



**MODEL PENGEMBANGAN PERMAINAN LODUS UNTUK
MENINGKATKAN AKTIFITAS GERAK LOMPAT DALAM
PEMBELAJARAN PENJASORKES SISWA KELAS V
SD N 1 KRANGEAN KABUPATEN PURBALINGGA
TAHUN PELAJARAN 2012/2013**

SKRIPSI

**Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan**

Oleh

Bayu Wiji Atmoko

6101408079

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

2012

ABSTRAK

Bayu Wiji Atmoko. 2012. **Model Pengembangan Permainan Ludus Untuk Meningkatkan Aktifitas Gerak Lompat Dalam Pembelajaran Penjasorkes Siswa Kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga Tahun Pelajaran 2012/2013**. Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Prodi Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I Drs. H. Tri Nurharsono, M.Pd., Pembimbing II Agus Pujiyanto, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci : Lompat Tinggi, Model Permainan Ludus, Pengembangan.

Lompat tinggi merupakan salah satu alternatif pembelajaran atletik di sekolah, namun kenyataannya dalam proses pembelajaran belum terlaksana secara optimal. Maka perlu adanya modifikasi dalam proses pembelajarannya. Permasalahan dalam penelitian ini adalah “Bagaimana model pengembangan permainan ludus dalam penjasorkes siswa SD N 1 Kragean Kabupaten Purbalingga dapat meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes?”. Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan model pembelajaran permainan ludus dalam pembelajaran penjasorkes di SD N 1 Kragean Kabupaten Purbalingga untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat.

Metode penelitian ini adalah penelitian pengembangan. Adapun prosedur pengembangan produk meliputi analisis produk yang akan dikembangkan, mengembangkan produk awal, validasi ahli dan revisi, uji coba skala kecil dan revisi, uji coba skala besar dan produk akhir. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan pengamatan di lapangan dan kuesioner yang diperoleh dari evaluasi ahli dan hasil pengisian kuesioner oleh siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase.

Dari hasil uji ahli diperoleh persentase rata-rata hasil analisis produk sebesar 81,33% dengan **kriteria baik**. Oleh karena itu dapat digunakan untuk uji coba skala kecil. Data hasil kuesioner siswa pada uji coba skala kecil diperoleh rata-rata jawaban dengan persentase 70% dengan kategori **cukup baik**. Dan data hasil kuesioner siswa uji coba skala besar diperoleh jawaban dengan persentase 89,33% dengan kategori **baik**. Siswa sudah tidak merasa kesulitan dan takut lagi ketika bermain ludus. Selain itu, setelah melakukan permainan ludus denyut nadi siswa meningkat lebih dari 70% dari denyut nadi maksimal.

Berdasarkan data hasil penelitian, disimpulkan bahwa permainan ludus efektif dan sesuai dengan karakteristik siswa sehingga dapat digunakan dalam pembelajaran penjasorkes. Diharapkan bagi guru penjasorkes di sekolah dasar dapat menggunakan model permainan ludus ini.

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa isi dari skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian atau keseluruhan. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari UNNES dan sanksi hukum yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, Oktober 2012

Bayu Wiji Atmoko

6101408079

PENGESAHAN

Telah dipertahankan dihadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang

Pada hari :

Tanggal :

Panitia Ujian

Ketua

Sekretaris

Drs. H. Harry Pramono, M.Si.

Supriyono, SPd.,M.Or.

NIP. 195910191985031001

NIP. 197201271998021001

Dewan Penguji

1. Andry Akhiruyanto, S.Pd., M.Pd.

(Ketua) _____

NIP. 198101292003121001

2. Drs. H. Tri Nurharsono, M.Pd.

(Anggota) _____

NIP. 196004291986011001

3. Agus Pujiyanto, S.Pd, M.Pd.

(Anggota) _____

NIP. 197302022006041001

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui dan disahkan untuk diajukan ke hadapan Sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, pada :

Hari :

Tanggal :

Mengetahui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. H. Tri Nurharsono, M.Pd.

NIP. 196004291986011001

Agus Pujiyanto, S.Pd., M.Pd

NIP. 197302022006041001

Ketua Jurusan PJKR

Drs. Mugiyo Hartono, M. Pd

NIP. 19610903 198803 1 002

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang Menciptakan.

(QS. Al-Alaq:1)

PERSEMBAHAN

- Orang tua saya tercinta : Bapak Slamet Rahardjo dan Ibu Rusinah yang selalu berdoa dan mendukung saya
- Almarhumah adik saya, Khusnul Yustika Sari
- Untuk teman – teman tercinta PGPIJS UNNES angkatan 2008

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang;
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang;
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FIK Unnes yang telah memberikan dorongan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini;
4. Drs. H. Tri Nurharsono, M.Pd., sebagai Pembimbing Utama yang telah memberikan petunjuk dan dorongan dalam menyelesaikan skripsi dengan sabar, jelas dan mudah dipahami;
5. Agus Pujianto, S.Pd. M.Pd., sebagai Pembimbing Pendamping yang telah sabar dan teliti dalam memberikan petunjuk dan dorongan kepada penulis;
6. Seluruh Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang;
7. Kepala SD Negeri 1 Kragean yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian;
8. Slamet Rahardjo, S.Pd., selaku guru penjasorkes yang telah membantu penulis dalam pelaksanaan penelitian;
9. Dian Adi Sulistyningtyas, S.Pd., selaku guru penjasorkes yang telah membantu penulis dalam melaksanakan penelitian;

10. Siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean yang telah bersedia menjadi sampel penelitian;

11. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian untuk penulisan skripsi ini.

Semoga skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca.

Semarang, Oktober 2012

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Pengembangan	8
1.4 Spesifikasi Produk	8
1.5 Pentingnya Pengembangan	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR.....	10
2.1 Kajian Pustaka	10
2.1.1 Pengertian Gerak	10

2.1.2	Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dasar.....	12
2.1.3	Perkembangan Penguasaan Gerak Dasar Pada Fase Anak Besar (6 – 12 tahun)	15
2.1.4	Klasifikasi Keterampilan Gerak.....	15
2.1.5	Tinjauan Kemampuan Gerak Dasar Usia 11-12 Tahun	17
2.1.6	Pengertian Lompat	17
2.1.7	Pendidikan Jasmani	18
2.1.8	Komponen Kondisi Fisik.....	21
2.1.9	Karakteristik Permainan Ludus.....	22
2.1.10	Karakteristik Modifikasi Permainan Ludus	27
2.1.11	peraturan modifikasi permainan ludus	29
2.2	Kerangka Berpikir	31
BAB III METODE PENELITIAN.....		35
3.1	Model Pengembangan.....	35
3.2	Prosedur Pengembangan	36
3.3	Uji Coba Produk	37
3.3.1	Desain Uji Coba	38
3.3.2	Subjek Uji Coba	40
3.3.3	Jenis Data	40
3.3.4	Instrumen Penelitian	41
3.3.5	Teknik Analisis Data	41

BAB IV HASIL PENGEMBANGAN.....	43
4.1 Hasil Data Uji Coba	43
4.1.1 Data Nalisis Kebutuhan	43
4.1.2 Deskriptif Draft Produk Awal	44
4.1.3 Validasi Ahli	51
4.1.4 Data Uji Coba Skala Kecil	54
4.1.5 Data Uji Coba Skala Besar	63
4.1.6 Analisis Data	64
4.2 Prototipe Produk.....	77
BAB V KAJIAN DAN SARAN	81
5.1 Kajian.....	81
5.2 Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Keputusan Dosen Pembimbing	88
2. Surat Ijin Penelitian Dari Fakultas.....	89
3. Saran Perbaikan Model Permainan Dari Ahli Saat Uji Ahli.....	90
4. Hasil Kuesioner Saat Uji Ahli	91
5. Daftar Nama Responden Uji Skala Kecil.....	92
6. Pengukuran Denyut Nadi Skala Kecil	93
7. Saran Perbaikan Model Permainan Dari Ahli Saat Uji Skala Kecil.	94
8. Hasil Kuesioner Ahli pada Uji Skala Kecil.....	95
9. Foto Saat uji SKala Kecil	96
10. Surat Keterangan Dari Sekolah	100
11. Daftar Nama Responden Uji Skala Besar	101
12. Data Pengukuran Denyut Nadi Skala Besar.....	102
13. Foto Saat Uji Skala Besar	103
14. Lembar Evaluasi Untuk Ahli	107
15. Instrumen Penelitian Untuk Siswa.....	122
16. Tabel hasil observasi dan wawancara.....	126
17. Pengamatan lapangan aspek psikomotor.....	127
18. Penilaian lapangan aspek psikomotor.....	131
19. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.....	134

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Fase Perkembangan Anak Usia Dasar	14
2. Klasifikasi persentase.....	42
3. Hasil Rata-Rata Skor Penilaian Ahli.....	52
4. Grafik Persentase Hasil Uji Coba Kelompok Kecil.....	55
5. Grafik Persentase Hasil Uji Coba Skala Besar.....	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Permainan Lodus Pada Pos 1	23
2. Permainan Lodus Pada Pos 2	25
3. Permainan Lodus Pada Pos 3	26
4. Model Permainan Lodus Draf Awal	28
5. Model Lapangan Permainan Lodus Pada Draf Produk Awal	48
6. Model Lapangan Permainan Lodus Setelah Uji Coba Skala Kecil....	60

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga mempunyai arti dan nilai karena berada dalam konteks semua aspek kehidupan sosial seperti politik, ekonomi, agama, sosial, pendidikan, dan budaya. Kehidupan sosial ini berpotensi menentukan perkembangan jasmani, olahraga, rekreasi. Olahraga selain merupakan bagian dari kebudayaan manusia, juga merupakan bagian dari hidup manusia, seperti melatih ketangkasan fisik (Sumardianto, 2000 : 1). Olahraga juga memainkan perannya yang amat penting dalam pembinaan manusia seutuhnya (Sumardianto, 2000 :106).

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang diarahkan untuk mendorong, membimbing, mengembangkan, dan membina kemampuan jasmaniah dan rohaniyah serta kesehatan siswa dan lingkungan hidupnya agar tumbuh dan berkembang secara harmonis dan optimal sehingga mampu melaksanakan tugas bagi dirinya dan untuk pembangunan bangsa.

Pendidikan jasmani yang baik harus mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang prinsip-prinsip gerak. Pengetahuan tersebut akan membantu siswa mampu memahami bagaimana suatu keterampilan dipelajari hingga tingkatannya yang lebih tinggi. Dengan demikian, seluruh gerakannya bisa lebih bermakna. Sebagai contoh, siswa harus mengerti mengapa kedua tangan harus diayunkan keatas ketika sedang melakukan gerak tolakan lompat tinggi.

Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian yang terpenting dari proses pendidikan secara keseluruhan yang pola mencapai tujuannya menggunakan aktivitas jasmani, sedangkan sasaran yang ingin dicapai perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotor.

Penyelenggaraan pendidikan jasmani disekolah dasar selama ini berorientasi pada pengajaran cabang-cabang olahraga yang sifatnya mengarah pada penguasaan teknik. Kenyataan ini dapat dilihat di lapangan, dari hasil pengamatan dapat dikatakan bahwa penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah dasar belum dikelola dengan sebagaimana mestinya sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan peserta didik baik dari segi kognitif, afektif, motorik, maupun fisik. Oleh karena itu pendidikan jasmani dituntut untuk membangkitkan gairah dan motivasi siswa dalam bergerak. Karena bergerak merupakan tidak hanya kebutuhan alami peserta didik sekolah dasar, melainkan juga membentuk, membina, dan mengembangkan anak, serta meningkatkan intelektual anak didik (Soemitro, 1992:3).

Bergerak bagi anak-anak merupakan suatu kebutuhan yang sangat penting, bahkan hampir sebagian dari seluruh waktunya dihabiskan untuk bergerak. Misalnya seperti berjalan, berlari, melompat, dan melempar. Selain itu bergerak bagi anak-anak merupakan salah satu cara mengadakan komunikasi non verbal dan berekspresi yang sangat berarti. Bentuk-bentuk gerakan yang dilakukan oleh anak-anak tersebut, merupakan salah satu jalan yang sangat penting dimana ia dapat membentuk kesan tentang diri dan lingkungannya. Oleh karena itu, apabila bentuk-bentuk gerakan yang dimiliki oleh anak-anak tersebut dapat dimanfaatkan

dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani (khususnya dalam pembelajaran atletik) dengan baik, hal tersebut akan sangat bermanfaat sekali bagi pendidikan di Sekolah Dasar (Elok Umilaelatun, 2011: 6).

Kenyataan dilapangan masih banyak siswa yang kurang aktif bergerak dikarenakan merasa bosan dengan gerakan yang sama dan hanya diulang-ulang, hal ini perlu adanya pengembangan model pembelajaran penjasorkes dengan model pembelajaran, strategi pembelajaran, dan pendekatan pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi siswa, sehingga menghasilkan pembelajaran yang menyenangkan, kreatif dan inovatif.

Ada banyak model pembelajaran yang dapat dilakukan oleh guru penjas untuk meningkatkan kesenangan siswa dalam bergerak. Salah satunya dengan pendekatan permainan kardus. Ada beberapa cabang olahraga yang terkait dengan permainan kardus yaitu lari, loncat kardus, lompat kardus, dan lain sebagainya. Dimana cabang tersebut masuk kedalam cabang olahraga atletik.

Aktivitas jasmani atau gerak manusia sangat berhubungan dengan denyut nadi, sehingga kondisi tubuh dan kualitas gerak yang dilakukan manusia dapat terdeteksi dengan pengukuran denyut nadi salah satunya. Denyut nadi atau pulsus adalah perubahan tiba-tiba dari tekanan jantung yang dirambatkan sebagai gelombang pada dinding pembuluh darah.

Menurut Oktia Woro Kasmini (1999 : 8-9), denyut nadi normal adalah 70-80 kali/menit, tetapi pada orang-orang yang rutin melakukan olahraga atau aktivitas fisik denyut nadi normal dapat mencapai 50-60 kali/menit. Jika frekuensi lebih dari normal di sebut *tachicardi* dan frekuensi kurang dari normal di sebut

bradycardi. Frekuensi denyut nadi dipengaruhi beberapa faktor, yakni : suhu badan, aktivitas fisik, obat-obatan, emosi, makan dan kehamilan bulan terakhir.

Dalam kurikulum SD kelas V semester II terdapat materi pembelajaran atletik. Hal ini sesuai dengan standar kompetensi dan kompetensi dasar.

Standar kompetensi : mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi dasar : mempraktikkan variasi teknik dasar atletik yang dimodifikasi serta nilai semangat, sportifitas, kerja sama, percaya diri dan kejujuran.

Observasi telah dilakukan pada tanggal 26 Mei 2012 di SD N 1 Kragean kabupaten purbalingga untuk mengetahui sarana dan prasarana di SD tersebut, keadaan lingkungan, serta model pembelajaran yang dilakukan oleh guru terhadap peserta didik. Hasil observasi dari segi sarana dan prasarana dijumpai hasil yang kurang memadai, yaitu tidak ada lapangan yang luas di SD N 1 Kragean dan peralatan lompat tinggi yang sudah tidak standar. Dari segi keadaan lingkungan, situasi sekolah berada dipedesaan yang berdekatan dengan lingkungan terminal dan pasar, sehingga dalam proses pembelajaran berjalan kurang efektif. Dan hasil observasi dari segi pembelajaran lompat tinggi yaitu guru dalam menyampaikan materi sesuai dengan peraturan baku, sehingga siswa sulit untuk memahami peraturan tersebut.

Sebelum peneliti melakukan penelitian di SD N 1 Kragean, peneliti juga melakukan wawancara terhadap dua guru pendidikan jasmani yaitu bapak Slamet rahardjo S.Pd, dan ibu Dian Adi sulistyaningtyas S.Pd. hasil wawancara dengan bapak Slamet rahardjo S.Pd, mengenai sarana dan prasarana olahraga khususnya lompat tinggi sudah memadai apa belum, dan apakah siswa senang dalam mengikuti pembelajaran lompat tinggi, serta apakah dalam penyampaian materi mudah dipahami oleh siswa? Diperoleh keterangan dari guru tersebut yaitu sarana dan prasarana belum memadai, karena dari segi dana untuk membuat fasilitas tersebut belum ada, sehingga guru hanya memanfaatkan fasilitas yang tersedia. Dan siswa senang dalam mengikuti pembelajaran, dilihat siswa itu aktif bergerak dan mengikuti pembelajaran sampai selesai. Dari penyampaian materi mudah dipahami oleh siswa.

Hasil wawancara dengan ibu Dian Adi sulistyaningtyas S.Pd, dengan pertanyaan yang sama diperoleh keterangan bahwa untuk sarana dan prasarana kurang lengkap. Dan siswa senang dalam mengikuti pembelajaran lompat tinggi, dikarenakan siswa antusias dalam mengikuti pelajaran penjas. Serta dalam penyampaian materi mudah dipahami siswa, dikarenakan dalam pembelajarannya bisa berjalan dengan baik.

Selain melakukan wawancara dengan guru penjas, peneliti juga melakukan wawancara dengan 5 siswa yaitu Irfan R, suyitno, achmad khoidir, rizkia suci dan liliantari. Dari siswa perempuan diperoleh keterangan bahwa sarana dan prasarana belum memadai dan beberapa alat ada yang rusak, dan siswa perempuan tidak terlalu senang dalam mengikuti pembelajaran lompat tinggi, karena pembelajaran

lompat tinggi terlalu susah. Serta guru dalam penyampaian materi sulit diterima oleh siswa, karena penyampaian materinya tidak ada pendekatan terhadap materi lompat tinggi.

Dari hasil wawancara siswa laki-laki diperoleh keterangan bahwa sarana dan prasarana yang ada belum memadai, dan siswa tidak terlalu senang dalam pembelajaran lompat tinggi, dikarenakan siswa cenderung lebih suka terhadap olahraga yang menggunakan alat seperti sepak bola dan voli. Serta siswa sulit memahami materi yang diberikan oleh guru karena guru dalam penyampaian materi bersifat baku dan tidak ada modifikasi dalam pembelajaran.

Dari hasil observasi dan wawancara tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran lompat tinggi belum bisa berjalan dengan efektif dikarenakan beberapa faktor yaitu sarana dan prasarana untuk lompat tinggi belum memadai serta guru perlu memodifikasi dalam pembelajaran lompat tinggi, agar siswa senang dalam mengikuti pembelajaran.

Berdasarkan data yang diperoleh dari data nilai anak dapat diketahui bahwa nilai rata-rata yang diperoleh siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga dalam pembelajaran lompat tinggi menunjukkan nilai rata-rata kelas 37 persen dari banyaknya anak yang mendapatkan nilai dibawah 70. Melihat besarnya nilai rata-rata dibawah 70, maka dapat dijadikan bukti bahwa hasil belajar belum terpenuhi batas ketuntasan belajar siswa yang baru mencapai angka 70 menandai kegiatan pembelajaran belum melibatkan anak secara maksimal, model serta media dan gaya mengajar masih kurang. Hal ini disebabkan oleh aspek dari dalam individu atau aspek ekstern dari luar

lingkungannya. Oleh saat itu sangat dibutuhkan suatu tindakan yang melibatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara guru pendidikan jasmani di SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga siswa secara umum mempunyai kemampuan menengah kebawah dan sebagian siswa memiliki kemampuan diatas rata-rata. Dari observasi dapat diketahui bahwa anak-anak kelas V di SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga memiliki minat dan motivasi yang kurang terhadap mata pelajaran pendidikan jasmani. Terlihat ada sebagian yang bercerita ogah-ogahan dan mengeluh merasa tidak bisa melakukan tugas yang diberikan oleh guru. Dengan keterbatasan alat dan tingginya kesukaran dalam memaknai materi, maka menuntut guru agar lebih banyak menggunakan metode supaya siswa bisa memahami materi walaupun dengan menggunakan media yang terbatas dan sederhana.

Model pembelajaran yang menggunakan alat bantu kardus adalah salah satu usaha untuk dapat membantu siswa dalam mempelajari gerak keterampilan dan teknik dasar. Dengan alat bantu kardus dapat menarik, menyenangkan dan menimbulkan motivasi terhadap materi ajar lompat karena anak lebih suka pada permainan.

Dengan latar belakang diatas, maka diadakan penelitian dengan judul “Model Pengembangan Permainan Ludus Untuk Meningkatkan Aktifitas Gerak Lompat Dalam Pembelajaran Penjasorkes Siswa Kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga Tahun Pelajaran 2012/2013”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat dirumuskan rumusan masalah sebagai berikut : Bagaimana Model Pengembangan Permainan Ludus Dalam Penjasorkes Siswa Kelas V SD N 1 Kragean Kabupaten Purbalingga dapat meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes?

1.3 Tujuan Pengembangan

Sesuai dengan permasalahan diatas, tujuan penelitian pengembangan ini adalah untuk menghasilkan model pembelajaran permainan ludus dalam pembelajaran penjasorkes di SD N 1 Kragean Kabupaten Purbalingga untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat.

1.4 Spesifikasi Produk

Produk yang akan dihasilkan melalui penelitian pengembangan ini berupa model pengembangan permainan ludus pada kelas tinggi sekolah dasar, yang dapat mengembangkan baik dari segi kognitif, afektif, dan psikomotor. siswa dapat melaksanakan olahraga dengan senang, aktif bergerak tanpa ada rasa kejenuhan.

1.5 Pentingnya Pengembangan

1.5.1 Bagi Peneliti

1. Sebagai modal dalam menyusun skripsi untuk memperoleh gelar kesarjanaan bidang studi pendidikan jasmani, pendidikan guru, sekolah dasar.

2. Sebagai bekal pengalaman dalam mengembangkan model pembelajaran penjasorkes.

1.5.2 Bagi Peneliti Lanjutan

1. Dapat dijadikan landasan bagi peneliti lain untuk mengadakan pengembangan penelitian lebih lanjut yang sejenis.
2. Sebagai pertimbangan untuk penelitian pengembangan model pembelajaran melalui permainan lodus dalam pembelajaran penjasorkes siswa kelas atas.

1.5.3 Bagi Guru Penjas

1. Sebagai bahan pertimbangan dalam mengajar bidang studi penjasorkes pada umumnya, dan permainan lodus untuk pembelajaran atletik pada khususnya.
2. Sebagai sumber bahan yang beraneka ragam bagi guru, yang memungkinkan memodifikasi bahan lama menjadi versi baru.

1.5.4 Bagi Sekolah

Sebagai salah satu upaya dalam mewujudkan peningkatan kualitas pendidikan di sekolah.

1.5.5 Bagi Lembaga (PJKR FIK UNNES)

1. Sebagai bahan informasi kepada mahasiswa tentang pengembangan permainan lodus untuk model pengembangan permainan atletik di Sekolah Dasar.
2. Sebagai bahan dokumentasi penelitian dilingkungan UNNES Semarang

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR

2.1 Kajian Pustaka

Dalam kajian pustaka ini dimuat beberapa pendapat dari para pakar sebagai acuan berfikir secara ilmiah dalam rangka untuk pemecahan permasalahan, secara garis besar akan diuraikan tentang : pengertian gerak, karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar, perkembangan penguasaan gerak pada fase anak besar (6-12 tahun), klasifikasi ketrampilan gerak, tinjauan ketrampilan gerak dasar usia 11-12 tahun, pendidikan jasmani, komponen kondisi fisik, karakteristik dan struktur gerak olahraga atletik, karakteristik permainan kardus.

2.1.1 Pengertian Gerak

Gerak adalah rangsangan utama bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Semakin banyak bergerak maka semakin baik juga kualitas pertumbuhannya.

Gerak (*motor*) sebagai istilah umum untuk berbagai bentuk perilaku gerak manusia, sedangkan psikomotor khusus digunakan pada domain mengenai perkembangan manusia yang mencakup gerak manusia. Jadi gerak (*motor*) ruang lingkungannya lebih luas daripada psikomotor. Pengertian gerak dasar adalah kemampuan untuk melakukan tugas sehari-hari yang meliputi gerak jalan, lari, lompat, lempar (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1992 : 24).

Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang biasa siswa lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Kemampuan gerak dasar di bagi menjadi 3, yaitu : 1) Kemampuan lokomotor, digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti lompat dan loncat, 2) kemampuan non lokomotor, dilakukan ditempat tanpa ada ruang gerak yang memadai, contohnya mendorong, menarik, dll, 3) kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan kemampuan tangan dan kaki (Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra, 2000 : 20).

Gerak adalah sesuatu yang ditampilkan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati. Namun yang melatar belakangi suatu gerak yang ditampilkan dalam suatu perbuatan yang nyata dalam suatu unjuk kerja, sangat beraneka ragam sesuai dengan hakekat keberadaan dan kebutuhan manusia yang penuh perbedaan. Merupakan suatu kenyataan yang ditemui dalam kehidupan sehari-hari, bahwa melalui gerak manusia berusaha untuk dapat meraih sesuatu sesuai dengan kebutuhan dan berbagai motif yang melatar belakanginya. Namun sering pula terjadi bahwa walaupun hanya dengan sebuah motif yang melatar belakanginya manusia untuk bergerak, tetapi efek yang terjadi akibat gerakanya itu sendiri dapat beraneka ragam. (Phil. Yanuar Kiram, 1992 : 1)

Dari pengertian gerak diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan gerak adalah kemampuan dan kesanggupan untuk melakukan tugas-tugas seperti jalan, lari, lompat, dan lempar secara efektif dan efisien. Dan gerak terjadi karna suatu kebutuhan dan motif yang melatar belakanginya.

2.1.2 Karakteristik Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar

2.1.2.1 Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik atau pertumbuhan biologi merupakan salah satu aspek yang sangat penting bagi perkembangan individu terutama bagi anak usia sekolah dasar. Pada usia anak sekolah dasar, pertumbuhan dan perkembangan fisik berlangsung secara optimal. Pertumbuhan fisik anak usia sekolah dasar akan menimbulkan karakteristik juga pola penyesuaian diri mereka terhadap lingkungan.

Selanjutnya perkembangan fisik mencakup aspek – aspek tinggi dan berat badan, proporsi dan bentuk tubuh, otak dan perkembangan motorik dapat dijabarkan sebagai berikut :

2.1.2.1.1 Tinggi dan Berat Badan

Pada usia anak sekolah dasar perubahan berat badan lebih banyak dari pada tinggi badan. Karena ada penambahan ukuran dalam kerangka tulang belulang, sistem otot, dan organ lainnya. Berat dan kekuatan otot anak semakin meningkat dan semakin menurunnya kadar lemak bayi. Pertumbuhan fisik anak akan memberikan kemampuan anak untuk berpartisipasi dalam berbagai aktifitas baru.

2.1.2.1.2 Proporsi dan Bentuk Tubuh

Pada anak usia sekolah dasar masih mengalami belum seimbang nya bentuk proporsi dan bentuk tubuh. Seringkali kepala mereka lebih besar dibandingkan kaki. Namun perkembangan akan mulai nampak pada kelas 5

atau 6. Mereka akan mengalami perubahan dari keseluruhan badan untuk menuju keseimbangan.

2.1.2.1.3 Otak

Perkembangan otak yang dialami oleh anak akan mengalami proses perkembangan lebih cepat. Pada usia 5 tahun otak sudah mencapai 90% otak orang dewasa. Perkembangan ini disebabkan oleh penambahan jumlah dan ukuran ujung-ujung syaraf yang ada didalam dan sekitar otak, dan adanya proses melinasi (terdesaknya sel-sel syaraf oleh lemak sehingga meningkatkan kecepatan informasi).

2.1.2.1.4 Perkembangan Motorik

Perkembangan motorik lebih halus, sempurna, dan terkoordinasi dari masa sebelumnya seiring bertambahnya berat dan tinggi badan. Mereka sudah mampu mengontrol dan mengkoordinasi setiap gerakan badan. Seperti kemampuan mengkoordinasi kakinya untuk menendang bola ke gawang secara akurat. Untuk mengembangkan motorik anak, anak harus diberi kesempatan untuk melakukan aktifitas permainan dan olahraga. Hal ini dapat memberikan latihan dan kesempatan belajar bersaing, berteman, bersahabat, dan memperluas pergaulan.

<http://edukasi.kompasiana.com/2010/10/24/perkembangan-fisik-dan-persepektual-anak-sekolah-dasar/> (diakses 12/08/2011).

Menurut Sugiyanto dan Sudjarwo (1993 : 101), perkembangan fisik anak yang terjadi pada masa ini menunjukkan adanya kecenderungan yang berbeda dibanding pada masa sebelumnya dan juga pada masa sesudahnya. Kecenderungan

perbedaan yang terjadi adalah dalam hal kepesatan dan pola pertumbuhan fisik anak laki-laki dan anak perempuan sudah mulai menunjukkan kecendrungan semakin jelas tampak adanya perbedaan.

2.1.2.2 Perkembangan Perseptual

Perkembangan ini merupakan proses pengenalan individu dengan lingkungan. Aktifitas perseptual ini dibagi menjadi tiga. *Sensasi* yaitu penerimaan informasi oleh alat penerima, *persepsi* yaitu interpretasi dari informasi yang didapat oleh alat penerima sebagai penerus dari aktifitas sensasi, *Atensi* yaitu selektifitas persepsi.

Menurut Dikdik Zafar Sidik, pada fase perkembangan anak usia sekolah dasar akan melewati dua tahap, yaitu tahap prapuber dan tahap puber, seperti yang tercantum pada tabel.

Tabel 1. Fase Perkembangan Anak Usia Dasar

FASE PERKEMBANGAN	USIA KRONOLOGIS	TAHAP	USIA	CIRI PERKEMBANGAN
Usia Sekolah Dasar	6 – 14	Prapuber	6 - 11(Pi)	Perkembangan lambat dan seimbang ketika fungsi beberapa organ menjadi lebih efisien.
			7 - 13(Pa)	
		Puber	11 - 13(Pi)	Perkembangan cepat dalam tinggi, berat, dan efisiensi beberapa organ; kematangan seksual dengan perubahan perilaku.
			12- 14(Pa)	

<http://www.koni.or.id/files/documents/journal/1.%20Panduan%20Pelatihan%20Olahraga%20Untuk%20Usia%20Sekolah%20%286-18%20Tahun%29.pdf>

(diakses 12/08/2011)

2.1.3 Perkembangan Penguasaan gerak Dasar Pada Fase anak Besar (6-12 Tahun)

Seiring dengan meningkatnya kemampuan tubuh dan perkembangan fisik maka meningkat pula kemampuan gerak anak besar. Berbagai kemampuan gerak dasar yang sudah mulai dilakukan pada masa anak kecil semakin dikuasai. Pada fase anak sudah mulai bisa melakukan gerakan dengan mekanika tubuh yang makin efisien, Mereka sudah mampu mengontrol dan mengkoordinasikan setiap gerakan badan secara lancar dan terkontrol dengan bentuk gerakan yang bervariasi dan makin bertenaga.

Ranah psikomotor berhubungan dengan hasil belajar yang pencapaiannya melalui keterampilan manipulasi yang melibatkan otot dan kekuatan fisik. Ranah psikomotor adalah ranah yang berhubungan aktivitas fisik, misalnya; menulis, memukul, melompat dan lain sebagainya.

2.1.4 Klasifikasi Keterampilan Gerak

Menurut Sugiyanto dan Sudjarwo (1993 : 249), Keterampilan gerak dapat di klasifikasikan berdasarkan beberapa sudut pandang yaitu sebagai berikut :

2.1.4.1 Klasifikasi berdasarkan kecermatan gerak

Keterampilan gerak dapat dilihat berdasarkan kecermatan pelaksanaannya. Berdasarkan kecermatan gerak atau jenis otot-otot yang terlibat, ketrampilan gerak bisa dikategorikan menjadi 2 yaitu:

- 1) Ketrampilan gerak kasar (*gross motor skills*) adalah gerakan yang di dalam pelaksanaannya melibatkan otot-otot besar sebagai basis utama gerakan. Misalnya keterampilan gerak lompat tinggi.

- 2) Keterampilan gerak halus (*fine motor skills*) adalah keterampilan yang memerlukan kemampuan untuk mengontrol otot-otot halus. Misalnya menulis dan bermain piano.

2.1.4.2 Klasifikasi Berdasarkan Perbedaan Titik Awal Dan Akhir Gerakan

Berdasarkan perbedaan titik awal dan akhir gerakan, keterampilan gerak bisa dibagi menjadi menjadi 3 kategori, yaitu :

- 1) Keterampilan gerak diskrit (*discrete motor skill*) yaitu keterampilan gerak yang dapat ditentukan dengan mudah awal dan akhir gerakannya, dalam pelaksanaannya dapat dibedakan dengan jelas titik awal dan akhir gerakannya.
- 2) Keterampilan gerak serial (*serial motor skill*) yaitu keterampilan gerak diskrit yang dilakukan beberapa kali secara berlanjutan.
- 3) Keterampilan gerak kontinyu (*continue motor skill*) yaitu keterampilan gerak yang tidak dapat dengan mudah diketahui titik awal dan titik akhir dari gerakannya (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993 : 250).

2.1.4.3 Klasifikasi Berdasarkan Stabilitas Lingkungan

Berdasarkan stabilitas lingkungan suatu keterampilan yang berkelanjutan dapat merubah tinggi dan rendahnya suatu perkiraan, diantaranya:

- 1) Keterampilan Tertutup, keterampilan untuk memilih objek untuk melakukan suatu tindakan di dalamnya.
- 2) Keterampilan Terbuka, Keterampilan gerak di mana penampilan tidak dapat diprediksi selama masih ada perubahan lingkungan

(sumber :<http://onopirododo.wordpress.com/2010/12/09/klasifikasi-dan-karakteristik-keterampilan-gerak/> (diakses 14/08/2011))

2.1.5 Tinjauan Kemampuan Gerak Dasar Usia 11-12 tahun

Kemampuan dalam melakukan ketrampilan gerak antara anak laki-laki dengan anak perempuan secara umum sampai umur kurang lebih 11 tahun, masih berimbang. Dengan kata lain perbandingan kemampuan anak laki-laki dengan anak perempuan belum jauh berbeda. Namun setelah diatas usia 11 tahun mulai ada perbedaan, itu dikarenakan anak laki-laki mengalami peningkatan lebih pesat dibandingkan dengan anak perempuan.

2.1.6 Pengertian Lompat

Lompat adalah salah satu dari bagian atletik. Dalam olahraga atletik dikenal beberapa jenis nomor lompat, yaitu : lompat jauh, lompat jangkit atau lompat tiga, lompat tinggi dan lompat tinggi galah. Lompatan itu merupakan suatu bagian yang penting dalam dunia gerak manusia. Anak-anak pada umumnya suka melompat-lompat untuk menyatakan kegembiraannya dan kesukaannya untuk bergerak. Pada umumnya pula manusia itu mempunyai sifat ingin mempertinggi kecakapan dan ketangkasan, yang lama kelamaan berubah menjadi pertandingan melawan sesamanya. (H.M. Yusuf Adisasmita 1992 : 63)

2.1.7 Pendidikan Jasmani

2.1.7.1 Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan (Abdulkadir Ateng, 1992 : 4).

Menurut Adang Suherman (2000 : 17-19), berdasarkan sudut pandangnya pendidikan jasmani dapat dibedakan menjadi 2, yaitu :

- 1) Pandangan Tradisional. Pandangan ini menganggap bahwa pendidikan jasmani hanya semata-mata mendidik jasmani atau sebagai pelengkap, penyeimbang, atau penyelaras pendidikan rohani manusia.
- 2) Pandangan Modern. Pandangan ini menganggap bahwa manusia bukan sesuatu yang terdiri dari bagian-bagian yang terpilah-pilah. Manusia adalah kesatuan dari berbagai bagian yang terpadu. Oleh karena itu pendidikan jasmani tidak dapat hanya berorientasi pada jasmani saja atau hanya untuk kepentingan satu komponen saja.

Pendidikan jasmani memiliki kedua elemen olahraga dan bermain, meskipun dalam pelaksanaannya tidak harus selalu ada keduanya. Dimana semuanya mengandung bentuk gerak fisik yang cocok dalam konteks pendidikan jika dipakai untuk tujuan pendidikan tertentu (Abdulkadir Ateng, 1992 : 2).

2.1.7.2 Tujuan Pendidikan Jasmani

Sebagai bagian integral dari proses pendidikan keseluruhan, pendidikan jasmani merupakan usaha yang bertujuan untuk mengembangkan kawasan organik, neuromuskuler, intelektual, dan social (Abdulkadir Ateng, 1992 : 4).

Cakupan pendidikan jasmani adalah sebagai berikut :

- 1) Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktifitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang.
- 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 lingkungan 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).

2.1.7.3 Fungsi Pendidikan Jasmani

Menurut Reuben B. Frost dalam Sugiyanto dan Sudjarwo (1993 : 235), mengemukakan mengenai fungsi pendidikan jasmani, yaitu sebagai berikut :

- 1) Mengembangkan keterampilan gerak, dan pengetahuan tentang bagaimana dan mengapa seseorang bergerak, serta pengetahuan tentang cara-cara gerakan dapat diorganisasi.
- 2) Untuk belajar menguasai pola-pola gerak keterampilan secara efektif melalui latihan pertandingan, tari, dan renang.
- 3) Memperkaya pengertian tentang konsep ruang, waktu, dan gaya dalam hubungannya dengan gerakan tubuh.
- 4) Mengekspresikan pola-pola perilaku personal dan hubungan interpersonal yang baik didalam 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.

2.1.7.4 Ciri Pendidikan Jasmani

Menurut Sri Haryono (2007 : 13), dalam asas dan falsafah penjas dijelaskan bahwa ciri penjas yang berkualitas adalah sebagai berikut :

- 1) Mengembangkan sikap positif terhadap gerak/aktivitas jasmani, dansa, permainan dan olahraga (*affective learning*),
- 2) Mengembangkan kompetensi untuk memecahkan sedemikian banyak problema technomotor (*technomotor learning*),
- 3) Mengembangkan kompetensi untuk memecahkan persoalan pribadi dan antar pribadi yang terkait dengan situasi gerak/olahraga (*sociomotor learning*),
- 4) Menumbuhkan pengetahuan dan wawasan yang diperlukan untuk memahami peraturan dan ketentuan dalam budaya gerak serta mampu mengubahnya secara bermakna (*cognitf, reflective, learning*),
- 5) Meningkatkan kualitas hidup sekolah.

2.1.8 Komponen Kondisi Fisik

Menurut Mochamad Sajoto (1988 : 57), Kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari kompoonen-komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatannya, maupun pemeliharaannya. Artinya bahwa setiap usaha peningkatan kondisi fisik maka harus mengembangkan semua komponen tersebut. Walaupun perlu dilakukan dengan sistem prioritas sesuai keadaan atau status setiap komponen itu dan untuk keperluan apa keadaan atau status yang dibutuhkan tersebut. Ada sepuluh macam komponen kondisi fisik, yaitu :

- 1) Kekuatan (*strength*), adalah komponen kondisi fisik seseorang tentang kemampuannya dalam mempergunakan otot untuk menerima beban sewaktu bekerja.
- 2) Daya tahan (*endurance*), ada dua macam daya tahan, yaitu : (1) daya tahan umum (*general endurance*), kemampuan seseorang dalam mempergunakan sistem jantung, paru-paru, dan peredaran darahnya secara efektif dan efisien untuk menjalankan kerja secara terus-menerus yang melibatkan kontraksi sejumlah otot-otot dengan intensitas tinggi dalam waktu yang cukup lama, (2) daya tahan otot (*local endurance*), adalah kemampuan seseorang dalam mempergunakan ototnya untuk berkontraksi secara terus-menerus dalam waktu yang relative lama dengan beban tertentu.
- 3) Daya otot (*muscular power*), kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu yang sependek-pendeknya.
- 4) Kecepatan (*speed*), kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu sesingkat-singkatnya.
- 5) Daya lentur (*flexibility*), efektifitas seseorang dalam menyesuaikan diri untuk segala aktifitas dengan penguluran tubuh yang luas.
- 6) Kelincahan (*agility*), adalah kemampuan mengubah posisi di area tertentu.
- 7) Koordinasi (*coordination*), adalah kemampuan seseorang mengintegrasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda kedalam pola gerakan tunggal secara efektif.

- 8) Keseimbangan (*balance*), kemampuan seseorang mengendalikan organ-organ syaraf otot.
- 9) Ketepatan (*accuracy*), adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu sasaran.
- 10) Reaksi (*reaction*), adalah kemampuan seseorang untuk segera bertindak secepatnya dalam menanggapi rangsangan yang ditimbulkan oleh indra, syaraf atau feeling lainnya.

2.1.9 Karakteristik Permainan Lodus

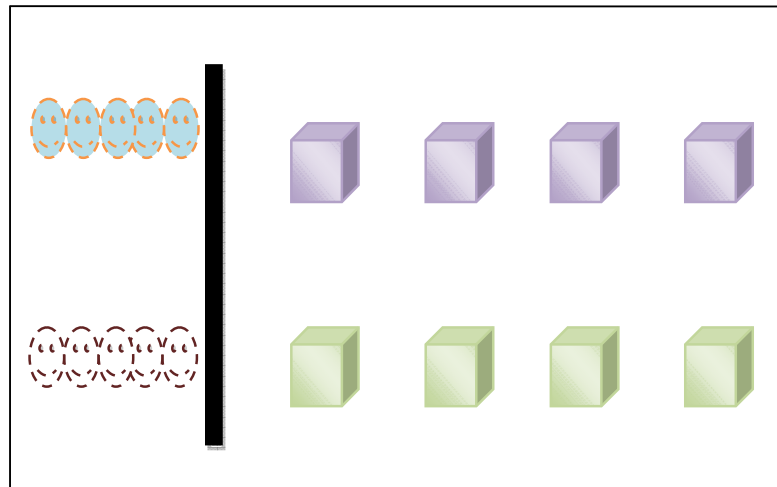
Permainan lodus adalah permainan sederhana yang menggunakan kardus. Permainan lodus merupakan permainan kecil dengan menggunakan alat, yang dilakukan secara beregu atau perorangan. Permainan lodus dilakukan ditempat yang datar. Ada tiga tahap atau pos dalam permainan lodus, yang dijabarkan sebagai berikut :

2.1.9.1 Pos I

Pada pos ini siswa melakukan gerakan melewati kardus dengan cara meloncat. (menggunakan tumpuan dua kaki). Tujuan dari permainan ini adalah melatih kekuatan kedua otot tungkai serta melatih koordinasi kedua kaki saat meloncat. Pada permainan ini diberi waktu 5 menit. Cara bermain :

- 1) Siswa berbaris dibelakang garis start (1 kelompok terdiri dari 5 orang).
- 2) Siswa yang berada dibarisan paling depan segera berlari setelah mendengar suara peluit.

- 3) Setelah meloncati kardus, siswa kembali kebarisan lalu melakukan tos dengan temannya.
- 4) Siswa berikutnya melakukan gerakan yang sama hingga peluit dari guru dibunyikan kembali.



Gambar1. Permainan Lodus Pada Pos I.

Keterangan :

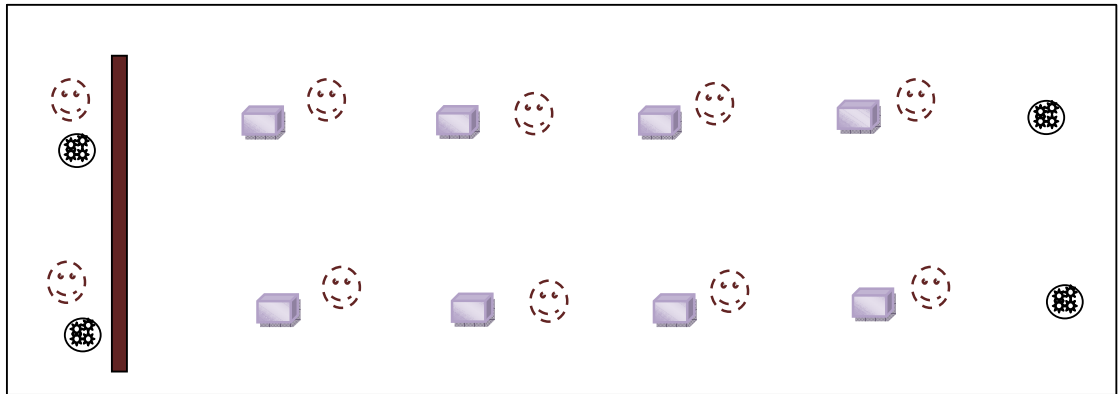


2.1.9.2 Pos II

Pada pos ini siswa melakukan gerakan melewati kardus dengan cara melompat menggunakan tumpuan satu kaki. Sebelum siswa melakukan gerakan

melompati kardus, dia harus mengambil tongkat untuk diberikan kepada temannya yang berada disamping kardus. Cara pemberian tongkat dilakukan secara estafet, yaitu dengan menjulurkan tangan yang memegang tongkat dan diberikan kepada temannya. Dan siswa yang berada di kardus akhir harus berlari kegaris finis untuk meletakkan tongkat kembali, lalu melakukan tos dengan temannya. Pada permainan ini diberi waktu 5 menit. Tujuan dari permainan pos ini adalah untuk melatih kekuatan kaki, kelincahan, ketepatan, dan kerja sama. Cara bermain :

- 1) Siswa mempersiapkan barisan atau formasi.
- 2) Dua siswa berada dibelakang garis *start* dan siswa yang lainnya mempersiapkan diri di samping kardus yang sudah ditata.
- 3) Setelah mendengar bunyi peluit peserta atau siswa pertama melakukan gerakan berlari mengambil tongkat lalu melompati kardus dan memberikan tongkat tersebut kepada peserta berikutnya yang sudah ada di samping kardus.
- 4) Peserta yang sudah menerima tongkat segera berlari melompati kardus dan memberikan tongkat tersebut kepada peserta berikutnya.
- 5) Siswa berikutnya juga melakukan gerakan yang sama sampai tongkat diletakkan di tempat yang disediakan di samping garis start.
- 6) Setelah tongkat diletakkan di tempat tongkat yang sudah disediakan, siswa melakukan tos dengan peserta lainnya yang sudah menunggu, lalu siswa berlari melakukan gerakan yang sama dengan peserta lainnya.
- 7) Gerakan ini dilakukan berulang-ulang sampai 5 menit dan sampai ada pemenangnya.



Gambar 2. Permainan Lodus Pada Pos II.

Keterangan :

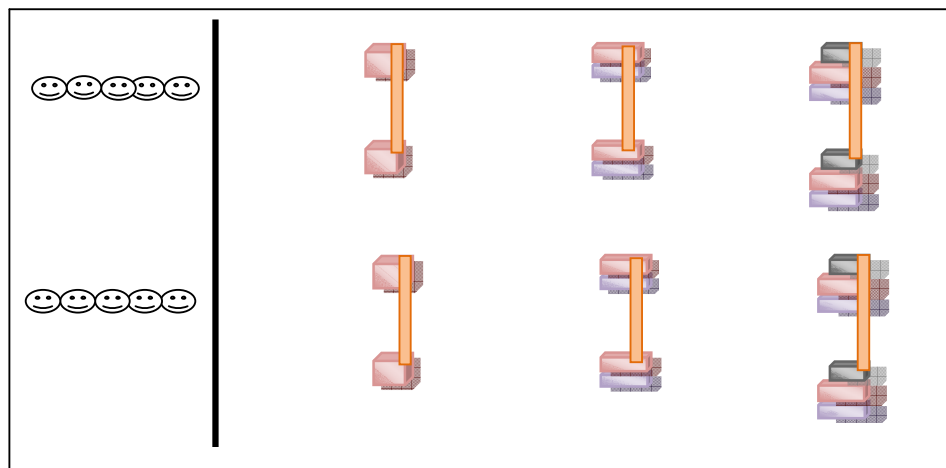
-  : garis *start*
-  : tempat tongkat
-  : siswa
-  : kardus

2.1.9.3 Pos III

Pada pos ini siswa melakukan gerakan melewati kardus yang telah disusun bertingkat. Tujuan permainan ini adalah untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melompati kardus yang disusun, sehingga diharapkan siswa terlatih untuk melompati kardus yang bervariasi ketinggiannya. Pada permainan ini diberi waktu 5 menit. Cara bermain :

- 1) Siswa berbaris pada garis start.
- 2) Setelah mendengar bunyi peluit siswa yang berada di urutan pertama melakukan gerakan terlebih dahulu.

- 3) Kemudian siswa melakukan lompatan pada kardus yang telah disusun dan bervariasi tingginya.
- 4) Setelah siswa melewati kardus terakhir, siswa menuju garis finis untuk tos dengan temannya.
- 5) Giliran dilakukan berulang kali sampai peluit dibunyikan kembali.

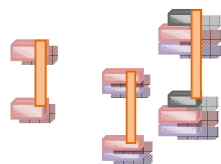


Gambar 3. Permainan Lodus Pada Pos III.

Keterangan :



: siswa

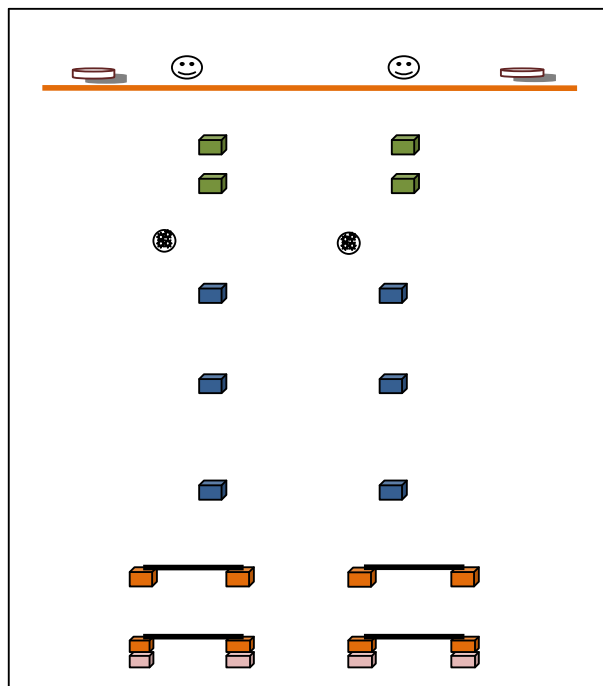


: kardus halang rintang

2.1.10 Karakteristik Modifikasi Permainan Lodus

Dalam hal ini yang dimaksud adalah memodifikasi bentuk dan peraturan permainannya agar anak aktif bergerak, senang tanpa ada rasa jenuh dalam

mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani. Modifikasi permainan lodus ini adalah gabungan dari beberapa macam permainan kardus yang telah dibuat. Sifat dari permainan ini merupakan permainan kompetisi, yang masing-masing regu terdiri dari minimal lima orang siswa. Permainan ini adalah rangkaian yang terdiri dari tiga pos, yang jarak dari pos ke pos selanjutnya berbeda, dan setiap posnya merupakan suatu permainan lodus yang berbeda-beda. Dimana setiap regu harus menyelesaikan kompetisi permainan lodus ini dari awal sampai akhir, yaitu harus melewati setiap tahap atau pos.



Gambar 4. Model Permainan Lodus Draf Awal

Keterangan :



: kardus halangan dengan 1 kardus



: kardus halangan dengan 2 tumpukan kardus



: kardus



: tempat tongkat



: siswa

2.1.11 Peraturan Modifikasi Permainan Lodus

Alokasi permainan ini adalah 4 x 5 menit dengan istirahat 1 menit setiap 2 babak, dengan pemain dibagi menjadi dua regu, masing-masing regu berjumlah sama, minimal lima orang siswa. Setiap regu berbaris kebelakang. Pemain pertama berada didalam pos I atau garis star, sedangkan pemain kedua dan seterusnya berada dibelakang garis star. Setelah mendengar aba-aba pluit, pemain pertama berlari sambil melakukan permainan lodus menuju pos II. Permainan lodus pertama kali dilakukan dengan menggunakan 2 kaki sebagai tumpuan, setelah melewati permainan di pos 1 siswa lalu melanjutkan permainan menuju pos II. Di sini siswa ditugaskan untuk mengambil terlebih dahulu tongkat yang telah disediakan, setelah siswa mengambil tongkat lalu siswa berlari untuk menyelesaikan tugas di pos II yaitu melompati kardus dengan menggunakan satu kaki sebagai tumpuan dengan membawa tongkat di tangan. Setelah di pos ini selesai, siswa langsung berlari menuju pos III dengan masih membawa tongkat di tangannya, di pos ini siswa harus melompati kardus yang telah disusun dengan

tinggi yang berbeda-beda, dan di tengahnya diberi bambu kecil sebagai halang rintang siswa dalam melompati kardus. Setelah siswa selesai di pos III, siswa berlari kembali kebarisan untuk meletakkan tongkat ketempat yang telah disediakan dan melakukan tos kepada siswa kedua yang akan melakukan tugasnya. Begitu seterusnya sampai waktu waktu yang ditentukan yaitu 3 menit. Begitu juga peraturan yang harus dilakukan oleh kelompok lainnya. Permainan ini bersifat kompetisi, dan untuk mendapatkan pemenangnya yaitu dengan menghitung berapa banyak tongkat yang telah dipindahkan dan yang paling sedikit melakukan kesalahan ataupun pelanggaran.

Cara bermain setiap pos satu dengan pos lainnya berbeda-beda, sesuai dengan bentuk permainannya. Berikut ini adalah penjelasan setiap pos :

- 1) Pos I : adalah tempat pertama kali anggota regu berkumpul. Cara bermain dalam pos ini, yaitu : (1) setelah mendengar aba-aba pluit, pemain pertama langsung melakukan permainan lodus menuju pos II, (2) pertama kali melakukan permainan lodus dengan menggunakan dua kaki sebagai tumpuan, setelah sampai pada garis permainan lompat kardus berganti menggunakan satu kaki sebagai tumpuannya. Akan tetapi siswa terlebih dulu diwajibkan mengambil tongkat yang telah disediakan untuk dipindahkan.
- 2) Pos II : di pos ini merupakan bentuk permainan lodus dengan membawa tongkat. Cara bermain : (1) setelah sampai di Pos II, kemudian siswa mengambil tongkat yang telah disediakan lalu kembali berlari melompati kardus dengan membawa tongkat di tangannya, (2) setiap siswa melakukan lompat kardus sebanyak kardus yang tersedia, dan (3) setelah selesai,

kemudian siswa menuju ke pos berikutnya untuk menyelesaikan rintangan berikutnya dengan cara berlari secepat mungkin.

- 3) Pos III : di pos ini merupakan bentuk permainan lompat kardus halang rintang. Cara bermain : (1) setelah sampai di pos III, siswa mengambil ancang-ancang untuk melompati kardus yang telah disusun dengan bambu sebagai rintangannya, (2) disini setiap kardus yang ditata tingginya berbeda-beda. Dari mulai yang terendah sampai ke yang tertinggi, dan (3) setelah peserta pertama selesai berlari melompati kardus halang rintang, maka siswa berlari kembali ke garis star untuk meletakkan tongkat dan tos kepada siswa berikutnya.

2.2 Kerangka Berpikir

Sesuai dengan standar kompetensi kelas V yaitu mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar kedalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya dengan kompetensi dasar mempraktikkan variasi gerak dasar kedalam modifikasi atletik. Serta nilai semangat, sportifitas, percaya diri dan kejujuran.

Oleh karena itu peneliti mempunyai ide untuk mengembangkan aktifitas gerak siswa melalui permainan lodus. Permainan lodus yang akan peneliti terapkan melalui proses pembelajaran penjasorkes siswa kelas V SD Negeri 1 Krangean Kabupaten Purbalingga adalah dengan berbagai variasi permainan lompat. Variasi dari permainan lompat kardus tersebut adalah sebagai berikut :

2.2.1 Pos I

Pada pos ini siswa melakukan gerakan melewati kardus dengan cara meloncat. (menggunakan tumpuan dua kaki). Tujuan dari permainan ini adalah melatih kekuatan kedua otot tungkai serta melatih koordinasi kedua kaki saat meloncat. Cara bermain :

- 1) Siswa berbaris dibelakang garis start (1 kelompok terdiri dari 5 orang).
- 2) Siswa yang berada dibarisan paling depan segera berlari setelah mendengar suara peluit.
- 3) Setelah meloncati kardus, siswa kembali kebarisan lalu melakukan tos dengan temannya.
- 4) Siswa berikutnya melakukan gerakan yang sama hingga peluit dari guru dibunyikan kembali.
- 5) Pada permainan ini diberi waktu 5 menit.

2.2.2 Pos II

Pada pos ini siswa melakukan gerakan melewati kardus dengan cara melompat menggunakan tumpuan satu kaki. Sebelum siswa melakukan gerakan melompati kardus, dia harus mengambil tongkat untuk diberikan kepada temannya yang berada disamping kardus. Cara pemberian tongkat dilakukan secara estafet, yaitu dengan menjulurkan tangan yang memegang tongkat dan diberikan kepada temannya. Dan siswa yang berada di kardus akhir harus berlari kegaris finis untuk meletakkan tongkat kembali, lalu melakukan tos dengan temannya. Pada permainan ini diberi waktu 5 menit. Tujuan dari permainan tahap ini

adalah untuk melatih kekuatan kaki, kelincahan, ketepatan, dan kerja sama. Cara bermain :

- 1) Siswa mempersiapkan barisan atau formasi.
- 2) Dua siswa berada dibelakang garis start dan siswa yang lainnya mempersiapkan diri di samping kardus yang sudah ditata.
- 3) Setelah mendengar bunyi peluit peserta atau siswa pertama melakukan gerakan berlari mengambil tongkat lalu melompati kardus dan memberikan tongkat tersebut kepada peserta berikutnya yang sudah ada di samping kardus.
- 4) Peserta yang sudah menerima tongkat segera berlari melompati kardus dan memberikan tongkat tersebut kepada peserta berikutnya.
- 5) Siswa berikutnya juga melakukan gerakan yang sama sampai tongkat diletakkan di tempat yang disediakan di samping garis start.
- 6) Setelah tongkat diletakkan di tempat tongkat yang sudah disediakan, siswa melakukan tos dengan peserta lainnya yang sudah menunggu, lalu siswa berlari melakukan gerakan yang sama dengan peserta lainnya.
- 7) Gerakan ini dilakukan berulang-ulang sampai 5 menit dan sampai ada pemenangnya.

2.2.3 Pos III

Pada tahap ini siswa melakukan gerakan melewati kardus yang telah disusun bertingkat.

Tujuan permainan ini adalah untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melompati kardus yang disusun, sehingga diharapkan siswa terlatih untuk melompati kardus yang bervariasi ketinggiannya. Pada permainan ini diberi waktu 5 menit. Cara bermain :

- 1) Siswa berbaris pada garis start.
- 2) Setelah mendengar bunyi peluit siswa yang berada di urutan pertama melakukan gerakan terlebih dahulu.
- 3) Kemudian siswa melakukan lompatan pada kardus yang telah disusun dan bervariasi tingginya.
- 4) Setelah siswa melewati kardus terakhir, siswa menuju garis finis untuk tos dengan temannya.
- 5) Giliran dilakukan berulang kali sampai peluit dibunyikan kembali.

Alasan mengapa peneliti memilih menggunakan metode permainan lodus adalah untuk meningkatkan aktifitas gerak siswa, selain itu lompat adalah salah satu kompetensi dasar yang harus dikuasai siswa.

Pengembangan pembelajaran permainan kardus merupakan salah satu upaya yang harus diwujudkan. Model pembelajaran permainan kardus diharapkan mampu membuat siswa lebih aktif bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang menyenangkan.

BAB III

METODE PENGEMBANGAN

3.1 Model Pengembangan

Suatu penelitian ilmiah pada dasarnya merupakan usaha untuk menemukan, mengembangkan, dan menguji kebenaran suatu ilmu pengetahuan. Penelitian dan Pengembangan biasanya disebut pengembangan berbasis penelitian (*research-based devolepment*) merupakan jenis penelitian yang sedang meningkat penggunaannya dalam pemecahan masalah praktis dalam dunia penelitian, utamanya penelitian pendidikan dan pembelajaran.

Menurut Wasis (2004:6) dalam setiap pengembangan dapat memilih dan menemukan langkah yang paling tepat bagi penelitiannya berdasarkan kondisi dan kendala yang dihadapi. Penelitian dan pengembangan berupaya menghasilkan suatu komponen dalam sistem pendidikan melalui langkah-langkah pengembangan dan validasi.

Penelitian dan pengembangan ini menggunakan model pengembangan prosedural, karena model ini bersifat diskriptif, yaitu suatu prosedur yang menggambarkan langkah-langkah yang harus diikuti dalam menghasilkan produk.

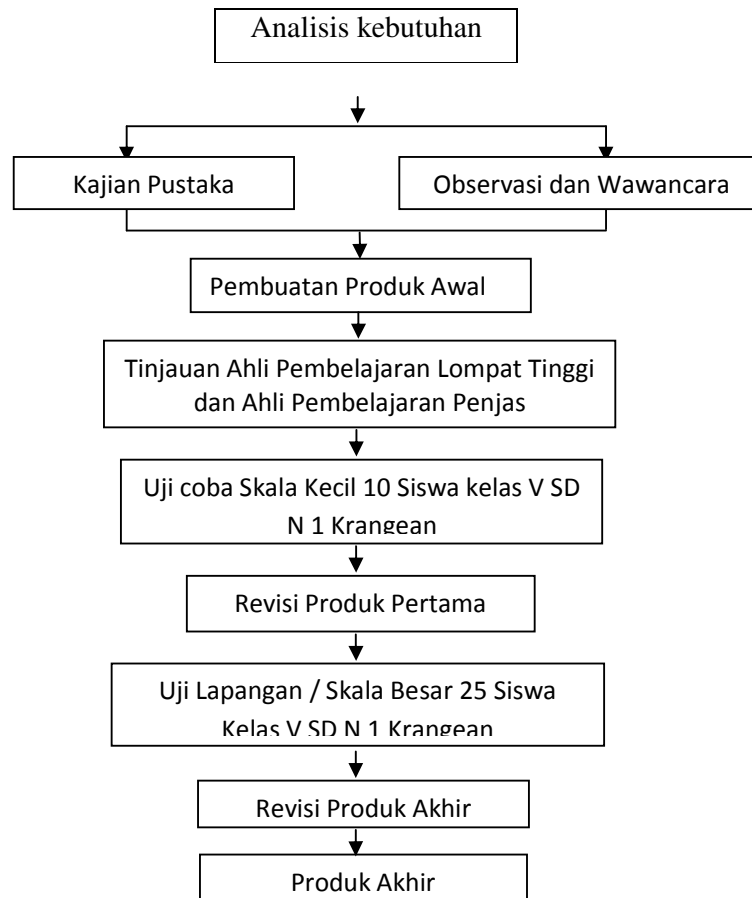
Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang bertujuan menghasilkan produk berupa Model pengembangan permainan *lodus* dalam pembelajaran penjasorkes siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga. Menurut Bold dan Gall dalam Elok Umilaelatun (2011 : 56), penelitian dan pengembangan merupakan metode yang digunakan untuk

mengembangkan atau memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan dan pembelajaran.

Metode penelitian ini adalah penelitian pengembangan yang mengacu pada model pengembangan dari Born dan Gall dengan urutan sebagai berikut (1) Analisis kebutuhan, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka, (2) Pembuatan produk awal, mengembangkan produk uji coba kelompok kecil yang berupa model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes siswa kelas V SD N 1 Kragean Kabupaten Purbalingga, (3) Uji coba kelompok kecil dengan menggunakan kuesioner, serta evaluasi ahli menggunakan satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran, termasuk konsultasi yang kemudian dianalisis, (4) Revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil, revisi ini digunakan sebagai perbaikan terhadap produk uji coba kelompok kecil yang dibuat oleh peneliti, (5) Uji coba lapangan, (6) Revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji lapangan, (7) Hasil akhir model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes siswa kelas V SD N 1 Kragean Kabupaten Purbalingga yang dihasilkan melalui revisi uji coba lapangan.

3.2 Prosedur Pengembangan

Prosedur pengembangan pada model permainan lodus ini dilakukan melalui beberapa tahap. Tahap-tahap tersebut antara lain :



Prosedur Pengembangan Permainan Vonis
(Sumber: Borg & Gall dalam Elok Umilaelatun 2011 : 56)

3.2.1 Analisis Kebutuhan

Analisis kebutuhan merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian ini. Langkah ini bertujuan untuk menentukan apakah model pembelajaran melalui pendekatan permainan ludus ini dibutuhkan atau tidak. Pada tahap ini peneliti mengadakan observasi di SD Negeri 1 Krangean tentang pelaksanaan olahraga permainan kardus dengan cara melakukan pengamatan lapangan tentang proses pembelajaran dan aktivitas fisik siswa.

3.2.2 Pembuatan Produk Awal

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, maka langkah selanjutnya adalah pembuatan produk model permainan lodus yang dimodifikasi. Dalam pembuatan produk yang dikembangkan, peneliti membuat produk berdasarkan kajian teori yang kemudian dievaluasi oleh satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga.

3.2.3 Uji Coba Produk

Pelaksanaan uji coba produk dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu : (1) menetapkan disain uji coba, (2) menentukan subyek uji coba, (3) menyusun instrument pengumpulan data, dan (4) menetapkan analisis data.

3.2.4 Revisi Produk Pertama

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

3.2.5 Uji Coba Skala Besar

Pada tahap ini dilakukan uji skala besar terhadap produk yang dikembangkan dengan menggunakan subjek uji coba siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga yang berjumlah 25 siswa.

3.2.6 Revisi Produk Akhir

Revisi produk dari hasil uji skala besar yang telah diujicobakan pada siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga yang berjumlah 25 siswa.

3.2.7 Hasil Akhir

Hasil akhir produk pengembangan dari uji skala besar yang berupa model permainan lodus yang telah dimodifikasi.

3.3 Uji Coba Produk

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

3.3.1 Desain Uji Coba

Desain uji coba yang dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui tingkat keefektifan dan segi pemanfaatan produk yang dikembangkan. Desain uji coba yang dilaksanakan terdiri dari:

3.3.1.1 Evaluasi Ahli

Sebelum produk pembelajaran yang dikembangkan diujicobakan kepada subyek, produk yang dibuat di evaluasi (divalidasi) terlebih dahulu oleh satu ahli penjas (Agus Widodo S.Pd M.Pd), dan ahli pembelajaran (Slamet Rahardjo) dengan kualifikasi: (1) Agus Widodo S.Pd M.Pd adalah dosen FIK UNNES, (2) Slamet Rahardjo adalah guru penjas SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga.

Variabel yang dievaluasi oleh ahli meliputi fasilitas peralatan, jumlah pemain, perlengkapan pemain, lama permainan, dan aktivitas siswa dalam permainan. Untuk menghimpun data dari para ahli dilakukan dengan cara memberi draf model awal dengan disertai lembar evaluasi kepada para ahli penjas dan ahli pembelajaran. Hasil evaluasi dari para ahli yang berupa penilaian dan

saran terhadap produk yang telah dibuat, digunakan sebagai acuan dasar pengembangan produk.

3.3.1.2 Uji Coba Skala Kecil

Pada tahapan ini produk yang telah direvisi dari hasil evaluasi ahli kemudian diujicobakan kepada siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga. Pada uji coba skala kecil ini menggunakan 10 siswa sebagai subjeknya.

Pertama-tama siswa diberi penjelasan peraturan permainan lodus yang telah dimodifikasi, yang kemudian melakukan uji coba permainan lodus. Setelah selesai melakukan uji coba, siswa mengisi kuesioner tentang permainan yang telah dilakukan. Tujuan uji coba skala kecil ini adalah untuk mengetahui tanggapan awal dari produk yang dikembangkan.

3.3.1.3 Revisi Produk Pertama

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

3.3.1.4 Uji Coba Skala Besar

Hasil analisis uji coba skala kecil serta revisi pertama, selanjutnya dilakukan uji coba skala besar. Uji coba skala besar ini dilakukan pada siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean sebanyak 25 siswa.

3.3.2 Subjek Uji Coba

Subjek uji coba pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Evaluasi ahli yang terdiri dari satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran.
- 2) Uji coba skala kecil yang terdiri dari 10 siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kecamatan Kertanegara Kabupaten Purbalingga dipilih secara acak.
- 3) Uji coba skala besar yang terdiri dari 25 siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga, sampel yang dipilih adalah total sampling.

3.3.3 Jenis Data

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

3.3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah kuesioner. Kuesioner untuk ahli berupa lembar evaluasi berbentuk skala 1 sampai 5 dengan cara memberi tanda "V" pada kolom yang tersedia yang dititik beratkan pada produk yang dibuat apakah sudah efektif dan efisien untuk pembelajaran penjasorkes. Sedangkan kuesioner untuk siswa yang digunakan untuk mengumpulkan data dari hasil evaluasi ahli dalam pelaksanaan setelah uji coba berupa kuesioner tertutup dengan dua jawaban, kuesioner yang diberikan meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

3.3.5 Teknik Analisis Data

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

Dalam pengolahan data, presentase diperoleh dengan rumus dari :

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

Keterangan :

f : Frekuensi relatif / angka persentase

f : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

n : Jumlah seluruh data

100% : Konstanta

(Sukirman dalam skripsi Elok Umilaelatun, 2011 : 64)

Dari hasil persentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh data:

Tabel 2. Klasifikasi Persentase

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

(Sumber Guildford dalam dalam skripsi Elok Umilaelatun, 2011 : 64)

BAB IV

HASIL PENGEMBANGAN

4.1 Hasil Data Uji Coba

4.1.1 Data Analisis Kebutuhan

Untuk mengetahui permasalahan-permasalahan yang terjadi di lapangan terutama berkaitan dengan proses pembelajaran penjas, olahraga dan kesehatan, serta bentuk pemecahan dari permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan analisis kebutuhan. Kegiatan ini dilakukan dengan cara menganalisis proses pembelajaran yang terjadi sesungguhnya di lapangan, melakukan observasi pembelajaran dan melakukan studi pustaka atau kajian literatur.

Sesuai dengan kompetensi dasar pada materi lompat tinggi, khususnya kelas V, disebutkan bahwa siswa dapat mempraktikkan teknik dasar atletik yang dimodifikasi, serta nilai semangat, sportivitas, kerjasama, percaya diri, dan kejujuran. Sedangkan kenyataan yang ada dalam permainan dasar atletik, khususnya lompat tinggi di Sekolah Dasar masih jauh dari yang diharapkan.

Meskipun saat ini guru SD sudah mulai mengajarkan penjas dengan berbagai modifikasi, namun khusus dalam pembelajaran lompat tinggi siswa masih kurang aktif bergerak. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa hal, antara lain alat dan fasilitas yang digunakan masih terbatas, peraturan permainan lompat tinggi yang digunakan sesuai dengan peraturan yang sebenarnya atau masih berorientasi pada pengajaran olahraga yang sifatnya mengarah pada penguasaan

teknik. Sehingga diketahui ada beberapa siswa yang mengeluh merasa bosan dikarenakan permainan lompat tinggi yang monoton yang hanya diulang-ulang. Pembelajaran lompat tinggi yang diberikan guru masih belum dikemas dalam bentuk modifikasi yang menarik, sehingga dijumpai siswa yang merasa tidak senang, bosan, dan malas untuk bergerak. Selain itu, siswa juga lebih menyukai olahraga permainan yang menggunakan alat. Seperti voli, basket, sepak bola, kasti dan sebagainya.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pembelajaran lompat tinggi yang diberikan guru masih kurang efektif dan kurang menumbuhkan minat siswa agar aktif bergerak.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti berusaha mengembangkan model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes yang sesuai bagi siswa SD. Peneliti mengharapkan produk yang dihasilkan nanti dapat meningkatkan kualitas pembelajaran lompat tinggi yang dapat membuat siswa aktif mengikuti pembelajaran, sehingga diharapkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani, kognitif, psikomotorik, dan afektif siswa.

4.1.2 Deskriptif Draf Produk Awal

Setelah menentukan produk yang dikembangkan berupa model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes yang sesuai bagi siswa SD. Selanjutnya yang dilakukan adalah membuat produk dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Analisis tujuan dan karakteristik lompat tinggi di SD.

- 2) Analisis karakteristik siswa SD.
- 3) Mengkaji literatur tentang prinsip-prinsip atau cara mengembangkan modifikasi permainan lodus.
- 4) Menetapkan prinsip-prinsip untuk mengembangkan model pembelajaran lompat tinggi melalui pendekatan permainan lodus.
- 5) Menetapkan tujuan, isi, dan strategi pengelolaan pembelajaran.
- 6) Pengembangan prosedur pengukuran hasil pembelajaran.
- 7) Menyusun produk awal model pengembangan pembelajaran lompat tinggi melalui pendekatan permainan lodus dalam penjasorkes.

Setelah melalui proses disain dan produksi maka dihasilkan produk awal model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes yang sesuai bagi siswa SD tersebut. Berikut adalah draf produk awal model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes yang sesuai bagi siswa SD sebelum divalidasi oleh ahli dan guru penjasorkes :

4.1.2.1 ***Draf Produk Awal Model Pengembangan Permainan Lodus Untuk Meningkatkan Aktifitas Gerak Lompat Dalam Pembelajaran Penjasorkes***

Permainan lodus merupakan model pembelajaran lompat tinggi yang dikembangkan melalui pendekatan permainan lodus untuk melatih reaksi, koordinasi, keterampilan gerak manipulatif, dan kelincahan gerak yang lebih statis dan dinamis.

Modifikasi permainan lodus ini adalah rangkaian yang terdiri dari 3 pos, yang jarak dari pos ke pos selanjutnya berbeda. Setiap pos atau posnya merupakan suatu permainan lodus yang berbeda-beda. Dimana setiap regu harus menyelesaikan kompetisi permainan lodus ini dari awal sampai akhir, yaitu harus melewati setiap pos.

Dalam hal ini yang dimaksud adalah memodifikasi bentuk dan peraturan permainannya agar anak aktif bergerak, senang tanpa ada rasa jenuh dalam mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani. Modifikasi permainan lodus ini adalah gabungan dari beberapa macam permainan kardus yang telah dibuat. Sifat dari permainan ini merupakan permainan kompetisi, yang masing-masing regu terdiri dari minimal lima orang siswa.

Alokasi permainan ini adalah 4 x 5 menit dengan istirahat 1 menit setiap 2 babak, dengan pemain dibagi menjadi dua regu, masing-masing regu berjumlah sama, minimal lima orang siswa. Setiap regu berbaris kebelakang. Pemain pertama berada didalam pos I atau garis star, sedangkan pemain kedua dan seterusnya berada dibelakang garis star. Setelah mendengar aba-aba pluit, pemain pertama berlari sambil melakukan permainan lompat kardus menuju pos II. Permainan lompat kardus pertama kali dilakukan dengan menggunakan 2 kaki sebagai tumpuan, setelah melewati permainan di pos 1 siswa lalu melanjutkan permainan menuju pos II. Di sini siswa ditugaskan untuk mengambil terlebih dahulu tongkat yang telah disediakan, setelah siswa mengambil tongkat lalu siswa berlari untuk menyelesaikan tugas di pos II yaitu melompati kardus dengan menggunakan satu kaki sebagai tumpuan dengan membawa tongkat di tangan.

Setelah di pos ini selesai, siswa langsung berlari menuju pos III dengan masih membawa tongkat di tangannya, di pos ini siswa harus melompati kardus yang telah disusun dengan tinggi yang berbeda-beda, dan di tengahnya diberi bambu kecil sebagai halang rintang siswa dalam melompati kardus. Setelah siswa selesai di pos III, siswa berlari kembali kebarisan untuk meletakkan tongkat ketempat yang telah disediakan dan melakukan tos kepada siswa kedua yang akan melakukan tugasnya. Begitu seterusnya sampai waktu waktu yang ditentukan yaitu 3 menit. Begitu juga peraturan yang harus dilakukan oleh kelompok lainnya. Permainan ini bersifat kompetisi, dan untuk mendapatkan pemenangnya yaitu dengan menghitung berapa banyak tongkat yang telah dipindahkan dan yang paling sedikit melakukan kesalahan ataupun pelanggaran.

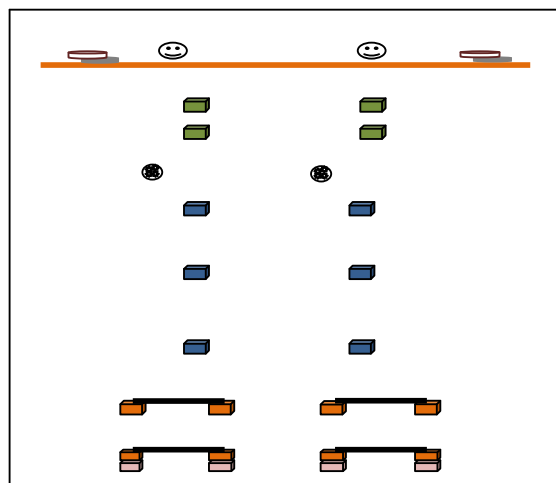
Cara bermain setiap pos satu dengan pos lainnya berbeda-beda, sesuai dengan bentuk permainannya. Berikut ini adalah penjelasan setiap pos :

- 1) Pos I : adalah tempat pertama kali anggota regu berkumpul. Cara bermain permainan lodus, yaitu : (1) setelah mendengar aba-aba pluit, pemain pertama langsung melakukan lompat kardus menuju pos II, (2) pertama kali melakukan permainan lompat kardus dengan menggunakan dua kaki sebagai tumpuan, setelah sampai pada garis permainan lompat kardus berganti menggunakan satu kaki sebagai tumpuannya. Akan tetapi siswa terlebih dulu diwajibkan mengambil tongkat yang telah disediakan untuk dipindahkan.
- 2) Pos II : di pos ini merupakan bentuk permainan lompat kardus dengan membawa tongkat. Cara bermain permainan lodus, yaitu : (1) setelah sampai di pos II, kemudian siswa mengambil tongkat yang telah disediakan lalu

kembali berlari melompati kardus dengan membawa tongkat di tangannya, (2) setiap siswa melakukan lompat kardus sebanyak kardus yang tersedia, (3) setelah selesai, kemudian siswa menuju ke pos berikutnya untuk menyelesaikan rintangan berikutnya dengan cara berlari secepat mungkin.

- 3) Pos III : di pos ini merupakan bentuk permainan lompat kardus halang rintang. Cara bermain permainan lodus, yaitu : (1) setelah sampai di pos III, siswa mengambil ancap-ancap untuk melompati kardus yang telah disusun dengan bambu sebagai rintangannya, (2) disini setiap kardus yang ditata tingginya berbeda-beda. Dari mulai yang terendah sampai ke yang tertinggi, (3) setelah peserta pertama selesai berlari melompati kardus halang rintang, maka siswa berlari kembali ke garis star untuk meletakkan tongkat dan tos kepada siswa berikutnya.

Berikut adalah gambar lapangan modifikasi permainan lodus yang digunakan sebagai model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes pada draf produk awal :



Gambar 5. Model Lapangan Permainan Lodus Pada Draf Produk Awal

Adapun desain draf produk awal model pembelajarannya adalah sebagai berikut :

1) Uji Coba Skala Kecil : Jumlah 10 siswa dibagi menjadi 2 kelompok masing-masing kelompok berjumlah 5 anak.

Uji Coba Skala Besar : Jumlah 25 siswa dibagi menjadi 5 kelompok, masing-masing kelompok 5 anak.

2) Dua kelompok masing-masing menempatkan diri ditempat yang berbeda yaitu pos I atau garis start, sesuai dengan posnya masing-masing.

3) Setelah mendengar aba-aba pluit, pemain pertama langsung melakukan lompat kardus menuju pos II.

4) Pertama kali melakukan permainan lompat kardus dengan menggunakan dua kaki sebagai tumpuan, setelah sampai pada garis permainan lompat kardus berganti menggunakan satu kaki sebagai tumpuannya. Akan tetapi siswa terlebih dulu diwajibkan mengambil tongkat yang telah disediakan untuk dipindahkan.

5) Setelah sampai di pos II, kemudian siswa mengambil tongkat yang telah disediakan lalu kembali berlari melompati kardus dengan membawa tongkat di tangannya.

6) Setiap siswa melakukan lompat kardus sebanyak kardus yang tersedia.

7) Setelah selesai, kemudian siswa menuju ke pos berikutnya untuk menyelesaikan rintangan berikutnya dengan cara berlari secepat mungkin.

8) Setelah sampai di pos III, siswa mengambil ancang-ancang untuk melompati kardus yang telah disusun dengan bambu sebagai rintangannya.

- 9) Disini setiap kardus yang ditata tingginya berbeda-beda. Dari mulai yang terendah sampai ke yang tertinggi.
- 10) Setelah peserta pertama selesai berlari melompati kardus haling rintang, maka siswa berlari kembali ke garis star untuk meletakkan tongkat dan tos kepada siswa berikutnya.
- 11) Kelompok yang anggotanya menyelesaikan terlebih dahulu melakukan permainan lodus dari pos atau pos I sampai garis finish adalah sebagai pemenangnya.

Berikut dijabarkan tentang peraturan permainan lodus.

- 1) Pemain pertama berada didalam pos 1 atau garis star, sedangkan pemain kedua dan seterusnya berada dibelakang garis star.
- 2) Setelah mendengar aba-aba pluit, pemain pertama berlari sambil melakukan permainan lompat kardus menuju pos II. Permainan lompat kardus pertama kali dilakukan dengan menggunakan 2 kaki sebagai tumpuan, setelah melewati permainan di pos 1 siswa lalu melanjutkan permainan menuju pos II. Di sini siswa ditugaskan untuk mengambil terlebih dahulu tongkat yang telah disediakan.
- 3) Setelah siswa mengambil tongkat lalu siswa berlari untuk menyelesaikan tugas di pos II yaitu melompati kardus dengan menggunakan satu kaki sebagai tumpuan dengan membawa tongkat di tangan.
- 4) Setelah di pos ini selesai, siswa langsung berlari menuju pos III dengan masih membawa tongkat di tangannya, di pos ini siswa harus melompati kardus yang telah disusun dengan tinggi yang berbeda-beda, dan di

tengahnya diberi bambu kecil sebagai halang rintang siswa dalam melompati kardus.

- 5) Setelah siswa selesai di pos III, siswa berlari kembali kebarisan untuk meletakkan tongkat ketempat yang telah disediakan dan melakukan tos kepada siswa kedua yang akan melakukan tugasnya. Begitu seterusnya sampai waktu waktu yang ditentukan yaitu 5 menit. Begitu juga peraturan yang harus dilakukan oleh kelompok lainnya. Permainan ini bersifat kompetisi, dan untuk mendapatkan pemenangnya yaitu dengan menghitung berapa banyak tongkat yang telah dipindahkan dan yang paling sedikit melakukan kesalahan ataupun pelanggaran.

Beberapa peralatan yang digunakan dalam permainan lodus ini, yaitu : (1) lapangan, (2) papan petunjuk dan bendera, (3) kardus, (4) kapur, (5) tali rafia, (6) dan peluit.

4.1.3 Validasi Ahli

4.1.3.1 Validasi Draf Produk Awal

Produk awal model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes pada Siswa Kelas V SD Negeri 1 Kragean sebelum diujicobakan dalam uji skala kecil, perlu dilakukan validasi oleh para ahli yang sesuai dengan bidang penelitian ini. Peneliti melibatkan satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran, dengan kualifikasi : (1) Agus Widodo S S.Pd M.Pd, adalah dosen FIK UNNES, (2) Slamet Rahardjo S.Pd adalah guru penjas SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga, (3) Dian Adi

Sulistyaningtyas S.Pd adalah guru penjas SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga.

Validasi dilakukan dengan cara memberikan draf produk awal model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes pada para ahli. Pengisian kuesioner yang berisi aspek kualitas model permainan, saran serta komentar ahli penjas dan ahli pembelajaran SD terhadap model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes. Hasil evaluasi berupa nilai dari aspek kualitas model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjas dengan skala litert 1 sampai 5.caranya dengan menyontreng salah satu angka yang tersedia pada lembar evaluasi.

4.1.3.2 Deskripsi Data Validasi Ahli

Data yang diperoleh dari pengisian kuesioner oleh para ahli, merupakan pedoman untuk menyatakan apakah model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes dapat digunakan sebagai uji coba skala kecil dan uji coba skala besar. Berikut ini adalah hasil pengisian kuesioner dari para ahli dan guru penjasorkes Sekolah dasar (SD).

Tabel 3. Hasil rata-rata skor penilaian ahli

No	Ahli	Hasil Rata-rata Skor Penilaian
1	Ahli Penjas	4.07
2	Ahli Pembelajaran I	4.00
3	Ahli Pembelajaran II	4.13

Berdasarkan hasil penelitian, oleh ahli penjas dan ahli pembelajaran didapat rata-rata lebih dari 4 (empat) atau masuk dalam kategori penilaian **baik**. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas V dapat digunakan uji coba skala kecil. Masukan berupa saran dan komentar pada produk model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes sangat diperlukan untuk perbaikan untuk model tersebut.

4.1.3.3 Revisi Draf Produk Awal Sebelum Uji Coba Skala Kecil

Secara umum kualitas produk model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes sebagai dasar untuk materi lompat tinggi baik, karena permainannya sesuai dengan sasaran, namun berdasarkan saran dari ahli penjas dan ahli pembelajaran pada produk seperti yang telah diuraikan di atas, maka dapat segera dilaksanakan revisi produk. Proses revisi produk berdasarkan saran dari ahli penjas dan ahli pembelajaran sebagai berikut :

- 1) Berdasarkan Saran dari ahli Penjas, bagian peralatan perlu diperbaiki, terutama jarak antar pos terlalu jauh untuk gerakan lompat kardus, maka perlu diperpendek, dan tinggi kardus belum sesuai. Sehingga peneliti merevisi jarak antar pos dan ketinggian dari setiap kardus.
- 2) Berdasarkan Saran dari ahli Pembelajaran I, Jumlah lompatan di pos II dan pos III terlalu sedikit, oleh karena itu perlu diperbanyak. Sehingga peneliti

merevisi jumlah lompatan di pos II adalah 3 lompatan menjadi 4 lompatan, dan di pos III adalah 2 lompatan menjadi 3 lompatan.

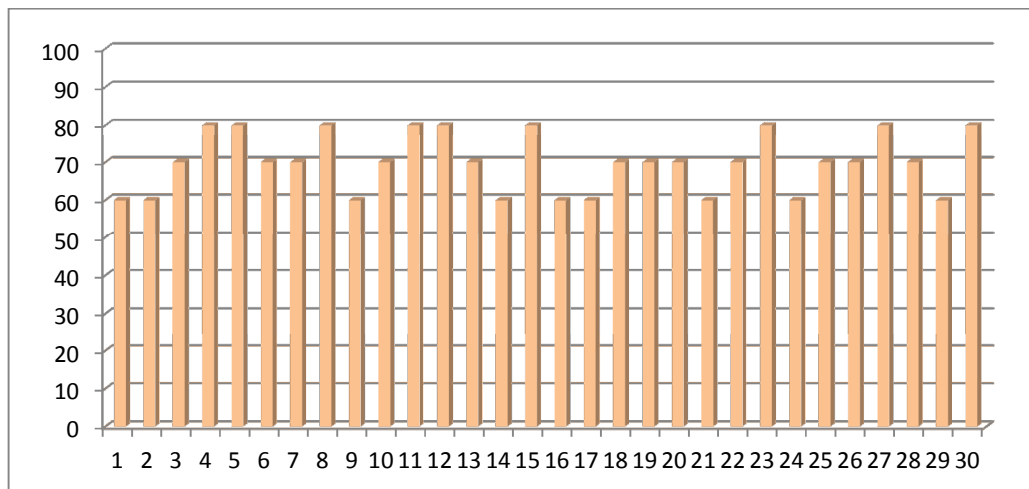
4.1.4 Data Uji Coba Skala Kecil

Setelah produk model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes divalidasi oleh ahli penjas dan ahli pembelajaran serta dilakukan revisi, maka pada tanggal 9 Juli 2012 produk diujicobakan kepada siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga yang berjumlah 10 siswa. Pengambilan sampel dengan menggunakan metode sampel secara acak (random sampling).

Uji coba ini bertujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi berbagai permasalahan seperti kelemahan, kekurangan, ataupun keefektifan produk saat digunakan oleh siswa. Data yang diperoleh dari uji coba ini digunakan sebagai dasar melakukan revisi produk sebelum digunakan pada uji coba skala besar.

Uji coba skala kecil ini juga bertujuan untuk mengetahui tanggapan awal dari produk yang dikembangkan. Data uji coba skala kecil dihimpun dengan menggunakan kuesioner.

Berdasarkan data pada hasil koesioner yang diisi para siswa diperoleh presentase sebesar 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat ini telah memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean. Berikut tabel hasil kuesioner pada uji coba kelompok kecil :

Tabel 4. Grafik Presentase Hasil Uji Coba Kelompok Kecil (N=10)

Keseluruhan data yang didapat dari evaluasi ahli Penjas dan ahli pembelajaran dan uji coba skala kecil digunakan sebagai dasar untuk memperbaiki kualitas produk sebelum memasuki pos uji skala besar.

Permasalahan dan kendala yang muncul ketika produk model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes diujicobakan dalam skala kecil pada siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean, perlu untuk dicari solusi dan pemecahannya hal ini sangat perlu dilakukan sebagai perbaikan terhadap model tersebut. Berikut ini adalah berbagai permasalahan setelah produk diujicobakan pada skala kecil :

- 1) Lapangan yang tersedia terlalu luas sehingga masih banyak siswa yang sulit dikondisikan. Oleh karena itu, perlu ditentukan ukuran lapangan kemudian dijelaskan kepada siswa.
- 2) Kardus yang digunakan dalam permainan lodus sudah sesuai, yaitu dengan menggunakan kardus yang sudah disusun. Permasalahannya adalah tinggi dan rendahnya kardus yang disusun kadang tidak sesuai dengan ketinggian kardus

yang lainnya. Sehingga salah satu kelompok merasa diuntungkan dan dirugikan dengan perbedaan ketinggian kardus.

4.1.4.1 Revisi Produk Setelah Uji Coba kelompok Kecil

Berdasarkan saran dari ahli dan guru penjas sekolah dasar pada produk atau model yang telah diujicobakan ke dalam uji kelompok kecil, maka dapat segera dilaksanakan revisi produk. Proses revisi produk berdasarkan saran ahli penjas dan ahli pembelajaran terhadap kendala dan permasalahan yang muncul setelah uji coba skala kecil. Proses revisi sebagai berikut :

Pada lapangan permainan lodus ini ukuran sudah ditentukan sesuai dengan saran para ahli yaitu dengan ukuran 12 x 28 m, serta alat permainan lodus / Kardus.

Untuk mengatasi tinggi rendahnya kardus yang tidak sesuai dengan ketinggian kardus yang lainnya, maka peneliti menentukan ukuran kardus dan ketinggian kardus yang lainnya, maka peneliti menentukan ukuran kardus dan ketinggian kardus agar sama dengan ukuran kardus yang lainnya. Yaitu menggunakan kardus yang disusun dengan ketinggian 90cm pada rintangan terakhir.

4.1.4.2 Draf Produk Setelah Uji Coba Skala Kecil Model Pengembangan

Permainan Lodus untuk Meningkatkan Aktifitas Gerak Lompat Dalam Pembelajaran Penjasorkes

Permainan lodus merupakan model pembelajaran lompat tinggi yang dikembangkan melalui pendekatan permainan lodus untuk melatih reaksi, koordinasi, keterampilan gerak manipulatif, dan kelincahan gerak yang lebih statis dan dinamis.

Dalam hal ini yang dimaksud adalah memodifikasi bentuk dan peraturan permainannya agar anak aktif bergerak, senang tanpa ada rasa jenuh dalam mengikuti mata pelajaran penjas. Model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat ini merupakan gabungan dari 3 jenis permainan kardus yang telah dibuat dan kemudian dimodifikasi. Sifat dari permainan ini merupakan permainan kompetisi, yang masing-masing regu berjumlah 5 pemain/siswa.

Modifikasi permainan lodus ini adalah rangkaian yang terdiri dari 3 pos, yang jarak dari pos ke pos lainnya berbeda, dan setiap posnya merupakan suatu permainan lodus yang berbeda-beda. Dimana setiap regu harus menyelesaikan kompetisi permainan lodus ini dari awal sampai akhir, yaitu harus melewati setiap pos.

Durasi waktu dalam model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes ini adalah 4x5 menit. Dengan istirahat 1 menit disetiap 2 babak. Pemain dibagi menjadi lima kelompok, masing-masing kelompok berjumlah 5 pemain/siswa. Setiap regu berbaris kebelakang. Pemain pertama berada didalam pos 1 atau garis star, sedangkan pemain kedua dan seterusnya berada dibelakang garis start. Setelah mendengar aba-aba pluit, pemain pertama berlari sambil melakukan permainan lompat kardus menuju pos II. Permainan lompat kardus pertama kali dilakukan dengan menggunakan 2 kaki sebagai tumpuan, setelah melewati permainan di pos 1 siswa lalu melanjutkan permainan menuju pos II. Di sini siswa ditugaskan untuk mengambil terlebih dahulu tongkat yang telah disediakan, setelah siswa

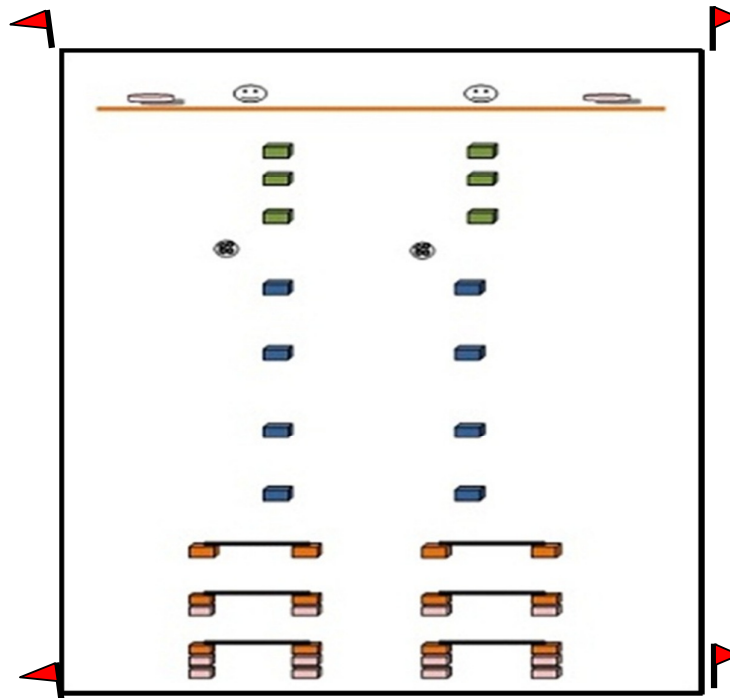
mengambil tongkat lalu siswa berlari untuk menyelesaikan tugas di pos II yaitu melompati kardus dengan menggunakan satu kaki sebagai tumpuan dengan membawa tongkat di tangan. Setelah di pos ini selesai, siswa langsung berlari menuju pos III dengan masih membawa tongkat di tangannya, di pos ini siswa harus melompati kardus yang telah disusun dengan tinggi yang berbeda-beda, dan di tengahnya diberi bambu kecil sebagai halang rintang siswa dalam melompati kardus. Setelah siswa selesai di pos III, siswa berlari kembali kebarisan untuk meletakkan tongkat ketempat yang telah disediakan dan melakukan tos kepada siswa kedua yang akan melakukan tugasnya. Begitu seterusnya sampai waktu waktu yang ditentukan yaitu 5 menit. Begitu juga peraturan yang harus dilakukan oleh kelompok lainnya. Permainan ini bersifat kompetisi, dan untuk mendapatkan pemenangnya yaitu dengan menghitung berapa banyak tongkat yang telah dipindahkan dan yang paling sedikit melakukan kesalahan ataupun pelanggaran.

Cara bermain setiap pos satu dengan pos lainnya berbeda-beda, sesuai dengan bentuk permainannya. Berikut ini adalah penjelasan setiap pos :

- 1) Pos I : adalah tempat pertama kali anggota regu berkumpul. Cara bermain permainan lodus, yaitu : (1) setelah mendengar aba-aba pluit, pemain pertama langsung melakukan lompat kardus menuju pos II, (2) pertama kali melakukan permainan lompat kardus dengan menggunakan dua kaki sebagai tumpuan, setelah sampai pada garis permainan lompat kardus berganti menggunakan satu kaki sebagai tumpuannya. Akan tetapi siswa terlebih dulu diwajibkan mengambil tongkat yang telah disediakan untuk dipindahkan.

- 2) Pos II : di pos ini merupakan bentuk permainan lompat kardus dengan membawa tongkat. Cara bermain permainan lodus, yaitu : (1) setelah sampai di pos II, kemudian siswa mengambil tongkat yang telah disediakan lalu kembali berlari melompati kardus dengan membawa tongkat di tangannya, (2) setiap siswa melakukan lompat kardus sebanyak kardus yang tersedia, (3) setelah selesai, kemudian siswa menuju ke pos berikutnya untuk menyelesaikan rintangan berikutnya dengan cara berlari secepat mungkin.
- 3) Pos III : di pos ini merupakan bentuk permainan lompat kardus halang rintang. Cara bermain permainan lodus, yaitu : (1) setelah sampai di pos III, siswa mengambil ancang-ancang untuk melompati kardus yang telah disusun dengan bambu sebagai rintangannya, (2) disini setiap kardus yang ditata tingginya berbeda-beda. Dari mulai yang terendah sampai ke yang tertinggi, (3) setelah peserta pertama selesai berlari melompati kardus halang rintang, maka siswa berlari kembali ke garis star untuk meletakkan tongkat dan tos kepada siswa berikutnya.

Berikut adalah gambar lapangan modifikasi permainan lodus yang digunakan sebagai model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes setelah direvisi pada uji coba skala kecil :



Gambar 6. Model Lapangan Permainan Ludus Setelah Uji Coba Skala Kecil

Adapun desain draf produk setelah uji coba skala kecil adalah sebagai berikut :

- 1) Setelah melakukan pemanasan, kemudian siswa dibagi menjadi 5 kelompok. Masing-masing kelompok berjumlah 5 siswa.
- 2) Masing-masing kelompok menempatkan diri ditempat yang berbeda yaitu di pos I sesuai dengan posnya masing-masing.
- 3) Pertama kali siswa melakukan permainan lompat kardus dengan menggunakan dua kaki sebagai tumpuan, setelah sampai pada garis permainan pos 2, lompat kardus berganti menggunakan satu kaki sebagai tumpuannya. Akan tetapi siswa terlebih dulu diwajibkan mengambil tongkat yang telah disediakan untuk dipindahkan.

- 4) Setelah sampai di pos II, kemudian siswa mengambil tongkat yang telah disediakan lalu kembali berlari melompati kardus dengan membawa tongkat di tangannya.
- 5) Setiap siswa melakukan lompat kardus sebanyak kardus yang tersedia.
- 6) Setelah selesai, kemudian siswa menuju ke pos berikutnya untuk menyelesaikan rintangan berikutnya dengan cara berlari secepat mungkin.
- 7) Setelah sampai di pos III, siswa mengambil ancang-ancang untuk melompati kardus yang telah disusun dengan bambu sebagai rintangannya.
- 8) Disini setiap kardus yang ditata tingginya berbeda-beda. Dari mulai yang terendah sampai ke yang tertinggi.
- 9) Setelah peserta pertama selesai berlari melompati kardus halang rintang, maka siswa berlari kembali ke garis star untuk meletakkan tongkat dan tos kepada siswa berikutnya.
- 10) Kelompok yang berhasil menyelesaikan tugasnya terlebih dahulu dan berhasil memindahkan tongkat paling banyak adalah sebagai pemenangnya.

Berikut dijabarkan tentang peraturan permainan ludus.

- 1) Pemain pertama berada didalam pos 1 atau garis star, sedangkan pemain kedua dan seterusnya berada dibelakang garis star.
- 2) Setelah mendengar aba-aba pluit, pemain pertama berlari sambil melakukan permainan lompat kardus menuju pos II. Permainan lompat kardus pertama kali dilakukan dengan menggunakan 2 kaki sebagai tumpuan, setelah melewati permainan di pos 1 siswa lalu melanjutkan

permainan menuju pos II. Di sini siswa ditugaskan untuk mengambil terlebih dahulu tongkat yang telah disediakan.

- 3) Setelah siswa mengambil tongkat lalu siswa berlari untuk menyelesaikan tugas di pos II yaitu melompati kardus dengan menggunakan satu kaki sebagai tumpuan dengan membawa tongkat di tangan.
- 4) Setelah di pos ini selesai, siswa langsung berlari menuju pos III dengan masih membawa tongkat di tangannya, di pos ini siswa harus melompati kardus yang telah disusun dengan tinggi yang berbeda-beda, dan di tengahnya diberi bambu kecil sebagai halang rintang siswa dalam melompati kardus.
- 5) Setelah siswa selesai di pos III, siswa berlari kembali kebarisan untuk meletakkan tongkat ketempat yang telah disediakan dan melakukan tos kepada siswa kedua yang akan melakukan tugasnya. Begitu seterusnya sampai waktu waktu yang ditentukan yaitu 5 menit. Begitu juga peraturan yang harus dilakukan oleh kelompok lainnya. Permainan ini bersifat kompetisi, dan untuk mendapatkan pemenangnya yaitu dengan menghitung berapa banyak tongkat yang telah dipindahkan dan yang paling sedikit melakukan kesalahan ataupun pelanggaran.

Beberapa peralatan yang digunakan dalam permainan lodus ini, yaitu : (1) lapangan, (2) papan petunjuk dan bendera, (3) kardus, (4) kapur, (5) tali rafia, (6) dan peluit.

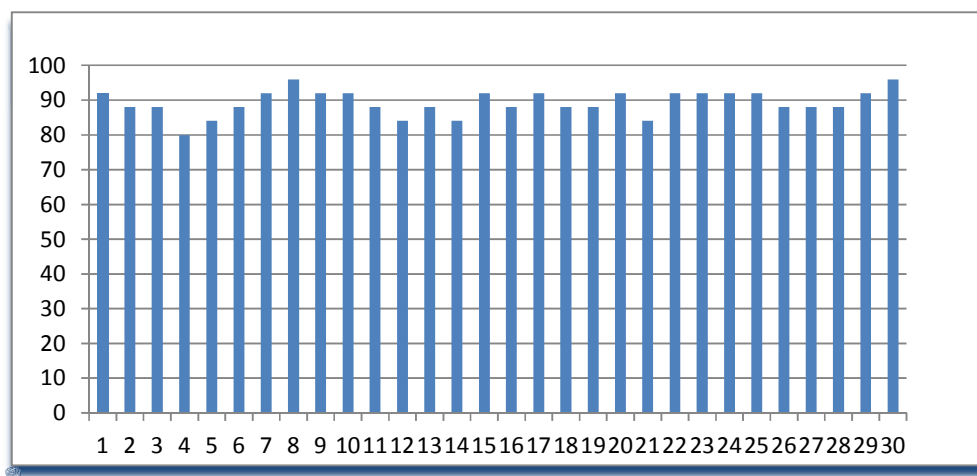
4.1.5 Data Uji Coba Skala Besar

Berdasarkan evaluasi ahli serta uji coba skala kecil langkah berikutnya adalah uji coba skala besar. Uji coba skala besar dilakukan pada tanggal 16 Juli 2012, bertujuan untuk mengetahui keefektifan perubahan yang telah dilakukan pada evaluasi ahli serta uji coba skala kecil apakah bahan permainan itu dapat digunakan dalam lingkungan sebenarnya. Uji coba skala besar dilakukan oleh siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga yang berjumlah 25 siswa. Data uji coba skala besar dihimpun dengan menggunakan kuesioner.

Berdasarkan data uji coba skala besar didapatkan persentase sebesar 89,33 % Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean.

Berikut tabel hasil kuesioner pada uji coba skala besar :

Tabel 5. Grafik Presentase Hasil Uji Coba Skala Besar (N=25)



4.1.6 Analisis Data

4.1.6.1 Analisis Hasil Uji Coba Skala Kecil

Pada analisis data pengukuran denyut nadi hasil uji coba skala kecil, dapat disimpulkan terdapat perbedaan pada rata-rata denyut nadi sebelum melakukan permainan lodus dan sesudah melakukan permainan lodus. Setelah melakukan permainan lodus, didapat rata-rata kenaikan denyut nadi sebesar 148,8 denyut per menit. Itu berarti telah menaikkan denyut nadi sebesar 71,20 % dari denyut nadi maksimal. Data denyut nadi dapat dilihat pada lampiran halaman 6.

Berdasarkan pada rata-rata presentase kuesioner siswa, pilihan jawaban yang sesuai 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pengembangan permainan lodus ini telah memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga dapat digunakan untuk pembelajaran penjasorkes pada siswa SD Negeri 1 Kragean.

Berdasarkan tabel analisis data pada lampiran hasil uji coba skala kecil dapat dijelaskan sebagai berikut :

- 1) Aspek pengetahuan tentang jenis permainan lodus didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek pengetahuan tentang jenis permainan lodus memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 2) Aspek pengetahuan cara bermain dari setiap jenis permainan lodus didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek pengetahuan cara bermain dari setiap jenis permainan lodus memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).

- 3) Aspek pemberian materi permainan lodus dapat dilakukan oleh semua siswa didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek pemberian materi permainan lodus dapat dilakukan oleh semua siswa memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 4) Aspek permainan lodus dapat dilakukan secara individu maupun kelompok didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek permainan lodus dapat dilakukan secara individu maupun kelompok memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 5) Aspek guru dalam memberi permainan lodus dimulai dari yang mudah ke yang sulit didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek guru dalam memberi permainan lodus dari yang mudah ke yang sulit memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 6) Aspek permainan lodus dapat mendorong siswa lebih aktif bergerak didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek permainan lodus dapat mendorong siswa lebih aktif bergerak memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 7) Aspek permainan lodus dapat meningkatkan keterampilan gerak didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek permainan lodus dapat meningkatkan keterampilan gerak memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 8) Aspek perlunya melakukan pemanasan sebelum melakukan permainan lodus didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka

aspek perlunya melakukan pemanasan sebelum melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

- 9) Aspek peraturan permainan lodus mudah dipahami didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek peraturan permainan lodus mudah dipahami memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 10) Aspek perlunya mematuhi peraturan permainan lodus didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek perlunya mematuhi peraturan permainan lodus memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 11) Aspek cara melakukan lompat kardus perorangan didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan lompat kardus perorangan memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 12) Aspek cara melakukan lompat kardus beregu didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan lompat kardus beregu memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 13) Aspek cara melakukan permainan melompati kardus didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan permainan melompati kardus memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 14) Aspek cara melakukan lompat kardus dan lari estafet didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan lompat

kardus dan lari estafet memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).

- 15) Aspek cara melakukan lompat kardus sejajar didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan lompat kardus sejajar memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 16) Aspek dapat melakukan permainan lodus yang telah dimodifikasi didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek dapat melakukan permainan lodus yang telah dimodifikasi memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 17) Aspek dapat melakukan permainan lodus dari yang mudah ke yang sulit didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek dapat melakukan permainan lodus dari yang mudah ke yang sulit memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 18) Aspek cara melakukan permainan lodus secara lincah didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan permainan lodus secara lincah memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 19) Aspek cara melakukan gerakan permainan lodus dengan benar didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan gerakan permainan lodus dengan benar memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).

- 20) Aspek dapat berkompetisi saat melakukan permainan lodus didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek dapat berkompetisi saat melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- 21) Aspek suka atau tidaknya permainan lodus didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek suka atau tidaknya permainan lodus memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan ((bersyarat).
- 22) Aspek menarik atau tidaknya pembelajaran permainan lodus didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek menarik atau tidaknya permainan lodus memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 23) Aspek senang atau tidaknya melakukan permainan lodus dilapangan terbuka didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek senang atau tidaknya melakukan permainan lodus dilapangan terbuka memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 24) Aspek memperhatikan guru pada saat proses pembelajaran didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek memperhatikan guru pada saat proses pembelajaran memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat)
- 25) Aspek disiplin dalam melakukan permainan lodus didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek disiplin dalam

melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).

26) Aspek bersungguh-sungguh atau tidak dalam melakukan permainan lodus didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek bersungguh-sungguh atau tidak dalam melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).

27) Aspek harus atau tidaknya melaksanakan peraturan permainan didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek harus atau tidaknya melaksanakan permainan memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

28) Aspek dapat bersikap sportif didapat presentase 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek dapat bersikap sportif memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).

29) Aspek dapat atau tidaknya melatih kerjasama dalam melakukan permainan lodus didapat presentase 60%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek dapat atau tidaknya melatih kerjasama dalam melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).

30) Aspek merasa senang atau tidak setelah melakukan permainan lodus didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek merasa senang atau tidak setelah melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan hasil dari masing-masing aspek sebagai berikut :

- 1) Pada aspek kognitif didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka aspek kognitif ini telah memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 2) Pada aspek psikomotorik didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka aspek psikomotorik memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 3) Pada aspek afektif didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 70%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka aspek afektif ini memenuhi kriteria **cukup baik** sehingga dapat digunakan (bersyarat).

4.1.6.2 Analisis Hasil Uji Coba Skala Besar

Pada analisis data pengukuran denyut nadi hasil uji coba skala besar, dapat disimpulkan terdapat perbedaan pada rata-rata denyut nadi sebelum melakukan permainan lodus dan sesudah melakukan permainan lodus. Setelah melakukan permainan lodus, didapat rata-rata kenaikan denyut nadi sebesar 148,96 denyut per menit. Itu berarti telah menaikkan denyut nadi sebesar 71,27 % dari denyut nadi maksimal. Data denyut nadi dapat dilihat pada lampiran halaman 12.

Berdasarkan pada presentase kuesioner siswa pilihan jawaban yang sesuai 89,33%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pengembangan

permainan lodus ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk pembelajaran penjasorkes pada siswa SD Negeri 1 Kragean.

Berdasarkan tabel analisis data pada lempiran hasil uji coba skala besar dapat dijelaskan sebagai berikut :

- 1) Aspek pengetahuan tentang jenis permainan lodus didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek pengetahuan tentang jenis permainan lodus memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 2) Aspek pengetahuan cara bermain dari setiap jenis permainan lodus didapat presentase 88%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek pengetahuan cara bermain dari setiap jenis permainan lodus memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 3) Aspek pemberian materi permainan lodus dapat dilakukan oleh semua siswa didapat presentase 88%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek pemberian materi permainan lodus dapat dilakukan oleh semua siswa memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 4) Aspek permainan lodus dapat dilakukan secara individu maupun kelompok didapat presentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek permainan lodus dapat dilakukan secara individu maupun kelompok memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 5) Aspek guru dalam memberi permainan lodus dimulai dari yang mudah ke yang sulit didapat presentase 84%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan

maka aspek guru dalam memberi permainan lodus dari yang mudah ke yang sulit memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

- 6) Aspek permainan lodus dapat mendorong siswa lebih aktif bergerak didapat presentase 88%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek permainan lodus dapat mendorong siswa lebih aktif bergerak memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 7) Aspek permainan lodus dapat meningkatkan keterampilan gerak didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek permainan lodus dapat meningkatkan keterampilan gerak memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 8) Aspek perlunya melakukan pemanasan sebelum melakukan permainan lodus didapat presentase 96%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek perlunya melakukan pemanasan sebelum melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 9) Aspek peraturan permainan lodus mudah dipahami didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek peraturan permainan lodus mudah dipahami memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan (bersyarat).
- 10) Aspek perlunya mematuhi peraturan permainan lodus didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek perlunya mematuhi peraturan permainan lodus memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

- 11) Aspek cara melakukan permainan lodus perorangan didapat presentase 88%.
Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan permainan lodus perorangan memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 12) Aspek cara melakukan permainan lodus beregu didapat presentase 84%.
Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan permainan lodus beregu memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 13) Aspek cara melakukan permainan melompati kardus didapat presentase 88%.
Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan permainan melompati kardus memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 14) Aspek cara melakukan lompat kardus dan lari estafet didapat presentase 84%.
Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan lompat kardus dan lari estafet memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 15) Aspek cara melakukan lompat kardus sejajar didapat presentase 92%.
Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan lompat kardus sejajar memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 16) Aspek dapat melakukan permainan lodus yang telah dimodifikasi didapat presentase 88%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek dapat

melakukan permainan lodus yang telah dimodifikasi memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

- 17) Aspek dapat melakukan permainan lodus dari yang mudah ke yang sulit didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek dapat melakukan permainan lodus dari yang mudah ke yang sulit memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 18) Aspek cara melakukan permainan lodus secara lincah didapat presentase 88%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan permainan lodus secara lincah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 19) Aspek cara melakukan gerakan permainan lodus dengan benar didapat presentase 88%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek cara melakukan gerakan permainan lodus dengan benar memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 20) Aspek dapat berkompetisi saat melakukan permainan lodus didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek dapat berkompetisi saat melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 21) Aspek suka atau tidaknya permainan lodus didapat presentase 84%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek suka atau tidaknya permainan lodus memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 22) Aspek menarik atau tidaknya pembelajaran permainan lodus didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek

menarik atau tidaknya pembelajaran permainan lodus memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

23) Aspek senang atau tidaknya melakukan permainan lodus dilapangan terbuka didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek senang atau tidaknya melakukan permainan lodus dilapangan terbuka memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

24) Aspek memperhatikan guru pada saat peroses pembelajaran didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek memperhatikan guru pada saat peroses pembelajaran memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

25) Aspek disiplin dalam melakukan permainan lodus didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek disiplin dalam melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

26) Aspek bersungguh-sungguh atau tidak dalam melakukan permainan lodus didapat presentase 88%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek bersungguh-sungguh atau tidak dalam melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

27) Aspek harus atau tidaknya melaksanakan peraturan permainan didapat presentase 88%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek harus atau tidaknya melaksanakan permainan memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

- 28) Aspek dapat bersikap sportif didapat presentase 88%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek dapat bersikap sportif memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 29) Aspek dapat atau tidaknya melatih kerjasama dalam melakukan permainan lodus didapat presentase 92%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek dapat atau tidaknya melatih kerjasama dalam melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 30) Aspek merasa senang atau tidak setelah melakukan permainan lodus didapat presentase 96%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek merasa senang atau tidak setelah melakukan permainan lodus memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan hasil dari masing-masing aspek sebagai berikut :

- 1) Pada aspek kognitif didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 89,2%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka aspek kognitif ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 2) Pada aspek psikomotorik didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 88,4%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka aspek psikomotorik memenuhi kriteria **baik** sehingga aspek ini dapat digunakan.
- 3) Pada aspek afektif didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 90,4%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka aspek afektif ini memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan.

4.2 Prototipe Produk

4.2.1 Draf Model Pengembangan Permainan Lodus untuk Meningkatkan Aktifitas Gerak Lompat dalam Pembelajaran Penjasorkes

1. Pengertian permainan lodus

Permainan lodus merupakan model pembelajaran lompat tinggi yang dikembangkan melalui pendekatan permainan lodus untuk melatih reaksi, koordinasi, keterampilan gerak manipulatif, dan kelincahan gerak yang lebih statis dan dinamis. Dalam hal ini yang dimaksud adalah memodifikasi bentuk dan peraturan permainannya agar anak aktif bergerak, senang tanpa ada rasa jenuh dalam mengikuti mata pelajaran penjas.

Modifikasi permainan lodus ini adalah rangkaian yang terdiri dari 3 pos, yang jarak dari pos ke pos lainnya berbeda, dan setiap posnya merupakan suatu permainan lodus yang berbeda-beda. Dimana setiap regu harus menyelesaikan kompetisi permainan lodus ini dari awal sampai akhir, yaitu harus melewati setiap pos.

Durasi waktu dalam model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes ini adalah 4x5 menit. Dengan istirahat 1 menit disetiap 2 babak. Pemain dibagi menjadi lima kelompok, masing-masing kelompok berjumlah 5 pemain/siswa. Permainan lompat kardus pertama kali dilakukan dengan menggunakan 2 kaki sebagai tumpuan, setelah melewati permainan di pos 1 siswa lalu melanjutkan permainan menuju pos II. Di sini siswa ditugaskan untuk mengambil terlebih dahulu tongkat yang telah disediakan, setelah siswa mengambil tongkat lalu siswa berlari untuk

menyelesaikan tugas di pos II yaitu melompati kardus dengan menggunakan satu kaki sebagai tumpuan dengan membawa tongkat di tangan. Setelah di pos ini selesai, siswa langsung berlari menuju pos III dengan masih membawa tongkat di tangannya, di pos ini siswa harus melompati kardus yang telah disusun dengan tinggi yang berbeda-beda, dan di tengahnya diberi bambu kecil sebagai halang rintang siswa dalam melompati kardus. Setelah siswa selesai di pos III, siswa berlari kembali kebarisan untuk meletakkan tongkat ketempat yang telah disediakan dan melakukan tos kepada siswa kedua yang akan melakukan tugasnya. Begitu seterusnya sampai waktu waktu yang ditentukan yaitu 5 menit. Begitu juga peraturan yang harus dilakukan oleh kelompok lainnya. Permainan ini bersifat kompetisi, dan untuk mendapatkan pemenangnya yaitu dengan menghitung berapa banyak tongkat yang telah dipindahkan dan yang paling sedikit melakukan kesalahan ataupun pelanggaran.

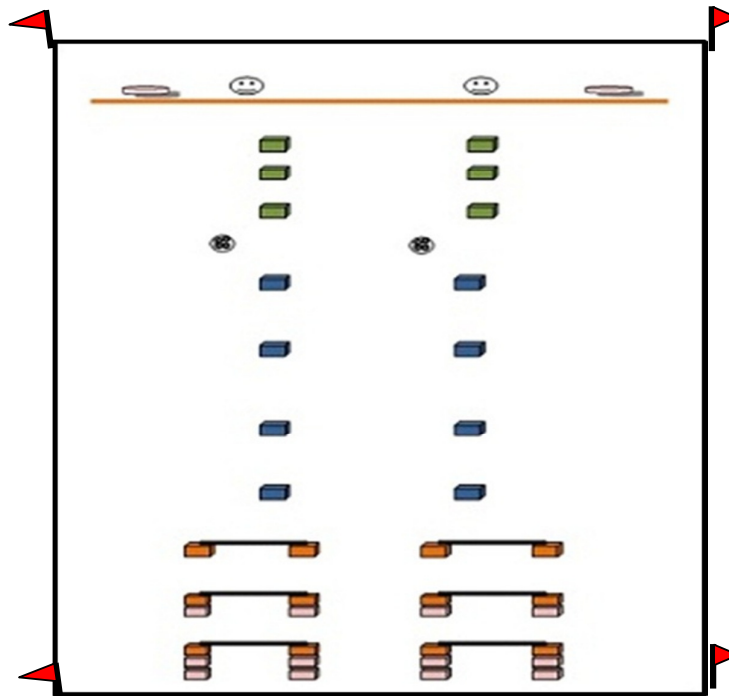
2. Peraturan permainan

- 1.) Pemain pertama berada didalam pos 1 atau garis star, sedangkan pemain kedua dan seterusnya berada dibelakang garis star.
- 2.) Setelah mendengar aba-aba pluit, pemain pertama berlari sambil melakukan permainan lompat kardus menuju pos II. Permainan lompat kardus pertama kali dilakukan dengan menggunakan 2 kaki sebagai tumpuan, setelah melewati permainan di pos 1 siswa lalu melanjutkan permainan menuju pos II. Di sini siswa ditugaskan untuk mengambil terlebih dahulu tongkat yang telah disediakan.

- 3.) Setelah siswa mengambil tongkat lalu siswa berlari untuk menyelesaikan tugas di pos II yaitu melompati kardus dengan menggunakan satu kaki sebagai tumpuan dengan membawa tongkat di tangan.
- 4.) Setelah di pos ini selesai, siswa langsung berlari menuju pos III dengan masih membawa tongkat di tangannya, di pos ini siswa harus melompati kardus yang telah disusun dengan tinggi yang berbeda-beda, dan di tengahnya diberi bambu kecil sebagai halang rintang siswa dalam melompati kardus.
- 5.) Setelah siswa selesai di pos III, siswa berlari kembali kebarisan untuk meletakkan tongkat ketempat yang telah disediakan dan melakukan tos kepada siswa kedua yang akan melakukan tugasnya. Begitu seterusnya sampai waktu waktu yang ditentukan yaitu 5 menit. Begitu juga peraturan yang harus dilakukan oleh kelompok lainnya. Permainan ini bersifat kompetisi, dan untuk mendapatkan pemenangnya yaitu dengan menghitung berapa banyak tongkat yang telah dipindahkan dan yang paling sedikit melakukan kesalahan ataupun pelanggaran.

Beberapa peralatan yang digunakan dalam permainan lodus ini, yaitu : (1) lapangan, (2) papan petunjuk dan bendera, (3) kardus, (4) kapur, (5) tali rafia, (6) dan peluit.

Berikut adalah gambar lapangan modifikasi permainan lodus yang digunakan sebagai model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes :



Gambar 7. Model Lapangan Permainan Ludus

Adapun desain draf produk model pengembangan permainan lodus.

- 1) Setelah melakukan pemanasan, kemudian siswa dibagi menjadi 5 kelompok. Masing-masing kelompok berjumlah 5 siswa.
- 2) Masing-masing kelompok menempatkan diri ditempat yang berbeda yaitu di pos I sesuai dengan posnya masing-masing.
- 3) Pertama kali siswa melakukan permainan lompat kardus dengan menggunakan dua kaki sebagai tumpuan, setelah sampai pada garis permainan pos 2, lompat kardus berganti menggunakan satu kaki sebagai tumpuannya. Akan tetapi siswa terlebih dulu diwajibkan mengambil tongkat yang telah disediakan untuk dipindahkan.

- 4) Setelah sampai di pos II, kemudian siswa mengambil tongkat yang telah disediakan lalu kembali berlari melompati kardus dengan membawa tongkat di tangannya.
- 5) Setiap siswa melakukan lompat kardus sebanyak kardus yang tersedia.
- 6) Setelah selesai, kemudian siswa menuju ke pos berikutnya untuk menyelesaikan rintangan berikutnya dengan cara berlari secepat mungkin.
- 7) Setelah sampai di pos III, siswa mengambil ancang-ancang untuk melompati kardus yang telah disusun dengan bambu sebagai rintangannya.
- 8) Disini setiap kardus yang ditata tingginya berbeda-beda. Dari mulai yang terendah sampai ke yang tertinggi.
- 9) Setelah peserta pertama selesai berlari melompati kardus halang rintang, maka siswa berlari kembali ke garis star untuk meletakkan tongkat dan tos kepada siswa berikutnya.
- 10) Kelompok yang berhasil menyelesaikan tugasnya terlebih dahulu dan berhasil memindahkan tongkat paling banyak adalah sebagai pemenangnya.

BAB V

KAJIAN DAN SARAN

5.1 Kajian

Hasil akhir dari kegiatan penelitian pengembangan ini adalah produk model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes yang berdasarkan data pada saat uji coba skala kecil (N=10) dan uji coba skala besar (N=25).

Berdasarkan data uji coba dan pengamatan selama penelitian maka dilakukan beberapa revisi :

- 1) Untuk permainan lodus, jarak antar pos ke pos yang lainnya terlalu jauh, maka dari itu peneliti memperpendek jarak antar pos.
- 2) Jumlah lompatan pada pos I, pos II dan pos III terlalu sedikit, maka dari itu peneliti menambah jumlah lompatan dari 2 lompatan menjadi 3 lompatan di pos I, 3 lompatan menjadi 4 lompatan di pos II, dan 2 lompatan menjadi 3 lompatan di pos III.
- 3) Pada saat melakukan uji coba skala kecil, luas lapangan yang digunakan terlalu luas sehingga banyak siswa yang sulit dkondisikan. Oleh karena itu, peneliti menentukan luas lapangan dan menjelaskan kepada siswa.
- 4) Pada saat melakukan uji coba skala kecil, mengalami kendala pada kardus yang digunakan, yaitu tinggi rendah antar kardus tidak sama. Oleh karena itu, peneliti menentukan ukuran tinggi rendah kardus pada pos I yaitu 30 cm, pos II 30 cm, dan di pos III tinggi rendahnya bervariasi (30 cm, 60 cm, dan 90 cm).

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan prototipe produk dalam skripsi ini, maka dapat disimpulkan bahwa :

- 1) Produk model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes dapat dipraktikan kepada subjek uji coba. Hal ini berdasarkan analisis data dari evaluasi ahli Penjas, ahli Pembelajaran I, dan ahli Pembelajaran II didapat rata-rata 81,33 %. Berdasarkan kriteria yang ditetapkan maka produk model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes ini telah memenuhi kriteria **baik**, sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kecamatan Kertanegara Kabupaten Purbalingga.
- 2) Produk model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes dapat digunakan bagi siswa SD kelas V. Hal itu berdasarkan hasil analisis kuesioner data uji coba skala kecil didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 70 % dan hasil analisis kuesioner data uji coba skala besar didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 89,33 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes ini telah memenuhi kriteria baik sehingga dapat digunakan pada siswa kelas V SD Negeri 1 Kragean Kabupaten Purbalingga.
- 3) Faktor yang menjadikan model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes dapat

diterima oleh siswa kelas V SD adalah dari semua aspek uji coba yang ada, lebih dari 70% siswa dapat mempraktikkan dengan baik. Baik dari aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif siswa. Secara keseluruhan model pengembangan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes dapat diterima siswa dengan baik. Sehingga baik dari uji coba skala kecil maupun uji coba skala besar, model ini dapat digunakan bagi siswa kelas V SD Negeri 1 Krangean Kabupaten Purbalingga.

5.2 Saran

- 1) Model pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes sebagai produk yang telah dihasilkan dapat digunakan sebagai alternatif pembelajaran lompat tinggi dalam penjas pada siswa Sekolah Dasar.
- 2) Bagi guru Penjas hendaknya dalam memberikan pembelajaran lompat tinggi tidak monoton yang hanya diulang-ulang gerakannya. Sehingga siswa tidak merasa bosan dalam mengikuti pembelajaran lompat tinggi.
- 3) Dalam produk yang telah dihasilkan ini tentu tidak sepenuhnya sempurna, maka masih perlu adanya sebuah pengembangan yang lebih lanjut, sehingga pengembangan permainan lodus untuk meningkatkan aktifitas gerak lompat dalam pembelajaran penjasorkes ini dapat digunakan lebih efektif dan menyenangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Kadir Ateng. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.
- Adang Suherman. 2000. *Dasar-dasar Penjas*. Jakarta: Depdiknas.
- Aip Syarifudin dan Muhadi. 1992. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Amung Ma'mun dan Yudha Saputra. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas.
- Anonim.2010. *Pengembangan Fisik dan Persepektual Anak Sekolah Dasar*.<http://edukasi.kompasiana.com/2010/10/24/perkembangan-fisik-dan-persepektual-anak-sekolah-dasar/> (diakses 19/08/2011).
- Dikdik Zafar Sidik. (tidak bertanggal). *Panduan Pelatihan Olahraga untuk Usia Sekolah (6-18 Tahun)*.
<http://www.koni.or.id/files/documents/journal/1.%20Panduan%20Pelatihan%20Olahraga%20Untuk%20Usia%20Sekolah%20%286-18%20Tahun%29.pdf> (diakses 19/08/2011).
- Elok Umilaelatun. 2011. *Model Pembelajaran Lompat Tali Dalam Pembelajaran Atletik Melalui Pendekatan Lingkungan Perkebunan*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- H. M. Yusuf Adisasmata. 1992. *Olahraga Pilihan Atletik*. Jakarta: Depdikbud.
- Mochamad Sajoto.1988. *Pembinaan Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Okta Woro Kasimi. 1999. *Praktikum dan Ketrampilan Pendidikan Kesehatan*. Semarang : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Phil Yanuar Kiram. 1992. *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud.

Soegiyanto dan Sodjarwo. 1993. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.

Soemitro. 1992. *Permainan kecil*. Jakarta : Depdikbud.

Sumardianto. 2000. *Sejarah Olahraga*. Depdikbud.

Wasis D. Dwiyo. 2008. *Penelitian & Pengembangan Bidang Keolahragaan*. Diunduh dari : http://pembelajaranvisioner.com/public_download.php?opt=Penelitian%20dan%20Pengembangan%20Olahraga.zip pada hari Jumat 22/07/2011 pukul 17.04 WIB.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Surat Keputusan Dosen Pembimbing



**KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

Nomor : 405 / K / 2012

**Tentang
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER GASAL/GENAP
TAHUN AKADEMIK 2011/2012**

- Menimbang** : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar) Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar) Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES untuk menjadi pembimbing.
- Mengingat** : 1. SK Rektor UNNES No. 164/O/2004 tentang Pedoman penyusunan Skripsi/Tugas Akhir Mahasiswa Strata Satu (S1) UNNES;
2. SK Rektor UNNES No. 162/O/2004 tentang penyelenggaraan Pendidikan UNNES;
3. Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tambahan Lembaran Negara RI No.4301, penjelasan atas Lembaran Negara RI Tahun 2003, Nomor 78)
- Memperhatikan** : Usulan Ketua Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar) Tanggal 01 Januari 1970

MEMUTUSKAN

- Menetapkan** :
PERTAMA : Menunjuk dan menugaskan kepada :
1. Nama : Drs. Tri Nurharsono, M.Pd.
NIP : 196004291986011001
Pangkat/Golongan : IV/b - Pembina Tk. I
Jabatan Akademik : Lektor Kepala
Sebagai Pembimbing I
2. Nama : Agus Pujianlo, S.Pd., M.Pd.
NIP : 197302022006041001
Pangkat/Golongan : III/b - Penata Muda Tk. I
Jabatan Akademik : Asisten Ahli
Sebagai Pembimbing II
- Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :
Nama : BAYU WIJI ATMOKO
NIM : 6101408079
Jurusan/Prodi : Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar)
- Topik : MODEL PENGEMBANGAN PERMAINAN LODUS DALAM PEMBELAJARAN PENJAS ORKES SISWA KELAS V SD NEGERI 1 KRANGEAN KECAMATAN KERTANEGARA KABUPATEN PURBALINGGA TAHUN PELAJARAN 2012/2013.
- KEDUA** : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.



DITETAPKAN DI : SEMARANG
TAHUN TANGGAL : 28 Maret 2012

Drs. H. Harry Pramono, M.Si.
NIP. 195910191985031001

- Tembusan**
1. Pembantu Dekan Bidang Akademik
 2. Ketua Jurusan
 3. Dosen Pembimbing
 4. Pertinggal



Lampiran 2

Surat Ijin Penelitian Dari Fakultas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
 Gedung F1 Lt. 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229
 Telepon: 024-8508007
 Laman: <http://fik.unnes.ac.id>, surel: fik_unnes@telkom.net

No. : 4392/UN57.1.6/PL/2012
 Lamp :
 Hal : Ijin Penelitian

Kepada
 Yth. Kepala SD N 1 KRANGEAN KEC. KERTANEGARA KAB. PURBALINGGA
 di SD N 1 KRANGEAN KEC. KERTANEGARA KAB. PURBALINGGA

Dengan Hormat,
 Bersama ini, kami mohon ijin pelaksanaan penelitian untuk menyusun skripsi/tugas akhir oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : BAYU WIJI ATMOKO
 NIM : 6101408079
 Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar)
 Topik : MODEL PENGEMBANGAN PERMAINAN LODUS DALAM PEMBELAJARAN PENJAS ORKES SISWA KELAS V SD NEGERI 1 KRANGEAN KECAMATAN KERTANEGARA KABUPATEN PURBALINGGA TAHUN PELAJARAN 2012/2013.

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Semarang, 27 Juni 2012

Dekan,

Drs. H. Harry Pramono, M.Si.
 NIP. 195910191985031001



6101408079

...: FM-05-AKD-24/Rev. 00 ...

PROPOSAL 1.1

PROPOSAL 1.1

Lampiran 3

Saran Perbaikan Model Permainan Dari Ahli Saat Uji Ahli

No.	Nama Ahli	Bagian yang direvisi	Alasan	Saran
1	Agus Widodo, S.Pd, M.Pd	Peralatan Bermain	Jarak dan tinggi kardus kurang sesuai dengan karakteristik siswa	Permainan bisa dilakukan, sesuaikan lagi kompetensi dasarnya yang ada pada kompetensi dasar
2	Slamet Rahardjo, S.Pd	Bagian peralatan	Anak sulit melompat dengan kardus yang tidak sama ukurannya	Sesuaikan ukuran kardus
3	Dian Adi Sulistyaningtyas, S.Pd	Jenis permainan	Sulit dipahami siswa	Perjelas lagi tentang jenis permainan dan peraturan permainan

Lampiran 4

Hasil Kuesioner Ahli Saat Uji Ahli

no	Kuesioner	Ahli		
		I	II	III
1	kuesioner 1	4	4	4
2	kuesioner 2	5	5	5
3	kuesioner 3	4	4	4
4	kuesioner 4	4	3	4
5	kuesioner 5	5	5	4
6	kuesioner 6	4	3	5
7	kuesioner 7	4	4	4
8	kuesioner 8	4	4	3
9	kuesioner 9	5	3	5
10	kuesioner 10	4	5	3
11	kuesioner 11	3	4	4
12	kuesioner 12	4	3	5
13	kuesioner 13	3	4	3
14	kuesioner 14	4	4	5
15	kuesioner 15	4	5	4
	RATA-RATA	4.07	4.00	4.13

Lampiran 5

Daftar Nama Responden Uji Skala Kecil

No	Nama	Umur	Jenis Kelamin
1	Ahmad U	11	L
2	Rizkia Suci	11	P
3	Nurul F	12	L
4	Asfiatun H	11	P
5	Lili Antari	11	P
6	Tri Rizkiatin	12	P
7	Irfan R	11	L
8	Suyitno	11	L
9	Arif F	11	L
10	Achmad Khoidir	12	L

Lampiran 6

Pengukuran Denyut Nadi Skala Kecil

no	nama	denyut (per menit)	
		sebelum	Sesudah
1	Ahmad U	72	148
2	Rizkia Suci	78	152
3	Nurul F	70	144
4	Asfiatun H	77	148
5	Lili Antari	72	152
6	Tri Rizkiatin	80	140
7	Irfan R	68	148
8	Suyitno	77	148
9	Arif F	78	152
10	Achmad Khoidir	74	156
	jumlah :	746	1488
	rata-rata :	74.6	148.8

Lampiran 7

Saran Perbaikan Model Permainan Dari Ahli Saat Uji Skala Kecil

No.	Nama Ahli	Bagian yang direvisi	Alasan	Saran
1	Agus Widodo, S.Pd, M.Pd	Bagian peralatan dan lapangan	<ul style="list-style-type: none"> - Jarak dan tinggi kardus belum sesuai - Lapangan terlalu lebar 	<ul style="list-style-type: none"> - Sesuaikan tinggi kardus dengan kondisi siswa - Perjelas ukuran lapangan sehingga siswa lebih mudah dikendalikan
2	Slamet Rahardjo, S.Pd	Bagian ukuran lapangan	Lapangan terlalu luas	Ukuran lapangan harus ditentukan akan guru tidak kesulitan mengatur siswa
3	Dian Adi Sulistyaningtyas, S.Pd	Alat	Ukuran kardus yang berbeda-beda sehingga menyulitkan siswa	Sesuaikan ukurannya agar siswa merasa tidak dirugikan dengan kardus yang berbeda tingginya

Lampiran 8

Hasil Kuesioner Ahli Saat Uji Skala Kecil

No	Kuesioner	Ahli		
		I	II	III
1	kuesioner 1	4	4	4
2	kuesioner 2	5	5	5
3	kuesioner 3	5	5	5
4	kuesioner 4	5	4	4
5	kuesioner 5	5	5	4
6	kuesioner 6	5	4	4
7	kuesioner 7	5	4	4
8	kuesioner 8	5	4	4
9	kuesioner 9	5	5	4
10	kuesioner 10	5	5	4
11	kuesioner 11	5	4	4
12	kuesioner 12	5	5	5
13	kuesioner 13	3	4	4
14	kuesioner 14	5	5	5
15	kuesioner 15	5	5	4
	RATA-RATA	4.80	4.53	4.27

Lampiran 9

Foto Saat Uji Coba Skala Kecil



a. Pemanasan



b. Peneliti sedang menjelaskan cara bermain



c. Peneliti mempraktikan cara bermain



d. Siswa sedang melakukan lompatan di pos 1



e. Siswa sedang melakukan lompatan di pos 2



f. Siswa sedang melakukan lompatan di pos 3



g. Siswa sedang melakukan pengisian kuesioner



h. Gambar siswa, peneliti dan ahli pembelajaran

Lampiran 10

Surat Keterangan Dari Sekolah



PEMERINTAH KABUPATEN PURBALINGGA
UPT DINAS PENDIDIKAN KECAMATAN KERTANEGARA
SEKOLAH DASAR NEGERI 1 KRANGEAN
 Alamat : Jalan Raya Kasih - Picung, Kertanegara, Purbalingga 53358

SURAT KETERANGAN

Nomor : 422.2/65/2012

Yang bertandatangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri 1 Krangean, UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Kertanegara Kabupaten Purbalingga menerangkan bahwa :

Nama : BAYU WIJI ATMOKO
 NIM : 6101408079
 Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar (PGPJSD)
 Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
 Universitas : Universitas Negeri Semarang

telah melakukan penelitian di Sekolah Dasar Negeri 1 Krangean, UPT Dinas Pendidikan Kecamatan Kertanegara Kabupaten Purbalingga dengan topik “ Model Pengembangan Permainan Ludus Dalam Pembelajaran Penjas Orkes Siswa Kelas V SD Negeri 1 Krangean Kecamatan Kertanegara Kabupaten Purbalingga Tahun Pelajaran 2012/2013”.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenar – benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Krangean
 Pada Tanggal : 11 Juli 2012

Kepala Sekolah

Nur Aminah, S.Pd.SD
 NIP. 19660618 198903 2 007

Lampiran 11

Daftar Nama Responden Uji Coba Skala Besar

No	Nama	Umur	Jenis Kelamin
1	Taufik H	11	L
2	Muningah	10	P
3	Juni P	11	L
4	Nunik E	11	P
5	Khaefa	11	P
6	Meliana D	10	P
7	Asfiatun H	11	P
8	Tri Riskiatin	12	P
9	Asif S	11	L
10	Achmad U	11	L
11	Arif C	12	L
12	Khoerul A	12	L
13	Ramdani A	11	L
14	Dani H	12	L
15	Ma'arif	12	L
16	Siti N	11	P
17	Lili A	11	P
18	Achmad K	11	L
19	Rizkia S	11	P
20	Irfan R	12	L
21	Arif F	11	L
22	Nurul F	11	L
23	Annisa N	11	P
24	Doni R	11	L
25	Agus P	12	L

Lampiran 12

Data Pengukuran Denyut Nadi Saat Uji Coba Skala Besar

no	Nama	denyut (per menit)	
		Sebelum	sesudah
1	Taufik H	72	148
2	Muningah	72	136
3	Juni P	78	152
4	Nunik E	66	156
5	Khaefa	60	132
6	Meliana D	78	140
7	Asfiatun H	72	148
8	Tri R	78	148
9	Asif S	66	152
10	Achmad U	78	156
11	Arif C	90	156
12	Khoerul A	72	144
13	Ramdani A	78	156
14	Dani H	72	152
15	Ma'arif	72	128
16	Siti N	72	144
17	Lili A	84	152
18	Achmad K	78	156
19	Rizkia S	72	152
20	Irfan R	72	156
21	Arif F	66	148
22	Nurul F	72	156
23	Annisa N	78	152
24	Doni R	72	156
25	Agus P	66	148
	JUMLAH	1836	3724
	RATA-RATA	73.44	148.96

Lampiran 13

Foto Saat Uji Coba Skala Besar



a. Siswa sedang melakukan pemanasan



b. Peneliti sedang menjelaskan cara bermain



c. Siswa sedang melakukan lompatan di pos 1



d. Siswa sedang melakukan permainan di pos 2



e. Siswa sedang melakukan lompatan di pos 3



f. Siswa sedang melakukan lompatan di permainan inti



g. Siswa sedang melakukan pengisian kuesioner



h. Gambar siswa, peneliti dan ahli pembelajaran

Lampiran 14

Lembar Evaluasi Untuk Ahli

LEMBAR EVALUASI UNTUK AHLI
MODEL PENGEMBANGAN PERMAINAN LODUS UNTUK
MENINGKATKAN AKTIFITAS GERAK LOMPAT DALAM
PEMBELAJARAN PENJASORKES SISWA KELAS V SD NEGERI 1
KRANGEAN KECAMATAN KERTANEGARA KABUPATEN
PURBALINGGA TAHUN PELAJARAN 2012/2013

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Materi Pokok : Lompat tinggi

Sasaran Program : Siswa Sekolah Dasar Kelas V

Evaluator : Agus Widodo S, S.Pd M.Pd

Tanggal : 26 Juni 2012

Lembar evaluasi ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu, sebagai ahli penjasorkes terhadap model pembelajaran lompat kardus dalam pembelajaran atletik melalui pendekatan permainan lodus yang efektif dan efisien untuk proses pembelajaran penjasorkes bagi siswa SD yang kami kembangkan.

Sehubungan dengan hal tersebut kami berharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk dibawah ini :

A. Lembar Evaluasi ini diisi oleh Ahli Penjasorkes

- Evaluasi mencakup aspek bentuk/model permainan, komentar dan saran umum, serta kesimpulan.
- Rentangan evaluasi mulai dari “tidak baik” sampai dengan “sangat baik” dengan cara memberi tanda “V” 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 telah disediakan dan apabila tidak mencukupi mohon ditulis pada kertas tambahan yang telah disediakan.

B. Kualitas Model Pengembangan

No	Aspek yang dinilai	Skala penilaian					Komentar
		1	2	3	4	5	
1.	Kesesuaian dengan kompetensi dasar				✓		
2.	Kejelasan petunjuk permainan					✓	
3.	Ketepatan memilih model permainan					✓	
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 koognitif siswa					✓	
9.	Mendorong perkembangan aspek psikomotor siswa					✓	
10.	Mendorong perkembangan aspek efektif siswa					✓	
11.	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun tidak terampil					✓	
12.	Dapat dimainkan siswa putra maupun putrid					✓	
13.	Mendorong siswa aktif untuk melakukan permainan lodus			✓			Disesuaikan dengan permainan
14.	Meningkatkan minat dan motivasi siswa untuk bergerak dalam mengikuti pembelajaran atletik					✓	
15.	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran atletik					✓	

C. Saran Untuk Perbaikan Model Pengembangan

Petunjuk :

1. Apabila diperlukan revisi pada model pembelajaran ini, mohon ditulis pada kolom 2
2. Alasan diperlukan revisi, mohon ditulis pada kolom 3
3. Saran untuk perbaikan, mohon ditulis pada kolom 4

No	Bagian yang direvisi	Alasan direvisi	Saran perbaikan
1.	Bagian Peralatan	Jarak dan tinggi kardus belum sesuai	Sesuaikan tinggi kardus dengan kondisi siswa
2.			

--	--	--	--

D. Komentar dan Saran Umum

Permainan bisa dilakukan, sesuaikan lagi kompetensi dasarnya dengan kompetensi dasar.

Kesimpulan :

Model pembelajaran lompat kardus dalam pembelajaran atletik melalui pendekatan permainan ludus ini dapat dinyatakan:

- a. Layak untuk digunakan / uji coba skala kecil tanpa revisi
- b. Layak untuk digunakan / uji coba skala kecil dengan revisi sesuai saran ✓
- c. Tidak layak untuk digunakan / uji coba skala kecil

Semarang, 26 Juni 2012

Evaluator

(Agus Widodo S, S.Pd M.Pd)

LEMBAR EVALUASI UNTUK AHLI
MODEL PENGEMBANGAN PERMAINAN LODUS UNTUK
MENINGKATKAN AKTIFITAS GERAK LOMPAT DALAM
PEMBELAJARAN PENJASORKES SISWA KELAS V SD NEGERI 1
KRANGEAN KECAMATAN KERTANEGARA KABUPATEN
PURBALINGGA TAHUN PELAJARAN 2012/2013

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok : Lompat tinggi
Sasaran Program : Siswa Sekolah Dasar Kelas V
Evaluator : Slamet Rahardjo, S.Pd
Tanggal : 9 Juli 2012

Lembar evaluasi ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu, sebagai ahli penjasorkes terhadap model pembelajaran lompat kardus dalam pembelajaran atletik melalui pendekatan permainan lodus yang efektif dan efisien untuk proses pembelajaran penjasorkes bagi siswa SD yang kami kembangkan.

Sehubungan dengan hal tersebut kami berharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk dibawah ini :

A. Lembar Evaluasi ini diisi oleh Ahli Penjasorkes

- Evaluasi mencakup aspek bentuk/model permainan, komentar dan saran umum, serta kesimpulan.

- Rentangan evaluasi mulai dari “tidak baik” sampai dengan “sangat baik” dengan cara memberi tanda “V” 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 telah disediakan dan apabila tidak mencukupi mohon ditulis pada kertas tambahan yang telah disediakan.

B. Kualitas Model Pengembangan

No	Aspek yang dinilai	Skala penilaian					Komentar
		1	2	3	4	5	
1.	Kesesuaian dengan kompetensi dasar				✓		
2.	Kejelasan petunjuk permainan					✓	
3.	Ketepatan memilih model permainan					✓	
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 koognitif siswa				✓		
9.	Mendorong perkembangan aspek psikomotor siswa					✓	
10.	Mendorong perkembangan aspek efektif siswa					✓	
11.	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun tidak terampil				✓		
12.	Dapat dimainkan siswa putra maupun putrid					✓	
13.	Mendorong siswa aktif untuk melakukan permainan lodus				✓		
14.	Meningkatkan minat dan motivasi siswa untuk bergerak dalam mengikuti pembelajaran atletik					✓	
15.	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran atletik					✓	

C. Saran Untuk Perbaikan Model Pengembangan

Petunjuk :

1. Apabila diperlukan revisi pada model pembelajaran ini, mohon ditulis pada kolom 2
2. Alasan diperlukan revisi, mohon ditulis pada kolom 3
3. Saran untuk perbaikan, mohon ditulis pada kolom 4

No	Bagian yang direvisi	Alasan direvisi	Saran perbaikan
1.	Bagian Peralatan	Ukuran Kardus berbeda-beda	Sesuaikan ukuran kardus
2.			

D. Komentor dan Saran Umum



Kesimpulan :

Model pembelajaran lompat kardus dalam pembelajaran atletik melalui pendekatan permainan lodus ini dapat dinyatakan:

- a. Layak untuk digunakan / uji coba skala kecil tanpa revisi
- b. Layak untuk digunakan / uji coba skala kecil dengan revisi sesuai saran
- c. Tidak layak untuk digunakan / uji coba skala kecil

Semarang, 9 Juli 2012

Evaluator

(Slamet Rahardjo S.Pd)

LEMBAR EVALUASI UNTUK AHLI
MODEL PENGEMBANGAN PERMAINAN LODUS UNTUK
MENINGKATKAN AKTIFITAS GERAK LOMPAT DALAM
PEMBELAJARAN PENJASORKES SISWA KELAS V SD NEGERI 1
KRANGEAN KECAMATAN KERTANEGARA KABUPATEN
PURBALINGGA TAHUN PELAJARAN 2012/2013

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok : Lompat tinggi
Sasaran Program : Siswa Sekolah Dasar Kelas V
Evaluator : Dian Adi Sulistyaningtyas, S.Pd
Tanggal : 16 Juli 2012

Lembar evaluasi ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu, sebagai ahli penjasorkes terhadap model pembelajaran lompat kardus dalam pembelajaran atletik melalui pendekatan permainan lodus yang efektif dan efisien untuk proses pembelajaran penjasorkes bagi siswa SD yang kami kembangkan.

Sehubungan dengan hal tersebut kami berharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk dibawah ini :

A. Lembar Evaluasi ini diisi oleh Ahli Penjasorkes

- Evaluasi mencakup aspek bentuk/model permainan, komentar dan saran umum, serta kesimpulan.

- Rentangan evaluasi mulai dari “tidak baik” sampai dengan “sangat baik” dengan cara memberi tanda “V” 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 telah disediakan dan apabila tidak mencukupi mohon ditulis pada kertas tambahan yang telah disediakan.

B. Kualitas Model Pengembangan

No	Aspek yang dinilai	Skala penilaian					Komentar
		1	2	3	4	5	
1.	Kesesuaian dengan kompetensi dasar				✓		
2.	Kejelasan petunjuk permainan					✓	
3.	Ketepatan memilih model permainan					✓	
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 koognitif siswa				✓		
9.	Mendorong perkembangan aspek psikomotor siswa				✓		
10.	Mendorong perkembangan aspek efektif siswa				✓		
11.	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun tidak terampil				✓		
12.	Dapat dimainkan siswa putra maupun putrid					✓	
13.	Mendorong siswa aktif untuk melakukan permainan lodus				✓		
14.	Meningkatkan minat dan motivasi siswa untuk bergerak dalam mengikuti pembelajaran atletik					✓	
15.	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran atletik				✓		

C. Saran Untuk Perbaikan Model Pengembangan

Petunjuk :

- a. Apabila diperlukan revisi pada model pembelajaran ini, mohon ditulis pada kolom 2
- b. Alasan diperlukan revisi, mohon ditulis pada kolom 3
- c. Saran untuk perbaikan, mohon ditulis pada kolom 4

No	Bagian yang direvisi	Alasan direvisi	Saran perbaikan
1.	Alat	Ukuran kardus yang berbeda-beda sehingga menyulitkan siswa	Sesuaikan ukurannya agar siswa tidak merasa dirugikan dengan kardus yang berbeda tingginya
2.			

D. Komentor dan Saran Umum

Untuk secara umum sudah baik dan sangat menarik dalam memilih bentuk permainan, sehingga mendorong siswa untuk aktif bergerak. Hanya saja mungkin untuk pemilihan alat seperti kardus harus disamakan, sehingga tinggi kardus rintangan akan sama.

Kesimpulan :

Model pembelajaran lompat kardus dalam pembelajaran atletik melalui pendekatan permainan lodus ini dapat dinyatakan:

- a. Layak untuk digunakan / uji coba skala kecil tanpa revisi
- b. Layak untuk digunakan / uji coba skala kecil dengan revisi sesuai saran
- c. Tidak layak untuk digunakan / uji coba skala kecil

Semarang, 16 Juli 2012

Evaluator

(Dian Adi Sulistyaningtyas, S.Pd)

Lampiran 15

INSTRUMEN PENELITIAN UNTUK SISWA
MODEL PENGEMBANGAN PERMAINAN LODUS UNTUK
MENINGKATKAN AKTIFITAS GERAK LOMPAT DALAM
PEMBELAJARAN PENJASORKES SISWA KELAS V SD NEGERI 1
KRANGEAN KECAMATAN KERTANEGARA KABUPATEN
PURBALINGGA TAHUN PELAJARAN 2012/2013

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Kelas :

No. presensi :

Jenis Kelamin :

Tanda Tangan :

B. PETUNJUK PENGISIAN INSTRUMEN :

1. Instrumen berisi 30 pertanyaan yang terdiri dari tiga aspek, yaitu:
 - a. Tentang kognitif sebanyak 10 pertanyaan
 - b. Tentang psikomotorik sebanyak 10 pertanyaan
 - c. Tentang afektif sebanyak 10 pertanyaan
2. Bacalah dengan teliti semua pertanyaan yang ada !
3. Setiap pertanyaan hanya terdapat dua jawaban, yaitu “Ya” atau “Tidak”.
4. Setiap pertanyaan hanya diperbolehkan untuk diisi dengan satu jawaban saja.
5. Berilah tanda (X) pada salah satu jawaban yang tersedia dan sesuai dengan keadaan Anda !
6. Cek kembali semua pertanyaan/ Pernyataan apa sudah diisi semua atau belum sebelum dikumpulkan !
7. Selamat Mengerjakan !

Lanjutan Lampiran 15

C. PERTANYAAN**I. KOGNITIF**

1. Apakah kamu tahu jenis-jenis permainan lodus ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Apakah kamu tahu cara bermain dari setiap jenis permainan lodus ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
3. Apakah materi permainan lodus yang diajarkan oleh guru dapat dilakukan semua siswa ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
4. Apakah permainan lodus dapat dilakukan secara individu maupun beregu/kelompok ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
5. Apakah guru dalam mengajar permainan lodus dimulai dari yang mudah ke yang sulit ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
6. Apakah permainan lodus dapat mendorong siswa lebih aktif bergerak ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
7. Apakah permainan lodus dapat meningkatkan keterampilan gerak ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
8. Apakah sebelum melakukan permainan lodus perlu melakukan pemanasan terlebih dahulu ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
9. Apakah peraturan permainan lodus mudah dipahami ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
10. Apakah dalam permainan lodus setiap siswa harus mematuhi peraturan permainan ?
 - a. Ya
 - b. Tidak

Lanjutan lampiran 15

II. PSIKOMOTORIK

1. Apakah kamu dapat melakukan lompat kardus perorangan ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Apakah kamu dapat melakukan lompat kardus beregu ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
3. Apakah kamu dapat melompati kardus ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
4. Apakah kamu dapat melakukan permainan lompat kardus dan lari estafet ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
5. Apakah kamu dapat melakukan lompat kardus sejajar ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
6. Apakah kamu dapat melakukan permainan lodus yang telah dimodifikasi ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
7. Apakah kamu dapat melakukan permainan lodus dari yang mudah ke yang sulit ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
8. Apakah kamu dapat melakukan permainan lodus secara lincah ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
9. Apakah kamu dapat melakukan gerakan permainan lodus dengan benar ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
10. Apakah kamu dapat berkompetisi saat melakukan permainan lodus ?
 - a. Ya
 - b. Tidak

III. AFEKTIF

1. Apakah kamu menyukai permainan lodus ?
 - a. Ya
 - b. Tidak

Lanjutan Lampiran 15

2. Apakah kamu merasa tertarik dengan model-model pembelajaran yang belum pernah kamu ketahui (seperti permainan lodus yang dimodifikasi) ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
3. Apakah kamu merasa senang melakukan permainan lodus dilapangan terbuka ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
4. Apakah kamu selalu memperhatikan apa yang disampaikan guru pada saat proses pembelajaran ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
5. Apakah kamu selalu disiplin dalam melakukan permainan lodus ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
6. Apakah kamu bersungguh-sungguh dalam melakukan permainan lodus?
 - a. Ya
 - b. Tidak
7. Apakah setiap siswa harus melaksanakan peraturan permainan ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
8. Apakah dalam melakukan permainan lodus dapat bersikap sportif ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
9. Apakah dalam melakukan permainan lodus dapat melatih kerjasama ?
 - a. Ya
 - b. Tidak
10. Apakah kamu merasa senang setelah melakukan permainan lodus ?
 - a. Ya
 - b. Tidak

Lampiran 16

Tabel Hasil Observasi dan wawancara di SD N 1 Kragean sebagai berikut :

No	Observasi lapangan	Hasil
1.	Sarana dan prasarana	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak ada lapangan yang luas di SD N 1 Kragean • Peralatan lompat tinggi yang sudah tidak standard
2.	Keadaan lingkungan	Situasi sekolah berada di pedesaan yang berdekatan dengan lingkungan terminal dan pasar, sehingga dalam proses pembelajaran berjalan kurang baik
3.	Model pembelajaran	Dalam proses pembelajaran lompat tinggi, guru dalam menyampaikan materi sesuai dengan peraturan baku, sehingga siswa sulit untuk memahami peraturan tersebut

No	Pertanyaan	Guru	Siswa
1.	Apakah sarana dan prasarana olahraga (lompat tinggi) sudah memadai?	Belum, Karen dari segi dana untuk membuat fasilitas tersebut belum ada, sehingga guru hanya memanfaatkan fasilitas yang tersedia.	Belum, karena alat-alatnya rusak.
2.	Apakah siswa senang dalam mengikuti pembelajaran lompat tinggi?	Iya, karena yang saya lihat siswa itu aktif bergerak dan mengikuti pelajaran sampai selesai.	Tidak, karena dalam pembelajaran lompat tinggi terlalu susah, dan kami cenderung lebih suka terhadap olah raga yang menggunakan alat seperti sepak bola dan volley.
3.	Apakah dalam penyampaian materi oleh guru mudah dipahami siswa?	Iya, dikarenakan dalam pembelajarannya berjalan dengan baik, dan siswa juga mengikuti pelajaran dengan baik.	Terasa sulit, karena guru dalam penyampaian materi hanya itu-itu saja, tidak diselingi dengan permainan.

Lampiran 17

Pengamatan Lapangan Aspek Psikomotor Uji Coba Skala Kecil

No.	Kriteria	Keterangan
1.	Gerak dasar meloncat dengan benar 1) Meloncat menggunakan tumpuan dua kaki 2) Meloncat menggunakan dua tangan sebagai ayunan 3) Meloncati kardus dengan ketinggian 30 cm 4) Berlari sambil melompat 5) Meloncat sambil membawa bambu sebagai estafet	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nilai 5: siswa dapat melakukan semua gerakan dengan sempurna. ▪ Nilai 4: siswa dapat melakukan 4 gerakan. ▪ Nilai 3: siswa dapat melakukan 3 gerakan. ▪ Nilai 2: siswa dapat melakukan 2 atau 1 gerakan. ▪ Nilai 1: siswa tidak dapat melakukan semua gerakan.
2.	Gerak dasar melompat dengan tepat dan benar 1) Melompat dengan menggunakan satu kaki sebagai tumpuan 2) Melompat sambil berlari melompati kardus 3) Melompat sambil membawa bambu sebagai estafet 4) Melompati kardus yang ditata dari ketinggian 30 cm, 60 cm, dan 90 cm 5) Berlari, dan melompati kardus sambil membawa bambu dalam kompetisi	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nilai 5: siswa dapat melakukan semua gerakan dengan sempurna. ▪ Nilai 4: siswa dapat melakukan 4 gerakan. ▪ Nilai 3: siswa dapat melakukan 3 gerakan. ▪ Nilai 2: siswa dapat melakukan 2 atau 1 gerakan. ▪ Nilai 1: siswa tidak dapat melakukan semua gerakan.

Hasil Pengamatan Lapangan Aspek Psikomotorik Uji Skala kecil

NO	Nama siswa	Meloncati kardus	Melompat i kardus
1.	Ahmad U	4	4
2.	Rizkia Suci	4	4
3.	Nurul F	3	3
4.	Asfiatun H	3	3
5.	Lili antari	3	3
6.	Tri Rizkiatin	3	3
7.	Irfan R	3	3
8.	Suyitno	3	3
9.	Arif F	1	3
10.	Akhmad Khoidir	3	4
Jumlah		30	33
Rata-rata		60%	66%
Rata-rata Keseluruhan		63%	

Pengamatan Lapangan Aspek Psikomotor Uji Coba Lapangan

No.	Kriteria	Keterangan
1.	Gerak dasar meloncat dengan benar <ol style="list-style-type: none"> 1) Meloncat menggunakan tumpuan dua kaki 2) Meloncat menggunakan dua tangan sebagai ayunan 3) Meloncati kardus dengan ketinggian 30 cm 4) Berlari sambil melompat 5) Meloncat sambil membawa bambu sebagai estafet 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nilai 5: siswa dapat melakukan semua gerakan dengan sempurna. ▪ Nilai 4: siswa dapat melakukan 4 gerakan. ▪ Nilai 3: siswa dapat melakukan 3 gerakan. ▪ Nilai 2: siswa dapat melakukan 2 atau 1 gerakan. ▪ Nilai 1: siswa tidak dapat melakukan semua gerakan.
2.	Gerak dasar melompat dengan tepat dan benar <ol style="list-style-type: none"> 1) Meolompat dengan menggunakan satu kaki sebagai tumpuan 2) Melompat sambil berlari melompati kardus 3) Melompat sambil membawa bambu sebagai estafet 4) Melompati kardus yang ditata dari ketinggian 30 cm, 60 cm, dan 90 cm 5) Berlari, dan melompati kardus sambil membawa bambu dalam kompetisi 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nilai 5: siswa dapat melakukan semua gerakan dengan sempurna. ▪ Nilai 4: siswa dapat melakukan 4 gerakan. ▪ Nilai 3: siswa dapat melakukan 3 gerakan. ▪ Nilai 2: siswa dapat melakukan 2 atau 1 gerakan. ▪ Nilai 1: siswa tidak dapat melakukan semua gerakan.

Hasil Pengamatan Lapangan Aspek Psikomotorik Uji Lapangan

NO	Nama siswa	Melompati kardus	Melompati kardus
1.	Taufik H	5	4
2.	Muningah	5	5
3.	Juni P	3	5
4.	Nunik E	3	3
5.	Khaefa	1	3
6.	Meliana	3	5
7.	Asfiatun H	3	5
8.	Tri R	3	3
9.	Asif S	3	3
10.	Achmad U	3	4
11.	Arif C	3	3
12.	Khoerul A	3	5
13.	Khamdani A	1	4
14.	Dani H	3	4
15.	Ma,arif	1	3
16.	Siti N	3	4
17.	Lili A	3	4
18.	Akhmad K	3	2
19.	Rizkia F	3	4
20.	Irfan R	1	4
21.	Arif F	3	3
22.	Nurul F	3	3
23.	Annisa N	1	3
24.	Doni R	1	3
25.	Agus P	5	5
	Jumlah	69	94
	Rata-rata	55,2%	75,2%
	Rata-rata keseluruhan		65,2%

Lampiran 17

Hasil penilaian lapangan aspek psikomotor uji skala kecil

No.	Nama	Aspek yang dinilai	Skala Penilaian				
			1	2	3	4	5
1.	Achmad U	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
2.	Rizkia Suci	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat		✓			
3.	Nurul F	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
4.	Asfiatun H	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
5.	Liliantari	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
6.	Tri Rizkiatin	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
7.	Irfan R	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
8.	Suyitno	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
9.	Arif R	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
10.	Akhmad K	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		

Penjelasan dari setiap aspek :

1. Lari awalan : pada fase awalan, pelompat melakukan lari percepatan dan siap-siap untuk melakukan tolakan.
2. Bertumpu : pada fase bertolak, pelompat membangun kecepatan vertical dan mengawali gerak memutar untuk melewati mistar.
3. Melayang : pada fase melayang, pelompat naik ke mistar kemudian melewatinya.
4. Mendarat : pada fase mendarat, pelompat menyelesaikan lompatannya dengan aman.

Hasil penilaian lapangan aspek psikomotor uji lapangan

No.	Nama	Aspek yang dinilai	Skala Penilaian				
			1	2	3	4	5
1.	Taufik H	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
2.	Muningah	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
3.	Juni P	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
4.	Nunik E	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
5.	Khaefa	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat		✓			
6.	Meliana D	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
7.	Asfiatun H	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
8.	Tri Riskiatin	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
9.	Asif S	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
10.	Achmad U	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
11.	Arif C	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
12.	Khoerul A	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
13.	Ramdani A	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat					✓
14.	Dani H	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
15.	Ma'arif	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
16.	Siti N	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
17.	Lili A	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
18.	Achmad K	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
19.	Rizkia S	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		

20.	Irfan R	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
21.	Arif F	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
22.	Nurul F	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
23.	Annisa N	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat			✓		
24.	Doni R	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	
25.	Agus P	Lari awalan, bertumpu, melayang, dan mendarat				✓	

Penjelasan dari setiap aspek :

1. Lari awalan : pada fase awalan, pelompat melakukan lari percepatan dan siap-siap untuk melakukan tolakan.
2. Bertumpu : pada fase bertolak, pelompat membangun kecepatan vertical dan mengawali gerak memutar untuk melewati mistar.
3. Melayang : pada fase melayang, pelompat naik ke mistar kemudian melewatinya.
4. Mendarat : pada fase mendarat, pelompat menyelesaikan lompatannya dengan aman.

Lampiran 18

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah	: SD Negeri 1 Kragean
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: V (lima) / 1 (satu)
Standar Kompetensi	: 1. Mempraktekkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olah raga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya
Kompetensi Dasar	: 1.2 Mempraktekkan variasi teknik dasar atletik yang dimodifikasi serta nilai semangat, sportifitas, kerjasama, percaya diri, dan kejujuran.
Alokasi Waktu	: 3 x 35 menit

A. Tujuan Pembelajaran

- a. Siswa dapat melakukan gerakan
 - Dasar lompat tinggi dengan benar.
 - Lompat tinggi dengan awalan, tolakan, melayang, dan mendarat dengan benar.
- b. Siswa dapat bermain lompat tinggi dengan permainan yang dimodifikasi melalui permainan lodus.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin (*Discipline*)

Tekun (*diligence*)

Tanggung jawab (*responsibility*)

Ketelitian (*carefulness*)

Kerja sama (*Cooperation*)

Toleransi (*Tolerance*)

Percaya diri (*Confidence*)

Keberanian (*Bravery*)

B. Materi Pembelajaran

- a. Bermain permainan lodus
 - Berlari dan melompat
 - Berlari, melompat serta kerjasama
- b. Bermain lompat tinggi dengan permainan yang dimodifikasi melalui permainan lodus

C. Metode Pembelajaran

- Ceramah
- Demonstrasi
- Penugasan
- Latihan
- Tanya jawab

D. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran

▪ Kegiatan Awal:

Dalam kegiatan Awal, guru:

- ☞ Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, dan pemanasan Inti
- ☞ Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran

▪ Kegiatan inti

▪ *Eksplorasi*

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- ☞ Bermain lompat tinggi dengan permainan yang dimodifikasi melalui permainan lodus
- ☞ melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran; dan
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di laboratorium, studio, atau lapangan.

▪ *Elaborasi*

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- ☞ memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi, dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis;
- ☞ memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut;
- ☞ memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif;
- ☞ memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar;
- ☞ memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis, secara individual maupun kelompok;

- ☞ memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok;
- ☞ memfasilitasi peserta didik melakukan pameran, turnamen, festival, serta produk yang dihasilkan;

- **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
- ☞ Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi, proses pembelajaran, berdoa dan bubar

- **Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup, guru:

- ☞ Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi, proses pembelajaran, berdoa dan bubar

E. Sumber Belajar

- Buku teks
- Buku referensi
- Tim Abdi Guru
- Lompat tinggi

F. Penilaian

- Teknik - Tes praktik

Mengetahui
Kepala Sekolah

Nur Aminah, S.Pd SD

NIP. 19660618 198903 2 007

Purbalingga, 25 Oktober 2012
Guru Mapel PJOK.

Bayu wiji atmoko

NIM : 6101408079