliti melibatkan satu (1) orang ahli yang berasal dari dosen yaitu Drs. Joko Hartono, M.Pd, dan dua (2) orang guru penjas sekolah dasar, yaitu Tarsono, S.Pd. Jas dan Suwardi, S.Pd Jas. Validasi dilakukan dengan cara memberikan draft produk awal pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun, dengan disertai lembar evaluasi untuk ahli dan guru penjas Sekolah Dasar (SD). Lembar evaluasi berupa kuesioner yang berisi aspek kualitas pembelajaran, saran, serta komentar dari ahli penjas dan guru penjas Sekolah Dasar (SD) terhadap pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet di kebun. Hasil evaluasi berupa nilai dari aspek kualitas model pembelajaran dengan menggunakan skala Likert 1 sampai 5. Caranya menyontrenng salah satu angka yang tersedia pada lembar evaluasi. Lembar evaluasi untuk kualitas pengembangan model pembelajaran lari cepat

dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun dapat di lihat pada lampiran 4 halaman 75.

4.1.1.2 Deskripsi Data Validasi Ahli

Data yang diperoleh dari pengisian kuesioner oleh para ahli, merupakan pedoman untuk menyatakan apakah pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun dapat digunakan untuk uji coba skala kecil dan uji coba lapangan. Berikut ini adalah hasil pengisian kuesioner dari para ahli penjas dan guru penjasorkes Sekolah Dasar (SD).

Tabel 5. Hasil Rata-rata Skor Penilaian Ahli

No	Ahli	Hasil rata-rata skor penilaian
1.	Ahli Penjas	4,47
2.	Ahli Pembelajaran I	4,26
3.	Ahli Pembelajaran II	4,20

Berdasarkan pengisian kuesioner yang dilakukan oleh ahli Penjas dan guru Penjasorkes Sekolah Dasar didapat rata-rata lebih dari 4 (empat) atau masuk dalam kategori “**Baik**”. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun bagi siswa kelas III Sekolah Dasar dapat digunakan untuk uji coba skala kecil. Masukan berupa saran dan komentar pada produk pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun, sangat diperlukan untuk perbaikan terhadap pembelajaran tersebut. Hasil evaluasi ahli untuk kualitas pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun dapat dilihat pada lampiran 6 halaman 83.

4.1.1.3 Revisi Draf Produk Awal Sebelum Uji Coba Skala Kecil Pembelajaran Lari Cepat Melalui Bermain Petak Umpet Di Kebun

4.1.1.3.1 Pengertian Bermain Petak Umpet

Bermain petak umpet dapat dilakukan ditempat yang luas, salah satunya di kebun. Bermain petak umpet di mulai dari dengan diadakan hompimpa yg dilakukan oleh setiap siswa sampai terdapat satu orang sebagai penjaga. Setelah sudah dapat yang menjadi penjaga penjaga tersebut akan menutup matanya pada salah satu pohon yang dianggap sebagai hong, dan siswa yang lain akan mencari tempat bersembunyi dengan dihitung sampai 10 hitungan dan penjaga siap untuk mencari tempat persembunyiannya.

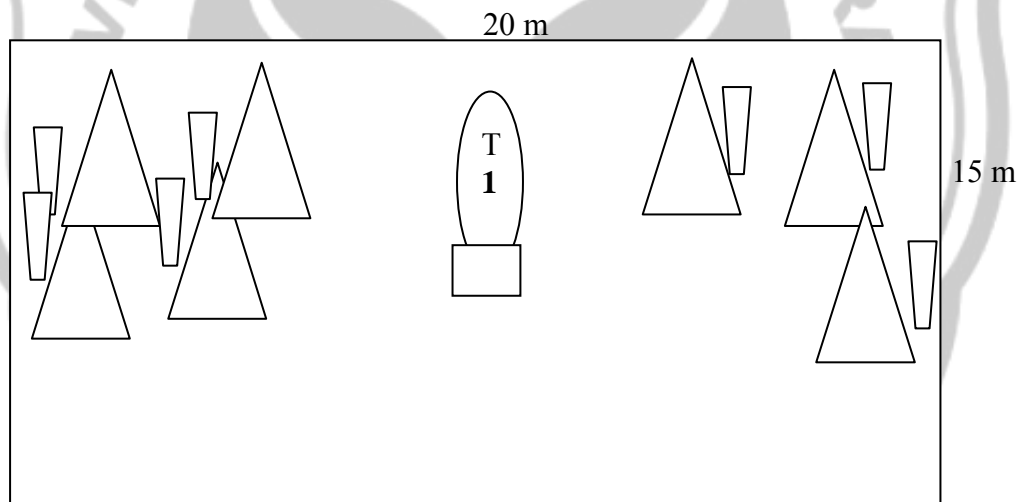
Cara bermain petak umpet dikebun, seorang penjaga harus mencari siswa yang sedang bersembunyi. Dalam bermain petak umpet ini dibatasi oleh waktu untuk bersembunyi yaitu maksimal 10 menit. Hal ini bertujuan untuk mengatasi lamanya siswa tersebut agar tidak terus menerus bersembunyi. Penjaga harus mencari siswa yang bersembunyi. Bila telah menemukan siswa yang bersembunyi, pencari ini harus cepat-cepat berlari ke benteng sambil menyebut nama orang yang ketahuan persembunyiannya. Begitu juga dengan anak yang ketahuan harus lari cepat biar dapat sampai ke benteng terlebih dahulu karena bila berhasil lebih dulu menyentuh benteng, maka pada tahap selanjutnya dia tidak akan jaga. Setelah semua pemain sudah tidak ada yang bersembunyi maka semua pemain akan kumpul di benteng dan penjaga akan menutup matanya di benteng/pohon, kemudian siswa yang tadi sembunyi akan baris dibelakangnya. Penjaga akan menyebut salah satu nomor, anak yang ada di urutan nomor yang

disebut akan menjadi pihak yang kalah dan menjadi penjaga bila tadi dia tidak berhasil lebih dulu mencapai benteng. Sedangkan bila anak pada urutan yang disebut ternyata adalah anak yang berhasil mencapai benteng lebih dulu pada saat ketahuan tempat persembunyiannya, maka si penjaga tetap dalam posisi kalah dan dilanjutkan dengan bermain petak umpet lagi.





4.1.1.3.2 Fasilitas Dan Peralatan

a. Kebun/Tempat/Lokasi

Kebun yang digunakan dalam bermain petak umpet dibatasi dengan batas tali rafia berwarna hitam dan disesuaikan dengan situasi dan kondisi kebun dengan ukuran 20x15 meter.



Keterangan :

-  : Hong/Tiang Hinggap
-  : Tempat Untuk bersembunyi.
-  : Guru/Wasit
-  : Siswa

b. Perlengkapan Pemain

- 1) Memakai pakaian atau seragam Penjasorkes
- 2) Memakai sepatu dan kaos kaki.

c. Waktu

Sesuai dengan rencana model pengembangan pembelajaran yaitu 2x35 menit, yang terdiri dari pemanasan, kegiatan inti dan pendinginan.

d. Wasit

- 1) Bermain petak umpet di kebun dipimpin oleh seorang wasit.
- 2) Wasit mempunyai wewenang untuk mengawasi bermain petak umpet
- 3) Wasit bertugas mengawasi anak yang sedang bermain.
- 4) Wasit berada di dalam kebun yaitu di area bermain petak umpet.

e. Alat

- 1) Tali raffia
- 2) Peluit
- 3) Stopwatch

f. Peraturan Bermain

- 1) Pemain tidak boleh melebihi/melewati batas area yang sudah ditentukan.
- 2) Penjaga harus mencari siswa yang bersembunyi dan menyebut nama, kemudian lari cepat menuju hong.
- 3) Siswa yang telah diketahui persembunyiannya juga harus berlari cepat menuju hong.
- 4) Ketika berlari cepat dan sedang berpacu menuju hong tidak diperbolehkan menoleh ke belakang, pandangan harus selalu kedepan.
- 5) Pemain yang bersembunyi tidak boleh bersembunyi terus menerus maksimal waktu bersembunyi 10 menit.
- 6) Setiap pemain harus siap menjadi penjaga

- 7) Pemain yang melanggar peraturan dikenakan sanksi yaitu harus siap menjadi penjaga dan apabila yang melanggar banyak maka diadakan undian dengan hompimpa.

4.1.2 Data Uji Coba Skala Kecil

Setelah produk pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun pada siswa kelas III SD N 3 Pernasididi validasi oleh ahli dan para guru Penjas Sekolah Dasar (SD) serta dilakukan revisi, maka pada hari rabu tanggal 04 Mei 2011 produk diujicobakan kepada siswa kelas III yang berjumlah 10 siswa. Pengambilan sampel dengan menggunakan metode secara acak (*random sampling*).

Uji coba ini bertujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi berbagai permasalahan dan kelemahan, kekurangan atau pun 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.

Berdasarkan data pada hasil dari pengisian kuesioner mengenai produk yang diisi oleh siswa, diperoleh presentase jawaban yang sesuai dengan aspek yang dinilai sebesar 87%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun ini telah memenuhi kriteria “Baik” sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas III SDN 3 Pernasidi.

Berikut ini adalah tabel presentase jawaban kuesioner pada uji coba kelompok kecil :

Table 6.
Data hasil uji coba skala kecil (N=10)

Aspek yang dinilai	Jawaban	Presentase	Kriteria
1. Apakah ketika kamu bermain petak umpet melakukan gerak?	Ya	100 %	Sangat Baik
2. Apakah ketika bermain petak umpet kamu melakukan lari?	Ya	100 %	Sangat Baik
3. Apakah ketika bermain petak umpet kamu melakukan lari yang cepat?	Ya	80 %	Baik
4. Apakah kamu kesulitan dalam bermain petak umpet?	Tidak	80 %	Baik
5. Apakah selama bermain petak umpet kamu merasa sulit untuk hinggap di hong ?	Tidak	70 %	Cukup Baik
6. Apakah selama bermain petak umpet kamu mudah untuk bersembunyi?	Ya	60 %	Cukup Baik
7. Apakah ketika bermain petak umpet kamu terus menerus bersembunyi?	Tidak	80 %	Baik
8. Apakah ketika bermain petak umpet kamu pernah ketahuan tempat persembunyiannya?	Ya	100 %	Sangat Baik
9. Apakah ketika kamu bersembunyi kamu berpindah tempat dengan lari cepat?	Ya	60 %	Cukup Baik
10. Apakah ketika kamu menuju hong dari tempat persembunyian berlari dengan cepat?	Ya	100 %	Sangat Baik
11. Apakah kamu tahu cara bermain petak umpet di kebun?	Ya	100 %	Sangat Baik
12. Apakah bermain petak umpet merupakan materi yang di ajarkan oleh guru dengan tujuan kamu bergerak ?	Ya	100 %	Sangat Baik
13. Apakah dalam bermain petak umpet kamu lebih aktif bergerak ?	Ya	100 %	Sangat Baik
14. Apakah sebelum bermain petak umpet kamu melakukan pemanasan terlebih dahulu ?	Ya	80 %	Baik
15. Apakah dalam bermain petak umpet perlu melakukan kerja sama dengan teman?	Ya	60 %	Cukup Baik
16. Apakah dalam bermain petak umpet kamu mentaati peraturan yang telah ditentukan oleh guru?	Ya	100 %	Sangat Baik
17. Apakah dalam bermain petak umpet dapat menjadikan tubuh sehat?	Ya	90 %	Baik
18. Apakah setelah bermain petak umpet denyut nadi menjadi	Ya	70 %	Cukup Baik

naik?			
19. Apakah seorang guru akan memberikan teguran kepada pemain yang tidak mentaati peraturan?	Ya	70 %	Cukup Baik
20. Apakah bermain petak umpet dapat dimainkan oleh semua orang?	Ya	100 %	Sangat Baik
21. Apakah kamu suka bermain petak umpet?	Ya	100 %	Sangat Baik
22. Apakah kamu suka bermain petak umpet di kebun?	Ya	90 %	Baik
23. Apakah kamu setelah bermain petak umpet di kebun merasa senang?	Ya	100 %	Sangat Baik
24. Apakah kamu bersungguh-sungguh ketika bermain petak umpet?	Ya	100 %	Sangat Baik
25. Apakah kamu mentaati peraturan ketika bermain petak umpet?	Ya	100 %	Sangat Baik
26. Apakah kamu dalam bermain petak umpet bisa bekerja sama dengan teman?	Ya	80 %	Baik
27. Apakah kamu bersedia menjadi penjaga?	Ya	90 %	Baik
28. Apakah setiap pemain harus mentaati peraturan?	Ya	100 %	Sangat Baik
29. Apakah kamu ingin bermain petak umpet dikebun lagi?	Ya	70 %	Baik
30. Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk bermain petak umpet lagi di kebun?	Ya	80 %	Baik
Rata – rata		87 %	Baik

4.1.2.1 Analisis Data Hasil Uji Kelompok Kecil

Pada analisis data hasil uji coba kelompok kecil berdasarkan tabel 6 halaman 41 hasil uji coba kelompok kecil diperoleh melalui kuesioner. Kuesioner yang berjumlah 30 butir soal terdiri dari 3 aspek yaitu : Aspek Psikomotorik (butir 1-10), Aspek Afektif (butir 11-20), dan Aspek Kognitif (butir 21-30).

1. Aspek melakukan gerak dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%.

Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.

2. Aspek melakukan lari dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%.

Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi

kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.

3. Aspek melakukan lari yang cepat dalam bermain petak umpet didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
4. Aspek melakukan gerak dalam bermain petak umpet didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
5. Aspek untuk hinggap di hong dalam bermain petak umpet didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **cukup baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
6. Aspek untuk bersembunyi dalam bermain petak umpet didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **cukup baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
7. Aspek untuk tidak terus menerus bersembunyi dalam bermain petak umpet didapat presentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
8. Aspek pernah ketahuan tempat persembunyiannya dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
9. Aspek ketika bersembunyi berpindah tempat dengan lari cepat dalam bermain petak umpet didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah

ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **cukup baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).

10. Aspek berlari dengan cepat menuju hong dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
11. Aspek cara bermain dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
12. Aspek tujuan agar siswa bergerak dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
13. Aspek mendorong siswa agar aktif bergerak dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
14. Aspek melakukan pemanasan sebelum bermain dalam bermain petak umpet didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
15. Aspek perlunya kerjasama dalam bermain petak umpet didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **cukup baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
16. Aspek mematuhi peraturan dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut

memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.

17. Aspek tubuh menjadi sehat dalam bermain petak umpet didapat presentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
18. Aspek peningkatan denyut nadi dalam bermain petak umpet didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **cukup baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
19. Aspek pemberian peringatan oleh guru terhadap pemain yang tidak mentaati peraturan dalam bermain petak umpet didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **cukup baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
20. Aspek bermain petak umpet dapat dimainkan oleh semua orang didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
21. Aspek suka atau tidaknya dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
22. Aspek suka atau tidaknya dalam bermain petak umpet di perkebunan didapat presentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
23. Aspek senang atau tidak setelah bermain petak umpet diperkebunan didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek

tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.

24. Aspek serius keseriusan dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
25. Aspek mentaati peraturan dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
26. Aspek bisa kerja sama atau tidak dalam bermain petak umpet didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
27. Aspek bersedia atau tidaknya menjadi penjaga dalam bermain petak umpet didapat presentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
28. Aspek harus mentaati peraturan dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
29. Aspek bersedia atau tidaknya untuk bermain petak umpet lagi di perkebunan didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **cukup baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
30. Aspek bersedia atau tidaknya mengajak teman yang lain untuk bermain petak umpet lagi di perkebunan didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek

ini dapat digunakan.

4.1.2.2 Revisi Produk Setelah Uji Coba Skala Kecil

Berdasarkan saran dari ahli dan guru penjas Sekolah Dasar (SD) pada produk yang telah diujicobakan kedalam skala kecil, maka dapat segera dilaksanakan revisi produk. Proses revisi produk berdasarkan saran ahli dan guru penjas SD terhadap kendala dan permasalahan yang muncul setelah uji coba skala kecil. Proses revisi adalah sebagai berikut :

1. Tempat/Lokasi

Dalam revisi peneliti akan memperluas tempat untuk bermain petak umpet yaitu yang sebelumnya ukurannya 20x15m diperluas menjadi 40x20m. Dengan solusi tersebut diharapkan siswa dalam bermain petak umpet akan lebih leluasa untuk bersembunyi karena lebih luas dan banyak tempat untuk bersembunyi, sehingga siswa akan lebih luas untuk bergerak.

2. Batas Area Bermain

Dalam revisi peneliti akan menggunakan batas area yang lebih jelas yaitu menggunakan tali rafia yang berwarna cerah. Dengan solusi tersebut diharapkan siswa akan lebih jelas tentang batas lapangan yang digunakan. Sehingga siswa berusaha tidak akan keluar dari batas yang telah ditentukan.

3. Objek Penelitian

Dalam melaksanakan uji coba skala kecil, siswa kurang dalam melakukan lari yang cepat, dikarenakan peraturan yang hanya menyebut nama jika sudah mengetahui tempat persembunyiannya kemudian hanya lari ke tiang hinggap, hal ini cenderung siswa tidak berusaha berlari dengan cepat. Dalam revisi ini peneliti

merubah peraturan cara bermain yaitu yang sebelumnya hanya menyebut nama akan dirubah yaitu mematikan lawan dengan cara di sentuh/di tik/dikenai langsung anggota tubuhnya kemudian bersama-sama lari menuju hong/tiang hinggap. Dengan solusi tersebut diharapkan siswa akan lebih kompetitif dan melakukan lari yang cepat.

4.1.2.3 Draf Setelah Uji Coba Skala Kecil Pengembangan Model Pembelajaran

Lari Cepat Dalam Penjasorkes Melalui Bermain Petak Umpet Di Kebun.

4.1.2.3.1 Pengertian Bermain Petak Umpet Di Kebun

Pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet dikebun merupakan salah satu bentuk modifikasi pembelajaran yang dilaksanakan oleh seorang guru penjaskes. Bermain petak umpet di kebun dimulai dari siswa melakukan hompimpa untuk menentukan siswa yang akan menjadi penjaga hong/tiang hinggap dan siswa yang akan bersembunyi. Setelah sudah didapat siswa yang menjadi penjaga maka penjaga tersebut akan menutup matanya pada salah satu pohon yang sudah ditentukan sebagai hong dan dikasih angka 1 sebagai tanda. Siswa yang lain akan mencari tempat bersembunyi dengan dihitung sampai 10 hitungan oleh penjaga dan penjaga siap untuk mencari tempat persembunyian siswa yang lain.

Seorang penjaga bertugas mencari siswa yang sedang bersembunyi. Dalam bermain petak umpet ini dibatasi oleh waktu untuk bersembunyi yaitu maksimal 10 menit. Hal ini bertujuan untuk mengatasi lamanya siswa tersebut agar tidak terus menerus bersembunyi. Penjaga harus mencari orang yang bersembunyi, kemudian ketika sudah diketahui harus di tik/disentuh anggota tubuhnya

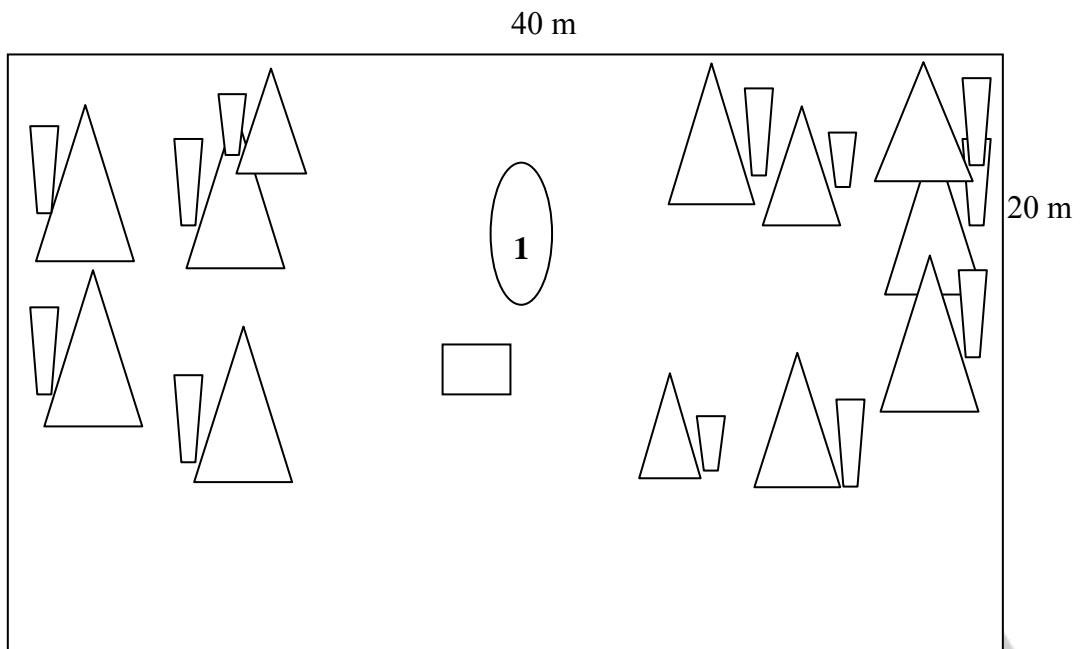
kemudian si pencari dan yang tadi diketahui persembunyiannya harus berpacu untuk cepat-cepat berlari ke benteng/hong. Dan apabila yang tadi bersembunyi berhasil lebih dulu menyentuh hong, maka pada tahap selanjutnya dia tidak akan jaga walaupun nantinya pada waktu disebutin pas pada nomor urutannya. Setelah semua sudah berada di hong dan tidak ada yang bersembunyi lagi, maka semua pemain akan kumpul di benteng/hong dan setiap penjaga akan menutup matanya di benteng/hong, kemudian regu sembunyi akan baris dibelakangnya. Pencari akan menyebut salah satu nomor dan anak yang ada di urutan nomor yang disebut akan menjadi pihak yang kalah bila tadi dia tidak berhasil lebih dulu mencapai benteng/hong. Sedangkan bila anak pada urutan yang disebut ternyata adalah anak yang berhasil mencapai benteng/hong lebih dulu, maka si pencari tetap dalam posisi kalah dan permainan dilanjutkan.

4.1.2.3.2 Peraturan Bermain Petak Umpet Di Kebun

Berikut ini adalah peraturan-peraturan dalam pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes bermain petak umpet di kebun yang sudah dimodifikasi, antara lain sebagai berikut :

a. Tempat/ lokasi

Tempat yang digunakan adalah kebun yang berukuran sekitar 40x20 m. Kebun ini di batasi oleh tali pembatas yang berwarna merah mengelilingi kebun.



Gambar 5.
Tempat Bermain petak Umpet

Keterangan :

- : Hong/Tiang Hinggap
- △ : Tempat Untuk bersembunyi.
- : Guru/Wasit
- ▤ : Siswa

b. Perlengkapan Pemain

1) Memakai pakaian atau seragam Penjasorkes

2) Memakai sepatu dan kaos kaki

c. Waktu

Sesuai dengan rencana model pengembangan pembelajaran yaitu 2x35 menit, yang terdiri dari pemanasan, kegiatan inti dan pendinginan.

d. Wasit

1) Bermain petak umpet di kebun dipimpin oleh seorang wasit.

- 2) Wasit mempunyai wewenang untuk mengawasi bermain petak umpet sekaligus sebagai timer lamanya siswa yang bersembunyi.
- 3) Wasit bertugas mengawasi anak yang sedang bermain.
- 4) Wasit berada di dalam kebun yaitu di area bermain petak umpet.

e. Alat

- 1) Tali rafia warna merah
- 2) Peluit
- 3) Stopwatch.

f. Peraturan Bermain Petak Umpet

- 1) Pemain tidak boleh melebihi/melewati batas area yang sudah ditentukan.
- 2) Penjaga harus mencari siswa yang bersembunyi dan jika sudah diketahui maka penjaga harus menyentuh anggota tubuhnya dengan tangan, kemudian lari menuju hong.
- 3) Siswa yang bersembunyi yang telah diketahui identitasnya dan sudah di sentuh anggota tubuhnya oleh si penjaga juga harus lari menuju hong.
- 4) Penjaga dan siswa yang diketahui persembunyiannya harus berpacu dengan lari cepat menyentuh hong.
- 5) Pemain yang bersembunyi tidak boleh bersembunyi terus menerus maksimal waktu bersembunyi 10 menit.
- 6) Setiap pemain harus siap menjadi penjaga yang pada waktu bermain kalah cepat menyentuh hong dengan penjaga.
- 7) Siswa yang menjadi telah penjaga dua kali berturut-turut tidak jadi penjaga lagi.

- 8) Pemain yang melanggar peraturan dikenakan sanksi yaitu harus siap menjadi penjaga. Apabila yang melanggar banyak maka diadakan undian dengan hompimpa.

4.1.3 Data Uji Coba Lapangan

Berdasarkan evaluasi ahli serta uji coba kelompok kecil, langkah berikutnya adalah uji coba lapangan. Uji coba lapangan bertujuan untuk mengetahui keefektifan perubahan yang telah dilakukan pada evaluasi ahli serta uji coba kelompok kecil apakah bahan bermain itu dapat digunakan yang sebenarnya. Uji coba lapangan dilakukan oleh siswa kelas III SDN 3 Pernasidi yang berjumlah 30 Siswa yang terdiri dari 15 siswa putra dan siswa 15 putri. Data uji coba lapangan dihimpun dengan menggunakan kuesioner.

Berikut tabel presentase kuesioner siswa berdasarkan data uji lapangan:

Tabel 7.
Data hasil uji lapangan (N=30)

Aspek yang dinilai	Jawaban	Presentase	Kriteria
1. Apakah ketika kamu bermain petak umpet melakukan gerak?	Ya		Sangat Baik
2. Apakah ketika bermain petak umpet kamu melakukan lari?	Ya		Sangat Baik
3. Apakah ketika bermain petak umpet kamu melakukan lari yang cepat?	Ya		Sangat Baik
4. Apakah kamu kesulitan dalam bermain petak umpet?	Tidak		Baik
5. Apakah selama bermain petak umpet kamu merasa sulit untuk hinggap di hong ?	Tidak		Baik
6. Apakah selama bermain petak umpet kamu mudah untuk bersembunyi?	Ya		Baik
7. Apakah ketika bermain petak umpet kamu terus menerus bersembunyi?	Tidak		Baik
8. Apakah ketika bermain petak umpet kamu pernah	Ya		Baik

ketahuan tempat persembunyiannya?			
9. Apakah ketika kamu bersembunyi kamu berpindah tempat dengan lari cepat?	Ya		Baik
10. Apakah ketika kamu menuju hong dari tempat persembunyian berlari dengan cepat?	Ya		Sangat Baik
11. Apakah kamu tahu cara bermain petak umpet di kebun?	Ya		Sangat Baik
12. Apakah bermain petak umpet merupakan materi yang di ajarkan oleh guru dengan tujuan kamu bergerak ?	Ya		Sangat Baik
13. Apakah dalam bermain petak umpet kamu lebih aktif bergerak ?	Ya		Baik
14. Apakah sebelum bermain petak umpet kamu melakukan pemanasan terlebih dahulu ?	Ya		Sangat Baik
15. Apakah dalam bermain petak umpet perlu melakukan kerja sama dengan teman?	Ya		Baik
16. Apakah dalam bermain petak umpet kamu mentaati peraturan yang telah ditentukan oleh guru?	Ya		Sangat Baik
17. Apakah dalam bermain petak umpet dapat menjadikan tubuh sehat?	Ya		Baik
18. Apakah setelah bermain petak umpet denyut nadi menjadi naik?	Ya		Baik
19. Apakah seorang guru akan memberikan teguran kepada pemain yang tidak mentaati peraturan?	Ya		Baik
20. Apakah bermain petak umpet dapat dimainkan oleh semua orang?	Ya		Sangat Baik
21. Apakah kamu suka bermain petak umpet?	Ya		Baik
22. Apakah kamu suka bermain petak umpet di kebun?	Ya		Baik
23. Apakah kamu setelah bermain petak umpet di kebun merasa senang?	Ya		Baik
24. Apakah kamu bersungguh-sungguh ketika bermain petak umpet?	Ya		Sangat Baik
25. Apakah kamu mentaati peraturan ketika bermain petak umpet?	Ya		Sangat Baik
26. Apakah kamu dalam bermain petak umpet bisa bekerja sama dengan teman?	Ya		Baik
27. Apakah kamu bersedia menjadi penjaga?	Ya		Sangat Baik
28. Apakah setiap pemain harus mentaati peraturan?	Ya		Sangat Baik
29. Apakah kamu ingin bermain petak umpet di kebun lagi?	Ya		Baik

30. Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk bermain petak umpet lagi di kebun?	Ya		Baik
Rata – rata		90%	Baik

4.1.3.1 Analisis Hasil Uji Lapangan

Berdasarkan data pada tabel 7 halaman 53 yaitu hasil uji coba lapangan didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun ini telah memenuhi kriteria **Baik**, sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas III SDN 3 Pernasidi.

Berdasarkan tabel analisis data hasil uji coba lapangan yang di peroleh melalui kuesioner dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Aspek melakukan gerak dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
2. Aspek melakukan lari dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
3. Aspek melakukan lari yang cepat dalam bermain petak umpet didapat presentase 93,3%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
4. Aspek tidak kesulitan dalam bermain petak umpet didapat presentase 73,3%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.

5. Aspek untuk hinggap di hong dalam bermain petak umpet didapat presentase 73,3%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
6. Aspek untuk bersembunyi dalam bermain petak umpet didapat presentase 86,7%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
7. Aspek untuk terus menerus bersembunyi dalam bermain petak umpet didapat presentase 76,7%. aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
8. Aspek pernah ketahuan tempat persembunyiannya dalam bermain petak umpet didapat presentase 76,7%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
9. Aspek ketika bersembunyi berpindah tempat dengan lari cepat dalam bermain petak umpet didapat presentase 73,3%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
10. Aspek berlari dengan cepat menuju hong dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
11. Aspek cara bermain dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
12. Aspek tujuan agar siswa bergerak dalam bermain petak umpet didapat

presentase 93,3%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.

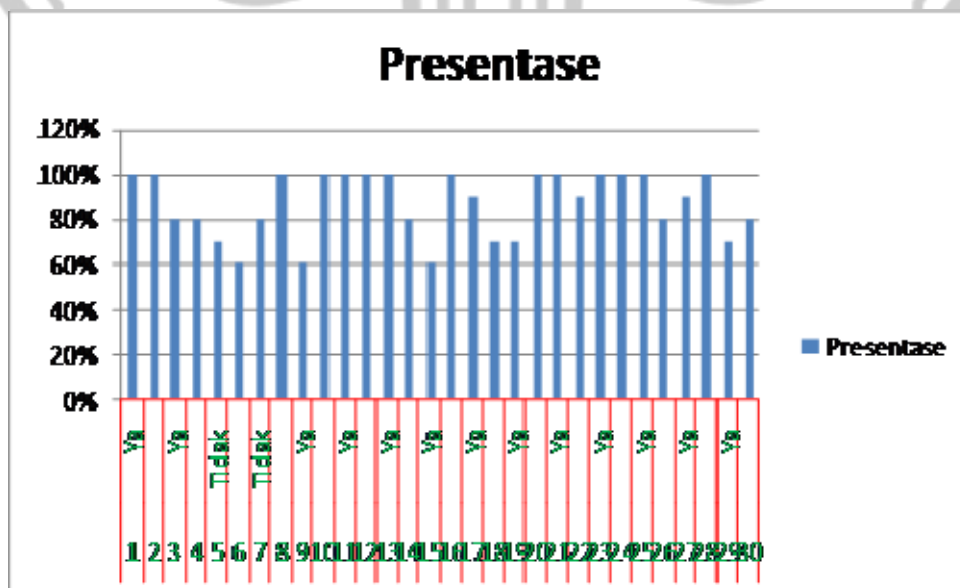
13. Aspek mendorong siswa agar aktif bergerak dalam bermain petak umpet didapat presentase 86,7%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
14. Aspek melakukan pemanasan sebelum bermain dalam bermain petak umpet didapat presentase 93,3%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini digunakan.
15. Aspek perlunya kerjasama dalam bermain petak umpet didapat presentase 86,7%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga dapat digunakan.
16. Aspek mematuhi peraturan dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
17. Aspek tubuh menjadi sehat dalam bermain petak umpet didapat presentase 86,7%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
18. Aspek peningkatan denyut nadi dalam bermain petak umpet didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
19. Aspek pemberian peringatan oleh guru terhadap pemain yang tidak mentaati peraturan dalam bermain petak umpet didapat presentase 90%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, aspek ini dapat digunakan .

20. Aspek bermain petak umpet dapat dimainkan oleh semua orang didapat presentase 96,7%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, aspek ini dapat digunakan.
21. Aspek suka atau tidaknya dalam bermain petak umpet didapat presentase 90%. aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
22. Aspek suka atau tidaknya dalam bermain petak umpet di perkebunan didapat presentase 90%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
23. Aspek senang atau tidak setelah bermain petak umpet diperkebunan didapat presentase 86,7%. Aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, dapat digunakan.
24. Aspek serius atau tidaknya dalam bermain petak umpet didapat presentase 96,7%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
25. Aspek mentaati peraturan dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
26. Aspek bisa kerja sama atau tidak dalam bermain petak umpet didapat presentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
27. Aspek bersedia atau tidaknya menjadi penjaga dalam bermain petak umpet didapat presentase 96,7%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka

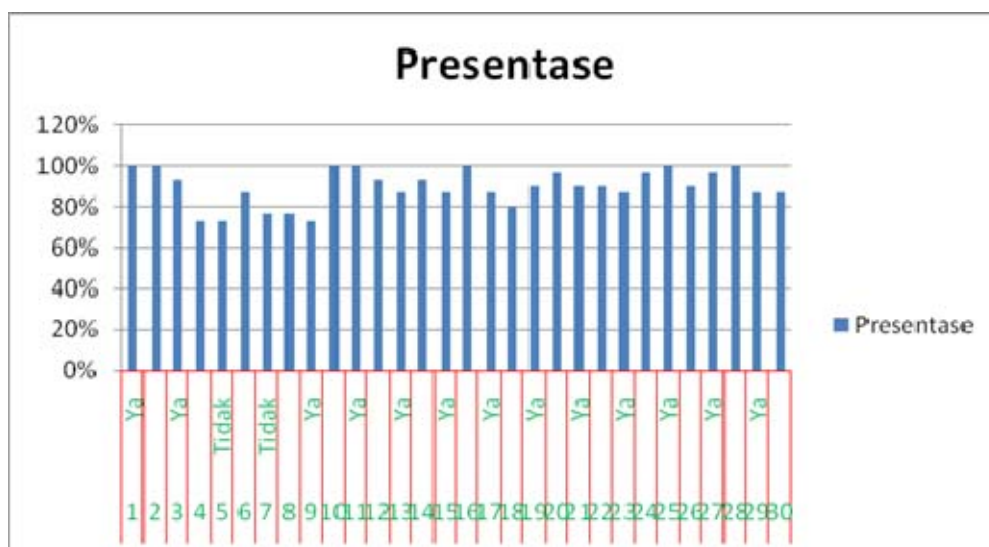
aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.

28. Aspek harus mentaati peraturan dalam bermain petak umpet didapat presentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
29. Aspek bersedia atau tidaknya untuk bermain petak umpet lagi di perkebunan didapat presentase 86,7%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini dapat digunakan.
30. Aspek bersedia atau tidaknya mengajak teman yang lain untuk bermain petak umpet lagi di perkebunan didapat presentase 86,7%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek tersebut memenuhi kriteria **baik**, sehingga aspek ini

4.1.4 Grafik Penilaian



Gambar 6.
Grafik Penilaian Presentase Uji Coba Skala kecil



Gambar 7.
Grafik Penilaian Presentase Uji Lapangan

4.2 Prototipe Produk

Prototipe merupakan produk asli yang telah dirancang atau yang dihasilkan dari suatu pengembangan produk. Dalam hal ini prototipe yang dihasilkan berupa pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun sebagai produk akhir.

Berikut adalah produk akhir pengembangan pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun:

4.2.1 Produk Akhir Pengembangan Model Pembelajaran Lari Cepat Dalam Penjasorkes Melalui Bermain Petak Umpet Di Kebun.

4.2.1.1 Pengertian Bermain Petak Umpet Di Kebun

Pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet dikebun merupakan salah satu bentuk modifikasi pembelajaran yang dilaksanakan oleh seorang guru penjaskes. Bermain petak

umpet di kebun dimulai dari siswa melakukan hompimpa untuk menentukan siswa yang akan menjadi penjaga hong/tiang hinggap dan siswa yang akan bersembunyi. Setelah sudah didapat siswa yang menjadi penjaga maka penjaga tersebut akan menutup matanya pada salah satu pohon yang sudah ditentukan sebagai hong dan dikasih angka 1 sebagai tanda. Siswa yang lain akan mencari tempat bersembunyi dengan dihitung sampai 10 hitungan oleh penjaga dan penjaga siap untuk mencari tempat persembunyian siswa yang lain.

Seorang penjaga bertugas mencari siswa yang sedang bersembunyi. Dalam bermain petak umpet ini dibatasi oleh waktu untuk bersembunyi yaitu maksimal 10 menit. Hal ini bertujuan untuk mengatasi lamanya siswa tersebut agar tidak terus menerus bersembunyi. Penjaga harus mencari orang yang bersembunyi, kemudian ketika sudah diketahui harus di tik/disentuh anggota tubuhnya kemudian si pencari dan yang tadi diketahui persembunyiannya harus berpacu untuk cepat-cepat berlari ke benteng/hong. Ketika berlari menuju ke hong/tiang hinggap baik penjaga maupun siswa yang telah di sentuh tidak diperbolehkan melihat ke belakang pandangan harus kedepan, dan apabila yang tadi bersembunyi berhasil lebih dulu menyentuh hong, maka pada tahap selanjutnya dia tidak akan jaga walaupun nantinya pada waktu disebutin pas pada nomor urutannya. Setelah semua sudah berada di hong dan tidak ada yang bersembunyi lagi, maka semua pemain akan kumpul di benteng/hong dan setiap penjaga akan menutup matanya di benteng/hong, kemudian regu sembunyi akan baris dibelakangnya. Pencari akan menyebut salah satu nomor dan anak yang ada di urutan nomor yang disebut

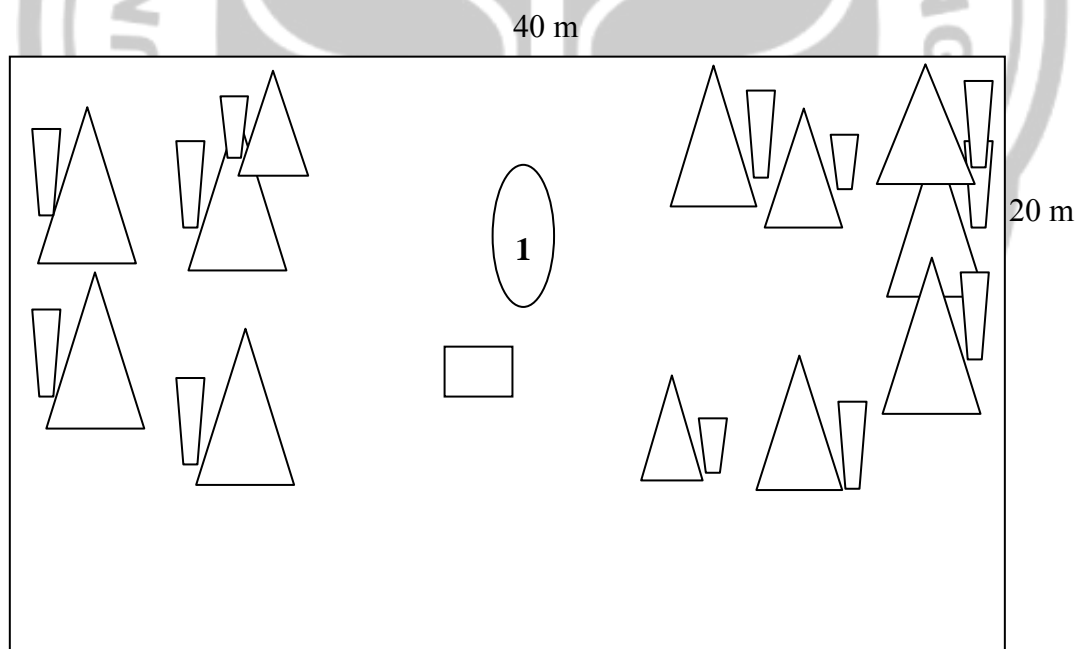
akan menjadi pihak yang kalah bila tadi dia tidak berhasil lebih dulu mencapai benteng/hong. Sedangkan bila anak pada urutan yang disebut ternyata adalah anak yang berhasil mencapai benteng/hong lebih dulu, maka si pencari tetap dalam posisi kalah dan dilanjutkan dalam bermain petak umpet.

4.2.1.2 Peraturan Bermain Petak Umpet Di Kebun

Berikut ini adalah peraturan-peraturan dalam pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes bermain petak umpet di kebun yang sudah dimodifikasi, antara lain sebagai berikut :

a. Tempat/ lokasi

Tempat yang digunakan adalah kebun yang berukuran sekitar 40x20 m. Kebun ini di batasi oleh tali pembatas yang berwarna merah mengelilingi kebun.



Gambar 8.
Tempat Bermain petak Umpet

Keterangan :

- : Hong/Tiang Hinggap
- △ : Tempat Untuk bersembunyi.
- : Guru/Wasit
- ▽ : Siswa

b. Perlengkapan Pemain

- 1) Memakai pakaian atau seragam Penjasorkes
- 2) Memakai sepatu dan kaos kaki

c. Waktu

Sesuai dengan rencana model pengembangan pembelajaran yaitu 2x35 menit, yang terdiri dari pemanasan, kegiatan inti dan pendinginan.

d. Wasit

- 1) Bermain petak umpet di kebun dipimpin oleh seorang wasit.
- 2) Wasit mempunyai wewenang untuk mengawasi bermain petak umpet sekaligus sebagai timer lamanya siswa yang bersembunyi.
- 3) Wasit bertugas mengawasi anak yang sedang bermain.
- 4) Wasit berada di dalam kebun yaitu di area bermain petak umpet.

e. Alat

- 1) Tali raffia warna merah
- 2) Peluit
- 3) Stopwatch.

f. Peraturan Bermain Petak Umpet

- 1) Pemain tidak boleh melebihi/melewati batas area yang sudah ditentukan.

- 2) Pemain yang bersembunyi tidak boleh bersembunyi terus menerus maksimal waktu bersembunyi 10 menit.
- 3) Penjaga harus mencari siswa yang bersembunyi dan jika sudah diketahui maka penjaga harus menyentuh anggota tubuhnya dengan tangan, kemudian lari menuju hong.
- 4) Siswa yang bersembunyi yang telah diketahui identitasnya dan sudah di sentuh anggota tubuhnya oleh si penjaga juga harus lari menuju hong.
- 5) Penjaga dan siswa yang diketahui persembunyiannya harus berpacu dengan lari cepat menyentuh hong.
- 6) Ketika berlari menuju hong/tiang hinggap tidak di perbolehkan melihat ke belakang.
- 7) Setiap pemain harus siap menjadi penjaga yang pada waktu bermain kalah cepat menyentuh hong dengan penjaga.
- 8) Siswa yang menjadi penjaga dua kali berturut-turut tidak jadi penjaga lagi.
- 9) Pemain yang melanggar peraturan dikenakan sanksi yaitu harus siap menjadi penjaga. Apabila yang melanggar banyak maka diadakan undian dengan hompimpa.

4.3 Pembahasan

Hasil analisis data dari evaluasi ahli penjas, didapat rata-rata presentase 86,67%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas III

SDN 3 pernasidi. Faktor yang menjadikan model ini dapat diterima oleh siswa SD adalah dari penilaian kualitas model pembelajaran yang dilakukan oleh ahli penjas pada aspek 6, 9, 11, 12, 13, mendapat poin 5, sehingga penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **sangat baik**. Selain kelima aspek tersebut ada 10 aspek penilaian kualitas model pembelajaran yaitu aspek 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 14, dan 15 yang mendapat point 4, sehingga penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **baik**.

Hasil analisis data dari evaluasi ahli Pembelajaran I, didapat rata-rata presentase 85,20%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas III SDN 3 pernasidi. Faktor yang menjadikan model ini dapat diterima oleh siswa SD adalah dari penilaian kualitas model pembelajaran yang dilakukan oleh ahli Pembelajaran I pada aspek 6, 9, 12, dan 13 mendapat poin 5, sehingga penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **sangat baik**. Selain keempat aspek tersebut ada 11 aspek penilaian kualitas model pembelajaran yaitu aspek 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 10, 11, 14, dan 15 yang mendapat point 4, sehingga penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **baik**.

Hasil analisis data dari evaluasi ahli Pembelajaran II, didapat rata-rata presentase 84,00%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk

siswa kelas III SDN 3 Pernasidi. Faktor yang menjadikan model ini dapat diterima oleh siswa SD adalah dari penilaian kualitas model pembelajaran yang dilakukan oleh ahli Pembelajaran II pada aspek 2, 6, 11, dan 12 mendapat poin 5, sehingga penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **sangat baik**. Selain keempat aspek tersebut ada tujuh aspek penilaian kualitas model pembelajaran yaitu aspek 4, 5, 8, 9, 10, 13, dan 14 yang mendapat point 4, sehingga penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **baik**.

Selain itu juga ada empat aspek penilaian kualitas model pembelajaran yaitu aspek 1, 3, 7, dan 15 mendapat point 3, penilaian tersebut memenuhi kriteria **cukup baik**.

Hasil analisis data uji coba kelompok kecil didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 87 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet ini telah memenuhi kriteria **Baik**.

Hasil analisis data uji coba lapangan didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet ini telah memenuhi kriteria **Baik**.

Produk pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet sudah dapat dipraktikan kepada subjek uji coba. Hal itu berdasarkan hasil analisis data dari evaluasi satu orang ahli penjas yaitu dosen FIK UNNES didapat rata-rata 86,6% dan hasil analisis data dari ahli

pembelajaran yaitu dua orang Guru Penjasokes yang sudah S-1 atau minimal telah mengajar lebih dari 10 tahun masing-masing didapat rata-rata 85,2% dan 84%. Dari hasil penilaian tersebut diatas maka didapat rata-rata penilaian 85,27%, hasil analisis dan data uji coba kelompok kecil didapat presentase 87%, hasil analisis data uji coba lapangan didapat presentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas III SDN 3 Pemasidi.

Faktor yang menjadikan pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet dapat diterima oleh siswa adalah dari semua aspek uji coba yang ada, lebih dari 85 % siswa dapat mempraktikan dengan baik, baik dari pemahaman peraturan dalam bermain, penerapan sikap dalam bermain dan aktifitas gerak siswa yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan. Secara keseluruhan pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet dapat diterima dengan baik, sehingga baik dari uji coba kelompok kecil maupun dari uji coba lapangan model ini dapat digunakan bagi siswa kelas III SD N 3 Pemasidi.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 SIMPULAN

Hasil akhir dari kegiatan penelitian pengembangan ini adalah produk pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun yang berdasarkan data pada saat uji coba skala kecil (N=10) dan uji coba lapangan (N=30).

Berdasarkan analisa hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet di kebun ini, maka dapat disimpulkan bahwa pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun dapat di gunakan untuk siswa kelas III SDN 3 Pernasidi.

5.2 Saran

5.2.1 Pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif dan suatu modifikasi pembelajaran penjas melalui bermain untuk siswa kelas III Sekolah Dasar (SD).

5.2.2 Penggunaan pengembangan model pembelajaran lari cepat dalam penjasorkes melalui bermain petak umpet di kebun ini dilaksanakan seperti apa yang telah direncanakan sehingga dapat meningkatkan kualitas pembelajaran yang dapat mencapai tujuan dari pembelajaran pendidikan

jasmani dan kesehatan.

5.2.3 Bagi guru Penjaskes di Sekolah Dasar diharapkan dapat mengembangkan model-model pembelajaran lari yang lebih kreatif lagi serta inovatif sehingga membuat siswa lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran penjas khususnya pembelajaran atletik di sekolah.

5.2.4 Beberapa acuan yang perlu diperhatikan oleh pembaca adalah penggunaan model pembelajaran ini harus memperhatikan faktor keselamatan bermain untuk siswa.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Kadir Ateng, 1992. *Asas Dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Depdikbud Dirjen Dikdasmen.
- Adang Suherman. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta : Depdiknas
- Aip Syarifudin dan Muhadi. 1992. *Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Depdikbud
<http://hadirukiyah2.blogspot.com/2009/09/karakteristik-dan-kebutuhan-anak.html>
yang di akses di internet tanggal 28 Maret 2011
- <http://permata-nusantara.blogspot.com/2010/12/permainan-anak-tradisional.html>
yang di akses di internet tanggal 28 Maret 2011
- <http://ramliunmul.blogspot.com/2009/10/model-pembelajaran-penjas.html>
yang di akses di internet tanggal 28 Maret 2011
- <http://riki1987.blogspot.com/2007/11/lari-sprint-100m.html> yang di akses
di internet tanggal 28 Maret 2011
- <http://wyw1d.wordpress.com/2009/10/12/model-pembelajaran/> yang di akses
di internet tanggal 28 Maret 2011
- Soemitro. 1992. *Permainan Kecil*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional.
- Rusli Luthan, dkk. 2000. *Penelitian Penjaskes*. Jakarta : Depdiknas.
- Sri Haryono. 2007 *Azas dan Falsafah Pendidikan Jamani*. Semarang : Fakultas
Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung : CV Alfabeta
- Sukintaka.1992. *Teori Bermain Untuk D2 Penjaskes* : Depdiknas.

LAMPIRAN – LAMPIRAN



Lampiran 4

**LEMBAR EVALUASI UNTUK AHLI
EVALUASI PEMBELAJARAN LARI CEPAT MELALUI BERMAIN
PETAK UMPET DI KEBUN BAGI SISWA SD KELAS III DI PERNASIDI
KABUPATEN BANYUMAS**

Mata pelajaran : Pendidikan Jasmani dan kesehatan

Materi : Bermain Petak Umpet

Sasaran Program : Siswa Sekolah Dasar

Evaluator :

Tanggal :

Lembar evaluasi ini di maksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak / Ibu sebagai ahli pendidikan jasmani pembelajaran lari cepat melalui bermain petak umpet di lingkungan perkebunan dalam penjasorkes yang efektif dan efisien untuk proses pembelajaran penjasorkes bagi siswa SD yang kami kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut kami harap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini:

1. Lembar evaluasi ini di isi oleh ahli penjas
2. Evaluasi mencakup aspek bentuk atau model permainan, komentar dan syarat umum serta kesimpulan
3. Rentangan evaluasi mulai dari “ tidak baik” sampai dengan “ sangat baik ” dengan cara dengan member tanda \surd (centang) pada kolom yang tersedia.

Keterangan :

1. Tidak baik
2. Kurang baik
3. Cukup baik
4. Baik
5. Sangat baik

Komentar, kritik, dan saran mohon dituliskan pada kolom yang tersedia dan apabila tidak mencukupi mohon ditulis pada kertas tambahan yang disediakan.

Kualitas Pembelajaran

No	Aspek Yang Dinilai	Skala Penilaian					Komentar
		1	2	3	4	5	
1	Kesesuaian dengan kompetensi dasar						
2	Kejelasan petunjuk permainan						
3	Ketetapan memilih bentuk/ model permainan bagi siswa						
4	Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan						
5	Kesesuaian bentuk / Model permainan untuk dimainkan siswa.						
6	Kesesuaian bentuk / model permainan dengan karakteristik siswa.						
7	Mendorong perkembangan aspek fisik ? jasmani siswa.						
8	Mendorong perkembangan aspek kognitif siswa						
9	Mendorong perkembangan aspek psikomotor siswa.						
10	Mendorong perkembangan afektif siswa.						
11	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun yang tidak terampil.						
12	Dapat dimainkan siswa putra maupun putri.						
13	Mendorong siswa aktif bergerak.						
14	Meningkatkan minat dan motivasi siswa berpartisipasi dalam pembelajaran lari cepat.						
15	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran lari cepat.						

Saran untuk Perbaikan Pembelajaran

Petunjuk :

1. Apabila diperlukan revisi pada model pembelajaran ini, mohon dituliskan pada kolom 2.
2. Alasan diperlukannya revisi, mohon dituliskan pada kolom 3.
3. Saran untuk perbaikan mohon ditulis dengan singkat dan jelas pada kolom 4.

No	Bagian yang direvisi	Alasan direvisi	Saran perbaikan
1	2	3	4



Komentar dan saran umum

Kesimpulan

Pembelajaran ini dinyatakan :

1. Layak untuk digunakan/ uji coba skala kecil tanpa revisi
2. Layak untuk digunakan/ uji coba skala kecil dengan revisi sesuai saran
3. Tidak layak untuk digunakan/ uji coba skala kecil

(Mohon diberi tanda silang pada nomor sesuai dengan kesimpulan anda)

PERPUSTAKAAN
UNNES

Semarang,

Evaluator

(.....)

Lampiran 5

KUESIONER PENELITIAN UNTUK SISWA

PEMBELAJARAN LARI CEPAT MELALUI BERMAIN PETAK UMPET DI KEBUN BAGI SISWA SD KELAS III DI PERNASIDI KABUPATEN BANYUMAS.

PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

1. Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan sebenar-benarnya dan sejujurnya.
2. Jawablah secara runtut dan jelas.
3. Berilah tanda silang (X) pada huruf A atau B sesuai dengan pilihanmu.
4. Selamat mengisi dan terima kasih.

I. IDENTITAS RESPONDEN

Nama Sekolah Dasar :

Nama Siswa :

Umur :

Kelas :

Jenis Kelamin :

Nama Orang Tua

Ayah :

Ibu :

Alamat (RT / RW) :

II. PERTANYAAN

A. PSIKOMOTORIK

1. Apakah ketika kamu bermain petak umpet melakukan gerak ?
 - a. Tidak
 - b. Ya

2. Apakah ketika bermain petak umpet kamu melakukan lari ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
3. Apakah ketika bermain petak umpet kamu melakukan lari yang cepat ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
4. Apakah kamu kesulitan dalam bermain petak umpet ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
5. Apakah selama bermain petak umpet kamu merasa sulit untuk hinggap di hong ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
6. Apakah selama bermain petak umpet kamu mudah untuk bersembunyi?
 - a. Tidak
 - b. Ya
7. Apakah ketika bermain petak umpet kamu terus menerus bersembunyi?
 - a. Tidak
 - b. Ya
8. Apakah ketika bermain petak umpet kamu pernah ketahuan tempat persembunyiannya?
 - a. Tidak
 - b. Ya
9. Apakah ketika kamu bersembunyi kamu berpindah tempat dengan lari cepat?
 - a. Tidak
 - b. Ya
10. Apakah ketika kamu menuju hong dari tempat persembunyian berlari dengan cepat?
 - a. Tidak
 - b. Ya

B. KOGNITIF

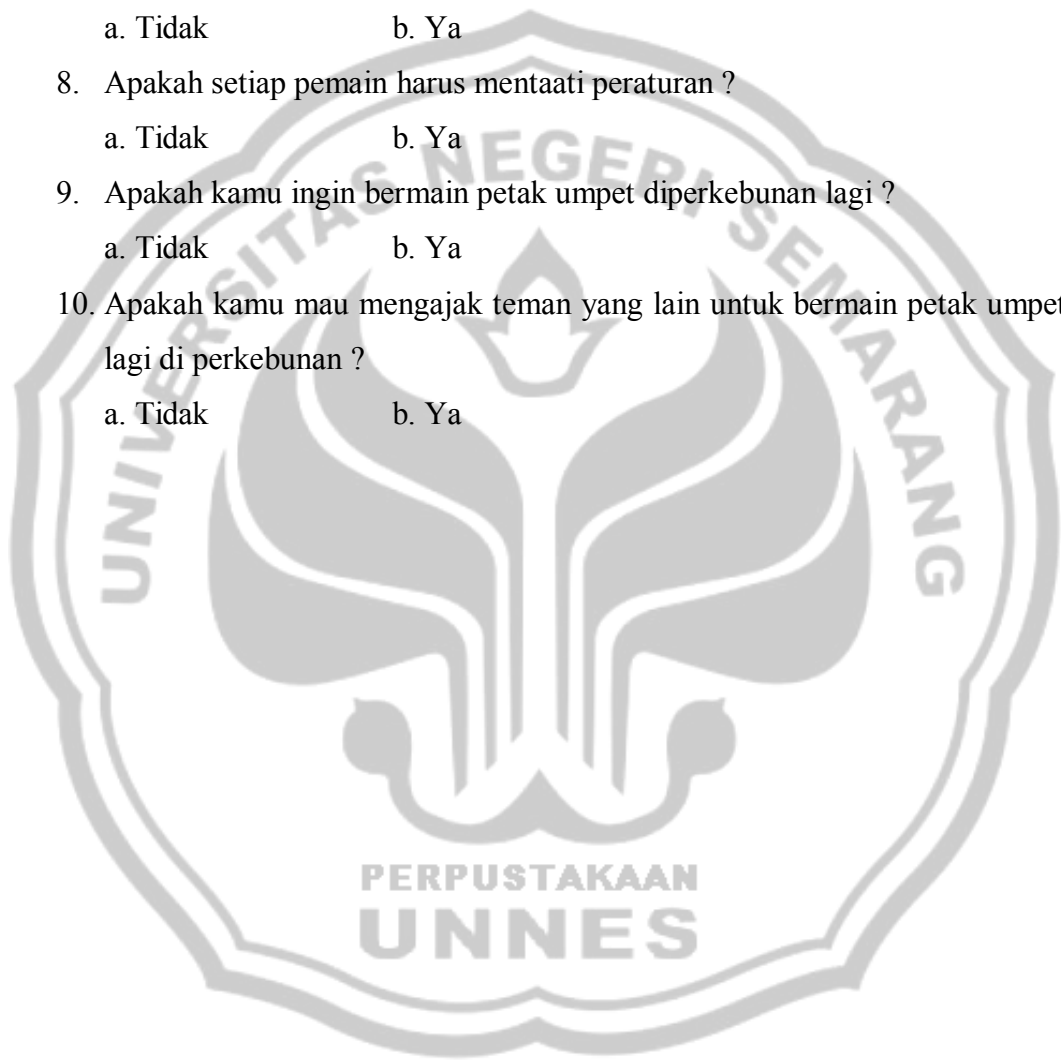
1. Apakah kamu tahu cara bermain petak umpet di lingkungan perkebunan?
 - a. Tidak
 - b. Ya
2. Apakah bermain petak umpet merupakan materi yang di ajarkan oleh guru dengan tujuan kamu bergerak ?
 - a. Tidak
 - b. Ya

3. Apakah dalam bermain petak umpet kamu lebih aktif bergerak ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
4. Apakah sebelum bermain petak umpet kamu melakukan pemanasan terlebih dahulu ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
5. Apakah dalam bermain petak umpet perlu melakukan kerja sama dengan teman ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
6. Apakah dalam bermain petak umpet kamu mentaati peraturan yang telah ditentukan oleh guru?
 - a. Tidak
 - b. Ya
7. Apakah dalam bermain petak umpet dapat menjadikan tubuh sehat?
 - a. Tidak
 - b. Ya
8. Apakah setelah bermain petak umpet denyut nadi menjadi naik ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
9. Apakah seorang guru akan memberikan teguran kepada pemain yang tidak mentaati peraturan ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
10. Apakah bermain petak umpet dapat dimainkan oleh semua orang ?
 - a. Tidak
 - b. Ya

C. AFEKTIF

1. Apakah kamu suka bermain petak umpet?
 - a. Tidak
 - b. Ya
2. Apakah kamu suka bermain petak umpet di perkebunan?
 - a. Tidak
 - b. Ya
3. Apakah kamu setelah bermain petak umpet diperkebunan merasa senang ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
4. Apakah kamu bersungguh-sungguh ketika bermain petak umpet ?
 - a. Tidak
 - b. Ya

5. Apakah kamu mentaati peraturan ketika bermain petak umpet ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
6. Apakah kamu dalam bermain petak umpet bisa bekerja sama dengan teman ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
7. Apakah kamu bersedia menjadi penjaga ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
8. Apakah setiap pemain harus mentaati peraturan ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
9. Apakah kamu ingin bermain petak umpet diperkebunan lagi ?
 - a. Tidak
 - b. Ya
10. Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk bermain petak umpet lagi di perkebunan ?
 - a. Tidak
 - b. Ya



Lampiran 6

Hasil Pengisian Kuesioner Ahli dan Guru Penjas

No	Aspek Penilaian	Skor Penilaian Ahli dan Guru		
		Ahli Penjas	Guru Penjas I	Guru Penjas II
1	Kesesuaian dengan kompetensi dasar	4	4	3
2	Kejelasan petunjuk permainan	4	4	5
3	Ketetapan memilih bentuk/ model permainan bagi siswa	4	4	3
4	Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan	4	4	4
5	Kesesuaian bentuk / Model permainan untuk dimainkan siswa.	4	4	4
6	Kesesuaian bentuk / model permainan dengan karakteristik siswa.	5	5	5
7	Mendorong perkembangan aspek fisik ? jasmani siswa.	4	4	3
8	Mendorong perkembangan aspek kognitif siswa	4	4	4
9	Mendorong perkembangan aspek psikomotor siswa.	5	5	4
10	Mendorong perkembangan afektif siswa.	4	4	4
11	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun yang tidak terampil.	5	4	5
12	Dapat dimainkan siswa putra maupun putri.	5	5	5
13	Mendorong siswa aktif bergerak.	5	5	4
14	Meningkatkan minat dan motivasi siswa berpartisipasi dalam pembelajaran lari cepat.	4	4	4
15	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran lari cepat.	4	4	3
Jumlah Skor		65	64	63
Rata-rata		4,33	4,26	4,20

Keterangan :

1. : Tidak Baik
2. : Kurang Baik

3. : Cukup Baik

4. : Baik

5. : Sangat Baik

Lampiran 7

Saran Perbaikan Model Pembelajaran

No	Responden Ahli	Saran
1	Ahli Penjas	Batas area untuk bermain petak umpet di kebun hendaknya di perjelas dan disesuaikan dengan tempat yang digunakan.
2	Ahli Pembelajaran I	Cara bermain jangan disebut nama, tetapi siswa di kenai langsung dengan di tik/disentuh anggota tubuhnya
3	Ahli Pembelajaran II	Siswa putra dan putri sebaiknya digabung jangan di pisahkan dalam bermain petak umpet.

Komentar dan Saran Umum

No	Responden Ahli	Komentar dan Saran Umum
1	Ahli Penjas	Bermain petak umpet sangat menarik bagi siswa, diharapkan bisa memodifikasi lagi bermain yang lainnya dalam pembelajaran penjaskes.
2	Ahli Pembelajaran I	Di harapkan pelaksanaan pembelajaran dilakukan dilokasi yang lebih luas sehingga siswa akan bergerak bebas.
3	Ahli Pembelajaran II	Di usahakan dalam bermain umpet ketika mencari tempat bersembunyi dengan lari cepat dan diam ketika bersembunyi.

Lampiran 8

**RENCANA PELAKSANAAN MODEL PENGEMBANGAN
PEMBELAJARAN (RPMPP)**

Nama Sekolah	: SD N 3 PERNASIDI
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 3 (tiga)/ I (Satu)
Materi	: Bermain petak Umpet
Alokasi Waktu	: 2 x 35 Menit

Standar Kompetensi:

Mempraktikkan berbagai gerak dasar dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar:

Mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak, jalan dan lari ke dalam permainan sederhana, serta nilai semangat, sportivitas, percaya diri dan kejujuran.

I. Tujuan Pembelajaran:

- ☞ Siswa dapat melakukan pola gerak lokomotor dalam bermain petak umpet
- ☞ Siswa dapat melakukan lari cepat dalam bermain petak umpet
- ☞ Siswa dapat menjaga keselamatan diri dalam bermain petak umpet

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :**
- Disiplin (*Discipline*)
 - Tekun (*diligence*)
 - Tanggung jawab (*responsibility*)
 - Ketelitian (*carefulness*)
 - Kerja sama (*Cooperation*)
 - Percaya diri (*Confidence*)
 - Keberanian (*Bravery*)

II. Materi Ajar (Materi Pokok):

- ☞ Pola gerak lokomotor dalam bentuk bermain petak umpet

III. Metode Pembelajaran:

- ☞ Ceramah
- ☞ Demonstrasi
- ☞ Praktek

IV. Langkah-langkah Pembelajaran

:

A. Kegiatan Awal:

Apresiasi dan Motivasi

- ☞ Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- ☞ Berdoa
- ☞ Mengecek kehadiran siswa
- ☞ Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- ☞ Menghitung denyut nadi awal
- ☞ Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti dengan bermain lintang ngalih.
- ☞ Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari

B. Kegiatan Inti:

▪ *Eksplorasi*

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Memandu siswa supaya dapat melakukan pola gerak lokomotor dalam bermain petak umpet di lingkungan perkebunan
- ☞ Melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan bermain petak umpet.

▪ *Elaborasi*

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- ☞ Memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas.
- ☞ Memberi kesempatan untuk berpikir, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut serta jujur dalam pembelajaran.

▪ *Konfirmasi*

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- ☞ Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa
- ☞ Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

C. Kegiatan Akhir / Penenangan

Dalam kegiatan Akhir, guru:

- ☞ Penghitungan denyut nadi akhir
- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Evaluasi tentang kesalahan-kesalahan dalam bermain petak umpet

V. Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes kelas. 3
- Draft Bermain petak umpet
- Lingkungan Perkebunan
- Stopwatch
- Peluit
- Tali rafia

VI. Penilaian:

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

**Indikator Pencapaian Kompetensi
Penilaian**

**Teknik
Bentuk Instrumen
Contoh Instrumen**

- Melakukan berbagai pola gerak lokomotor dengan tepat
- Melakukan bermain petak umpet dengan Mentaati peraturan.

Non Tes

Tes Keterampilan/ Perbuatan Soal Praktek

- Peragakan berbagai pola gerak lokomotor dengan tepat
- Peragakan gerakan lari cepat
- Peragakan berpindah tempat
- Peragakan mencari tempat persembunyian dengan aman

VII. Rubrik Penilaian

**RUBRIK PENILAIAN
UNJUK KERJA BERMAIN PETAK UMPET**

**ASPEK YANG DINILAI
KUALITAS GERAK**

1

PERPUSTAKAAN

2

UNNES

3


4

1. Melakukan gerakan lari cepat dalam bermain petak umpet.
2. Melakukan gerakan Lari cepat menuju hong.
3. Mencari tempat persembunyiaan dengan aman.

JUMLAH

JUMLAH SKOR MAKSIMAL

FORMAT KRITERIA PENILAIAN

 **PRODUK (HASIL DISKUSI)**

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Konsep	* semua benar * sebagian besar benar * sebagian kecil benar * semua salah	4 3 2 1

 **PERFORMANSI**

No	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan		
2.	Praktek		
3.			

Sikap

* Pengetahuan

*kadang-kadang Pengetahuan

* tidak Pengetahuan

* aktif Praktek

* kadang-kadang aktif

* tidak aktif

* Sikap

* kadang-kadang Sikap

* tidak Sikap

4

2

1

4

2

1

4

2

1

VIII. LEMBAR PENILAIAN

No

Nama Siswa

Performan

Produk

Jumlah

Skor

Nilai

Pengetahuan

Praktek

sikap

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

**Mengetahui,
Kepala SDN 3 Pernasidi**

**(MC.SUKEKSI,A.Ma.Pd)
NIP. 19521210 197802 2 001**

**Pernasidi, 15 Juni 2011
Guru Mapel Penjasorkes**

**(Maksus Faozan, A.Ma.Pd)
NIP.**



Lampiran 9

DAFTAR SISWA PUTRA DAN PUTRI KELAS III SD N 3 PERNASIDI**(SEBAGAI SAMPEL UJI COBA SKALA KECIL)**

NO	NIS	NAMA	JENIS KELAMIN	USIA
1	1037	Alvin Zahro	L	9 Tahun
2	1038	Defi Wulandari	P	9 Tahun
3	1041	Faris Nur Fauzi	L	9 Tahun
4	1043	Irfan Setiyono	L	9 Tahun
5	1007	Istiqomah	P	10 Tahun
6	1047	Nur Aeni	P	8 Tahun
7	1055	Sarifah	P	9 Tahun
8	1053	Sopan	L	10 Tahun
9	1019	Susmiati	P	9 Tahun
10	1062	Wakhyudi	L	9 Tahun

Lampiran 10

**DAFTAR SISWA PUTRA DAN PUTRI KELAS III SD N 3 PERNASIDI
(SEBAGAI SAMPEL UJI COBA LAPANGAN)**

NO	NIS	NAMA	JENIS KELAMIN	USIA
1	998	Defi Fitriani	P	10 Tahun
2	1019	Susmiati	P	9 Tahun
3	966	Novelia Rahmawati	P	11 Tahun
4	974	Triyas Maoli S.	P	11 Tahun
5	1006	Irfanto	L	10 Tahun
6	1007	Istiqomah	P	10 Tahun
7	1017	Rahino	L	11 Tahun
8	1032	Anggita Citra M.	L	9 Tahun
9	1033	Anang Maulana	L	10 Tahun
10	1037	Alvin Zahro	L	9 Tahun
11	1038	Defi Wulandari	P	10 Tahun
12	1041	Faris Nur Fauzi	L	9 Tahun
13	1042	Himatul Aliyah	P	10 Tahun
14	1043	Irfan Setiyono	L	9 Tahun
15	1044	Listia Nur Aeni	P	10 Tahun
16	1046	Mustafa Aziz	L	11 Tahun
17	1047	Nur Aeni	P	9 Tahun
18	1048	Nur Umayah	P	10 Tahun
19	1049	Rokhmat Subagyo	L	10 Tahun
20	1051	Revan Trio P	L	9 Tahun
21	1053	Sopan	L	10 Tahun
22	1054	Susi Melina	P	10 Tahun
23	1055	Sarifah	P	9 Tahun
24	1056	Safriatun Munawaroh	P	9 Tahun
25	1059	Tegar Imam Arifin	L	9 Tahun
26	1060	Ulinnuha Laelatul F.	P	9 Tahun
27	1061	Wakhyuda	L	10 Tahun
28	1062	Wakhyudi	L	10 Tahun
29	1064	Zaenala Khoeri	L	10 Tahun
30		Nur Safitri	P	11 Tahun

Lampiran 11



PEMERINTAH KABUPATEN BANYUMAS
DINAS PENDIDIKAN
UNIT PENDIDIKAN KECAMATAN CILONGOK
SEKOLAH DASAR NEGERI 3 PERNASIDI

Alamat : Jl. P dan K No. 28 Pernasidi Kode POS 53162 Telp. (0281)

656299

SURAT KETERANGAN

Nomor : / / 2011

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SDN 3 Pernasidi kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas menerangkan bahwa :

Nama : Maksus Faozan

NIM : 6102909101

Prodi : PJKR S.1

Benar - benar telah melaksanakan penelitian di SDN 3 Pernasidi dengan baik pada tanggal 14 Juni 2011.

Demikian surat keterangan kami buat untuk menjadikan periksa dan dapat digunakan sebagai mana mestinya.

Pernasidi, 14 Juni 2011

Kepala SD N 3 Pernasidi

MC. SUKEKSI, A. Ma.Pd

NIP 1952 1210 197802 2 001

Lampiran12
Foto Uji Skala Kecil



Foto Uji Lapangan



Foto penjelasan dan pengisian kuesioner siswa

