PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN ATLETIK MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN FORMULA 1 *(RUN, JUMP, THROW)* PADA SISWA KELAS VII SMP N 5 PEMALANG KABUPATEN PEMALANG TAHUN 2013

SKRIPSI

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

Oleh
Imaniar Rachman
6101409097

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
TAHUN 2013

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi.

Hari :

Tanggal :

Semarang, Juli 2013

Dosen Pembimbing I	Dosen Pembimbing II
Rumini, S.Pd., M.Pd.	**Agus Raharjo, S.Pd., M.Pd.**
NIP. 197002231995122001	NIP. 198208282006041003

Mengetahui

Ketua Jurusan

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, S1

Drs. Mugiyo Hartono, M. Pd

NIP. 196109031988031002

ABSTRAK

Imaniar Rachman. 2013.***Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Melalui Modifikasi Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw) pada Siswa Kelas VII SMP N 5 Pemalang Kabupaten Pemalang Tahun 2013***. Skripsi, Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Pembimbing: (1) Rumini, S.Pd, M.Pd. (2) Agus Raharjo, S.Pd, M.Pd.

Kata kunci: Pengembangan, Atletik, Modifikasi Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

Permasalahan penelitian ini adalah :Penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama, khususnya pada pembelajaran atletik belum dikemas dengan tepat, sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa, baik dari segi, psikomotorik, afektif dan kognitif. Tujuan penelitian pengembangan ini adalah : Menghasilkan model pengembangan pembelajaran atletik melalui modifikasi permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* yang sesuai dengan karakteristik siswa kelas VII SMP N 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

Penelitian pengembangan ini mengacu pada model pengembangan dari Borg & Gall, yaitu: (1) melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka, (2) mengembangkan bentuk produk awal, (3) evaluasi para ahli dengan menggunakan satu ahli Penjas dan dua ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuesioner dan konsultasi serta evaluasi yang kemudian dianalisis, (4) revisi produk pertama (5) uji coba lapangan, (6) revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji coba lapangan, (7) hasil akhir model pembelajaran. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP N 5 Pemalang kabupaten Pemalang tahun ajaran 2012/2013. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling*, dari kelas VII yang terdiri dari sepuluh kelas, diambil satu kelas secara acak dipilih sebagai kelas penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar evaluasi dan kuesioner.Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif presentase.Sedangkan data yang berupa saran dan alasan dalam memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif.

Dari hasil penelitian pengembangan ini diperoleh penelitian uji coba kelompok kecil 89 % (baik) dengan nilai psikomotor 90 % (baik), kognitif 89 % (baik) dan afektif 89 % (baik) dan pada penelitian uji coba lapangan diperoleh 93 % (sangat baik) dengan nilai psikomotor 93 % (sangat baik), kognitif 91 % (sangat baik), dan afektif 94 % (sangat baik).

Dari simpulan hasil penelitian maka disarankan beberapa hal sebagai berikut: (1) model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai materi pembelajaran atletik untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang. (2) model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian pembelajaran penjasorkes melalui permainan atletik untuk siswa kelas VII SMP. (3) bagi guru penjasorkes di Sekolah Menengah Pertama (SMP)diharapkan dapat mengembangkan model-model permainan atletik yang lebih baik dan menarik lainnya.

PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian di dalam tulisan ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan. Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sangsi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sangsi hukum sesuai yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, 31 Juli 2013

Peneliti

Imaniar Rachman
NIM. 6101409097

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Imaniar Rachman NIM 6101409097 Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Judul Pengembangan model Pembelajaran Atletik Melalui Modifikasi Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten pemalang tahun 2013 telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Selasa, tanggal 27 Agustus 2013

Panitia Ujian

Ketua	Skretaris
Drs. Harry Pramono, M. Si NIP. 195910191985031001	**Drs. Mugiyo Hartono, S. Pd., M. Pd** NIP. 196109031988031002

Dewan Penguji

1. **Agus Widodo S, S. Pd., M. Pd** (Ketua) _____
   NIP. 198009072008121002
2. **Rumini, S. Pd., M. Pd** (Anggota) _____
   NIP. 197002231995122001
3. **Agus Raharjo, S.Pd., M.Pd** (Anggota) _____
   NIP. 198208282006041003

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

- “Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku “ (QS. Al Baqarah :152).
- **“**Ketahuilah bahwa sabar, jika dipandang dalam permasalahan seseorang, diibaratkan kepala dari suatu tubuh, jika kepalanya hilang maka tubuh itu akan membusuk, sama halnya jika kesabaran itu hilang maka seluruh permasalahan akan rusak.

  (Syayidina Ali bin Abi Tholib Kw)

PERSEMBAHAN

- Kedua orang tua saya yang saya cintai dan saya hormati terimakasih atas setiap doa, dukungan baik materi maupun moral, dan kepercayaannya.
- Kedua Saudara yang saya sayangi, yang sering memberikan motivasi.
- Dosen-dosen FIK yang saya hormati dan cintai atas kerja keras dan kesabarannya dalam membimbing saya.
- Keluarga dan sahabat-sahabat saya atas semua dukungannya.
- Teman-teman PJKR angkatan 2009 dan almamater FIK UNNES.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan berbagai nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis diberikan kesehatan dan kelancaran dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Melalui Modifikasi Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* pada Siswa Kelas VII SMP N 5 Pemalang Kabupaten Pemalang Tahun 2013 ”.

Keberhasilan ini tidak luput dari bantuan berbagai pihak, untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan kesempatan peneliti untuk menjadi mahasiswa UNNES.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan untuk menyelesaikan penulisan skripsi.
4. Rumini, S.Pd, M.Pd. selaku Pembimbing I yang telah memberikan petunjuk, dorongan, dan motivasi serta membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Agus Raharjo, S.Pd, M.Pd.selaku Pembimbing II yang telah mengarahkan, memberikan petunjuk, dorongan, dan motivasi serta membimbing penulis dengan sabar dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepala SMP Negeri 5 Pemalang, yang telah memberikan ijin tempat penelitian.
7. Daimah, S.Pd guru penjas SDN 05 Pelutan Pemalang selaku ahli Penjas, yang telah turut mengarahkan dan membantu merevisi model pengembangan dalam penelitian ini.
8. Sukir, S.Pd dan Fatchurrachman guru penjaskes di SMP Negeri 5 Pemalang sebagai Ahli Pembelajaran I dan II, yang membantu dalam penyelesaian penelitian ini.
9. Dosen Jurusan PJKR, FIK UNNES, yang telah memberikan bekal ilmu dan pengetahuan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Bapak dan Ibu tercinta yang senantiasa mendukung dan mendo'akan.
11. Kakak, Adik, dan Saudara-saudaraku tersayang serta keluarga besarku yang selalu memberikan semangat.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

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

Semarang, 31 Juli 2013

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

JUDUL i
SARI ii
PERNYATAAN iv
PENGESAHAN iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN v
KATA PENGANTAR vi
DAFTAR ISI viii
DAFTAR TABEL x
DAFTAR GAMBAR xi
DAFTAR LAMPIRAN xii
BAB I PENDAHULUAN
1.1 Latar Belakang Masalah 1
1.2 Rumusan Masalah 8
1.3 Tujuan Penelitian 8
1.4 Manfaat Penelitian 9
1.5 Spesifikasi Produk 10
1.6 Pentingnya Pengembangan 10
BAB II LANDASAN TEORI
2.1 Pembelajaran Pendidikan Jasmani 12
2.1.1 Pembelajaran Penjas 12
2.1.2 Pendidikan Jasmani 13
2.1.3 Tujuan Pendidikan Jasmani 15
2.1.4 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani 17
2.2 Perkembangan Gerak 19
2.2.1 Belajar Gerak 19
2.2.2 Aktifitas Jasmani sebagai Perilaku Gerak 22
2.3 Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Remaja (Adolesensi) 23
2.3.1 Ukuran dan Bentuk Tubuh Anak Remaja (Adolesensi) 23
2.3.2 Perkembangan Gerak Anak Remaja (Adolesensi) 24

2.4 Permainan dan Modifikasi 25
2.4.1 Permainan 26
2.4.2 Bermain 26
2.4.3 Manfaat Bermain bagi Siswa 27
2.4.4 Tahapan Belajar Permainan 28
2.5 Modifikasi 28
2.5.1 Prinsip Dasar Pengembangan Modifikasi Permainan…. 29
2.6 Pembelajaran Atletik 30
2.6.1 Pentingnya Atletik Bagi SMP 31
2.7 Karakteristik Permainan Formula 1 32
2.7.1 Peraturan Permainan 33
2.8 Model Pengembangan Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* 34
2.8.1 Karakteristik Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* 35
2.8.2 Cara Bermainan Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* 35
2.8.3 Peraturan Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* 37
2.8.4 Sarana dan prasarana Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* 39
2.9 Kerangka Berpikir 45
BAB III METODE PENGEMBANGAN
3.1 Model Pengembangan 47
3.2 Prosedur Pengembangan 49
3.2.1 Analisis Kebutuhan 50
3.2.2 Pembuatan Produk Awal 50
3.2.3 Revisi Produk Pertama 50
3.2.4 Uji Coba Lapangan 51
3.2.5 Revisi Produk Akhir 51
3.2.4 Hasil Akhir 51
3.3 Uji Coba Produk 51
3.3.1 Desain Uji coba 52
3.3.1.1 Evaluasi Ahli 52

3.3.1.2 Uji Coba Kelompok Kecil 52
3.3.1.3 Revisi Produk Pertama 53
3.3.1.4 Uji Coba Lapangan 53
3.3.2 Subjek Coba 53
3.4 Cetak Biru 53
3.5 Jenis Data 54
3.6 Instrumen Pengumpulan Data 55
3.7 Teknik Analisis Data 56

BAB IV HASIL PENGEMBANGAN

4.1 Hasil Data Uji Coba 58
4.1.1 Data Analisis Kebutuhan 58
4.1.2 Produk Awal Permainan 59
4.1.2.1 Cara Bermain 60
4.1.2.2 Peraturan Permainan 61
4.1.2.3 Sarana dan Prasarana Permainan 63
4.1.3 Validasi Ahli 69
4.1.3.1 Validasi Produk Awal 69
4.1.3.2 Deskripsi Data Validasi Ahli 70
4.1.3.3 Revisi Draf Produk Awal Sebelum Uji Coba Skala Kecil 72
4.1.4 Data Uji Skala Kecil 74
4.2 Analisis Data Uji Skala Kecil 77
4.3 Revisi Produk setelah Uji Skala Kecil 81
4.3.1 Draf Permainan setelah Revisi (Uji Coba Lapangan) 83
4.3.1.1 Cara Bermain 83
4.3.1.2 Peraturan Permainan 85
4.3.1.3 Sarana dan Prasana 87
4.4 Penyajian Data Uji Coba Skala Besar 89
4.5 Analisis Data Uji Skala Besar 93
4.6 Prototipe Produk 98
4.7 Kelemahan dan Kelebihan Produk 100

BAB V KAJIAN DAN SARAN

5.1 Kajian Produk 101

5.2 Saran 102

DAFTAR PUSTAKA..... 103

LAMPIRAN-LAMPIRAN..... 105

DAFTAR TABEL

Halaman

1. Sarana dan Prasarana Pembelajaran Atletik SMP N 5 Pemalang 4
2. Sistem Penilaian Permainan Formula *1 (Run, Jump, Throw*)..... 37
3. Kartu Penilaian/ Eksekutor..... 38
4. Skor dan Keterangan Penilaian Kualitas Model Pengembangan..... 55
5. Faktor, Indikator, dan Jumlah Butir Kuesioner..... 55
6. Skor Jawaban Kuesioner “Ya” dan “Tidak” 56
7. Faktor, Indikator, dan Jumlah Butir Kuesioner untuk siswa 56
8. Klasifikasi Presentase 57
9. Hasil Rata-rata Skor Penilaian Ahli 70
10. Saran dan Perbaikan dari Ahli 72
11. Sistem Penilaian Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)
    Uji Coba Lapangan 85

DAFTAR GAMBAR

Halaman

1. Permainan Lari Formula 1 *Atletic Kid's* 32
2. Lapangan Modifikasi Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw*) 39
3. Pos I Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* 40
4. Pos II Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* 40
5. Pos III Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* 41
6. Peluru Modifikasi 42
7. Materas..... 42
8. Ban Lompatan 43
9. Bendera Slalom 43
10. Corong Lompatan 44
11. Prosedur Pengembangan 49
12. Peluru Modifikasi (Draf Awal sebelum Uji Coba Skala Kecil) 63
13. Materas (Draf Awal sebelum Uji Coba Skala Kecil) 64
14. Ban Lompatan (Draf Awal sebelum Uji Coba Skala Kecil) 64
15. Bendera Slalom (Draf Awal sebelum Uji Coba Skala Kecil) 65
16. Corong Lompatan (Draf Awal sebelum Uji Coba Skala Kecil) 65
17. Lapangan Modifikasi Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw*)
    (Draf awal sebelum Uji Coba Skala Keci)..... 66
18. Pos I Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*
    (Draf awal sebelum Uji Coba Skala Keci) 67
19. Pos II Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*
    (Draf awal sebelum Uji Coba Skala Keci) 68
20. Pos III Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*
    (Draf awal sebelum Uji Coba Skala Keci) 68
21. Grafik Rekapitulasi Persentase Pengamatan Ahli 71
22. Grafik Rekapitulasi Persentase Kuisioner Siswa Skala Kecil 75
23. Lapangan Modifikasi Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw*)
    (Uji Coba Skala Besar) 87
24. Peluru Modifikasi Putera (Uji Coba Skala Besar) 88
25. Peluru Modifikasi Puteri (Uji Coba Skala Besar) 89
26. Materas (Uji Coba Skala Besar) 89

27. Kardus Lompatan (Uji Coba Skala Besar) 90
28. Bendera Slalom (Uji Coba Skala Besar) 90
29. Ban Lompatan (Uji Coba Skala Besar) 91
30. Grafik Rekapitulasi Persentase Kuisioner Siswa Skala Besar 93

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

1. Lembar Persetujuan Topik Skripsi 106
2. SK Dosen Pembimbing 107
3. Kuesioner Evaluasi Ahli Penjas dan Ahli Pembelajaran 108
4. Kuesioner Untuk Siswa 112
5. Hasil Pengisian Kuesioner Ahli Penjas dan Ahli Pembelajaran 116
6. Saran dan Komentar Umum Perbaikan Model Pembelajaran 118
7. Surat Ijin Penelitian 124
8. Biodata Siswa (Subjek Uji Coba Kelompok Kecil) 125
9. Jawaban Kuesioner Siswa (Subjek Uji Coba Kelompok Kecil) 126
10. Hasil Rekapitulasi Kuesioner Siswa (Subjek Uji Coba Kelompok Kecil) 128
11. Data Hasil Uji Coba Kelompok Kecil 130
12. Biodata Siswa (Subjek Uji Skala Besar) 132
13. Jawaban Kuesioner Siswa (Subjek Uji Skala Besar) 133
14. Hasil Rekapitulasi Kuesioner Siswa (Subjek Uji Skala Besar) 136
15. Data Hasil Uji Coba Skala Besar 139
16. Surat Keterangan Penelitian 142
17. Hasil Revisi 143
18. Dokumentasi Penelitian 145

BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu kebutuhan bagi setiap orang dalam melangsungkan kehidupan yang menjadikan seseorang mengerti akan harkat dan martabat mereka sendiri. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008:353) pendidikan berasal dari kata didik, lalu mendapat awalan me- sehingga menjadi mendidik yang artinya memelihara dan memberi latihan, dalam memelihara dan memberi latihan diperlukan adanya ajaran, tuntunan, dan tuntunan mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran. Sedangkan menurut Sudjana (2008:1) mengatakan bahwa pendidikan adalah upaya manusia untuk memanusiakan manusia. Manusia pada hakikatnya adalah makhluk Tuhan yang paling tinggi dibandingkan dengan makhluk lain ciptaan-Nya disebabkan meliliki kemampuan berbahasa dan akal pikiran/rasio, sehingga manusia mampu mengembangkan dirinya sebagai manusia yang berbudaya. Oleh karena itu melalui proses pendidikan dapat dikembangkan suatu keadaan yang seimbang antara aspek sosial dan aspek individual.

Pendidikan jasmani adalah bentuk pendidikan gerak untuk kualitas kehidupan manusia. Oleh karena itu, pendidikan gerak perlu juga menjadi referensi dalam penyelenggaraan pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani di sekolah bukanlah hanya sekedar mendidik melalui aktivitas jasmani, akan tetapi proses pembelajaran pendidikan jasmani yang dijadikan sebagai salah satu media untuk memecahkan masalah gerak. Pendidikan jasmani mempuyai hubungan yang sangat erat dengan belajar gerak dimana belajar gerak merupakan salah satu bentuk belajar yang mempuyai

tujuan dalam peningkatan kualitas gerak tubuh. Di dalam pendidikan jasmani, gerak berperan dalam pengembangan keterampilan gerak tubuh dan penguasaan pola-pola gerak keterampilan olahraga (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:234).

Tujuan utama pendidikan jasmani di sekolah, sebagaimana dikemukakan oleh Depdiknas, ialah untuk membantu peserta didik agar meningkatkan keterampilan gerak mereka disamping mereka senang dan mau berpartisipasi dalam berbagai aktifitas. Melalui tujuan ini diharapkan siswa dapat memiliki fondasi pengembangan keterampilan gerak, pemahaman kognitif, sifat positif terhadap aktifitas jasmani yang kelak akan menjadi manusia yang sehat jasmani dan rohani serta berkepribadian yang mantap (Depdiknas, 2003:6).

Pendidikan jasmani termasuk dalam mata pelajaran yang diajarkan di tingkat sekolah dasar/sederajat, sekolah menengah pertama/sederajat, dan sekolah menengah atas/SMK/sederajat. Dalam pembelajaran penjaskes sering ditemui permasalahan-permasalahan yang dapat menghambat keberhasilan pada proses dan hasil belajar siswa. Penyelenggaraan pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama khususnya pada mata pelajaran olahraga atletik selama ini berorientasi pada pengajaran yang sifatnya mengarah pada pembelajaran dengan menggunakan aturan baku dari tiap cabangnya. Paradigma yang demikian selalu mempengaruhi persepsi dan pola pikir guru penjasorkes. Kenyataan ini dapat dilihat di lapangan, dari hasil pengamatan dapat dikatakan bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama belum dikelola dengan tepat sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan siswa, baik dari segi kognitif, afektif, maupun motorik.

Dari uraian diatas, dalam pelaksanaan di lapangan masih banyak permasalahan yang dihadapi guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Hambatan tersebut pasti akan menghambat proses pembelajaran. Masalah belajar telah banyak menyita perhatian pendidik termasuk pendidik-pendidik dalam bidang pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Penyebab dari hal ini adalah proses pembelajaran yang tidak efektif.

Pada tanggal 17-18 April 2013 telah dilakukan observasi awal di SMP Negeri 5 Pemalang dengan cara wawancara kepada salah satu guru penjasorkes dan beberapa siswa dan juga observasi langsung untuk mengetahui sarana dan prasarana olahraga atletik, mengetahui proses belajar mengajar pendidikan jasmani khususnya pembelajaran atletik, serta permasalahan apa saja yang dihadapi saat pembelajaran atletik, dan dapat ditemukan beberapa data sebagi berikut :

1) Sarana dan prasarana olahraga atletik di SMP N 5 Pemalang tidak terlalu memadahi, dan tidak dimanfaatkan dengan maksimal.
2) Pembelajaran dilakukan dengan langsung menuju ke materi inti.
3) Materi pembelajaran atletik belum dikemas ke dalam materi permainan-permainan modifikasi, sehingga banyak siswa yang terlihat bosan dan kurang bersemangat dalam pembelajaran.
4) Banyak siswa yang duduk-duduk dan bergerombol dengan temannya saat pelajaran berlangsung.
5) Banyak siswa kelas VII yang kesulitan dalam pembelajaran atletik karena kebanyakan berasal dari lulusan SD pinggiran yang juga belum dikenalkan secara mendalam tentang teknik dan jenis-jenis cabang dari atletik sehingga mereka masih tabu.

Salah satu faktor penentu keberhasilan dalam pembelajaran adalah adanya sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana merupakan alat yang sangat penting dalam pembelajaran. Berikut adalah sarana dan prasarana pembelajaran atletik yang ada di SMP N 5 Pemalang.

Tabel 1.1 Sarana dan Prasarana Pembelajaran Atletik SMP Negeri 5 Pemalang

No	Sarana dan Prasarana	Jumlah	Kondisi
1.	Lapangan Lompat Jauh	1 buah	Tidak terawatt
2.	Jumlah peluru pada tolak peluru	3 buah	1 buah putra seberat 5 kg, 2 buah putri seberat 2 kg
3.	Lapangan tolak peluru	Tidak memiliki	-
4.	Gawang lompatan, pada lompat gawang	Tidak memiliki	-
5.	Jumlah lembing	10 buah	Sebagian banyak yang rusak
6.	Cakram	Tidak memiliki	-
7.	Mistar lompat tinggi	Tidak memiliki	-
8.	materas	2 buah	Cukup baik

Berdasarkan hasil observasi di atas, sekolah ini memiliki masalah kurang tersedianya sarana dan prasarana yang memadai dan kurangnya pemanfaatan sarana dan prasarana tersebut secara maksimal, khususnya dalam pembelajaran atletik. Contoh kecilnya pada saat materi tolak peluru, sekolah hanya memiliki tiga buah peluru, satu peluru untuk putera seberat 5 kg, dua peluru untuk puteri seberat 2 kg. Lapangan tolak peluru yang hanya seadanya yaitu hanya dengan menggambar menggunakan cat menyerupai bentuk lapangan aslinya pada halaman depan sekolah tanpa adanya garis batas tolakan yang jelas, karena seringnya terkena hujan. Lapangan lompat jauh yang tidak *standart,* karena tidak memiliki blok lompatandan juga keadaannya tidak terawat,

bak tempat mendarat yang sudah mulai ditumbuhi rumput liar. Selain itu pada pembelajaran lompat gawang, sekolah tidak memiliki gawang lompatan, dan lain sebagainya. Setiap akan melakukan pembelajaran atletik, ambil contoh pada pembelajaran tolak peluru guru kesulitan dalam mengkondisikan siswa, ini dikarenakan selain karena kurang ketersediannya peluru, juga guru dalam mengajarkan pembelajaran masih secara personal, sedangkan jumlah siswanya kurang lebih 35 anak per kelas. Secara logika tidak akan mungkin guru tersebut dapat melayani siswanya satu persatu. Dampak dari hal ini adalah banyak siswa yang duduk manis dan juga tidak sedikit dari mereka yang berbicara dan bermain sendiri ketika mereka belum mendapat giliran untuk melakukan tolakan, dan yang lebih mengherankan lagi, siswa justru lebih suka dengan hal yang demikian. Hal ini juga membuat anak kebanyakan tidak paham dengan teknik dan cara melakukannya tahap demi tahap. Sehingga dalam hal ini menurut penulis perlu adanya suatu pemikiran yang inovatif dan kreatif dari guru penjas.

Alat bantu tidak harus standar, tapi dapat dimodifikasi atau direkayasa sedemikian rupa. Karena tujuan dari pembelajaran adalah sekedar tahu apa itu inti dari materi tersebut. Dengan tidak adanya suatu usaha dalam pengadaan alat bantu ini dipercaya akan berdampak buruk bagi siswa, karena secara otomatis siswa tidak akan pernah tahu, dan bagaimana teknik atau cara melakukannya. Gejala yang terjadi dilapangan adalah pada saat pengajaran materi ini, siswa hanya dapat membayangkan saja. Mereka hanya tahu secara tertulis namun tidak pernah merasakannya secara nyata. Sementara jika dilihat pada kompetensi dasar di dalam silabus berbunyi, bahwa siswa dapat mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik dengan koordinasi yang baik, serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia

berbagi tempat dan peralatan, sehingga materi ini jelas-jelas dimasukan menjadi salah satu materi yang harus diterima siswa baik dalam bentuk teori atau praktek. Hal ini sangat penting untuk kita kaji dan benar-benar harus diperhatikan karena sangat besar manfaatnya baik bagi kelancaran proses kegiatan belajar mengajar (KBM), maupun pengembangan pengetahuan siswa mengenai materi-materi dalam pendidikan jasmani secara menyeluruh, oleh sebab itu penulis berniat untuk berkreasi dalam melancarkan proses pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan efisien dengan memanfaatkan barang-barang bekas masyarakat sebagai gagasan untuk membantu proses pembelajaran atletik yang dapat diusahakan dengan memodifikasi alat seperti pada materi lempar (tolak peluru), peluru dimodifikasi dengan menggunakan bola tangan plastik yang di beri krikil dan pasir yang kemudian dililiatkan oleh karet gelang, pada materi lompat, menggunakan media kardus dan ban motor bekas dan lain sebagainya.

Selain itu di SMP Negeri 5 Pemalang penulis juga menemukan permasalahan yang klasik yaitu dalam menyesuaikan materi pembelajaran yang kurang sesuai dengan kondisi atau karakteristik perkembangan anak didiknya, yaitu anak yang masih memiliki karakteristik anak sekolah dasar, artinya mereka masih memiliki kekhasan dalam bersikap yang diungkapkan melalui bermain. Karakteristik inilah yang harus diangkat untuk menjembatani antara keinginan guru dan anak didiknya. Banyaknya model-model pembelajaran menuntut seorang guru pendidikan jasmani memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang model-model pembelajaran. Namun pada kenyataannya, sekarang ini masih banyak guru pendidikan jasmani kurang memahami model pembelajaran penjas. Pembelajaran yang diberikan oleh guru penjas mulai dari pemanasan sampai pada inti pembelajaran yang masih belum dikemas dalam bentuk

modifikasi permainan sehingga anak merasa jenuh, bosan, dan malas untuk bergerak. Kondisi ini sangat memprihatinkan, karena kaidah-kaidah pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama (SMP) tidak dilaksanakan, sehingga tujuan pendidikan jasmani tidak dapat tercapai.

Pendidikan jasmanai di Sekolah Menengah Pertama (SMP) pada hakekatnnya mempuyai arti, peran, dan fungsi yang penting dan strategis dalam upaya pengembangan keterampilan gerak siswa, karena siswa di Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah anak pada usia remaja dimana usia remaja merupakan saat yang baik untuk pengembangan secara optimal kesehatan seseorang yang berhubungan dengan kesegaran jasmani (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:155).

SMP Negeri 5 Pemalang ini mempuyai lapangan sepak bola yang cukup luas yang berada di belakang sekolah, inilah yang nantinya bisa dimanfaatkan oleh guru sebagai sarana media pembelajaran. Selain lokasinya yang juga berada di area sekolah, juga lapangan ini sudah akrab dengan kehidupan siswa yang sering kali menjadi tempat bermain mereka di kala sore hari bagi siswa SMP di daerah Paduraksa Pemalang. Nantinya lapangan sepak bola inilah yang bisa dimanfaatkan sebagai sarana media pembelajaran penjasorkes dalam bidang atletik, hal ini teruntuk siswa SMP kelas VII. Mengapa penelitian ini ditujukan untuk kelas VII, dikarenakan pada siswa kelas VII masih terbiasa dengan pembelajaran yang sifatnya bermain, karena sifat yang baru beranjak dari SD ke SMP. Selain itu karena kelas VII merupakan awal dari penentuan keberhasilan pembelajaran di kelas VIII dan kelas IX. Nantinya juga di lapangan inilah guru penjas dapat mengajarkan teknik-teknik di dalam pembelajaran atletik

yang dikombinasikan dengan model-model permainan yang diharapkan dapat membuat siswa menjadi senang dan tertarik pada atletik.

Dari permasalahan-permasalahan tersebut diatas, maka dipandang penting adanya pengembangan model permainan penjasorkes yang perlu dilakukan di SMP N 5 Pemalang, oleh karena itu perlu dibuat sebuah model permainan atletik yang cocok untuk pembelajaran siswa SMP. Peneliti akan mengembangkan model modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* yang semua aktivitas geraknya sangat erat kaitannya dengan semua komponen-komponen ranah yang terkandung dalam Penjasorkes yaitu ranah psikomotorik, ranah afektif, dan ranah kognitif.

Pembelajaran atletik melalui model modifikasi permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* yang dimaksud adalah memodifikasi permainan formula 1 pada atletik *kids*, dimana permainan ini sering dilombakan pada tingkat SD, seperti Popda, Porseni dan lain sebagainya. Model pengembangan permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini mengubah bentuk lintasan yang tadinya melingkar diganti dengan lintasan lurus, dan menambah gerakan menolak setelah melakukan rintangan dalam setiap posnya dan juga mengganti estafet gelangnya dengan menepuk tangan teman satu timnya setelah sampai garis finish dengan lari kembali ke garis start.

Dengan demikian penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul **"Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Melalui Modifikasi Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang Tahun 2013"**, sebagai wahana penciptaan pembelajaran penjasorkes yang inovatif dan efektif, serta untuk menjadikan pembelajaran lebih menarik dan menyenangkan, yang

sekaligus dapat bermanfaat bagi perkembangan dan pertumbuhan siswa atau peserta didik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis merumuskan masalah: Bagaimana pengembangan model pembelajaran atletik melalui modifikasi permainan formula 1*(Run, Jump, Throw)* pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan model pembelajaran atletik dalam penjasorkes melalui modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* pada siswa kelas VII SMP Negeri5 Pemalang Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang sehingga dapat mengembangkan berbagai aspek pembelajaran dan dapat meningkatkan aktivitas fisik siswa dalam pembelajaran penjasorkes.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

(1) Sebagai bekal pengalaman dan pengembangan model pembelajaran penjasorkes.

(2) Mengembangkan pembelajaran agar dapat dilakukan dengan mudah, efektif dan efisien.

1.4.2 Manfaat Bagi Guru Penjas

(1) Hasil model pengembangan ini diharapkan dapat menjadi salah satu rujukan para guru penjasorkes dalam rangka meningkatkan mutu pengajaran penjasorkes di masing–masing sekolah.

(2) Sebagai dorongan dan motivasi kepada guru penjas untuk menciptakan variasi mengajar dengan cara modifikasi dan mengembangkan jenis permainan, sehingga akan membuat peserta didik menjadi senang, aktif bergerak dan antusias dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes.

1.4.3 Manfaat Bagi Siswa

(1) Menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dan meningkatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas, serta meningkatkan hasil belajar atletik.

(2) Meningkatkan minat dan kemampuan siswa dalam menguasai teknik dasar atletik.

1.4.4 Manfaat Bagi Sekolah

(1) Sebagai masukan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani untuk selalu mengadakan inovasi terhadap proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan.

(2) Memberikan masukan untuk selalu berinovasi untuk membuat sarana dan prasarana yang tepat dan proporsional bagi siswa dalam pembelajaran.

1.5 Spesifikasi Produk

Produk yang dihasilkan melalui penelitian pengembangan ini adalah model pembelajaran atletik melalui modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* yang sesuai dengan karakteristik siswa kelas VII SMP dengan memodifikasi beberapa aturan dan sarana-prasarana yang digunakan, yang dapat mengembangkan semua aspek pembelajaran (Kognitif, Afektif, dan Psikomotorik) secara efektif dan efisien, dan bisa meningkatkan intensitas fisik

sehingga derajat kebugaran jasmani dapat terwujud, serta dapat mengatasi kesulitan guru penjasorkes dalam melakukan proses pembelajaran atletik.

1.6 Pentingnya Pengembangan

Berdasarkan pengamatan penulis di bidang pembelajaran atletik di sekolah menengah pertama (SMP), para guru penjasorkes masih menerapkan pembelajaran atletik secara konvensional. Pembelajaran konvensional yang dimaksud dalam penelitian iniadalah pembelajaran atletik dengan langkah-langkah yang telah berlaku umum di lingkungan penjasorkes di sekolah. Pembelajaran tersebut menuntut tersediannya fasilitas-fasilitas yang memadai untuk mendukung proses pembelajaran. Dalam pembelajaran atletik yang menjadi fokus kajian penulis, siswa, dan guru memerlukan fasilitas yang memadai.

Realita di lapangan menunjukan bahwa hanya sedikit sekolah dilengkapi dengan fasilitas yang memadai. Guru sering menemui masalah berupa ketidak tersediannya alat yang cukup memadai. Akibatnya, pembelajaran yang dilakukan tidak dapat mencapai tujuan yang diharapkan.Sementara itu, lapangan sekolah yang cukup luas merupakan sarana yang potensial yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana penunjang materi pembelajaran atletik dalam bentuk permainan. Dalam hal ini, penulis mengkaji model pembelajaran dalam bentuk permainan dapat dijadikan alternatif sebagai sumber belajar yang menyenangkan bagi siswa sekolah menengah pertama dalam pembelajaran atletik.

BAB II
KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR

2.1 Pembelajaran Pendidikan Jasmani

2.1.1 Pengertian Pembelajaran

Menurut Sukintaka (1992:70) mengemukakan bahwa pembelajaran mengandung pengertian bagaimana mengajarkan sesuatu kepada anak didik, tetapi juga ada suatu pengertian bagaimana anak didik mempelajarinya. Dalam sesuatu kejadian pembelajaran terjadi sesuatu peristiwa, ialah ada suatu pihak yang memberi dan ada suatu pihak yang menerima. Oleh sebab itu pada peristiwa tersebutdapat dikatakan terjadi proses interaksi edukatif.

Menurut Supandi (1992:5) mengatakan bahwa strategi belajar-mengajar pendidikan jasmani merupakan kegiatan sebelum proses belajar-mengajar dilaksanakan. Tujuannya menciptakan kondisi dan kegiatan belajar yang memungkinkan murid lancar belajar dan mencapai sasaran belajar. Kegiatan itu antara lain memilih informasi yang bersifat verbal atau model lain seperti gerak yang disampaikan, menetapkan cara-cara pengarahan dan pembimbingan ke arah yang dikehendaki, dan terakhir menetapkan cara bagaimana menilai hasil belajar.

Jadi menurut menurut penulis kedua sumber di atas, memiliki pengertian pembelajaran yang intinya sama yaitu merupakan proses interaksi belajar mengajar dengan melibatkan komponen-komponen pembelajaran yang meliputi tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, metode, teknik mengajar, siswa, media, guru, dan hasil evaluasi.

2.1.2 Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani mempuyai hubungan yang sangat erat dengan belajar gerak dimana belajar gerak merupakan salah satu bentuk belajar yang mempuyai tujuan dalam peningkatan kualitas gerak tubuh. Di dalam pendidikan jasmani, belajar gerak berperan dalampengembangan keterampilan gerak tubuh dan penguasaan pola-pola gerak keterampilan olahraga (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:234).

Sharman dalam Nadisah (1992:15) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan (secara umum) yang berlangsung melalui aktivitas yang melibatkan mekanisme gerak tubuh manusia dan menghasilkan pola-pola perilaku pada individu yang bersangkutan.

Thomas D. Wood dalam Nadisah (1992:17) mengatakan bahwa pendidikan kesehatan adalah sejumlah pengalaman di sekolah atau di mana saja yang berpengaruh baik terhadap kebiasaan, sikap, dan pengetahuan yang berkenaan dengan kesehatan individu, masyarakat dan bangsa.

Sedangkan menurut Definisi Terminologi (*committee of terminology*, 1951) dalam Nadisah (1992:17) pendidikan kesehatan adalah proses pemberian pengalaman-pengalaman belajar dengan maksud untuk mempengaruhi pengetahuan, sikap dan perbuatan yang berkenaan dengan kesehatan individu atau kelompok.

Istilah jasmani dipandang dalam kerangka yang lebih abstrak dan luas, sebagai kondisi jiwa dan raga. Pendidikan jasmani berkewajiban juga meningkatkan siswa yang mempengaruhi semua aspek dalam kehidupan sejari-hari. Pendidikan jasmani menggunakan pendekatan keseluruhan yang mencakup

semua kawasan baik kognitif, afektif, maupun psikomotorik, sehingga manusia dipandang seutuhnya (Abdul Kadir Ateng, 1992:1).

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

Menurut Supandi (1992:1) pendidikan jasmani adalah proses interaksi sistematik antara anak didik dan lingkungan yang dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia seutuhnya. Dengan demikian, pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang menunjang perkembangan siswa melalui kegiatan fisik atau gerakan insani.Hal ini kemudian disusun secara sistematik dalam bentuk kegiatan belajar-mengajar untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental dan sosial siswa.

Pendidikan jasmani adalah suatu pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan berprilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosional. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik (Samsudin, 2008:2).

Jadi dapat disimpulkan dari beberapa sumber di atas bahwa pendidikan jasmani adalah sesuatu proses yang terencana dan bertahap yang perlu dilatih dan dibina secara terus menerus dan hati-hati dalam waktu yang diperhitungkan.

Pendidikan jasmani juga merupakan bagian integral dari pendidikan melalui aktifitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, *neuromasculer*, intelektual, dan emosional. Orientasi pendidikan jasmani adalah pada aktivitas gerak anak yaitu anak mau dan bisa bergerak secara aktif dan terampil. Selain itu, pendidikan jasmani juga mengesampingkan hasil dan prestasi dari suatu gerak tersebut. Unsur kesenangan dan bermain adalah yang utama dalam pembelajaran penjas di sekolah.

2.1.3 Tujuan Pendidikan Jasmani

Menurut Adang Suherman (2000:22) tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Artinya, cakupan pendidikan jasmani tidak hanya pada aspek jasmani saja, akan tetapi juga pada aspek mental, emosional, sosial dan spiritual.

Secara umum tujuan pendidikan jasmani dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori, yaitu;

(1) Perkembangan fisik, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan manusia melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh sesorang *(physical fitness).*

(2) Perkembangan gerak, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna.

(3) Perkembangan mental, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab siswa.

(4) Perkembangan sosial, tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Menurut Samsudin (2008:3) mengemukakan beberapa tujuan pendidikan jasmani diantaranya:

(1) Meletakan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.

(2) Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cintai damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama.

(3) Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani.

(4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani.

(5) Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmis, akuatik (aktivitas air), dan pendidikan luar kelas (*outdoor education).*

(6) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.

(7) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.

(8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.

(9) Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

Dari beberapa tujuan pendidikan jasmani di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan pendidikan jasmani tidak lepas dari komponen-komponen ranah yang terkandung di dalam penjasorkes yaitu: ranah psikomotorik, ranah afektif, dan ranah kognitif.

2.1.4 Fungsi Pendidikan jasmani

Menurut Reuben B. Frost dalam Sugiyanto dan Sudjarwo (1993:235) mengemukakan mengenai fungsi pendidikan jasmani antara lain:

(1) Mengembangkan keterampilan gerak, dan pengetahuan tentang bagaimana dan mengapa seseorang bergerak, serta pengetahuan tentang cara-cara gerakan dapat diorganisasikan.

(2) Untuk belajar menguasai pola-pola gerak keterampilan secara aktif melalui latihan dan pertandingan.

(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 di dalam pertandingan dan tari.

(5) Meningkatkan kondisi organ-organ tubuh untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan dalam keadaan darurat.

2.1.5 Ruang Lingkup Pendidikan jasmani

Menurut Abdul Kadir Ateng (1992:7) Pengalaman belajar yang bersifat mendidik, khususnya melalui pendidikan jasmani dapat dibagi menjadi empat kelompok/klasifikasi, yaitu:

1) Pembentukan gerak
   (a) Memenuhi serta mempertahankan keinginan gerak.
   (b) Menghayati ruang, waktu, dan bentuk serta perasaan irama.
   (c) Mengenal kemungkinan gerak diri sendiri.
   (d) Memiliki keyakinan gerak dan mengembangkan perasaan sikap.
   (e) Memperkaya dan memperluas kemampuan gerak.
2) Pembentukan prestasi
   (a) Mengembangkan kemampuan kerja optimal dengan pengajaran ketangkasan.
   (b) Belajar mengarahkan diri untuk meraih prestasi (kemauan, konsentrasi, keuletan, kewaspadaan dan kepercayaan pada diri sendiri).
   (c) Penguasaan emosi.
   (d) Belajar mengenal kemampuan dan keterbatasan diri.
   (e) Meningkatkan sikap tepat terhadap nilai yang nyata dari tingkat prestasi, dalam kehidupan sehari-hari, masyarakat, dan olahraga.
3) Pembentukan sosial
   (a) Pengakuan dan penerimaan peraturan-peraturan dan norma-norma bersama.
   (b) Mengikut sertakan kedalam struktur fungsional. Belajar bekerjasama, menerima pemimpin dan memimpin.
   (c) Pengembangan perasaan kemasyarakatan dan pengakuan terhadap orang lain sebagai pribadi-pribadi.
   (d) Belajar bertanggung jawab terhadap orang lain, member pertolongan, member pertolongan dan berkorban.

(e) Belajar mengenal dan mengalami bentuk-bentuk pelepas lelah secara aktif untuk mengidsi waktu senggang.

4) Pertumbuhan badan

(a) Peningkatan syarat-syarat yang diperlukan untuk dapat tumbuh, bersikap dan bergerak dengan baik dan untuk berprestasi secara maksimal.

(b) Meningkatkan kesehatan jasmani dan rasa tanggung jawab terhadap kesehatan diri dengan membiasakan cara-cara hidup sehat.

Jadi dapat disimpulkan bahwa ruang lingkup pendidikan jasmani menurut apa yang diungkapkan oleh pernyataan di atas sangat penting dalam pembentukan gerak, pembentukan prestasi, pembentukan sosial dan pertumbuhan badan, dimana keempat kategori ini sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari.

2.2 Pengertian Gerak

Gerak (*motor*) sebagai istilah umum untuk berbagai bentuk perilaku gerak manusia, sedangkan psikomotor khusus digunakan pada domain mengenai perkembangan manusia yang mencakup gerak manusia. (Amung Ma'mun, 2000:20). Jadi dapat disimpulkan bahwa, gerak (*motor*) ruang lingkupnya lebih luas daripada psikomotor.

2.2.1 Belajar Gerak

Menurut Amung Ma'mun (2000:3) belajar gerak merupakan studi tentang proses keterlibatan dalam memperoleh dan menyempurnakan keterampilan gerak (*motor skill*), keterampilan gerak sangat terkait dengan latihan dan pengalaman individu yang bersangkutan. Belajar gerak sangat

dipengaruhi oleh berbagai bentuk latihan, pengalaman, atau situasi belajar pada gerak manusia.

Ada tiga tahapan/fase dalam belajar gerak (*motor learning*) yaitu:

(1) Tahapan Verbal-Kognitif

Pada tahapan/fase ini, tugasnya adalah memberikan pemahaman secara lengkap mengenai bentuk gerak baru kepada seluruh peserta didik. Sebagai pemula, mereka belum memahami mengenai apa , kapan, dan bagaimana gerak itu dilakukan. Oleh karena itu, kemampuan verbal-kognitif sangat mendominasi tahapan ini.

(2) Tahapan Gerak (*Motorik*)

Pada tahapan/fase ini fokusnya adalah membentuk organisasi pola gerak yang lebih efektif dan efisien dalam menghasilkan gerakan.Biasanya yang harus dikuasai peserta didik pertama kali adalah kontrol dan konsistensi sikap berdiri serta rasa percaya diri.

(3) Tahapan Otomatisasi

Pada tahapan/fase ini peserta didik banyak melakukan latihan, secara berangsur-angsur dan *continui* memasuki tahapan otomatisasi. Disini *motor* progam sudah berkembang dengan baik dan dapat mengontrol gerak dalam waktu yang singkat. Peserta didik sudah menjadi lebih terampil dan ahli dan pada setiap gerakan yang dilakukan lebih efektif dan efisien.Bahkan untuk suatu keterampilan olahraga tertentu nampak dilakukan dengan gerakan yang rileks dan mantap. Setiap pembelajaran gerak pada umumnya memiliki harapan dengan munculnya hasil tertentu, hasil tersebut biasanya adalah berupa penguasaan keterampilan.Keterampilan seseorang akan tergambarkan dalam kemampuannya menyelesaikan tugas gerak tertentu dan akan terlihat mutunya

dari seberapa jauh orang tersebut mampu menampilkan tugas yang diberikan dengan tingkat keberhasilan tertentu.

Menurut pernyataan di atas, jadi dapat disimpul bahwa dalam belajar gerak memiliki tahapan-tahapan, dimana tahapan itu memiliki karakteristik dan pemahaman yang berbeda sehingga belajar gerak itupun dapat dipengaruhi oleh berbagai bentuk latihan, pengalaman, atau situasi belajar pada gerak manusia.

2.2.2 Aktifitas Jasmani Sebagai Perilaku Gerak

Menurut Adang Suherman (2000:27-33) berdasarkan perilaku gerak, aktifitas jasmani dapat diklasifikasikan/kelompokan menjadi tujuh klasifikasi dalam susunan yang merentang dari aspek dasar hingga aspek yang kompleks (rumit). Masing-masing aspek tidak bisa dipisahkan satu sama lain secara jelas, akan tetapi satu sama lain tersebut akan saling mendukung. Tujuh dari klasifikasi/kelompok tersebut diantaranya meliputi sebagai berikut:

1) Persyaratan *Antropometrik*

da dua macam persyaratan penting untuk bisa melakukan gerak,yaitu;

(1) *Endogenous,* yaitu parameter-parameter yang berkaitan dengan aspek fisiologis, misalnya denyut nadi, temperature tubuh, dan tekanan darah.

(2) *Exogenous*, yaitu parameter yang berhubungan dengan aspek produk bentuk tubuh, misalnya tinggi badan, berat badan, panjang langkah, dan postur tubuh.

2) Kemampuan sensorik

Kemampuan sensorik mempunyai peranan/fungsi yang sangat penting dalam melakukan gerak, karena gerak pada dasarnya merupakan penjelmaan *sensory input* dan *sensory output*. Terdapat empat *receptor* penerima informasi di dalam tubuh, yaitu sebagai berikut:

(1) *Telereceptor,* Berfungsi untuk menerima informasi dari luar badan.

(2) *Exteroreceptor,* Berfungsi untuk menerima informasi dari kulit.

(3) *Interoreceptor,* Berfungsi untuk menerima informasi dari dalam tubuh.

(4) *Propioreceptor,* Berfungsi untuk menerima informasi dari postur dan alat gerak.

Keempat jenis/macam receptor penerima informasi di dalam tubuh ini sangat memegang peranan/fungsi yangsangat penting dalam melakukan aktifitas fisik.

3) Kemampuan Kondisi

Kemampuan kondisi fisik atau disebut juga kesegaran jasmani merupakan karakteristik kondisi untuk dapat melakukan aktifitas fisik. Komponen utama kemampuan kondisi fisik diantaranya adalah: daya ledak, kekuatan, fleksibilitas, dan kecepatan.

4) Kemampuan Koordinasi

Secara umum koordinasi diartikan sebagai kerjasama dari prosedur atau sesuatu yang berbeda. Secara fisiologis koordinasi sering diartikan sebagai kerjasama dari sistem saraf pusat dengan otot yang kemudian menghasilkan tenaga baik *inter* atau *intra-musculer*.

Sehubungan dengan itu, koordinasi terikat erat dengan stimulus atau rangsangan sensor visual. Komponen koordinasi antara lain meliputi keseimbangan, kemampuan kondisi gerak, kelincahan, dan kemampuan reaksi.

5) Pengalaman Fisik (*Body Experiences*)

Pengalaman fisik maksudnya adalah keseluruhan pengalaman yang dialami secara fisik akan tetapi berpengaruh terhadap aspek kognitif, afektif, dan psikomotor yang disadari atau tidak selama kehidupannya baik secara individu

ataupun kelompok. Beberapa pengalaman tersebut antara lain; rutinitas kerja,harian, dan waktu senggang.

6) Keterampilan Gerak Teknis

Kemampuan gerak teknis terkait langsung dengan kemampuan teknik gerak dalam cabang olahraga seperti; sepak bola, basket, renang.Klasifikasi kemampuan teknik setiap cabang olahraga sangat beragam tergantung dari sudut pandang masing-masing.Keragaman ini menunjukan bahwa klasifikasi keterampilan gerak teknik olahraga sangat beragam tergantung dari dasar pandangan masing-masing.

7) Keterampilan Gerak Taktis

Taktik dapat diartikan sebagai penggunaan keterampilan gerak teknis secara optimal dan efektif agar dapat membuahkan hasil yang sesuai dengan tujuan utama cabang olahraganya. Meskipun keterampilan gerak taktis didasarkan pada kombinasi faktor kognitif dan motorik, namun pada akhirnya taktis sering disadari sebagai pola gerak.

2.3 Karakteristik Perkembangan Gerak Anak Remaja (*Adolesensi*)

2.3.1 Ukuran dan Bentuk Tubuh Anak Remaja (Adolesensi)

Masa remaja (*adolesensi*) merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa ini berlangsung antara umur 12 sampai 18 tahun. *Adolesensi* dimulai dengan percepatan rata-rata pertumbuhan sebelum mencapai kematangan seksual, kemudian timbul fase perlambatan, dan berhenti setelah tidak terjadi pertumbuhan lagi, yaitu setelah mencapai masa dewasa.

Perbedaan ukuran badan untuk kedua jenis kelamin pada masa sebelum *adolesensi* adalah kecil, meskipun kecenderungan anak laki-laki sedikit lebih tinggi dan lebih berat dibandingkan anak perempuan. Sedangkan pada

awal masa *adolesensi* anak-anak perempuan lebih tinggi dan lebih berat dari anak laki-laki. Akan tetapi keadaan tersebut tidak terlalu lama setelah perubahan yang cepat terjadi pada anak laki-laki pada masa *adolesensi*. Anak laki-laki mengejar dan mengungguli tinggi dan berat badan anak perempuan, ukuran-ukuran yang lain, seperti tinggi togok, panjang tungkai, lebar bahu, lebar pinggul, ukuran lengan dan sebagainya mengikuti pertumbuhan tinggi dan berat badan yang berlangsung dengan cepat. Pada masa *adolesensi* antara laki-laki dengan perempuan makin jelas perbedaan ukuran dan bentuk tubuhnya.

Perubahan fisik selama *adolesensi* menunjukkan beberapa indikasi terhadap komposisi tubuh. Perubahan komposisi selama masa *adolesensi* terutama bervariasi pada sumbu kegemukan dan kekurusan. Anak laki-laki meningkat ke arah bentuk ramping dan berotot terutama pada anggota badan, sedangkan anak perempuan meningkat ke arah keduanya, ke arah bentuk ramping dan gemuk. Peningkatan tersebut untuk anak laki-laki berlangsung dengan cepat terutama menjelang dewasa, sedangkan untuk anak perempuan berlangsung secara bertahap (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:138).

2.3.2 Perkembangan Gerak Anak Remaja (Adolesensi)

Perubahan-perubahan dalam penampilan motorik pada masa *adolesensi* cenderung mengikuti perubahan-perubahan dalam ukuran badan, kekuatan dan fungsi fisiologis. Perbedaan-perbedaan dalam penampilan keterampilan motorik dasar antara kedua jenis kelamin semakin meningkat. Anak laki-laki menunjukkan peningkatan yang terus berlangsung, sedangkan anak perempuan menunjukkan peningkatan yang tidak berarti, bahkan menurun setelah umur menstruasi. Peningkatan koordinasi pada anak laki-laki terus

berlangsung sejalan dengan bertambahnya umur kronologis, sedangkan anak perempuan sudah tidak berkembang lagi sesudah umur 14 tahun.

Masa kanak-kanak merupakan waktu untuk belajar keterampilan dasar, sedangkan masa *adolesensi* adalah waktu yang digunakan untuk penyempurnaan dan penghalusan serta mempelajari berbagai macam variasi keterampilan motorik. Akan tetapi pada kenyataannya banyak anak-anak yang tidak memperoleh kesempatan untuk mempelajari keterampilan dasar sampai masa *adolesensi* (Sugiyanto dan Sudjarwo, 1993:147).

Anak-anak pada masa *adolesensi* kurang memiliki kemampuan atau keterampilan motorik dasar, maka perlu memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

a) Harus diadakan penilaian untuk mengidentifikasi anak-anak yang mengalami kesulitan.
b) Setelah identifikasi anak-anak ditentukan seterusnya mereka dikelompokkan sesuai dengan kemampuan motorik yang dimiliki.
c) Jangan melakukan evaluasi terhadap kuantitas penampilan mereka, tetapi lebih baik diarahkan untuk membantu mereka meningkatkan kualitas penampilannya.
d) Membantu mereka untuk mengerti dan menyadari terhadap pembentukan dengan cara-cara yang salah akan lebih baik daripada melanjutkan yang sudah benar.

2.4 Permainan dan Modifikasi

2.4.1 Pengertian Permainan

Menurut Sukintaka (1992:11), permainan merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam pendidikan jasmani. Oleh sebab itu permainan atau bermain mempuyai tugas dan tujuan yang sama dengan tugas dan tujuan pendidikan

jasmani. Kalau anak diberikan permainan dalam rangka pendidikan jasmani, maka anak akan melakukan permainan itu dengan rasa senang. Karena rasa senang itulah maka anak akan mengungkapkan keadaan pribadinya yang asli saat mereka bermain baik berupa watak asli, maupun kebiasaan yang telah membentuk kepribadiaannya. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa dengan bermain orang dapat mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia dalam bentuk gerak, sikap, prilaku serta dapat meningkatkan kualitas anak sesuai denganaspek pribadi manusia.

2.4.2 Bermain

Menurut Yudha M. Saputra (2004:6) adalah suatu kegiatan yang menyenangkan dan menggembirakan. Kegiatan bermain sangat disukai oleh para siswa atau peserta didik. Bermain yang dilakukan secara tertata dan terprogram, mempuyai manfaat dan pengaruh yang besar bagi perkembangan siswa atau peserta didik. Bermain dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk siswa atau peserta didik. Pengalaman itu bisa berupa membina dan menjalin hubungan dengan sesama teman dan menyalurkan perasaan yang tertekan.

Menurut Sukintaka (1992:7) menyatakan bahwa sifat bermain adalah sebagai berikut;

(1) Bermain merupakan aktivitas yang dilakukan dengan sukarela atas dasar rasa senang.

(2) Bermain dengan rasa senang akan menimbulkan aktivitas yang dilakukan secara spontan.

(3) Bermain dengan rasa senang untuk memperoleh kesenangan menimbulkan kesadaran agar bermain dengan baik dan perlu berlatih,

kadang-kadang memerlukan kerja sama dengan teman, menghormati lawan, mengetahuai kemampuan teman, patuh pada peraturan, dan mengetahui kemampuan dirinya sendiri.

2.4.3 Manfaat bermain bagi Siswa

1) Aspek Kognitif

(1) Siswa mengetahui dan memahami modifikasi permainanformula 1 dengan media peluru kargel.

(2) Siswa dapat menjelaskan bagaimana cara bermain modifikasi perminan formula 1 dengan media peluru kargel.

(3) Siswa memahami aturan bermain.

2) Aspek Afektif

(1) Siswa disiplin menaati peraturan permainan.

(2) Kerja sama.

(3) Sportif.

(4) Sikap pantang menyerah.

3) Aspek Psikomotorik

(1) Lokomotor yaitu kemampuan untuk bergerak dari suatu tempat ke tempat lain (jalan, lari, melompat, meluncur). Dalam permainan ini gerak lokomotornya adalah meluncur.

(2) Non lokomotor yaitu pola gerak yang dilakukan di tempat (berayun, menolak, menarik, menekuk, meregang, memutar). Dalam permainan ini gerak non lokomotornya adalah memutar.

(3) Manipulatif yaitu gerakan yang dilakukan karena adanya objek yang perlu digerakkan (melempar/menolak, memukul, menangkap,

menendang). Dalam permainan ini gerak manipulatifnya adalah melempar/menolak dan menangkap.

2.4.4 Tahapan Belajar Permainan

Tahapan pembelajaran pada awalnya melibatkan aktivitas pembelajaran yang lebih menekankan pada penguasaan skill. Selanjutnya, aktivitas pembelajaran tersebut ditingkatkan hingga mencerminkan tingkat komfleksitas dan kesulitan permainan dari yang tingkat sederhana sampai ke tingkat yang lebih komfleks. Menurut Rink (1993) dalam Yoyo Bahagia (2000:36) mengembangkan tahapan belajar keterampilan bermain ke dalam empat tahap, antara lain;

(1) Tahap satu memelihara dan meningkatkan skill secara terpisah.

(2) Tahap dua mengkombinasikan dua atau lebih skill secara terkoordinasi

(3) Tahap tiga belajar dasar-dasar strategi ofensif dan defensive.

(4) Tahap empat melakukan permainan dan olahraga team dengan menggunakan strategi dan aturan yang komfleks termasuk belajar melakukan peran individu secara khusus dalam sebuah team.

2.5 Modifikasi

Menurut Yoyo Bahagia dan Adang Suherman (2000:1) modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan *Developmentally Appropriate Practice* (DAP). DAP artinya bahwa tugas ajar yang disampaikan harus memperhatikan perubahan kemampuan atau kondisi anak, dan dapat membantu mendorong kearah perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan dan tingkat kematangan anak didik yang yang

diajarnya. Perkembangan atau kematangan yang dimaksud mencakup fisik, psikis, maupun keterampilannya.

Tidak proporsionalnya sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah, menuntut seorang guru pendidikan jasmani untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan sarana dan prasarana yang dikembangkan. Seorang guru pendidikan jasmani yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara semenarik mungkin, sehingga anak didik akan merasa senang mengikuti pelajaran penjas yang diberikan. Dengan antusiasme tinggi siswa dalam mengikuti pembelajaran, maka akan meningkatkan hasil belajarnya.

2.5.1 Prinsip Dasar Pengembangan Modifikasi Permainan

Menurut Yoyo Bahagia dan Adang Suherman (2000:31) dalam struktur modifikasi permainan olahraga, pembelajaran dapat dimodifikasi dengan cara mengurangi struktur permainan yang sebenarnya hingga pembelajaran strategi dasar bermain dapat diterima dengan relative mudah oleh siswanya. Pengurangan struktur permainan untuk belajar permainan olahraga pada dasarnya sama dengan pengurangan struktur untuk belajar skill. Perbedaannya pembelajaran *skill* lebih ditekankankan pada penguasaan *skill* sementara pembelajaran permainan lebih menekankan pada penguasaan strategi permainan. Pengurangan struktur permainan ini dapat dilakukan terhadap beberapa faktor yaitu : 1) Ukuran lapangan, 2) Jenis skill yang digunakan, 3) Aturan, 4) Jumlah pemain, 5) Organisasi pemain, 6) Tujuan permainan.

2.6 Pembelajaran Atletik

Atletik merupakan istilah yang sudah dialih bahasakan dari berbagai istilah sebelumnya. Sebenarnya, istilah atletik berasal dari bahasa Yunani yaitu ***"Athlon"*** yang memiliki makna bertanding dan berrlomba. Istilah *athlon* hingga saat ini masih sering digunakan seperti yang kita dengar kata ***"Pentathlon"*** atau ***"Decathlon".*** *Pentathlon* memiliki makna panca lomba, meliputi lima jenis lomba, sedangkan *decathlon* adalah dasa lomba, meliputi sepuluh jenis lomba.

Isrtilah atletik yang digunakan indonesia saat ini diambil dari bahasa inggris yaitu *Athletic* yang berarti cabang olahraga yang meliputi jalan, lari, lompat, dan lempar. Sementara di Amerika Serikat, istilah *athletic* berarti oalahraga pertandingan, dan istilah untuk menyebut atletik adalah *track and field.* Di jerman, istilah atletik diberi makna yang lebih luas lagi yaitu berbagai cabang olahraga yang bersifat perlombaan atau pertanndingan, termasuk cabang olahraga renang, bola basket, tenis, sepakbola, senam, dan lain-lain. Berdasarkan uraian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa atletik merupakan kegiatan manusia sehari-hari yang dapat dikembangkan menjadi kegiatan bermain dan berolahraga yang diperlombakan dalam bentuk jalan, lari, lompat dan lempar (Yudha M. Saputra, 2004:1-2).

Menurut Mochamad Djumidar A. Widya (2004) dalam bukunya Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain, menyebutkan bahwa atletik adalah salah satu unsur dari Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang merupakan komponen-komponen pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani serta pembinaan hidup sehat dan pengembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang.

2.6.1 Pentingnya Atletik Bagi Siswa SMP

Atletik dapat menjadi salah satu kegiatan primadona dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani di SMP. Dalam setiap kegiatan pendidikan jasmani, guru dapat menggunakan unsur atletik sebagai pembuka, inti, atau penutup kegiatan belajar mengajar. Dengan demikian atletik memiliki nilai lebih khususnya dalam pembentukan kwalitas fisik-psikis siswa agar lebih berkembang.

Perlu disadari benar oleh para guru penjas bahwa siswa SMP berbeda pada tahap pencarian jati diri, mereka selalu mencari sesuatu yang baru, termasuk dalam pembelajaran atletik. Siswa SMP berada satu tahap kemampuannya di atas siswa SD. Dengan ciri seperti itu, guru harus pula memperlakukan mereka secara berbeda dengan siswa SD. Meskipun materi yang diberikan sama, namun dalam hal model penyampaian dan tingkat kesulitan harus berbeda. Jadi unsur pentahapan dan pengembangan sekuesi tugas gerak merupakan unsur penting dalam perencanaan pembelajaran.

Sebenarnya dalam pembelajaran atletik tidak dibutuhkan peralatan yang mutakhir. Dengan peralatan yang sederhanapun pembelajaran itu bias berlangsung untuk mencapai tujuan. Guru berpesan untuk memanfaatkan berbagai fasilitas yang ada di lingkungan sekolah dan sumber belajar yang digunakanpun, cukup dengan alat yang dapat dimodifikasi guru atau siswa, secara bersama-sama (Yudha M. Saputra, 2004: 13-14)

Jadi dari pernyataan di atas dapat disimpulkan, bahwa untuk menyalurkan kegiatan siswa dalam atletik diperlukan pengembangan atletik yang memiliki unsur permainan dan kompetisi. Unsur ini menjadi bagian dari proses pembelajaran. Apabila guru mampu merancang tugas ajar secara apik dalam

proses pembelajaran, pengalaman itu dapat membantu siswa untuk mengerti dan mencintai atletik.

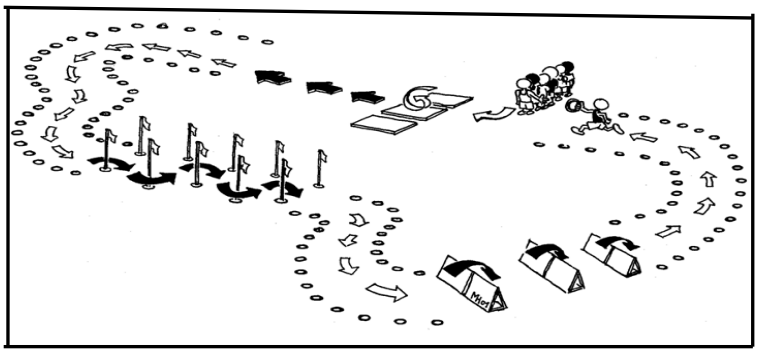
2.7 Karakteristik Permainan Formula 1

Menurut Charles Gozzoli, et. al dalam bukunya *A Team Event for Chlidren* mengemukakan bahwa,

“ The Formula- One is a team event in which each team member has to complete the full course. Up to six teams can compete at the same tinme on one course. The distance is about 60 m or 80 m long and is divided into one area each for flat sprinting, for sprinting over hurdles and for sprinting around slalom poles (see figure). A soft ring is used as the relay baton. Each participant has to start with a forward roll on the tumble mat.”

Terjemahan bebas dari pendapat Charles: “ Formula 1 merupakan event tim dimana setiap anggota tim harus menyelesaikan penuh event tersebut. Sampai dengan enam tim bisa bersaing pada waktu yang sama pada satu program. (Charles Gozzoli dalam skripsi Inawanti Nugraheni, 2006:17).

Panjang jaraknya lintasan 60 m sampai 80 m dan dibagi menjadi satu daerah masing-masing untuk berlari sprint, untuk berlari sambil melompati rintangan, dan untuk berlari menghindari tiang slalom (bendera). Sebuah cincin lunak digunakan sebagai tongkat estafet. Setiap peserta harus dimulai dengan guling depan di matras.



Gambar 1. Permainan Lari Formula 1
(Charles Gozzoli, et. all, dalam skripsi Inawanti Nugraheni, 2006:17)

2.7.1 Peraturan Permainan

2.7.1.1 Skoring (Penilaian)

Peringat dievaluasi menurut waktu: tim pemenang menjadi satu dengan waktu yang terbaik. Tim berikutnya adalah peringkat menurut waktu penyelesaian mereka.

2.7.1.2 Asisten

Untuk setiap daerah (rintangan, slalom) paling sedikit dua asisten diminta untuk mengatur peralatan dengan benar. Selain petugas tim, dua asisen tambahan diperlukan untuk melayani sebagai hakim zona tukar. Satu orang juga perlu menjadi starter.

Akhirnya, ada kebutuhan untuk memiliki banyak timekeeper karena ada tim yang bersaing dipermainan ini. Timekeeper juga bertanggung jawab untuk mencatat skor pada kartu acara. Berikut ini merupakan deskriptif permainan formula 1:

2.7.1.3 Sprint, Gawang dan Slalom

Deskripsi : Estafet dengan kombinasi spint, gawang dan slalom

Nama Lomba : Formula 1

Prosedur :

(a) Keliling lintasan sekitar 80 meter yang dibagi menjadi area lari/ sprint, lari gawang, dan slalom.

(b) Gelang estafet digunakan sebagai alat perpindahan.

(c) Setiap peserta harus mulai dengan roll depan atau samping di atas matras.

(d) Setiap peserta harus melakukan lintasan secara lengkap dan memberikan gelang kepada peserta selanjutnya.

(e) Sekali start dapat dilakukan sampai enam tim bersama.

Penilaian

(f) Rangking dilakukan berdasarkan waktu yang dicatat setiap tim.

(g) Demikian juga dengan grup- grup selanjutnya, sesuai dengan rangking waktu.

Peralatan:

(a) 9 buah gawang

(b) 10 buah tongkat/ tiang slalom (jarak 1 meter tiap tiang)

(c) 3 buah busa/ matras

(d) Sekitar 30 kerucut/ tanda

(e) 1 buah stopwach

(f) 1 buah kartu lomba

2.8 Model Pengembangan Pembelajaran Atletik Melalui Modifikasi Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

Modifikasi permainan atletik merupakan salah satu upaya yang harus diwujudkan dalam pembelajaran terutama bagi anak sekolah menengah pertama

(SMP). Karena dengan modifikasi anak akan lebih aktif dan senang tanpa merasa bosan ketika mengikuti pembelajaran atletik.

2.8.1 Karakteristik Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* merupakan pengembangan dari perminan Formula 1 pada atletik kid's yang merupakan penggabungan dari beberapa gerak dasar pada olahraga atletik yaitu lari, lompat, dan lempar.

Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini memiliki lapangan berupa lintasan lurus yang panjangnya 40-45 m dan lebar masing-masing lintasan adalah 3 m yang dibagi menjadi dua lintasan. Permainan ini dibagi menjadi satu daerah yang terdiri dari tiga pos, yang masing-masing posnya terdapat rintangan yang berbeda dimana para pelari harus melewatinya. Rintangan itu berupa guling di atas materas, lari zig-zag melewati tiang slalom, berlari melompati rintangan, menolak peluru modifikasi melewati mistar, lari sprint kembali ke start.

Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dimainkan dengan cara beregu atau tim, satu tim terdiri dari 5 siswa/peserta didik. Dimana para pelari saling berlomba mencapai point tertinggi.

2.8.2 Cara Bermain Formula 1 (Run, Jump, Throw)

Permainan ini dimainkan dalam bentuk regu atau team, masing- masing team terdapat 5 siswa/ peserta didik. Kelima peserta didik ini berbaris berbanjar ke belakang di belakang garis start. Permainan ini dimainkan dengan sistem perlombaan atau sistem kompetitif. Kelima pelari ini melakukan satu persatu-satu bergantian dari garis start sampai garis finish. Sistematika permianan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah sebagai berikut :

Pelari pertama melakukan start, pada pos pertama pelari melakukan roll depan setelah itu melakukan tolakan dengan posisi berdiri ke arah depan dengan

peluru modifikasi yang sudah tersedia pada garis tolakan pos pertama. Kemudian siswa itu lari dengan jarak 7 m ke depan masuk menuju ke pos II, sebelum melakukan tolakan berikutnya di dalam pos II terdapat rintangan berupa ban-ban lompatan, pelari harus melompati ban-ban tersebut sebanyak tiga kali dengan menggunakan kedua kakinya. Sesampainya pada garis pergantingan rintangan, pelari menjumpai rintangan slalom yang harus dilewati pelari. Rintangan slalom berupa bendera berbaris yang jarak antar benderanya adalah 1 m dengan tinggi kurang lebih 1,5 m, pelari harus menghindarinya dengan lari zig-zag sebanyak empat kali. Setelah sampai pada garis tolakan, pelari mengambil peluru modifikasi (kargel) yang sudah tersedia untuk kemudian ditolakan ke depan dengan gaya menyamping tanpa awalan yang jaraknya kira-kira 7 m dengan melewatkan peluru di atas mistar yang tingginya 3 m.

Setelah selesai menolak, pelari tersebut lari ke depan sejauh 7 m untuk menuju pos terakhir yaitu pos III, sebelum pelari melakukan tolakan berikutnya di dalam pos ketiga ini terdapat rintangan yang harus dilalui yaitu rintangan corong lompatan. Rintangan corong lompatan merupakan corong minyak yang berukuran besar yang dibariskan sebanyak tiga buah dengan jarak antar corong 1 m, yang tinnginya kurang lebih 40-45vcm. Sesampainya di garis tolakan pelari tersebut mengambil peluru modifikasi (kargel) yang sudah tersedia, yang kemudian ditolakan ke depan dengan awalan gaya menyamping sejauh-jauhnya dengan mengincar target berupa sasaran bernomor dimana semakin jauh sasaran akan semakin besar pula pointnya.

Setelah melakukan tolakan dan peluru modifikasi (kargel) jatuh di atas tanah, pelari keluar lintasan untuk lari balik ke belakang menuju kembali garis

start untuk memberi tanda kepada temannya (tos/bertepuk tangan) supaya segera berlari melanjutkannya.

2.8.3 Peraturan Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

2.8.3.1 Skoring/ penilaian

Regu atau tim yang dapat dinyatakan menang atau menjadi juara di dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw),* adalah regu atau tim yang paling banyak mendapatkan point. Berikut tabel system penilaian pada Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*.

Tabel 2.2 Sistem Penilaian Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

POS	BERLAKU (POINT 1)	PELANGGARAN (POINT -1)
POS I	1. Melakukan roll depan satu kali dengan tidak keluar dari matras. 2. Melakukan tolakan dengan posisi berdiri dengan tidak melewati batas garis tolakan.	1. Tidak melakukan roll ke depan satu kali. 2. Menolak dengan posisi berdiri melewati batas garis tolakan.
POS II	1. Melakukan lompatan dua kaki di dalam ban. 2. Lari zig-zag menghindari bendera slalom. 3. Melakukan tolakan dengan gaya menyamping tanpa awalan melewati mistar dengan tidak melewati batas garis tolakan.	1. Tidak melakukan lompatan dua kaki di dalam ban. 2. Tidak sesuai urutan dalam melewati bendera slalom. 3. Tolakan tidak melewati mistar dan juga melewati garis batas tolakan.
POS III	1. Melakukan lari sambil melompat dengan satu kaki melewati corong lompatan. 2. Melakukan tolakan dengan gaya menyamping sejauh-jauhnya dengan tidak melewati batas garis tolakan.	1. Tidak melompat melewati corong lompatan dengan satu kaki. 2. Tidak menolak dengan gaya menyamping dan saat menolak melewati batas garis tolakan.

Pada pos III akan mendapat nilai tambahan/bonus apabila pada saat menolak peluru, peluru modifikasi jatuh sesuai dengan angka yang dijatuhinya. Peluru modifikasi jatuh pada angka satu, maka akan mendapat point tambahan satu, angka dua maka akan mendapat point tambahan dua, angka tiga maka akan mendapat point tambahan tiga. Point tambahan ditulis pada kartu eksekutor pos III, yang contohnya terdapat pada tabel 2.3 kartu eksekutor. Bagi regu atau tim yang terlebih dahulu menyelesaikan permainan ini akan ada point/nilai tambahan sebesar lima point.

2.8.3.2 Wasit

Di dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* terdapat tujuh wasit, dimana ketujuh wasit ini memiliki tugas dan wewenang yang berbeda-beda. Pertama wasit kepala yang bertugas sebagai starter yang tugasnya memberangkatkan pelari, dan yang kedua asisten wasit/eksekutor yang tugasnya mencatat nilai dan mempersiapkan alat.

Asisten wasit/eksekutor berjumlah enam orang yang berdiri disetiap posnya, dan setiap pos terdiri dari dua asisten wasit/ eksekutor yang masing-masing mencatat nilai dari para pelari. Eksekutor I untuk penilai pada pos I, Eksekutor II untuk penilai pada pos II, dan Eksekutor III untuk penilai pada pos III. Berikut gambar tabel yang nantinya untuk menilai perolehan point dari para pelari yang dipegang oleh masing-masing asisten wasit/eksekutor.

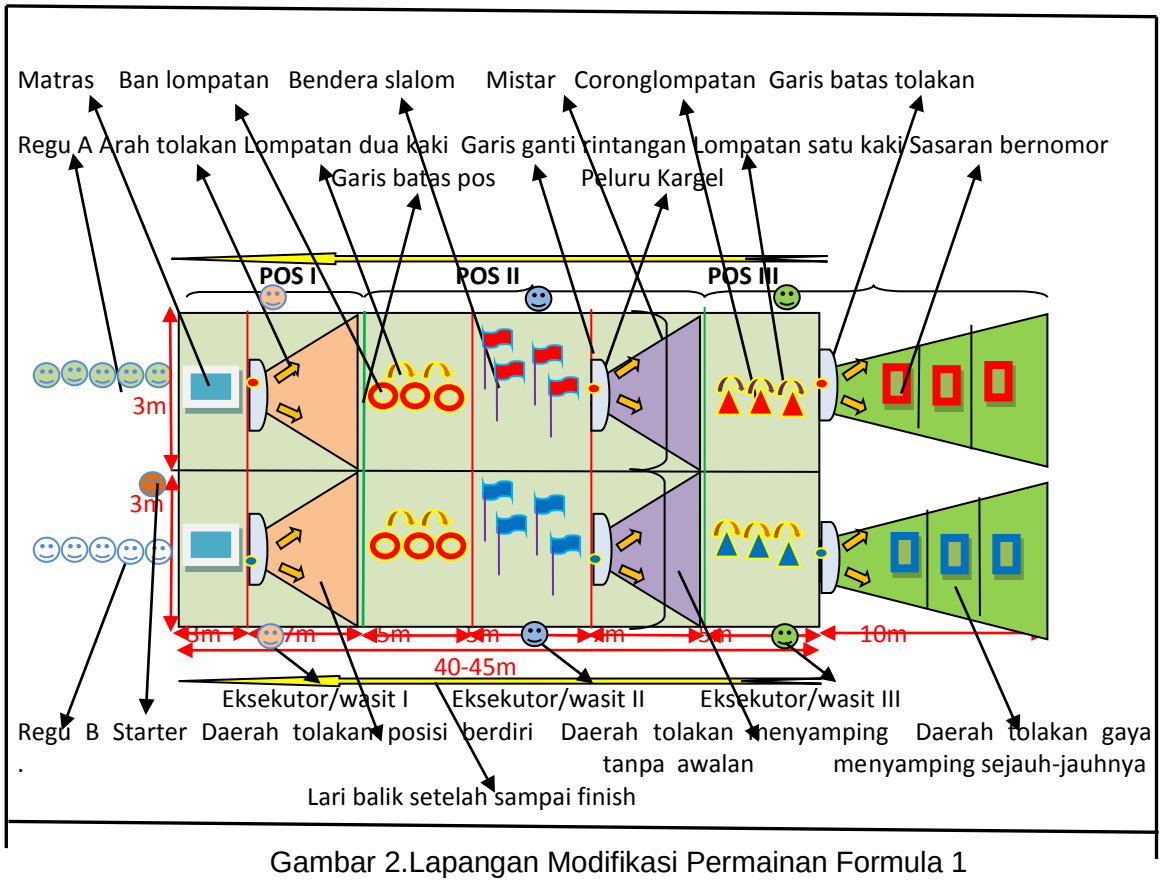
Tabel 2.3 Kartu Penilaian/Eksekutor
Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

	Pos I	Pos II	Pos III	
PELARI	**-1 1**	**- 1 1**	**-1 1**	**NILAI**
PELARI I				
PELARI II				
	JUMLAH AKHIR			

Pemberian nilai dengan cara memberilah tanda centang “V” untuk menandainya. Pada Pos II point ketiga ditulis pada kolom kedua dibawah garis miring. Pada Pos III point tambahan atau bonus ditulis pada kolom kedua dibawah garis miring sesuai angka yang didapat. Bagi regu atau tim yang terlebih dahulu menyelesaikan permainan ini akan ada point/nilai tambahan sebesar lima point.

2.8.4 Sarana dan Prasarana Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

2.8.4.1 Lapangan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

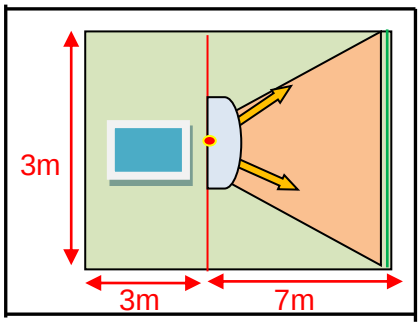


Gambar 2.Lapangan Modifikasi Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dengan media peluru modifikasi

Panjang semua lintasan kira-kira sekitar 40-45 m, lebar lintasan masing-masing 3 m, setiap pos panjangnya adalah 10 m, panjang setiap rintangan adalah 3-5 m sedangkan panjang antara garis tolakan dengan garis pos selanjutnya adalah 7 m. Jumlah ban 3 buah, jaraknya antara 1 m. Tinggi dari bendera slalom adalah 1,5 m, jarak antara bendera slalom adalah 1 m, terdapat 4 bendera slalom yang harus dilalui. Tinggi dari corong lompatan adalah 40-45 cm, jarak antara corong lompatan adalah 1 m, terdapat 3 corong lompatan yang harus dilompati. Tinggi dari mistar/ tali adalah sekitar 3 m. Jarak antar sasaran bernomer 1 m terdapat 3 nomer yang berbeda.

Keterangan :

❖ **Pos I**



Gambar 3. Pos I
Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

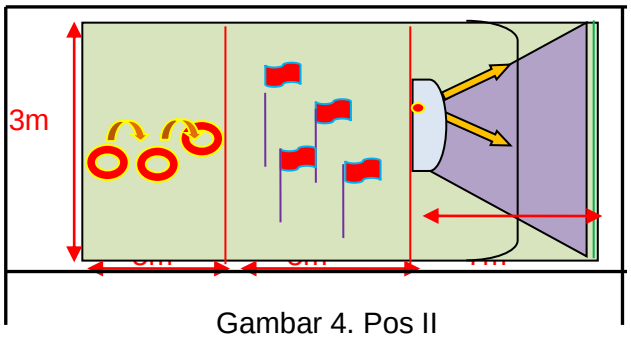
Tugas yang harus dilalui oleh pelari pada pos pertama adalah sebagai berikut :

(1) Melakukan roll ke depan di atas matras.

(2) Mengambil peluru kargel yang sudah tersedia di garis tolakan, kemudian melakukan tolakan ke arah depan dengan posisi berdiri.

(3) Setelah menolak, pelari lari ke depan dengan jarak 7 m menuju pos berikutnya Pos II.

❖ **Pos II**



Gambar 4. Pos II

Tugas yang harus dilalui pelari pada Pos II adalah sebagai berikut :

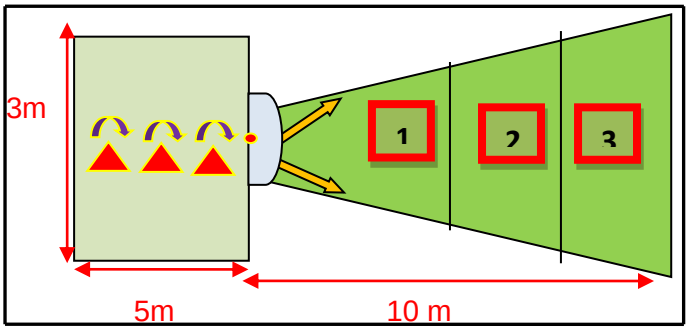
(1) Melompat ke dalam ban menggunakan dua kaki sebanyak tiga kali dengan panjang lintasan 3 m, dengan jarak antar ban kira-kira 1 m.

(2) Pelari lari zig-zag menghindari bendera slalom sebanyak empat kali dengan panjang lintasan 5 m dengan jarak antar bendera slalom 1 m.

(3) Mengambil peluru kargel yang sudah tersedia di garis tolakan, kemudian melakukan tolakan menyamping tanpa awalan melewati mistar setinggi 3 m.

(4) Setelah melakukan tolakan, pelari lari ke depan dengan jarak 7 m menuju ke pos berikutnya Pos III.

❖ **Pos III**



Gambar 5. Pos III
Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

Tugas yang harus dilalui pelari pada Pos III adalah sebagai berikut :

(1) Lari melompati corong lompatan dengan satu kaki sebanyak tiga kali dengan panjang lintasan 5 m dengan jarak antar corong lompatan 1 m.

(2) Mengambil peluru modifikasi (kargel) yang sudah tersedia di garis tolakan, kemudian melakukan tolakan dengan gaya menyamping sejauh-sejauhnya pada sasaran bernomor.

Dimulai pada jarak 3 m yaitu angka 1-3, jarak antar nomor yaitu 2 m, poin nilainya sesuai dengan nomor yang tertera. Apabila tolakan tidak sampai pada nomor yang tertera maka nilainya nol (0)

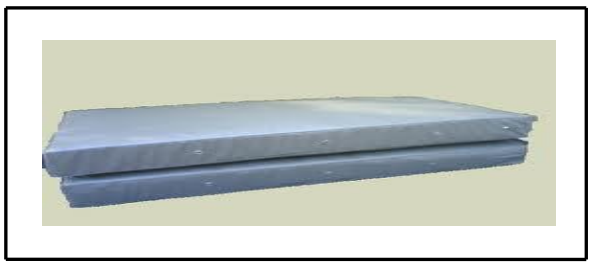
(3) Setelah melakukan tolakan, pelari langsung lari kembali keluar lintasan menuju garis start untuk memberi tanda kepada kawannya (tos/ tepuk tangan) untuk memulai giliran berikutnya.

2.8.4.2 Peluru Modifikasi

Gambar 2.6 Peluru Modifikasi Puteri
Permainan Formula *1 (Run, Jump, Throw)*

Terbuat dari bola plastik tangan mainan, yang diisi oleh pasir dan sedikit kerikil, dan kemudian dililiti karet gelang. Fungsi dari karet gelang itu sendiri selain untuk menambah berat dari peluru/bola itu sendiri tetapi juga sebagai daya tarik untuk siswa atau peserta didik agar tidak takut pada saat menolakannya. Sedangkang berat dari peluru/ bola modifikasi ini kurang lebih 1–1,3 kg.

2.8.4.3 Matras



Gambar 2.7 Matras
Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

Terbuat dari busa tebal, dengan ukuran panjang sekitar 2-3 meter tebal 20 cm. Biasa digunakan untuk olah raga senam lantai, untuk matras yang digunakan dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyak dua buah. Fungsi dari matras pada permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah untuk melakukan gerakan roll depan.

2.8.4.4 Ban Lompatan

Gambar 2.8 BanLompatan
Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

Menggunakan ban bekas motoryang dicat warna biru dan merah dengan diameter 50 cm, dengan tujuan sebagai pembeda antar satu tim dan juga untuk menarik minat siswa atau peserta didik. Ban yang digunakan dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyak enam buah. Fungsi dari ban dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah untuk melakukan lompatan dengan menggunakan dua kaki, dengan tujuan melatih kelincahan kaki pada siswa atau peserta didik.

2.8.4.5 Bendera Slalom

Gambar 2.9 Bendera Slalom
Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

Bendera slalom terbuat dari bambu yang dipotong membentuk tongkat atau tiang dengan tinggi 1-1,5 m. Di ujung atas terdapat klebet/layar bendera yang terbuat dari kertas atau kain berwarna agar menarik. Bendera slalom yang

digunakan dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyak delapan buah bendera slalom. Fungsi bendera slalom dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah untuk melakukan gerakan lari zig-zag dengan tujuan melatih kelincahan dan kecepatan pada siswa atau peserta didik.

2.8.4.6 Corong lompatan

Gambar 2.10 Corong Lompatan Satu Kaki
Permainan Formula *1 (Run, Jump, Throw)*

Lompatan satu kaki menggunakan corong minyak berukuran besar yang terbuat dari plastic dengan tinggi sekitar 40-45 cm. Corongyang digunakan dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyak enam buah dengan tiap-tiap kelompok berjumlah tiga buah dengan warna yang berbeda. Fungsi dari corong ini dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah untuk melakukan gerakan lompatan dengan menggunakan satu kaki, dengan tujuan melatih kelincahan dan kekuatan kaki pada siswa atau peserta didik.

2.8.4.7 Lain- lain (Peluit, kapur, Tali, Kerucut, Meteran)

(a) Peluit untuk tanda mulainya permainan.

(b) Kapur dan tali berguna untuk membuat lintasan.

(c) Kerucut/ pasak sebagai tanda batas.

(d) Meteran untuk mengukur jarak.

2.9 Kerangka Berpikir

Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk

mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengalaman lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistimatis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan termasuk salah satu upaya untuk mewujudkan manusia seutuhnya yang diselenggarakan di sekolah, baik dari jenjang pendidikan dasar sampai menengah.

Materi mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang meliputi; pengalaman mempraktikkan keterampilan dasar permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri atau senam. Aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air), dan pendidikan luar luar kelas *(outdoor)* disajikan untuk membantu siswa agar memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana melakukan gerakan secara aman, efektif dan efisien.

Sesuai dengan kompetensi dasar dan kurikulum pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah menengah pertama, siswa diharapkan mampu mempraktikkan gerakan dasar dari cabang atletik dengan pembelajaran yang dikembangkan dan dimodifikasi.

Pada kenyataannya dalam proses pembelajaran olah raga atletik di sekolah masih bersifat monoton atau tidak ada variatif dan kreatif dari guru serta sarana dan prasarana yang tidak memadai di sekolah. Konsekuensi yang terjadi di lapangan dari pelaksanaan pembelajaran tersebut adalah siswa merasa tidak senang, jenuh, bosan dan kurang aktif bergerak serta memiliki niat belajar yang sangat rendah.

Pengembangan model pembelajaran atletik dengan melalui model modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dengan media peluru modifikasi ini diharapkan mampu membuat anak menjadi aktif bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang menyenangkan dan memberikan adanya minat belajar yang tinggi pada siswa ketika mengikuti pembelajaran atletik di sekolah.

BAB III
METODE PENGEMBANGAN

3.1 Model Pengembangan

Penelitian pengembangan biasanya disebut pengembangan berbasis penelitian (*research-based development*) merupakan jenis penelitian yang sering digunakan dalam pemecahan masalah praktis dalam dunia penelitian.Utamanya penelitian pendidikan dan pembelajaran.Penelitian dan pengembanganatau *Research and Development* (R&D), adalah suatu proses atau langkah-langkah untuk mengembangkan suatu produk yang telah ada (Nana Syaodih Sukmadinata:164)

Pengertian Penelitian pengembangan menurut Brog & Gall (1983) adalah suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan. Langkah-langkah Penelitian dan Pengembangan secara lengkap menurut Borg dan Gall (1989) ada delapan langkah pelaksanaan strategi penelitian pengembangan, yaitu :

1) Penelitian dan pengumpulan data (*research and information*)
2) Perencanaan (*planning*).
3) Pengembangan Draf Produk.
4) Uji coba lapangan awal (Uji coba skala kecil)
5) Revisi Uji coba skala kecil untuk memperbaiki hasil uji coba.
6) Uji coba lapangan skala besar dilakukan melalui angket, wawancara, dan analisis hasil.
7) Penyempurnaan produk akhir (final produk revesion).
   Penyempurnaan didasarkan masukan dari pelaksanaan lapangan.
8) Implementasi (*Implementation*)

Melaporkan hasilnya dalam bentuk pengolahan data kuesioner atau angket.

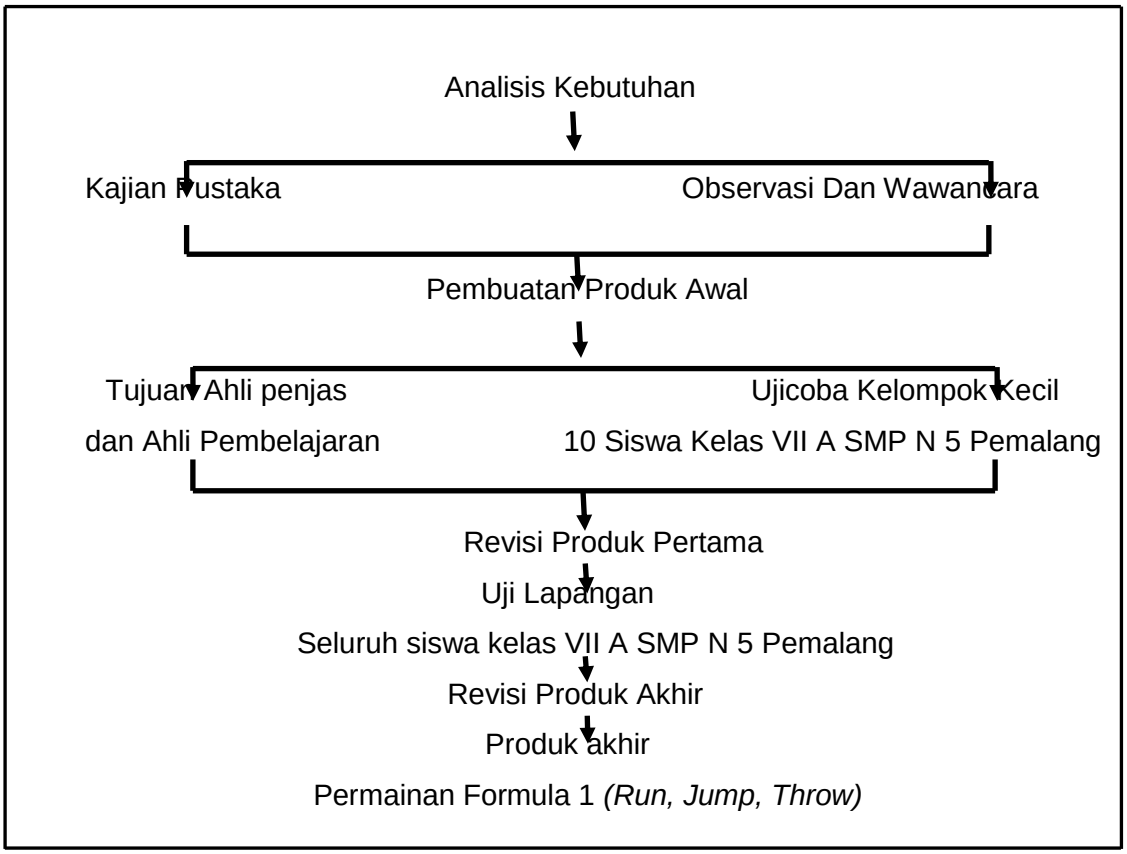
Menurut Borg dan Gall seperti yang dikutip Martin Sudarmono. (2010:79) penelitian dari pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan atau memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan. Selanjutnya disebut bahwa prosedur penelitian dan pengembangan pembelajaran pada dasarnya terdiri dari dua tujuan utama, yaitu : (1) pengembangan produk dan menguji keefektifan produk, (2) menguji keefektifan produk dalam mencapai tujuan. Peneliti mengembangkan pembelajaran atletikdisesuaikan dengan masa pertumbuhan dan perkembangan siswa. Langkah-langkah yang digunakan peneliti untuk memodifikasi pembelajaran atletik melalui ini adalah sebagai berikut :

1) Melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi. Termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka.
2) Mengembangkan bentuk produk awal (berupa peraturan modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw).*
3) Evaluasi para ahli dengan menggunakan tiga ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuesioner dan konsultasi serta evaluasi yang kemudian dianalisis.
4) Revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dan evaluasi ahli dari uji coba kelompok kecil. Revisi ini digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti.
5) Uji lapangan.
6) Revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji lapangan yang telah direvisi sesuai dengan saran dan kritik dari tiga ahli pembelajaran sekaligus kepada para siswa yang melaksanakan uji coba.

7) Hasil akhir modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)*untuk pembelajaran penjasorkes di SMP Negeri 5 Pemalang yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan.

3.2 Prosedur Pengembangan

Modifikasi pembelajaran atletik melalui permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini, dilakukan melalui beberapa tahap. Pada gambar 12 akan disajikan tahap-tahap prosedur pengembangan modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw).*



Garbar 3.11 Prosedur Pengembangan

3.2.1 Analisis Kebutuhan

Analisis kebutuhan merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian ini. Langkah ini bertujuan untuk menentukan apakah pembelajaran

atletik melalui modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini dibutuhkan atau tidak. Pada tahap ini peneliti mengadakan observasi secara langsung di SMP N 5 Pemalang kabupaten Pemalang tentang pelaksanaan olahraga atletik dengan cara pengamatan lapangan tentang sarana prasarana dan aktifitas apa saja yang dilakukan para siswa atau peserta didik.

3.2.2 Pembuatan Produk Awal

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, maka langkah yang selanjutnya adalah pembuatan produk model modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dengan peluru modifikasi. Dapat dilihat pada halaman 35. Peneliti membuat produk berdasarkan kajian pustaka yang kemudian dievaluasi oleh satu ahli penjas yang diwakili oleh Daimah, S.Pd guru penjasorkes SDN 05 Pelutan Kabupaten Pemalang dan dua ahli pembelajaran yang diwakili guru penjasorkes SMP Negeri 5 Pemalang Kabupaten Pemalang, yaitu Sukir, S.Pd, dan Fatchurachman, serta uji coba kelompok kecil.

3.2.3 Revisi Produk Pertama

Setelah uji coba, maka dilakukan revisi produk pertama dari model pengembangan permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* oleh satu ahli penjas yaitu Daimah, S.Pd guru penjasorkes SDN 05 Pelutan Kabupaten Pemalang dan dua ahli pembelajaran yaitu Sukir, S.Pd guru penjasorkes SMP Negeri 5 Pemalang Kabupaten Pemalang, dan Fatchurrachman guru penjasorkes SMP Negeri 5 Pemalang Kabupaten Pemalang. Hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil sebagai perbaikan dari produk yang telah diuji coba.

3.2.4 Uji coba lapangan

Pada tahap ini dilakukan uji lapangan/uji coba kelompok besar terhadap produk yang telah dikembangkan dengan menggunakan subyek uji coba siswa pada salah satu dari kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

3.2.5 Revisi Produk Akhir

Revisi produk dari hasil uji lapangan yang telah diujicobakan pada salah satu kelas dari siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

3.2.6 Hasil Akhir

Hasil akhir produk pengembangan dari uji lapangan yang berupa model pembelajaran atletik melalui modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dengan media peluru modifikasi yang sesuai untuk digunakan dalam pembelajaran atletik pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

3.3 Uji Coba Produk

Pelaksaanaan uji coba produk dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu : (1) menetapkan desain uji coba, (2) menentukan subjek uji coba, (3) menyusun instrumen penyusunan data, dan (4) menetapkan teknik analisis data.

Hasil akhir produk pengembangan dari uji lapangan berupa model pembelajaran atletik melalui modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dengan media peluru modifikasiyang sesuai dengan karakteristik siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang yang telah di revisi oleh oleh satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaranyang diwakili oleh tiga guru penjasorkes. Yaitu Sukir, S.Pd guru penjasorkes SMP N 5 Pemalang Kabupaten Pemalang, Fatchurrachman guru penjasorkes SMP N 5 Pemalang Kabupaten Pemalang, Daimah, S.Pd guru penjasorkes SDN 05 Pelutan Kabupaten Pemalang.

3.3.1 Desain uji coba

Desain uji coba yang dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui tingkat keefektifan dari 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 subjek, produk yang dibuat dievaluasi terlebih dahulu oleh satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran. Variabel yang dievaluasi oleh ahli meliputi fasilitas dan perlengkapan serta cara memenangkan pertandingan, menolak, melompat, dan aktivitas siswa dalam bermain. Untuk menghimpun data dari para ahli digunakan kuisioner. Hasil dari para ahli yang berupa masukan dan saran terhadap produk yang telah dibuat, dipergunakan sebagai acuan dasar pengembangan produk.

3.3.1.2 Uji Coba Kelompok Kecil

Pada tahapan ini produk yang telah direvisi dari hasil evaluasi ahli kemudian diujicobakan kepada 10 siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang Kabupaten Pemalang. Pada uji coba kelompok kecil ini menggunakan sampel secara random karena karakteristik dan tingkat kesegaran jasmani siswa berbeda.

Pertama-tama siswa diberikan penjelasan peraturan modifikasi permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* yang kemudian melakukan uji coba modifikasi permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw).* Setelah selesai melakukan uji coba siswa mengisi kuisioner tentang bermain yang telah dilakukan. Tujuan uji coba kelompok kecil ini adalah untuk mengetahui tanggapan awal dan produk yang dikembangkan.

3.3.1.3 Revisi Produk Pertama

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

3.3.1.4 Uji coba Lapangan

Hasil analisis uji coba kelompok kecil serta revisi produk pertama, selanjutnya dilakukan uji lapangan. Uji lapangan ini dilakukan pada salah satu kelas, yaitu kelas VII A SMP Negeri 5 Pemalang Kabupaten Pemalang. Pertama-tama siswa diberikan penjelasan peraturan modifikasi permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw*) yang telah direvisi yang kemudian melakukan uji coba siswa bermain permintaan Formula 1 *(Run, Jump, Throw).* Setelah selesai melakukan uji coba siswa mengisi kuisioner tentang permainan yang telah dilakukan.

3.3.2 Subjek Coba

Subjek coba pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1) Evaluasi ahli yang terdiri dari tiga guru penjasorkes.

2) Uji coba kelompok kecil yang terdiri dari 10 siswa kelas VII A SMP Negeri 5 Pemalang Kabupaten Pemalang dipilih menggunakan sampel secara random.

3) Uji coba lapangan yang terdiri dari 30 siswa kelas VII A SMP Negeri 5 Pemalang Kabupaten Pemalang dipilih menggunakan sampel secara random.

3.4 Cetak Biru Produk

Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* merupakan pengembangan dari perminan Formula 1 pada atletik kid’s yang merupakan penggabungan dari

beberapa gerak dasar pada olahraga atletik yaitu lari, lompat, dan lempar.

Permainan Formula 1 *(run, Jump, Throw)* ini memiliki lapangan berupa lintasan lurus yang panjangnya 40-45 m dan lebar masing-masing lintasan adalah 3 m yang dibagi menjadi dua lintasan. Permainan ini dibagi menjadi satu daerah yang terdiri dari tiga pos, yang masing-masing posnya terdapat rintangan yang berbeda dimana para pelari harus melewatinya. Rintangan itu berupa guling di atas materas, lari zig-zag melewati tiang slalom, berlari melompati rintangan, menolak peluru modifikasi melewati mistar, lari sprint kembali ke start.

Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dimainkan dengan cara beregu atau tim, satu tim terdiri dari 5 siswa/ peserta didik. Dimana para pelari saling berlomba mencapai point tertinggi.

3.5 Jenis Data

Data yang diperoleh adalalah data kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif diperoleh dari kuesioner siswa sedangkan data kualitatif diperoleh dari hasil wawancara dari ahli pembelajaran penjasorkes yang berupa kritik dan saran sebagai masukan untuk bahan revisi produk.

3.6 Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah berbentuk lembar evaluasi dan kuesioner. Lembar evaluasi digunakan untuk menghimpun data dari para ahli penjas dan ahli pembelajaran. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data dari evaluasi ahli dan uji coba. Alasan memilih kuesioner adalah jumlah subyek yang relatif banyak sehingga data dapat diambil secara serentak dan waktu yang singkat. Kepada ahli dan siswa diberikan kuesioner yang berbeda. Kuesioner ahli dititik beratkan pada produk pertama yang dibuat, sedangkan kuesioner siswa, dititik beratkan pada kenyamanan dalam

menggunakan produk. Yaitu dalam bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw),* apakah siswa dapat bermain dengan sarana prasarana dan peraturan yang berbeda dengan pembelajaran atletik pada umumnya.

Kuesioner yang digunakan untuk ahli berupa sejumlah aspek yang harus dinilai kelayakannya. Faktor yang digunakan dalam kuesioner berupa kualitas model pembelajaranatletik melalui modifikasi permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*, serta komentar dan saran umum jika ada. Rentangan evaluasi mulai dari **"Sangat baik"** sampai dengan **"sangat kurang"** dengan cara memberi tanda "√" pada kolom yang tersedia.

Tabel 3.4 Skor dan keterangan penilaian kualitas model pengembangan

No	Skor kuesioner	Skor rata-rata kuesioner	Keterangan
1	5	4,6 – 5,0	Sangat baik
2	4	3,6 – 4,5	Baik
3	3	2,6 – 3,5	Cukup
4	2	1,6 – 2,5	Kurang
5	1	1,0 – 1,5	Sangat kurang

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

Tabel 3.5 Faktor, indikator dan jumlah butir kuesioner

No	Faktor	Indikator	Skor					Jumlah
			1	2	3	4	5	
1	Kualitas Model	Kualitas produk terhadap standar kompetensi, keaktifan siswa, dan kelayakan untuk diajarkan pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang						15

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

Tabel 3.6 Skor Jawaban Kuesioner “Ya” dan “Tidak”

Alternatif Jawaban	Analisis Positif	Analisis Negatif
Ya	1	0
Tidak	0	1

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

Tabel 3.7 Faktor Indikator, dan Jumlah butir kuesioner untuk siswa

No	Faktor	Indikator	Jumlah
1	Psikomotor	Kemampuan siswa mempraktikan keterapilan gerak dalam model pengembangan atletik melalui modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)*	10
2	Kognitif	Kemampuan siswa mengetahui dan memahami peraturan tentang model pengembangan atletik melaluli modifikasi permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dan manfaat olahraga bagi kesehatan.	10
3	Afektif	Menampilkan sikap dalam bermain model pengembangan atletik melalui modifikasi permainan formula 1*(Run, Jump, Throw) .*	10

3.7 Teknik Analisis data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif presentase. Sedangkan data yang berupa saran dan alasan dalam memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif. Dalam pengolahan data, persentase diperoleh dengan rumus dari Sukirman, dkk (2004:879), yaitu:

$$F = {}^{f}/_{N} \times 100\ \%$$

Keterangan :

F = frekuensi relatif/angka persentase

f = frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = jumlah seluruh data

100% = konstanta

Dari hasil persentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh kesimpulan data. Pada tabel 6 akan disajikan klasifikasi persentase.

Tabel 3.8 Klasifikasi Persentase

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

Sumber : Gilford (dalam Martin Sudarmono, 2010:56)

BAB IV
HASIL PENGEMBANGAN

4.1 Hasil Data Uji Coba

4.1.1 Data Analisis Kebutuhan

Untuk mengetahui permasalahan-permasalahan pembelajaran yang terjadi di lapangan terutama berkaitan dengan proses pembelajaran pendidikan jasmani, 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. Berdasarkan kompetensi penjasorkes saat ini maka perlu adanya pengembangan model pembelajaran penjasorkes yang dikembangkan yang sesuai yaitu pembelajaran yang efektif, kreatif dan menyenangkan, sehingga siswa dalam melaksanakan pembelajaran penjasorkes tidak merasa bosan dan terbebani. Karena olahraga atletik berbeda dengan olahraga permainan lainnya seperti sepakbola, basket, dan lain sebagainya, dimana siswa atau peserta didik kurang menggemari olahraga atletik yang disebabkan pengemasan dalam pembelajarannya kurang menarik. Selain itu, keberadaan sarana dan prasarana di sekolah yang tidak cukup memadahi, jumlah peluru pada tolak peluru yang hanya segelintir salah satu dari sekian banyak keterbatasan yang dimiliki dari pihak sekolah, sehingga perlu diadakannya suatu inovasi dalam sebuah pembelajaran penjasorkes khususnya dalam pembelajaran atletik. Yaitu dengan membuat sebuah produk/model permainan dengan memodifikasi sarana dan prasarana, bentuk, serta peraturan-peraturan permainan. Sehingga dapat menumbuhkan minat dan semangat siswa dalam mengikuti pembelajaran atletik.

Dari masalah yang terjadi dalam proses pembelajaran atletik tersebut, maka peneliti mengambil langkah dalam mengembangkan model pembelajaran permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* yang sesuai bagi siswa SMP. Peneliti mengharapkan produk yang dihasilkan nanti dapat meningkatkan kualitas pembelajaranatletik, pembelajaran menjadi lebih menarik, sesuai dengan karakteristik siswa serta lebih memotivasi siswa untuk aktif terlibat dalam kegiatan pembelajaran yang pada akhirnya hasil belajar yang dicapai siswa dapat optimal. Produk yang dihasilkan juga diharapkan dapat membantu guru Penjas dalam memberikan pembelajaran permainan bola basket lebih bervariasi dengan menggunakan produk yang dihasilkan ini.

4.1.2 Produk Awal Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* merupakan model pengembangan dari perminan Formula 1 pada atletik kid's yang merupakan penggabungan dari beberapa gerak dasar pada olahraga atletik yaitu yang terdiri dari lari, lompat, dan lempar. Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini memiliki lapangan berupa lintasan yang panjangnya 40-45 m dan memiliki lebar masing-masing lintasan adalah 3 m yang dibagi menjadi dua lintasan. Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dimainkan dengan cara beregu atau tim, satu regu/tim terdiri dari 5 orang. Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini dibagi menjadi tiga pos, masing-masing pos terdapat rintangan yang berbeda dimana para pelari harus melewatinya dengan baik.

4.1.2.1 *Cara Bermain Formula 1 (Run, Jump, Throw)*

Permainan ini dimainkan dalam bentuk regu atau team, masing- masing team terdapat lima orang. Kelima orang ini berbaris berbanjar ke belakang di belakang garis start. Permainan ini dimainkan dengan sistem perlombaan atau

sistem kompetitif. Kelima pelari ini melakukan satu persatu-satu bergantian dari garis start sampai garis finish. Sistematika permianan Formula *1 (Run, Jump, Throw)* ini adalah sebagai berikut :

Pelari pertama melakukan start, pada pos pertama pelari melakukan roll depan setelah itu melakukan tolakan dengan posisi berdiri ke arah depan dengan peluru modifikasi yang sudah tersedia pada garis tolakan pos pertama. Kemudian siswa itu lari dengan jarak 7 m ke depan masuk menuju ke pos II, sebelum melakukan tolakan berikutnya di dalam pos II terdapat rintangan berupa ban-ban lompatan, pelari harus melompati ban-ban tersebut sebanyak tiga kali dengan menggunakan kedua kakinya. Sesampainya pada garis pergantingan rintangan, pelari menjumpai rintangan slalom yang harus dilewati pelari. Rintangan slalom berupa bendera berbaris yang jarak antar benderanya adalah 1 m dengan tinggi kurang lebih 1,5 m, pelari harus menghindarinya dengan lari zig-zag sebanyak empat kali. Setelah sampai pada garis tolakan, pelari mengambil peluru modifikasi yang sudah tersedia untuk kemudian ditolakan ke depan dengan gaya menyamping tanpa awalan yang jaraknya kira-kira 7 m dengan melewatkan peluru di atas mistar yang tingginya 3 m.

Setelah selesai menolak, pelari tersebut lari ke depan sejauh 7 m untuk menuju pos terakhir yaitu pos III, sebelum pelari melakukan tolakan berikutnya di dalam pos ketiga ini terdapat rintangan yang harus dilalui yaitu rintangan corong lompatan. Rintangan corong lompatan merupakan corong minyak berukuran besar yang dibariskan sebanyak tiga buah dengan jarak antar corong 1 m, yang tinnginya 40-45 cm. Sesampainya di garis tolakan pelari tersebut mengambil peluru modifikasi yang sudah tersedia, yang kemudian ditolakan ke depan dengan awalan gaya menyamping sejauh-jauhnya dengan mengincar target

berupa sasaran bernomor dimana semakin jauh sasaran akan semakin besar pula pointnya.

Setelah melakukan tolakan dan peluru jatuh di atas tanah, pelari keluar lintasanuntuk lari balik ke belakang menuju kembali garis start untuk memberi tanda kepada temannya (tos/bertepuk tangan) supaya segera berlari melanjutkannya.

4.1.2.2 *Peraturan Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)*

1. Skoring/penilaian

Regu atau tim yang dapat dinyatakan menang atau menjadi juara di dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw),* adalah regu atau tim yang paling banyak mendapatkan point. Berikut tabel system penilaian pada Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*.

Tabel 4.9 Sistem Penelian Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

POS	BERLAKU (POINT 1)	PELANGGARAN (POINT -1)
POS I	1. Melakukan roll depan satu kali dengan tidak keluar dari matras. 2. Melakukan tolakan dengan posisi berdiri dengan tidak melewati batas garis tolakan.	1. Tidak melakukan roll depan satu kali. 2. Menolak dengan posisi berdiri melewati batas garis tolakan.
POS II	1. Melakukan lompatan dua kaki di dalam ban. 2. Lari zig-zag menghindari bendera slalom. 3. Melakukan tolakan dengan gaya menyamping tanpa awalan melewati mistar dengan tidak melewati batas garis tolakan.	1. Tidak melakukan lompatan dua kaki di dalam ban. 2. Tidak sesuai urutan dalam melewati bendera slalom. 3. Tolakan tidak melewati mistar dan juga melewati garis batas tolakan.
POS III	1. Melakukan lari sambil melompat dengan satu kaki melewati gawang lompatan. 2. Melakukan tolakan dengangaya menyamping sejauh-jauhnya dengan tidak melewati batas garis tolakan.	1. Tidak melompat melewati gawang lompatan dengan satu kaki. 2. Peluru kargel keluar jalur tolakan dan saat menolak melewati batas garis tolakan.

Pada pos III akan mendapat nilai tambahan/bonus apabila pada saat menolak peluru, peluru modifikasi jatuh sesuai dengan angka yang dijatuhinya. Peluru modifikasi jatuh pada angka satu, maka akan mendapat point tambahan satu, angka dua maka akan mendapat point tambahan dua, angka tiga maka akan mendapat point tambahan tiga. Point tambahan ditulis pada kartu eksekutor pos III, yang contohnya terdapat pada tabel 2.3 kartu eksekutor.

2. Wasit

Di dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* terdapat tujuh wasit, dimana ketujuh wasit ini memiliki tugas dan wewenang yang berbeda-beda. Pertama wasit kepala yang bertugas sebagai starter yang tugasnya memberangkatkan pelari, dan yang kedua asisten wasit/eksekutor yang tugasnya mencatat nilai dan mempersiapkan alat.

Asisten wasit/eksekutor berjumlah enam orang yang berdiri disetiap posnya, dan setiap pos terdiri dari dua asisten wasit/ eksekutor yang masing-masing mencatat nilai dari para pelari. Eksekutor I untuk penilai pada pos I, Eksekutor II untuk penilai pada pos II, dan Eksekutor III untuk penilai pada pos III. Berikut gambar tabel yang nantinya untuk menilai perolehan point dari para pelari yang dipegang oleh masing-masing asisten wasit/eksekutor.

Tabel 4.10 Kartu Penilaian/Eksekutor Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

PELARI	Pos I		Pos II		Pos III		NILAI
	-1	1	-1	1	-1	1	
PELARI I							
PELARI II							
JUMLAH AKHIR							

Pemberian nilai dengan cara memberilah tanda centang “V” untuk menandainya. Pada Pos II point ketiga ditulis pada kolom kedua dibawah garis miring. Pada Pos III point tambahan atau bonus ditulis pada kolom kedua dibawah garis miring sesuai angka yang didapat.

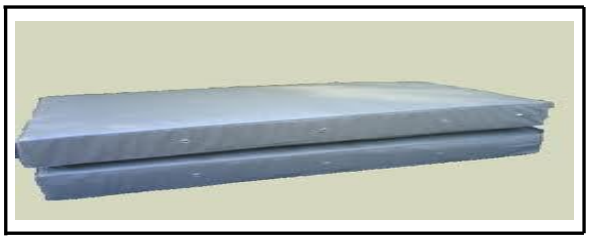
4.1.2.3 Sarana dan Prasarana Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

(1) Peluru Modifikasi

Gambar 4.12 Peluru Modifikasi

Terbuat dari bola plastik tangan mainan, yang diisi oleh pasir dan sedikit kerikil, dan kemudian dililiti karet gelang. Fungsi dari karet gelang itu sendiri selain untuk menambah berat dari peluru/ bola itu sendiri tetapi juga sebagai daya tarik siswa atau peserta didik agar tidak takut pada saat menolakannya. Sedangkan peluru/bola modifikasi memiliki berat kurang lebih 1–1,3 kg.

(2) Matras



Gambar 4.13 Matras

Terbuat dari busa tebal, dengan ukuran panjang sekitar 2-3 m tebal 20 cm. Biasa digunakan untuk olah raga senam lantai. Matras yang digunaka dalam

permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyak dua buah matras. Fungsi dari matras dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini untuk melakukan gerakan roll depan atau mengguling.

(3) Ban Lompatan

Gambar 4.14 Ban Lompatan

Menggunakan ban bekas motor yang dicat warna biru dan merah dengan diameter 50 cm, dengan tujuan sebagai pembeda antar satu tim dan juga untuk menarik minat siswa atau peserta didik. Ban yang digunakan dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyak enam buah. Fungsi dari ban dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah untuk melakukan lompatan dengan menggunakan dua kaki, dengan tujuan melatih kelincahan kaki pada siswa atau peserta didik.

(4) Bendera Slalom

Gambar 4.15 Bendera Slalom

Bendera slalom terbuat dari bambu yang dipotong membentuk tongkat atau tiang dengan tinggi 1-1,5 m. Di ujung atas terdapat klebet/layar bendera yang terbuat dari kertas atau kain berwarna agar menarik. Bendera slalom yang digunakan dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyak delapan buah bendera slalom. Fungsi bendera slalom dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah untuk melakukan gerakan lari zig-zag dengan tujuan melatih kelincahan dan kecepatan pada siswa atau peserta didik.

(5) Corong lompatan

Gambar 4.16 Corong Lompatan Satu Kaki

Lompatan satu kaki menggunakan corong minyak berukuran besar yang terbuat dari plastic dengan tinggi sekitar 40-45 cm. Corong yang digunakan dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyakenam buah dengan tiap-tiap kelompok berjumlah tiga buah dengan warna yang berbeda. Fungsi dari corong ini dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah untuk melakukan gerakan lompatan dengan menggunakan satu kaki, dengan tujuan melatih kelincahan dan kekuatan kaki pada siswa atau peserta didik.

(6) Lain- lain (Peluit, kapur, Tali, Kerucut, Meteran)

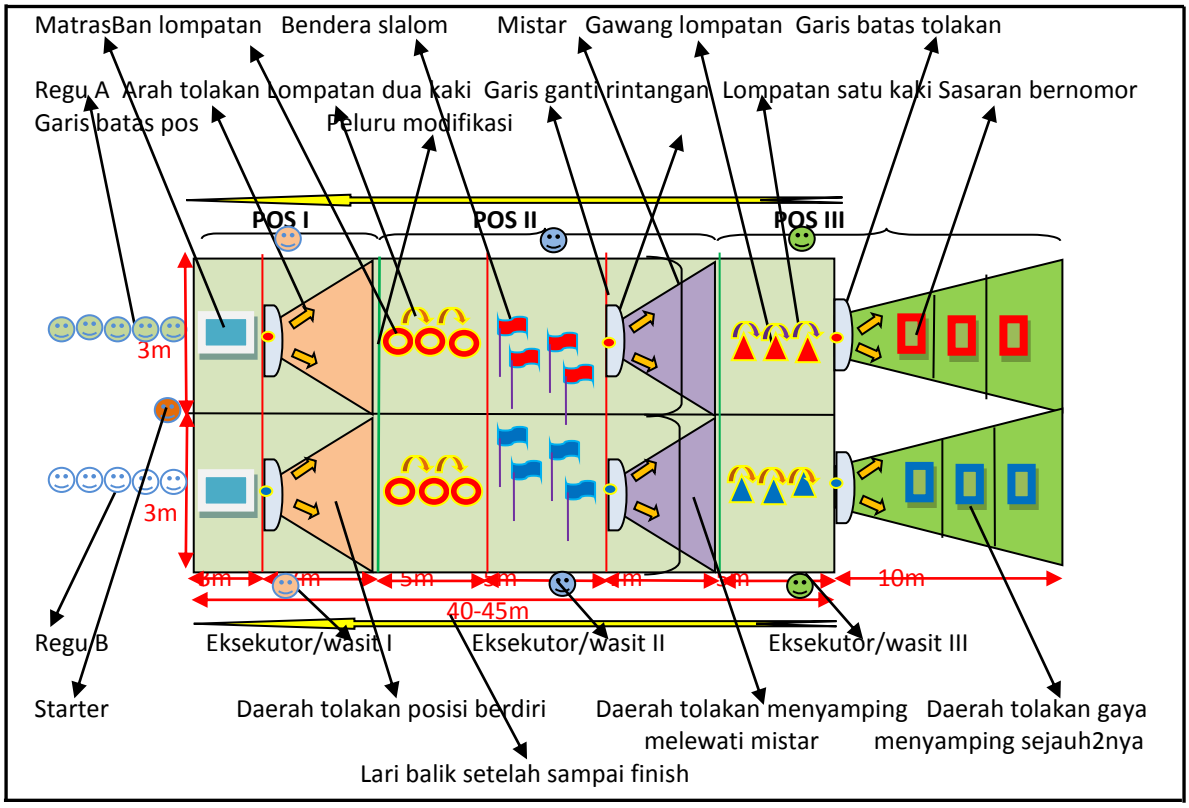
(1) Peluit untuk tanda mulainya permainan.

(2) Kapur dan tali berguna untuk membuat lintasan.

(3) Kerucut/ pasak sebagai tanda batas.

(4) Meteran untuk mengukur jarak.

(7) Lapangan/ Lintasan Permainan

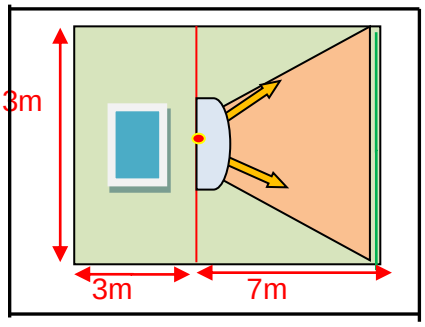


Gambar 4.17 Lapangan/ Lintasan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

Panjang semua lintasan kira- kira sekitar 40 - 45 m, lebar lintasan masing-masing 3 m, setiap pos panjangnya adalah 10 m, panjang setiap rintangan adalah 3-5 m sedangkan panjang antara garis tolakan dengan garis pos selanjutnya adalah 7 m. Jumlah ban tiga buah, jaraknya antara 1 m. Tinggi dari bendera slalom adalah 1,5 m, jarak antara bendera slalom adalah 1 m, terdapat empat bendera slalom yang harus dilalui. Tinggi dari corong lompatan adalah 40-45 cm, jarak antara corong lompatan adalah 1 m, terdapat tiga corong lompatan yang harus dilompati. Tinggi dari mistar/ tali adalah sekitar 3 m. Jarak antar sasaran bernomer 1 m terdapat 3 nomer yang berbeda.

Keterangan :

❖ **Pos I**



Gambar 4.18 Pos I
Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

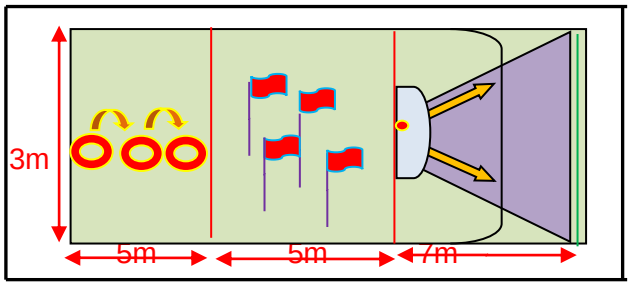
Tugas yang harus dilalui oleh pelari pada pos pertama adalah sebagai berikut :

(1) Melakukan roll ke depan di atas matras.

(2) Mengambil peluru modifikasi yang sudah tersedia di garis tolakan, kemudian melakukan tolakan ke arah depan dengan posisi berdiri.

(3) Setelah menolak, pelari lari ke depan dengan jarak 7 m menuju pos berikutnya Pos II.

❖ **Pos II**

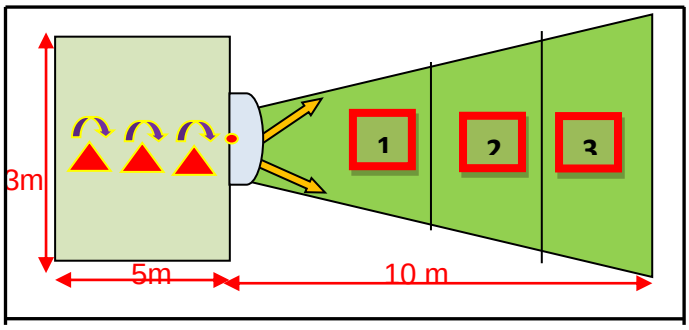


Gambar 4.19 Pos II
Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

Tugas yang harus dilalui pelari pada Pos II adalah sebagai berikut :

1. Melompat ke dalam ban menggunakan dua kaki sebanyak tiga kali dengan panjang lintasan 3 m, dengan jarak antar ban kira-kira 1 m.
2. Pelari lari zig-zag menghindari bendera slalom sebanyak empat kali dengan panjang lintasan 5 m dengan jarak antar bendera slalom 1 m.
3. Mengambil peluru modifikasi yang sudah tersedia di garis tolakan, kemudian melakukan tolakan menyamping tanpa awalan melewati mistar setinggi 3 m.
4. Setelah melakukan tolakan, pelari lari ke depan dengan jarak 7 m menuju ke pos berikutnya Pos III.

❖ **Pos III**



Gambar 4.20 Pos III
Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

Tugas yang harus dilalui pelari pada Pos III adalah sebagai berikut :

(1) Lari melompati corong lompatan dengan satu kaki sebanyak tiga kali dengan panjang lintasan 5 m dengan jarak antar corong lompatan 1 m.

(2) Mengambil peluru modifikasi (kargel) yang sudah tersedia di garis tolakan, kemudian melakukan tolakan dengan gaya menyamping sejauh-sejauhnya pada sasaran bernomor.

Dimulai pada jarak 3 m yaitu angka 1-3, poin nilainya sesuai dengan nomor yang tertera. Apabila tolakan tidak sampai pada nomor yang tertera maka nilainya nol (0)

(3) Setelah melakukan tolakan, pelari langsung lari kembali keluar lintasan menuju garis start untuk memberi tanda kepada kawannya (tos/ tepuk tangan) untuk memulai giliran berikutnya.

4.1.3 Validasi Ahli

4.1.3.1 *Validasi Draf Produk Awal*

Produk awal pengembangan permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* untuk pembelajaran atletik untuk peserta didik SMP, sebelum uji coba skala kecil perlu divalidasi oleh para ahli yang sesuai dengan bidang penelitian ini. Untuk memvalidasi produk yang akan dihasilkan, peneliti melibatkan 1 (satu) orang ahli Penjas yang berasal dari guru penjasorkes dan 2 (dua) orang ahli pembelajaran yang juga berasal dari guru penjasorkes.

Satu ahli Penjas yaitu Daimah, S.Pd dan dua ahli pembelajaran yaitu Sukir, S.Pd, Fatchurrachman dengan kualifikasi: (1) Daimah, S.Pd adalah guru penjasorkes di SDN 05 Pelutan Kecamatan Pemalang, (2) Sukir, S.Pd adalah guru penjasorkes di SMP Negeri 5 Pemalang (3) Fatchurrachman adalah guru Penjasorkes di SMP Negeri 5 pemalang.

Validasi dilakukan dengan cara memberikan draf produk awal permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dengan disertai lembar evaluasi untuk ahli Penjas dan ahli pembelajaran. Lembar evaluasi berupa kuesioner yang berisi aspek kualitas model permainan, saran, serta komentar dari ahli Penjas dan ahli pembelajaran terhadap produk permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw) sebagai media pembelajaran atletik umtuk peserta didik SMP. Hasil evaluasi

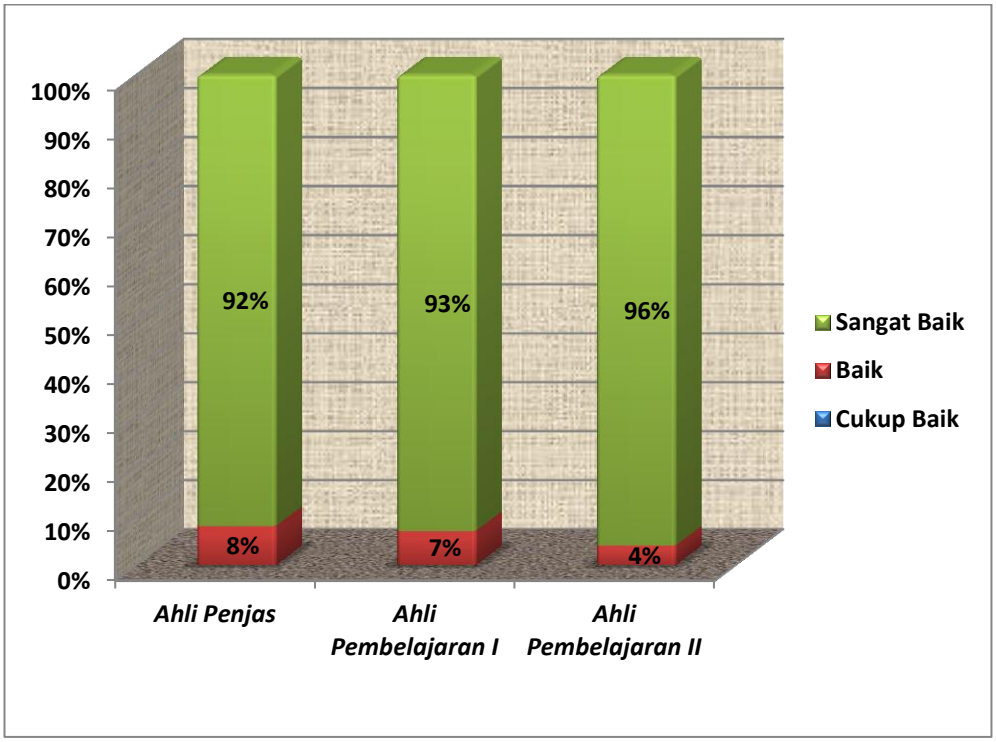
berupa nilai dari aspek kualitas model pembelajaran dengan menggunakan skala 1 sampai 5. Lembar evaluasi atau kuesioner untuk kualitas produk permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw),* dapat dilihat pada lampiran 6 halaman .

4.1.3.2 *Deskripsi Data Validasi Ahli*

Data yang sudah diperoleh dari pengisian lembar evaluasi oleh para ahli, yaitu satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran, merupakan pedoman untuk menyatakan apakah produk model pengembangan permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini dapat digunakan untuk melakukan penelitian uji coba skala kecil dan uji coba lapangan/uji coba skala besar. Berikut ini adalah hasil pengisian lembar evaluasi dari ahli Penjas dan ahli pembelajaran.

Tabel 4.11 Hasil Rata-rata Skor Penilaian Ahli

No	Ahli	Hasil Prosentase skor penilaian
1	Ahli Penjas	92%
2	Ahli Pembelajaran I	93%
3	Ahli Pembelajaran II	96%



Gambar 4.21 Grafik Rekapitulasi Persentase Pengamatan Ahli
(Sumber: Uji Coba Skala Kecil, 2013)

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang dilakukan oleh ahli Penjas dan ahli pembelajaran didapatkan rata-rata lebih dari 4 (empat) atau masuk dalam kategori penilaian **"sangat baik"**. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* bagi siswa kelas VII Sekolah Menengah Pertama (SMP) dapat digunakan untuk uji coba skala kecil. Hasil evaluasi ahli untuk kualitas model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dapat dilihat pada lampiran 5.

Masukan berupa saran dan komentar sangat diperlukan untuk perbaikan produk. Berikut ini adalah masukan dan saran dari ahli Penjas dan ahli pembelajaran:

Tabel 4.12 Saran dan Perbaikan dari Ahli

No	Bagian yang Direvisi	Alasan Direvisi	Saran Perbaikan
1.	Alat Permainan (Peluru modifikasi).	Beratnya kurang memenuhi standar.	Menambahkan berat peluru.
2.	Alat Permainan (Peluru modifikasi).	Antara peluru putera dan puteri berbeda.	Mencari alternatif untuk membuat peluru modifikasi.
3.	Ukuran dan jarak mistar/tali.	Tidak sesuai dengan sudut tolakan.	Sesuaikan dengan sudut tolakan yaitu 45 derajat.
4.	Petunjuk peletakan nomor pada pos III diperjelas.	Jarak awal peletakan nomor dan antar nomor kurang panjang	Jarak awal peletakan dan antar nomor ditambah.
5.	Peraturan permainan (pada saat penentuan pemenang).	Kurang kompetitif	Menambahkan point bagi regu yang terlebih dahulu *finish*.
6.	Peraturan permainan (pada saat gerakan roll depan).	Tidak semua siswa menguasai teknik roll depan, khususnya siswa puteri.	Perturan permainan tentang gerakan roll depan lebih fleksibel.
7.	Peraturan permainan (pada saat gerakan melompat).	Jarak antar rintangan terlalu mepet/dekat.	Menambahkan jarak antar rintangan pada gerakan lompat.

4.1.3.3 *Revisi Draf Produk Awal sebelum Uji Coba Skala Kecil*

Saran dan masukan dari para ahli Penjas dan ahli pembelajaran pada produk permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* yang telah diuraikan di atas, maka dapat segera dilaksanakan revisi produk. Proses revisi produk berdasarkan saran dari ahli Penjas dan ahli pembelajaran adalah sebagai berikut:

(1) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah menciptakan peluru modifikasi untuk putera yang lebih berat yaitu sekitar 2 kg. Peluru sebelum revisi hanya ada satu ukuran yaitu sekitar 1 kg.

(2) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah membedakan peluru putera dan puteri, putera seberat sekitar 2 kg, sedangkan puteri seberat sekitar 1-1,3 kg.

(3) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah menurunkan tinggi tiang menjadi 2 meter dengan menyesuaikan jarak dari garis tolakan hingga membentuk sudut tolakan 45 derajat yaitu jaraknya 3 m. Tinggi dan jarak sebelum direvisi belum sesuai dengan sudut tolakan.

(4) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah pada pos III untuk tolakan sejauh-jauhnya, awal peletakan nomor diperjauh jaraknya menjadi 4 m. Jarak awal peletakan nomor sebelum direvisi kurang jauh yaitu hanya 3m.

(5) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah pada pos III untuk tolakan sejauh-jauhnya jarak peletakan nomor diperpanajang dan perjelas, yaitu jaraknya 2 m. Jarak antar nomor sebelum direvisi hanya 1 m dan belum jelas.

(6) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah menambahkan point 5 (lima) untuk regu atau tim yang terlebih dahulu menyelesaikan permainan.

(7) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah gerakan roll depan boleh diganti dengan gerakan mengguling (menggunakan punggung samping). Gerakan sebelum direvisi hanya gerakan roll depan saja, sehingga membuat siswa takut untuk bergerak.

(8) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah menambahkan panjang jarak antar rintangan lompat menjadi 1,5 m. Jarak sebelum direvisi hanya berjarak 1 m, sehingga membuat siswa/peserta didik kesulitan.

4.1.4 Penyajian Data Uji Skala Kecil

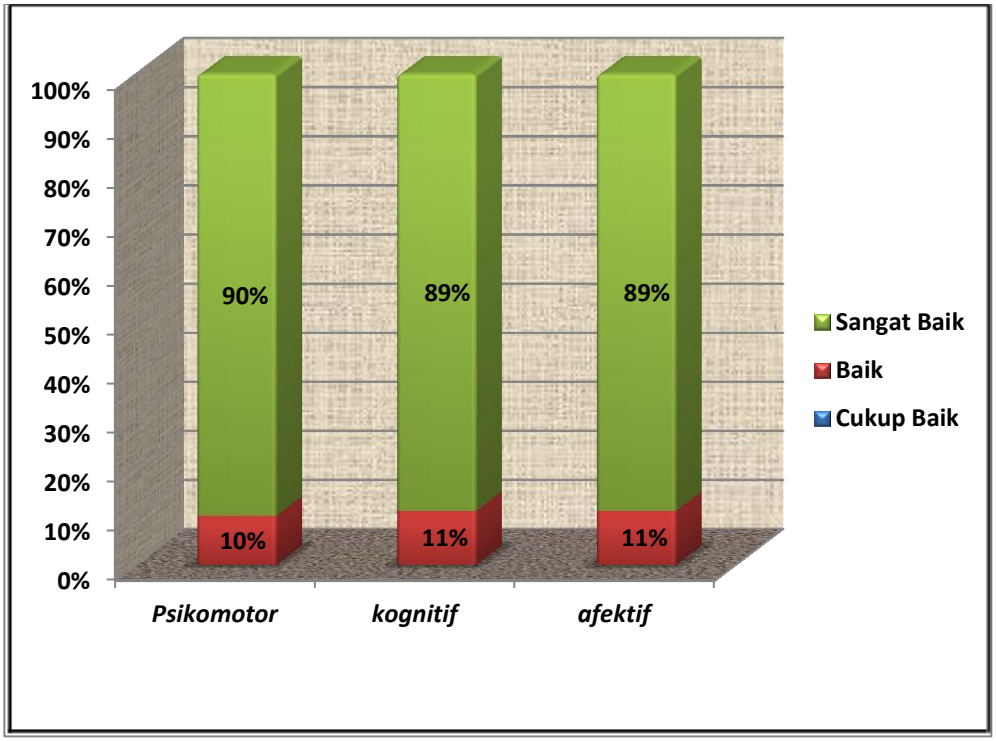
Setelah produk pengembangan model pembelajaran atletik melalui modifikasi permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* divalidasi oleh ahli Penjas dan ahli pembelajaran serta dilakukan revisi, maka pada tanggal 4 Juni 2013 produk diujicobakan kepada siswa kelas VII A SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang dengan jumlah 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 untuk melakukan revisi produk sebelum digunakan pada uji coba lapangan/uji coba skala besar.

Uji coba kelompok kecil ini juga bertujuan untuk mengetahui tanggapan awal dari produk yang dikembangkan. Data uji coba kelompok kecil dihimpun dengan menggunakan kuesioner. Data uji coba kelompok kecil pengembangan model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dapat dilihat pada lampiran 11.

Berdasarkan data pada lampiran 11 didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 89 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka pengembangan model pembelajaran atletik melalui modifikasi permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten pemalang.

Keseluruhan data yang didapat dari evaluasi ahli Penjas dan ahli pembelajaran serta uji coba kelompok kecil digunakan sebagai dasar untuk memperbaiki kualitas produk sebelum memasuki tahap uji coba lapangan.



Gambar 4.26 Grafik Rekapitulasi Persentase Kuisioner Siswa Skala Kecil
(Sumber: Uji Coba Skala Kecil, 2013)

Permasalahan dan kendala yang muncul ketika produk pengembangan model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* diujicobakan dalam skala kecil pada siswa kelas VII A, perlu untuk dicari solusi dan pemecahannya. Hal itu sangat perlu dilakukan sebagai perbaikan terhadap model pembelajaran tesebut. Berikut ini adalah berbagai permasalahan dan kendala, setelah produk diujicobakan pada skala kecil:

1) Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil siswa/peserta didik merasa kesulitan pada saat menolak setelah melakukan gerakan mengguling.
2) Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil peletakan materas yang kurang aman, sehingga membuat siswa/peserta didik tidak nyaman.

3) Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil sedikitnya jumlah rintangan yang membuat permainan kurang menarik dan yang pada akhirnya tujuan dari gerakan tersebut kurang tercapai.

4) Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil jarak antar rintangan yang terlalu sempit yang membuat siswa/peserta didik canggung untuk melakukannya.

5) Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil jarak daerah jatuhnya peluru modifikasi kurang panjang sehingga ketika siswa/peserta didik melakukan tolakan, peluru modifikasi akan merusak rintangan/alat yang berada di depannya.

6) Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil jarak antara lintasan satu dengan lintasan dua terlalu dekat/mepet sehingga siswa/peserta didik cenderung kurang leluasa dan takut dalam bergerak, khususnya pada saat menolak.

7) Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil pada pos I pada rintangan lompatan dua kaki, media yang digunakan kurang tepat.

8) Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil pada pos III pada rintangan lompatan satu kaki, media yang digunakan kurang tepat.

9) Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil pada pos III pada saat gerakan menolak dengan gaya menyamping sejauh-jauhnya siswa cenderung menolak kedepan.

10) Dalam pelaksanaan uji coba skala kecil jumlah dan urutan setiap regu atau tim pemain kurang menarik.

4.2 Analisis Hasil Uji Skala Kecil

Pada lampiran 11 akan disajikan data hasil uji coba kelompok kecil. Berdasarkan data pada lampiran 11 didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 89%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka pengembangan model permainan ini telah memenuhi kriteria **baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang. Berikut diperoleh analisis berdasarkan data pada lampiran 11.

1) Aspek dapat memainkan permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw),* didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).
2) Aspek dapat melakukan tolakan/lemparan peluru modifikasi setelah gerakan mengguling, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).
3) Aspek dapat melakukan gerakan zig-zag melewati bendera slalom, didapat persentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).
4) Aspek dapat melakukan gerakan melompat dua kaki melewati ban, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).
5) Aspek dapat melakukan tolakan/ lemparan peluru modifikasi setelah melakukan lari zig- zag, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).
6) Aspek dapat melakukan gerakan menolak/melempar peluru modifikasi

melewati mistar/tali, didapat persentase 70 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **cukup baik** (digunakan bersyarat).

7) Aspek dapat melakukan lompatan satu kaki melewati corong lompatan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

8) Aspek dapat melakukan gerakan menolak/melempar peluru modifikasi setelah melakukan lompatan satu kaki melewati corong lompatan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

9) Aspek dapat melakukan gerakan menolak/ melempar peluru modifikasi dengan gaya menyamping, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

10) Aspek dapat melakukan gerakan lari sprint kembali ke garis start untuk memberi tanda kepada teman, didapat persentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

11) Aspek mengetahui cara bermain, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

12) Aspek mengetahui bentuk lapangan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

13) Aspek mengetahui tugas starter yang berdiri di garis start, didapat

persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

14) Aspek mengetahui peraturan bermain, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

15) Aspek mengetahui kerjasama satu tim/regu, didapat persentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

16) Aspek mengetahui tugas asisten wasit/eksekutor pertandingan, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

17) Aspek mengetahui ukuran lapangan, didapat persentase 70 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

18) Aspek mengetahui cara menilai dalam permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

19) Aspek mengetahui strategi permainan, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

20) Aspek mengetahui sasaran/objek permainan, didapat persentase 70 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

21) Aspek ketertarikan dalam bermain, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah

memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

22) Aspek kegembiraan dalam setiap melewati rintangan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

23) Aspek kesenangan/ kegembiraan pada saat bermain, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

24) Aspek kesemangatan pada saat bermain, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

25) Aspek dapat menghormati lawan pada saat bertanding, didapat persentase 70 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **cukup** (digunakan bersyarat).

26) Aspek dapat merasa bersalah dan meminta maaf pada saat melakukan pelanggaran, didapat persentase 50 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **cukup** (digunakan bersyarat).

27) Aspek dapat menerima kekalahan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

28) Aspek sportifitas dalam mematuhi setiap peraturan permainan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

29) Aspek kedisiplinan dalam satu tim/ regu, didipat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah

memenuhi criteria **sangat baik** (digunakan).

30) Aspek dapat saling bekerjasama dan komunikatif dalam satu tim/ regu, didapat persentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi **kriteria baik**. (digunakan).

4.3 Revisi Produk Setelah Uji Skala Kecil

Berdasarkan saran dari ahli Penjas dan ahli pembelajaran pada produk atau model yang telah diujicobakan ke dalam uji skala kecil, maka dapat segera dilaksanakan revisi produk. Hasil uji coba skala kecil terhadap produk permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw),* ditemukan beberapa kendala atau hambatan yang membuat permainan ini tidak bisa dimainkan secara optimal seperti yang telah diuraikan di atas. Oleh karena itu, maka peneliti segera melakukan revisi produk berdasarkan saran ahli penjas dan ahli pembelajaran untuk mencari solusi dan jalan keluar terhadap kendala dan hambatan tersebut. Proses revisi produk berdasarkan hasil uji coba skala kecil terhadap permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* adalah sebagai berikut :

(1) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah gerakan menolak peluru modifikasi setelah gerakan mengguling/roll depan dihilangkan, alas an dihilangkan karena gerakan menolak yang dilakukan setelah gerakan mengguling/roll depan kurang efektif.

(2) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah meletakan materas dengan posisi memanjang agar pada saat siwa/peserta didik melakukan gerakan mengguling/roll depan jatuhnya lebih aman.

(3) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah menambahkan jumlah setiap per-*item* rintangan agar permainan lebih menarik dan tujuan dari setiap gerakan lebih tercapai. Lompatan menggunakan 2 (dua) kaki menjadi 5

(lima) kali lompatan, lari zig-zag menjadi 5 (lima) kali, dan lompatan menggunakan 1 (satu) menjadi 4 (empat) kali.

(4) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah menambahkan jarak antara rintangan lompat dan lari zig-zag diperpanjang menjadi 1,5 m, agar siswa/peserta didik tidak kesulitan dalam melakukan gerakan. Sebelum direvisi jaraknya hanya 1 m.

(5) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah menambahkan jarak daerah jatuhnya peluru modifikasi menjadi 10 m, agar ketika peluru modifikasi jatuh lebih aman dan tidak merusak rintangan berikutnya. Sebelum dilakukannya revisi jarak daerah jatuhnya peluru hanya berjarak 7 m.

(6) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah memberi jarak antara/jeda antara lintasan 1 (satu) dengan lintasan 2 (dua) sekitar 1 m. Agar siswa/peserta didik lebih aman dan leluasa dalam bergerak.

(7) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah memberi mistar/tali setinggi 2,5 m pada pos III pada saat tolakan sejauh-jauhnya, agar siswa/peserta didik pada saat menolak peluru modifikasi tidak mengarah ke depan melainkan ke atas depan sesuai sudut tolakan.

(8) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah mengganti media lompatan 2 (dua) kaki pada pos I dengan menggunakan kardus, agar lompatannya lebih tinggi dan optimal. Sebelum direvisi lompatan 2 (dua) kaki menggunakan ban motor.

(9) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah mengganti media lompatan 1 (satu) kaki pada pos III dengan menggunakan ban motor. Sebelum direvisi lompatan 1 (satu) kaki menggunakan corong minyak.

(10) Revisi yang dilakukan oleh peneliti adalah menambahkan jumlah siswa/peserta didik pada setiap regu/timnya menjadi 10 (sepuluh) siswa/peserta didik dengan menyelang-nyeling antara putera dan puteri, agar permainan lebih menarik dan tidak ada pembeda antar *genre.* Sebelum direvisi jumlah siswa/peserta didik pada setiap regunya hanya 5 (lima) orang.

4.3.1 Draf Permainan setelah Revisi (Uji Coba Lapangan)

Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* merupakan pengembangan dari perminan Formula 1 pada atletik kid's yang merupakan penggabungan dari beberapa gerak dasar pada olahraga atletik yaitu lari, lompat, dan lempar. Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini memiliki lapangan berupa lintasan lurus yang panjangnya 50 m dan lebar masing-masing lintasan adalah 3 m yang dibagi menjadi 2 (dua) lintasan. Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dimainkan dengan cara beregu atau tim, dengan sistem perlombaan atau kompetisi. Satu tim terdiri dari 10 (sepuluh) orang selang-seling putera dan puteri. Permainan ini dibagi menjadi tiga pos, masing-masing pos terdapat rintangan yang berbeda dimana para pelari harus melewatinya.

4.3.1.1 *Cara Bermain Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)*

Permainan ini dimainkan dalam bentuk regu atau tim, masing-masing tim terdapat 10 (sepuluh) siswa/peserta didik yang diselang-seling antara putera dan puteri. Kesepuluh peserta didik ini berbaris berbanjar ke belakang, di belakang garis start. Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini dimainkan dengan sistem perlombaan atau sistem kompetisi. Kesepuluh pelari ini melakukan satu persatu-satu menyelesaikan rintangan bergantian dari garis start

sampai garis finish. Sistematika permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah sebagai berikut :

Pelari pertama melakukan start, pada pos pertama pelari melakukan gulingan/roll ke depan setelah itu melakukan gerakan lompatan 2 (dua) kaki melewati kardus sebanyak lima buah. Kemudian pelari masuk menuju ke pos II, sebelum melakukan tolakan di dalam pos II terdapat rintangan berupa rintangan slalom yang harus dilewati pelari. Rintangan slalom berupa tiang bendera berbaris yang jarak antar benderanya adalah 1,5 m dengan tinggi kurang lebih 1,5 m, pelari harus menghindarinya dengan lari zig-zag sebanyak 5 (lima) kali. Setelah sampai pada garis tolakan, pelari mengambil peluru modifikasi yang sudah tersedia untuk peluru modifikasi putera seberat sekitar 2 kg dan untuk puteri seberat sekitar 1-1,3 kg untuk kemudian ditolakan ke depan dengan gaya menyamping tanpa awalan yang jaraknya kira-kira 10 m dengan melewatkan peluru di atas mistar yang tingginya 2,5 m.

Setelah pelari selesai menolak, pelari tersebut lari ke depan sejauh 10 m untuk menuju pos terakhir yaitu pos III, sebelum pelari melakukan tolakan berikutnya di dalam pos ketiga ini terdapat rintangan lompat 1 (satu) kaki yang harus dilalui yaitu rintangan melompati ban. Rintangan ban lompatan merupakan ban motor bekas berdiameter kurang lebih 40 cm yang dibariskan sebanyak 4 (empat) buah dengan jarak antar ban 1,5 m. Sesampainya di garis tolakan pelari tersebut mengambil peluru modifikasi yang sudah tersedia, untuk peluru modifikasi putera seberat sekitar 2 kg dan untuk puteri seberat sekitar 1-1,3 kg, yang kemudian ditolakan ke depan dengan awalan gaya menyamping sejauh-jauhnya dengan melewatkannya di atas mistar/tali setinggi kurang lebih 2-2,5 m dan juga mengincar target berupa sasaran bernomor dimana semakin jauh

sasaran, akan semakin besar pula pointnya. Sasaran bernomor tersebut terdiri dari angka 1-3, dan dimulai dari jarak 4 m. Angka 1 (satu) untuk point 1 (satu), angka 2 (dua) untuk point 2 (dua), dan angka 3 (tiga) untuk point 3 (tiga).

Setelah melakukan tolakan dan peluru jatuh di atas tanah, pelari keluar lintasan untuk lari balik ke belakang menuju kembali garis start untuk memberi tanda kepada temannya dengan tos/bertepuk tangan supaya segera berlari melanjutkannya dan segera menyelesaikan permainan.

4.3.1.2 Peraturan Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

1. Skoring/penilaian

Regu atau tim yang dapat dinyatakan menang atau menjadi juara di dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw),* adalah regu atau tim yang paling banyak mendapatkan point. Berikut tabel system penilaian pada Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*.

Tabel 4.9 Sistem Penilaian Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* Uji Coba Lapangan

POS	BERLAKU (POINT 1)	PELANGGARAN (POINT -1)
POS I	1. Melakukan gulingan/roll ke depan satu kali dengan tidak keluar dari matras. 2. Melakukan lompatan menggunakan 2 (dua) kaki melewati kardus lompatan.	1. Tidak melakukan gulingan/roll ke depan satu kali. 2. Tidak melakukan lompatan menggunakan 2 (dua) kaki melewati kardus lomptan.
POS II	1. Lari zig-zag menghindari bendera slalom. 2. Melakukan tolakan dengan menggunakan gaya menyamping tanpa awalan melewati mistar dengan tidak melewati batas garis tolakan.	1. Tidak sesuai urutan dalam melewati bendera slalom atau melewatkan salah satunya. 2. Tolakan tidak melewati mistar dan pada saat menolak melewati garis batas tolakan.

POS III	1. Melakukan lompatan menggunakan 1 (satu) kaki di dalam ban lompatan. 2. Melakukan tolakan dengan menggunakan gaya menyamping melewati mistar/tali dengan tidak melewati batas garis tolakan.	1. Tidak melakukan lompatan menggunakan 1 (satu) kaki di dalam ban lompatan. 2. Menolak tidak menggunakan gaya menyamping dan peluru modifikasi tidak melewati mistar/ tali dan pada saat menolak melewati batas garis tolakan.

Pada pos III akan mendapat nilai tambahan/bonus apabila pada saat menolak peluru, peluru modifikasi jatuh sesuai dengan angka yang dijatuhinya. Peluru modifikasi jatuh pada angka 1 (satu), maka akan mendapat point tambahan 1 (satu), angka 2 (dua) maka akan mendapat point tambahan 2 (dua), dan angka 3 (tiga) maka akan mendapat point tambahan 3 (tiga). Point tambahan ditulis pada kartu eksekutor pos III, yang contohnya terdapat pada tabel 2.3 kartu eksekutor. Untuk regu atau tim yang terlebih dahulu dapat menyelesaikan permainan, maka akan mendapat point tambahan sebesar 5 (lima) point.

2. Wasit

Di dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* terdapat tujuh wasit, dimana ketujuh wasit ini memiliki tugas dan wewenang yang berbeda-beda. Pertama wasit kepala yang bertugas sebagai starter yang tugasnya memberangkatkan pelari, dan yang kedua asisten wasit/eksekutor yang tugasnya mencatat nilai dan mempersiapkan alat.

Asisten wasit/eksekutor berjumlah 6 (enam) orang yang berdiri disetiap posnya, dan setiap pos terdiri dari dua asisten wasit/ eksekutor yang masing-masing mencatat nilai dari para pelari. Eksekutor I untuk penilai pada pos I, Eksekutor II untuk penilai pada pos II, dan Eksekutor III untuk penilai pada pos III. Berikut gambar tabel yang nantinya untuk menilai perolehan point dari para pelari yang dipegang oleh masing-masing asisten wasit/eksekutor.

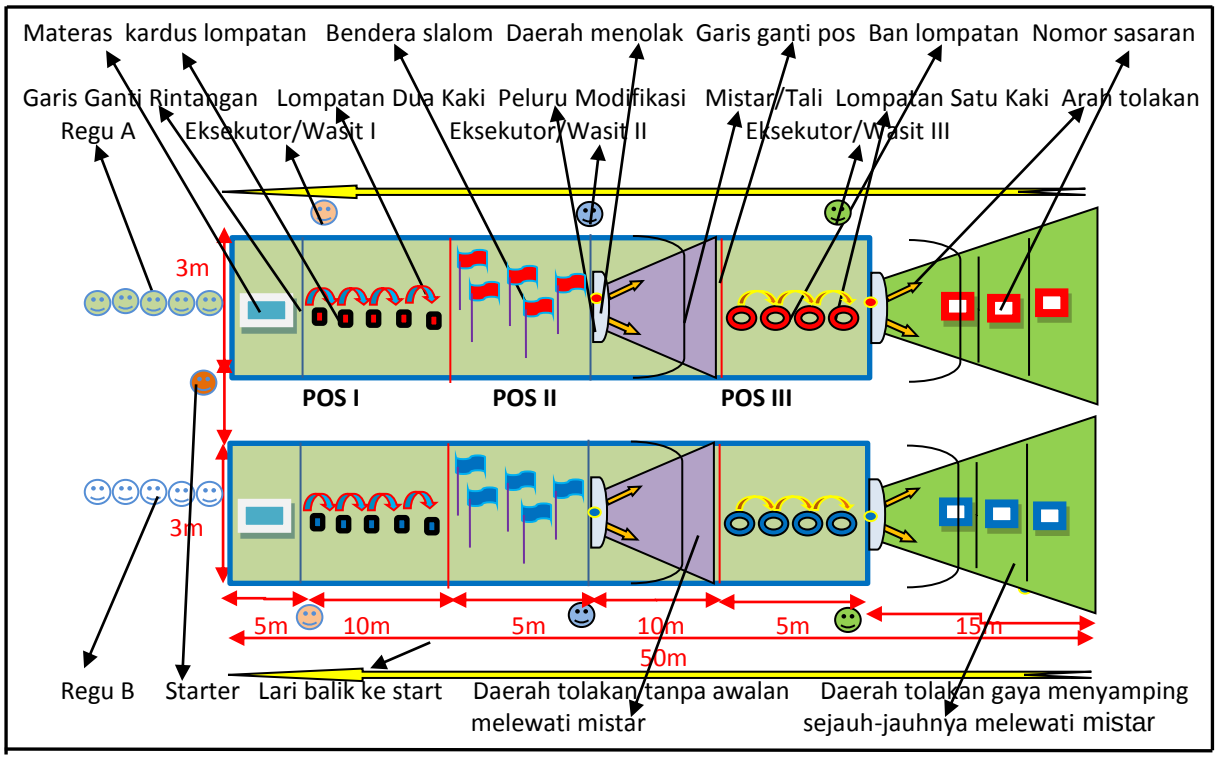
Tabel 4.10 Kartu Eksekutor Permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*

PELARI	Pos I		Pos II		Pos III		NILAI
	-1	1	-1	1	-1	1	
PELARI I							
			/	/		/	
PELARI II							
			/	/		/	
JUMLAH AKHIR							

Pemberian nilai dengan cara memberilah tanda centang "V" untuk menandainya. Pada Pos II point ketiga ditulis pada kolom kedua dibawah garis miring. Pada Pos III point tambahan atau bonus ditulis pada kolom kedua dibawah garis miring sesuai angka yang didapat.

4.3.1.3 Sarana dan Prasarana Permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

1. Lapangan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* setelah direvisi



Gambar 4.27 Lapangan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* setelah direvisi

Panjang semua lintasan 50 m, lebar lintasan masing-masing 3 m, yang di bagi dua lintasan dengan jarak antara 1 m. Dibagi menjadi 3 (tiga) pos, pos pertama memiliki panjang 15 m, yang terdiri dari rintangan matras dengan jarak 5 m dan kardus lompatan sebanyak lima buah dengan jarak 10 m. Pos II memiliki panjang 15 m, yang terdiri dari lima buah bendera slalom dengan jarak 5 m dan tolakan tanpa awalan melewati mistar memiliki jarak 10 m. Pos III memiliki panjang 20 m, yang terdiri dari empat buah ban lompatan dengan jarak 5 m, dan tolakan dengan gaya menyamping sejauh-jauhnya melewati mistar dengan jarak 15 m.

2. Peluru Modifikasi

(a) Peluru Putera

Gambar 4.28 Peluru Modifikasi Putera

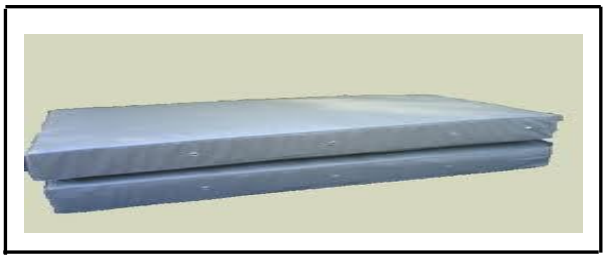
Terbuat dari bola plastik tendang mainan ukuran kecil, yang dibelah kemudian di dalamnya diisi oleh pasir dan batu kecil (krikil) dan bekas belahannya itu ditutup dengan menggunakan lakban dan kemudian dicat, yang fungsinya sebagai pembeda warna satu tim dengan yang lain dan selain itu agar siswa atau peserta didik lebih tertarik. Berat dari peluru/ bola modifikasi ini memiliki ukuran kurang lebih 2 kg.

(b) Peluru Puteri

Gambar 4.29 Peluru Modifikasi

Terbuat dari bola plastik tangan mainan, yang diisi oleh pasir, dan dililiti karet gelang. Fungsi dari karet gelang itu sendiri selain untuk menambah berat dari peluru/bola itu sendiri tetapi juga sebagai daya tarik siswa agar tidak takut pada saat menolakannya. Sedangkang beratnya kurang lebih 1–1,3 kg.

3. Materas



Gambar 4.30 Matras

Terbuat dari busa tebal, dengan ukuran panjang sekitar 2-3 m tebal 20 cm. Biasa digunakan untuk olah raga senam lantai. Matras yang digunaka dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyak dua buah matras. Fungsi dari matras dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini untuk melakukan gerakan roll depan atau mengguling.

4. Kardus Lompatan

Gambar 4.31 Kardus Lompatan Dua Kaki

Terbuat dari kardus bekas, memiliki ukuran panjang sekitar 50 cm, tingginya sekitar 40 cm. Fungsinya dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah untuk melakukan lompatan dua kaki, yang tujuannya adlah melatih kelincahan, dan kekuatan kaki pada siswa atau peserta didik. Kardus lompatan dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini berjumlah sebanyak sepuluh buah kardus yang setiap lintasan terdiri dari lima buah deret kardus. Antara kardus satu dengan yang lain memiliki jarak sekitar 1,5 m.

5. Bendera Slalom

Gambar 4.32 Bendera Slalom

Bendera slalom terbuat dari bambu yang dipotong membentuk tongkat atau tiang dengan tinggi 1-1,5 m. Di ujung atas terdapat klebet/layar bendera yang terbuat dari kertas atau kain berwarna agar menarik. Bendera slalom yang digunakan dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyak delapan buah bendera slalom. Fungsi bendera slalom dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah untuk melakukan gerakan lari zig-zag dengan tujuan melatih kelincahan dan kecepatan pada siswa atau peserta didik.

6. Ban Lompatan

Gambar 4.33 Ban Lompatan

Menggunakan ban bekas motor yang dicat warna biru dan merah dengan diameter 50 cm, dengan tujuan sebagai pembeda antar satu tim dan juga untuk menarik minat siswa atau peserta didik. Ban yang digunakan dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini sebanyak enam buah. Fungsi dari ban dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini adalah untuk melakukan lompatan dengan menggunakan dua kaki, dengan tujuan melatih kelincahan kaki pada siswa atau peserta didik.

7. Lain- lain (Peluit, kapur, Tali, Kerucut, Meteran)

(1) Peluit untuk tanda mulainya permainan.

(2) Kapur dan tali berguna untuk membuat lintasan.

(3) Kerucut/ pasak sebagai tanda batas.

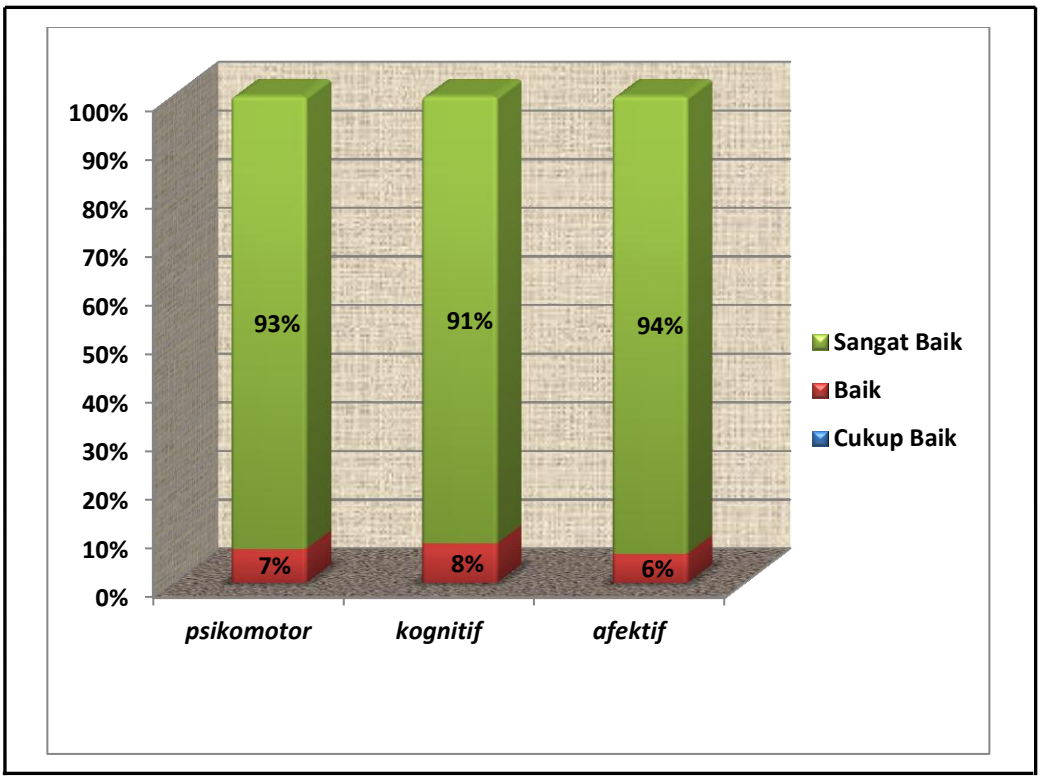
(4) Meteran untuk mengukur jarak.

4.4 Penyajian Data Uji Lapangan/Uji Coba Skala Besar

Berdasarkan evaluasi ahli Penjas serta ahli pembelajaran terhadap ujicoba skala kecil, maka langkah berikutnya adalah uji coba skala besar. Uji skala besar bertujuan untuk mengetahui keefektifan perubahan yang telah dilakukan pada ujicoba skala kecil, apakah bahan permainan itu dapat digunakan. Uji coba skala besar dilakukan oleh siswa kelas VII A SMP Negeri 5 Pemalang yang berjumlah 30 siswa. Data uji skala besar dihimpun dengan menggunakan kuesioner.

Berdasarakan data pada lampiran 15 didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai didapatkan persentase sebesar 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model permainan “Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*” ini telah memenuhi kriteria **sangat baik**, sehingga model permainan ini dapat digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

Berdasarkan tabel uji lapangan/uji coba skala besar pada lampiran 15, maka dapat disimpulkan bahwa antara aspek psikomotor, kognitif, dan afektif sama-sama memiliki hasil persentase rata-rata paling tinggi yaitu dengan kriteria **sangat baik**. Hasil tersebut dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



Gambar 4.34 Grafik Rekapitulasi Persentase Kuisioner Siswa Skala Besar
(Sumber: Uji Coba Skala Besar, 2013)

4.5 Analisis Data Uji Coba Lapangan/ Uji Coba Skala Besar

Pada lampiran 15 akan disajikan analisis data hasil uji coba lapangan/uiji skala besar. Analisis data uji coba lapangan pengembangan model pembelajaran atletik dapat dilihat pada lampiran 15. Berdasarkan data pada lampiran 15 didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka pengembangan model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang. Berdasarkan tabel analisis data pada lampiran 15 hasil uji coba lapangan/uji skala besar yang diperoleh melalui kuesioner dapat disimpulkan sebagai berikut:

1) Aspek siswa dapat memainkan permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw),* didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah

ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

2) Aspek siswa dapat melakukan gerakan mengguling/ roll di atas materas, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

3) Aspek siswa dapat melakukan gerakan melompat menggunakan dua kaki melewati kardus lompatan, didapat persentase 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

4) Aspek siswa dapat melakukan gerakan lari zig- zag melewati bendera slalom, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

5) Aspek siswa tidak merasakan kesulitan melakukan tolakan/ lemparan peluru modifikasi setelah melakukan lari zig-zag, didapat persentase 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

6) Aspek siswa dapat melakukan gerakan menolak/melempar peluru modifikasi melewati mistar/tali, didapat persentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

7) Aspek siswa dapat melakukan lompatan satu kaki melewati ban lompatan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

8) Aspek siswa tidak merasa kesulitan melakukan gerakan menolak/melempar peluru modifikasi setelah melakukan lompatan satu kaki melewati ban lompatan, didapat persentase 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

9) Aspek siswa dapat melakukan gerakan menolak/melempar peluru modifikasi dengan gaya menyamping dan melewatkannya di atas mistar/ tali, didapat persentase 77 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

10) Aspek dapat melakukan gerakan lari sprint kembali ke garis start untuk memberi tanda kepada teman, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

11) Aspek siswa mengetahui cara bermain, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

12) Aspek siswa mengetahui bentuk lapangan, didapat persentase 83 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

13) Aspek siswa mengetahui tugas starter yang berdiri di garis start, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

14) Aspek siswa mengetahui peraturan bermain, didapat persentase 97 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

15) Aspek siswa mengetahui tingkat keamanan alat dan fasilitas, didapat persentase 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

16) Aspek siswa mengetahui tugas wasit/eksekutor pertandingan, didapat persentase 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

17) Aspek siswa mengetahui ukuran lapangan, didapat persentase 80 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

18) Aspek siswa mengetahui cara menilai dalam permainan, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

19) Aspek siswa mengetahui dibutuhkannya strategi permainan, didapat persentase 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

20) Aspek siswa mengetahui sasaran/ objek permainan, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

21) Aspek ketertarikan siswa dalam bermain, didapat persentase 97 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

22) Aspek siswa merasakan kegembiraan dalam setiap melewati rintangan, didapat persentase 100 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

23) Aspek siswa dapat bekerjasama pada saat bermain, didapat persentase

97 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

24) Aspek siswa bersemangatan pada saat bermain, didapat persentase 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

25) Aspek siswa dapat menghormati lawan pada saat bertanding, didapat persentase 97 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

26) Aspek siswa dapat merasa bersalah dan meminta maaf pada saat melakukan pelanggaran, didapat persentase 87 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

27) Aspek siswa dapat menerima kekalahan, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** (digunakan).

28) Aspek siswa memiliki sportifitas dalam mematuhi setiap peraturan permainan, didapat persentase 90 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **baik** (digunakan).

29) Aspek siswa memiliki kedisiplinan dalam satu tim/ regu, didipat persentase 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi criteria **sangat baik** (digunakan).

30) Aspek siswa dapat saling menghargai lawan pada saat bermain, didapat persentase 97 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria **sangat baik**. (digunakan).

4.6 Prototipe Produk

Hasil akhir dari kegiatan penelitian pengembangan ini adalah produk model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* yang berdasarkan data pada saat uji coba skala kecil (N= 10) dan uji coba lapangan/skala besar (N= 30).

Hasil analisis data dari evaluasi ahli Penjas, didapat rata-rata penilaian 92 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga layak digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang. Faktor yang menjadikan model ini dapat diterima siswa SMP kelas VII adalah penilaian kualitas model permainan yang dilakukan oleh ahli penjas pada aspek 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 13 dan 14. Aspek penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **sangat baik** yaitu mendapat poin 5 (lima). Selain aspek tersebut, ada aspek penilaian kualitas model permainan yaitu aspek 2, 4, 5, 11, 12, dan 15. Aspek penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **baik** dengan mendapat poin 4 (empat).

Hasil analisis data dari ahli pembelajaran I, didapat rata-rata penilaian 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga layak digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang. Faktor yang menjadikan model ini dapat diterima siswa SMP kelas VII adalah penilaian kualitas model permainan yang dilakukan oleh ahli pembelajaran I pada aspek 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 14, dan 15. Aspek penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **sangat baik** yaitu mendapat poin 5 (lima). Selain aspek tersebut, ada aspek penilaian kualitas model permainan yaitu aspek 2, 4, 5, 11, dan 12. Lima aspek penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **baik** dengan mendapat poin 4 (empat).

Hasil analisis data dari ahli pembelajaran II, didapat rata-rata penilaian 96 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** sehingga layak digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang. Faktor yang menjadikan model ini dapat diterima siswa SMP kelas VII adalah penilaian kualitas model permainan yang dilakukan oleh ahli pembelajaran II pada aspek 1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, dan 15. Aspek penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **sangat baik** yaitu mendapat poin 5 (lima). Selain aspek tersebut, ada aspek penilaian kualitas model permainan yaitu aspek 4, 5 dan 12. Tiga aspek penilaian tersebut telah memenuhi kriteria **baik** dengan mendapat poin 4 (empat).

Hasil analisis data uji coba kelompok kecil didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 89 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini telah memenuhi kriteria **baik**. Dari presentase keseluruhan didapatkan rincian dari aspek psikomotorik 90 % yang telah memenuhi kriteria **baik,** pada aspek afektif mendapatkan 89 % mendapatkan kriteria **baik** dan aspek kognitif mendapatkan 89 % yang telah medapat kriteria **baik**. Secara keseluruhan model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dapat diterima siswa dengan baik, sehingga dari uji coba kelompok kecil model permainan ini dapat digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

Hasil analisis data uji coba lapangan didapat rata-rata presentase pilihan jawaban yang sesuai 93 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini telah memenuhi kriteria **sangatbaik**. Dari presentase keseluruhan didapatkan rincian dari aspek

psikomotorik 93 % yang telah memenuhi kriteria **sangat baik**, pada aspek afektif mendapatkan 91 % mendapatkan kriteria **sangat baik**, dan aspek kognitif mendapatkan 94 % yang telah medapat kriteria **sangatbaik**. Secara keseluruhan model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini dapat diterima dengan baik, sehingga dari uji coba lapangan model pembelajaran ini dapat digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

4.7 Kelemahan dan Kelebihan Produk

4.7.1 Kelemahan Produk

Peneliti menyadari bahwa produk yang dihasilkan tidak pernah lepas dari kendala atau kelemahan. Oleh karena itu, peneliti memberikan beberapa kelemahan produk sebagai bahan acuan perbaikan untuk penelitian yang akan datang agar dapat lebih baik. Berikut kelemahan produk pengembangan model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw):*

(1) Apa bila terjadi hujan, sangat sulit sekali dalam pembuatan lintasan karena lapangan selalu tergenang air.

(2) Alat dan fasilitas tidak bisa tahan lama, apabila penggunaan yang terus-menerus.

(3) Butuh waktu yang cukup lama untuk membuat lintasannya.

4.7.2 Kelebihan Produk

(1) Menjadikan siswa lebih tertarik untuk aktif bergerak dalam mengikuti pembelajaran.

(2) Siswa lebih aktif bergerak sehingga meningkatkan kesehatan tubuh.

(3) Menjadikan proses pembelajaran yang lebih efektif dan menyenangkan.

(4) Mengatasi masalah terbatasnya sarana dan prasarana olahraga yang dimiliki sekolah.

BAB V
KAJIAN DAN SARAN

5.1 Kajian Produk

Hasil akhir dari kegiatan penelitian pengembangan ini adalah produk model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* yang berdasarkan data pada saat uji coba skala kecil dan uji coba lapangan/uji skala besar.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

(1) Produk model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dapat dan layak digunakan dalam proses pembelajaran penjasorkes. Hal itu berdasarkan analisis data pada uji coba skala kecil diperoleh dari ahli penjas didapat rata-rata persentase 92 %, ahli pembelajaran I 93 % dan ahli pembelajaran II 96 %. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk permainan ini telah memenuhi kriteria **sangat baik** dan layak digunakan.

(2) Produk model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* sudah dapat digunakan dalam proses pembelajaran penjasorkes. Hal itu berdasarkan analisis data uji coba skala kecil didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 89 % dengan kriteria **baik** dan hasil analisis data uji coba skala besar didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 93 % dengan kriteria **sangat baik**. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka permainanini telah memenuhi kriteria, sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

(3) Faktor yang menjadikan model permainan Formula 1 *(Run, Jump,*

Throw) dapat diterima oleh siswa SMP adalah dari semua aspek uji coba yang ada, lebih dari 90 % siswa dapat memptaktekkan dengan baik. Baik dari pemahaman terhadap peraturan permainan, penerapan sikap dalam permainan dan aktivitas gerak siswa yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan. Secara keseluruhan model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dapat diterima siswa dengan baik, sehingga baik dari uji coba skala kecil maupun dari uji coba skala besar model pembelajaran ini dapat digunakan bagi siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang kabupaten Pemalang.

5.2 Saran

(1) Model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini yang sudah dikembangankan sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai materi pembelajaran atletik untuk siswa kelas VII SMP Negeri 5 Pemalang Kabupaten Pemalang.

(2) Model permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian pembelajaran penjasorkes melalui permainan atletik untuk siswa kelas VII SMP. Penggunaan model ini dilaksanakan seperti apa yang direncanakan sehingga dapat mencapai tujuan dan diharapkan sesuai dengan tujuan dalam pembelajaran penjasorkes.

(3) Bagi guru penjasorkes di Sekolah Menengah Pertama (SMP) diharapkan dapat mengembangkan model-model permainan atletik yang lebih menarik lainnya. Sehingga dapat dimainkan di lingkungan sekolah atau lingkungan lain yang dapat mendukung atau menunjang permainan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Kadir Ateng. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.

Adang Suherman. 2000. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Depdiknas.

Aip Syarifudin. 1992. *Atletik.* Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan

Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. 2000. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas.

Inawati Nugraheni. 2011. *Model Pembelajaran Kid's Atletik Nomor Lari Formula 1 di Pantai Untuk Meningkatkan Kemampuan Kecepatan Gerak pada Siswa Kelas V SDN Poncol 04 Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 2010/2011.* Skripsi: Program Sarjana Pendidikan UNNES.

Martin Sudarmono. 2010. *Pengembangan Model Pembelajaran Sepak Bola melalui Permainan Sepak Bola Gawang Ganda Bagi Siswa SMP N 3 Ajibarang Kabupaten Banyumas Tahun Ajaran 2009/2010*. Skripsi: Progam Sarjana Pendidikan UNNES.

Nadisah.1992. *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas
.

Rusli Lutan dan Yudha M. Saputra. 2000*. Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.

Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTS*. Jakarta: Litera.

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

Sukintaka. 1992. *Teori Bermain*. Jakarta: Depdikbud.

Sukirman, dkk. 2003. *Matematika*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Supandi.1992. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.

Tim Penyusun. 2013. *Panduan Penulisan Skripsi*. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Yoyo Bahagia dan Adang Suherman. 2000. *Prisip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga.* Jakarta: Depdiknas.

Yudha M. Saputra. 2004. *Dasar-dasar Keterampilan Atletik*. Jakarta: Depdiknas.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1

LEMBAR PERSETUJUAN TOPIK SKRIPSI

Formulir Usulan Topik Skripsi
FM-1-AKD-24/rev.00
UNIVASERISTAS NEGERI SEMARANG

Usulan topik skripsi ini diajukan oleh:

Nama	:	IMANIAR RACHMAN
NIM	:	6101409097
Jurusan	:	Jasmani Kes. & Rekreasi
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, S1
Topik	:	UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TOLAK PELURU MELALUI MEDIA PELURU KARET DAN PEMANFAATAN TALI PADA KELAS IV SEKOLAH DASAR NEGERI 05 PELUTAN KECAMATAN PEMALANG TAHUN 2013

acc
dapat diteliti
Pembimbing
1. Rumini, MPd
2. Agus R.
19/2 2013

Menyetujui
Ketua Jurusan

Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd.
NIP. 196109031988031002

Semarang, 4 Februari 2013
Yang mengajukan,

IMANIAR RACHMAN
NIM. 6101409097

Lampiran 2

SURAT KEPUTUSAN DOSEN PEMBIMBING

KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Nomor : 161 / FIK / 2013

Tentang
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER GASAL/GENAP
TAHUN AKADEMIK 2012/2013

Menimbang : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi 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 Tanggal 01 Januari 1970

MEMUTUSKAN

Menetapkan :

PERTAMA : Menunjuk dan menugaskan kepada :

1. Nama : Rumini, S.Pd., M.Pd.
   NIP : 197002231995122001
   Pangkat/Golongan : IV/a - Pembina
   Jabatan Akademik : Lektor Kepala
   Sebagai Pembimbing I

2. Nama : Agus Raharjo, S.Pd., M.Pd.
   NIP : 198208282006041003
   Pangkat/Golongan : III/a - Penata Muda
   Jabatan Akademik : Asisten Ahli
   Sebagai Pembimbing II

Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :

Nama : IMANIAR RACHMAN
NIM : 6101409097
Jurusan/Prodi : Jasmani Kes. & Rekreasi/Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Topik : UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TOLAK PELURU MELALUI MEDIA PELURU KARET DAN PEMANFAATAN TALI PADA KELAS IV SEKOLAH DASAR NEGERI 05 PELUTAN KECAMATAN PEMALANG TAHUN 2013

KEDUA : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.

DITETAPKAN DI : SEMARANG
PADA TANGGAL : 27 / 2 / 13

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

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

6101409097

FM-03-AKD-24/Rev. 00

Lampiran 3

UNTUK AHLI PENJAS
MODEL PENGEMBANGAN PERMAINAN FORMULA 1 *(RUN, JUMP, THROW)*
SEBAGAI MEDIA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI,
OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Standar Kompetensi :

Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar :

Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atleti dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Materi Pokok : Atletik

Sasaran : Siswa Sekolah Menengah Pertama

Evaluator : ……

Nama lengkap : ……

tempat/tanggal lahir : ……

NIP : ……

Golongan : ……

Jenis kelamin : ……

Agama : ……

Alamat rumah : ……

Pekerjaan : ……

Jabatan : ……

Instansi : ……

Lanjutan Lampiran 3

Alamat instansi : ……

Petunjuk :

1. Lembar evaluasi ahli Penjasorkes.
2. Evaluasi mencakup aspek bentuk, model dan pertaturan permainan, komentar dan saran umum serta kesimpulan.
3. Rentang nilai mulai dari "sangat baik" sampai dengan "sangat kurang baik" dengan cara memberi tanda centang (V) pada kolom yang tersedia

   Nilai 1 sangat kurang baik

   Nilai 2 kurang baik

   Nilai 3 cukup baik

   Nilai 4 baik

   Nilai 5 sangat baik
4. Komentar, kritik, dan saran mohon ditulis pada kolom yang telah disediakan.

a. Kualitas model permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

No	Aspek yang dinilai	Skala					Komentar
		1	2	3	4	5	
1	Kesesuaian dengan kompetensi dasar						
2	Kejelasan petunjuk permainan.						
3	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran atletik.						
4	Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa.						
5	Kemudahan bentuk/ model permainan untuk dimainkan siswa.						
6	Dapat memenuhi tuntutan perbedaan kemampuan setiap individu siswa.						
7	Mendorong perkembangan aspek kognitif siswa atau pengetahuan siswa terhadap pembelajaran atletik.						
8	Mendorong perkembangan aspek psikomotor siswa atau keterampilan aspek gerak siswa.						

9	Mendorong perkembangan aspek afektif siswa seperti komunikasi sosial, sportif, kerjasama, percaya diri, jujur, disiplin, dll						
10	Dapat dimainkan oleh siswa putra maupun putri.						
11	Kesesuaian model permainan dengan karakteristik siswa.						
12	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun tidak terampil.						
13	Mendorong siswa lebih aktif bergerak.						
14	Meningkatkan motivasi siswa untuk berpartisipasi dalam pembelajaran.						
15	Ketepatan memilih bentuk /model permainan untuk siswa.						

b. Saran untuk perbaikan model permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

Petunjuk

1. Bila ada revisi pada model permainan ini, mohon untuk ditulis pada kolom 2
2. Alasan perlunya di revisi, mohon untuk dituliskan pada kolom 3
3. Saran permainan mohon ditulis singkat, padat dan jelas pada kolom 4

No	Bagian yang Direvisi	Alasan direvisi	Saran Perbaikan

Lanjutan Lampiran 3

c. Komentar dan saran umum

d. Kesimpulan

Model permainan ini dinyatakan:

☐ Layak untuk digunakan/uji coba skala kecil tanpa revisi

☐ Layak untuk digunakan/uji coba skala kecil dengan revisi sesuai saran

☐ Tidak layak digunakan/uji coba skala kecil

(mohon beri tanda “V” pada kolom sesuai kesimpulan)

Pemalang,……2013

Evaluator

(……..)

Lampiran 4

LEMBAR EVALUASI UNTUK SISWA
PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN ATLETIK MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN FORMULA 1 *(RUN, JUMP, THROW)* PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 5 PEMALANG

PETUNJUK PENGISIAN KUISIONER

1. Jawablah pertanyan dibawah ini dengan sebenar benarnya dan sejujur jujunya
2. Jawablah secara runtut dan jelas
3. Berilah tabda silang (x) pada huruf A atau B sesuai dengan pertanyaan
4. Selamat mengerjakan dan terima kasih

I. IDENTITAS RESPONDEN

Nama Sekolah Menengah Pertama :
……

Nama siswa :
……

Umur :
……

Kelas :
……

Jenis Kelamin :
……

Nama Orang tua

a. Ayah :
……

b. Ibu :
……

Alamat (RT/RW) :
……

Lanjutan Lampiran 4

I. PERTANYAAN

A. Aspek Psikomotorik

1. Apakah kamu dapat memainkan permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* sesuai urutan-urutan rintangan di dalam setiap posnya?
   A. Ya B. Tidak
2. Apakah kamu dapat menolak peluru modifikasi dengan posisi tubuh tegak berdiri tanpa awalan setelah melakukan gerakan roll depan?
   A. Ya B. Tidak
3. Apakah kamu bisa melakukan gerakan lari zig-zag menghindari rintangan bendera slalom ?
   A. Ya B. Tidak
4. Apakah kamu dapat melakukan gerakan melompat dengan menggunakan kedua kaki sampai kedua kaki kamu masuk ke dalam ban ?
   A. Ya B. Tidak
5. Apakah kamu dapat melakukan gerakan menolak peluru modifikasi setelah melakukan gerakan lari zig-zag menghindari bendera slalom?
   A. Ya B. Tdak
6. Apakah kamu dapat melakukan gerakan menolak peluru modifikasi dengan melewatkan peluru di atas mistar/ tali dengan sudut tolakan kira-kira 45 derajat?
   A. Ya B. Tidak
7. Apakah kamu dapat melakukan gerakan melompat dengan menggunakan satu kaki terkuat sebagai tumpuan di atas corong lompatan ?
   A. Ya B. Tidak
8. Apakah kamudapat melakukan gerakan menolak peluru modifikasi setelah melakukan gerakan melompat dengan menggunakan satu kaki di atas corong lompatan ?
   A. Ya B. Tidak
9. Apakah kamu dapat melakukan gerakan menolak peluru modifikasi sejauh-jauhnya dengan mengincar sasaran daerah bernomor dengan menggunakan awalan gaya menyamping diakhir pos dalam permainan ini?
   A. Ya B. Tidak

Lanjutan Lampiran 4

10. Apakah kamu dapat berlari secepat-cepatnya kembali ke garis start untuk memberi tanda kepada temanmu untuk melanjutkan permainan?

    A.Ya B. Tidak

B. Aspek Kognitif

1. Apakah kamu mengetahui perbedaan antara permainan Formula 1 pada *kid's* atletik dengan modelpermainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?

   A. Ya B. Tidak
2. Apakah kamu tahu bentuk lapangan dari permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?

   A. Ya B. Tidak
3. Apakah kamu tahu tugas dari starter yang berdiri di garis start pada permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?

   A. Ya B. Tidak
4. Apakah kamu mengetahui peraturan-peraturan di dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?

   A. Ya B. Tidak
5. Apakah kamu mengetahui cara membuat peluru modifikasi di dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?

   A. Ya B. Tidak
6. Apakah kamu tahu tugas eksekutor/wasit yang berdiri pada setiap pos rintangan pada permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?

   A. Ya B. Tidak
7. Apakah kamu mengetahui ukuran lapangan pada permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?

   A. Ya B. Tidak
8. Apakah kamu mengetahui fungsi dari mistar/tali pada permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?

   A. Ya B. Tidak
9. Apakah perlu menyiapkan strategi saat bermain formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?

   A. Ya B. Tidak

Lanjutan Lampiran 4

10. Apakah permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dapat dimainkan oleh setiap orang ?
    A. Ya B. Tidak

C. Aspek Afektif

1. Apakah kamu tertarik dengan model bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?
   A. Ya B. Tidak
2. Apakah kamu merasa gembira pada saat kamu berhasil melewati setiap rintangan yang ada pada permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?
   A. Ya B. Tidak
3. Apakah kamu merasa senang saat bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?
   A. Ya B. Tidak
4. Apakah kamu bersemangat saat melakukan permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini ?
   A. Ya B. Tidak
5. Apakah kamu menghormati lawan saat bertanding dalam bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini ?
   A. Ya B. Tidak
6. Apakah kamu memiliki keberanian di dalam setiap kamu melakukan gerakan untuk melewati rintangan ?
   A. Ya B. Tidak
7. Apakah kamu bisa menerima keputusan jika tim/regu kamu kalah atau menang ?
   A. Ya B. Tidak
8. Apakah kamu akan selalu mematuhi peraturan bermain dan selalu bersikap sportif ?
   A. Ya B. Tidak
9. Apakah kamu melakukan tugas kamu sebagai pemain dalam tim/ regu dengan disiplin ?
   A. Ya B. Tidak

10. Apakah setiap pemain harus saling berkomunikasi dan bekerjasama untuk memenangkan permainan ini ?

    A. Ya B. Tidak

Lampiran 5

HASIL KUESIONER AHLI PENJAS DAN AHLI PEMBELAJARAN

NO	Aspek Penilaian	Skor Ahli Penjas dan Ahli Pembelajaran		
		Ahli Penjas	Ahli Pemb I	Ahli Pemb II
1	Kesesuaian dengan kompetensi dasar	5	5	5
2	Kejelasan petunjuk permainan	4	4	5
3	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran atletik	5	5	5
4	Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan siswa	4	4	4
5	Kemudahan bentuk/model permainan untuk dimainkan siswa	4	4	4
6	Dapat memenuhi tuntutan perbedaan kemampuan setiap individu siswa	5	5	5
7	Mendorong perkembangan aspek kognitif siswa	5	5	5
8	Mendorong perkembangan aspek psikomotor siswa	5	5	5
9	Mendorong perkembangan aspek afektif siswa	5	5	5
10	Dapat dimainkan siswa putra maupun putrid	5	5	5
11	Kesesuain model permainan dengan kaakteristik siswa	4	4	5
12	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun tidak terampil	4	4	4
13	Medorong siswa aktif bergerak	5	5	5
14	Meningkatkan minat dan motivasi siswa berpartisipasi dalam pembelajaran	5	5	5
15	Ketepatan memilih bentuk/ model permainan untuk siswa	4	5	5

JUMLAH	**69**	**70**	**72**
RATA-RATA	**4.6**	**4.7**	**4.8**
PROSENTASE RATA-RATA	**92**	**93**	**96**
KRITERIA PENILAIAN	sangat baik	sangat baik	sangat baik

Lampiran 6

SARAN DAN KOMENTAR UMUM PERBAIKAN MODEL PEMBELAJARAN OLEH AHLI PENJAS DAN AHLI PEMBELAJARAN

Standar Kompetensi :

Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar :

Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atleti dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Materi Pokok : Atletik

Sasaran : Siswa Sekolah Menengah Pertama

Evaluator : Daimah, S. Pd

tempat/tanggal lahir : Pemalang, 13 Februari 1965

NIP : 19650213 198508 2001

Golongan : IV A

Jenis kelamin : Perempuan

Agama : ISLAM

Alamat rumah : Jl. Semangka Pelutan Pemalang

Pekerjaan : Guru

Jabatan : Guru Penjaskes

Instansi : SDN 05 Pelutan Pemalang

Alamat instansi : Jl. Urip Sumaharjo Pelutan Pemalang

Saran untuk perbaikan model permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

No	Bagian yang Direvisi	Alasan direvisi	Saran Perbaikan
1.	Alat Permainan (Peluru modifikasi)	Kurang berat, antara peluru putera dan puteri dibedakan	Menambahkan peluru modifikasi, kira-kira ditambah 1 kg agar sisiwa tidak cenderung dilempar melainkan ditolak dan dibedakan berat peluru putera dan puteri.

2.	Peraturan permainan (pada saat gerakan roll depan).	Tidak semua siswa menguasai teknik roll depan, khususnya siswa puteri.	Perturan permainan tentang gerakan roll depan lebih fleksibel.
3.	Petunjuk peletakan nomor pada pos III diperjelas.	Jarak awal peletakan nomor dan antar nomor kurang panjang	Jarak awal peletakan dan antar nomor ditambah.

1. Komentar dan saran umum

Model pengembangan ini bisa digunakan dalam pembelajaran Penjaskes pada materi pelajaran atletik.

d. Kesimpulan

Model permainan ini dinyatakan:

☐ Layak untuk digunakan/uji coba skala kecil tanpa revisi

☐ Layak untuk digunakan/uji coba skala kecil dengan revisi sesuai saran

☐ Tidak layak digunakan/uji coba skala kecil

(mohon beri tanda “V” pada kolom sesuai kesimpulan)

Pemalang, 27 Mei 2013

Evaluator

(Daimah, S. Pd)

Lanjutan Lampiran 6

SARAN DAN KOMENTAR UMUM PERBAIKAN MODEL PEMBELAJARAN OLEH AHLI PENJAS DAN AHLI PEMBELAJARAN

Standar Kompetensi :

Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar :

Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atleti dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan

Materi Pokok : Atletik

Sasaran : Siswa Sekolah Menengah Pertama

Evaluator : Sukir, S. Pd

tempat/tanggal lahir : Pemalang, 8 November 1963

NIP : 19631108 198703 1010

Golongan : IV A

Jenis kelamin : Laki-laki

Agama : Islam

Alamat rumah : Jl. Ikan Mas No. 349 Sugihwaras Pemalang

Pekerjaan : Guru

Jabatan : Guru Penjaskes

Instansi : SMP N 5 Pemalang

Alamat instansi : Jl. Letjen D.I Panjaitan Pemalang

Saran untuk perbaikan model permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

No	Bagian yang Direvisi	Alasan direvisi	Saran Perbaikan
1.	Ukuran dan jarak mistar/tali.	Tidak sesuai dengan sudut tolakan.	Sesuaikan dengan sudut tolakan yaitu 45 derajat.
2.	Peraturan permainan (pada saat penentuan pemenang).	Kurang kompetitif	Menambahkan point bagi regu yang terlebih dahulu *finish*.

1. Komentar dan saran umum

Secara keseluruhan model pengembangan permainan ini sudah baik, dan bisa dilaksanakan untuk pembelajaran.

Kesimpulan

Model permainan ini dinyatakan:

☐ Layak untuk digunakan/uji coba skala kecil tanpa revisi

☐ Layak untuk digunakan/uji coba skala kecil dengan revisi sesuai saran

☐ Tidak layak digunakan/uji coba skala kecil

(mohon beri tanda “V” pada kolom sesuai kesimpulan)

Pemalang, 27 Mei 2013

Evaluator

Evaluator

(SUKIR, S.Pd)

Lanjutan Lampiran 6

SARAN DAN KOMENTAR UMUM PERBAIKAN MODEL PEMBELAJARAN OLEH AHLI PENJAS DAN AHLI PEMBELAJARAN

Standar Kompetensi :

Mempraktikkan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar :

Mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atleti dengan koordinasi yang baik serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan.

Mata Pelajaran	:	Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok	:	Atletik
Sasaran	:	Siswa Sekolah Menengah Pertama

Evaluator	: Fatchurrachman
tempat/tanggal lahir	: Pemalang, 21 Juli 1960
NIP	: 19600721 198902 1002
Golongan	: IV A
Jenis kelamin	: Laki-laki
Agama	: Islam
Alamat rumah	: Jl. Nusa Barung II No. III Bojongbata Pemalang
Pekerjaan	: Guru
Jabatan	: Guru Penjaskes
Instansi	: SMP N 5 Pemalang
Alamat instansi	: Jl. Letjen D.I Panjaitan Pemalang

Saran untuk perbaikan model permainan Formula 1 (Run, Jump, Throw)

No	Bagian yang Direvisi	Alasan direvisi	Saran Perbaikan
1.	Peraturan permainan (pada saat gerakan melompat).	Jarak antar rintangan terlalu mepet/dekat	Menambahkan jarak antar rintangan pada gerakan lompat.

Komentar dan saran umum

Dalam pengembangan pembelajaran atletik ini melalui permainan sehingga siswa bisa lebih antusias dan aktif dalam kegiatan pembelajaran Penjasorkes

d. Kesimpulan

Model permainan ini dinyatakan:

☐ Layak untuk digunakan/uji coba skala kecil tanpa revisi

☐ Layak untuk digunakan/uji coba skala kecil dengan revisi sesuai saran

☐ Tidak layak digunakan/uji coba skala kecil

(mohon beri tanda “V” pada kolom sesuai kesimpulan)

Pemalang, 27 Mei 2013

Evaluator

(Fatchurrachman)

Lampiran 7

SURAT IJIN MELAKUKAN PENELITIAN

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. : 1851/UN37.1.6/PP/2013
Lamp : .....
Hal : Ijin Penelitian

Kepada
Yth. Kepala SMP N 5 Pemalang
di SMP N 5 Pemalang

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

Nama	: IMANIAR RACHMAN
NIM	: 6101409097
Prodi	: Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Topik	: PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN ATLETIK MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN FORMULA 1 (RUN, JUMP,THROW) PADA SISWA KELAS VII SMP N 5 PEMALANG KECAMATAN PEMALANG KABUPATEN PEMALANG TAHUN 2013

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Semarang, 21 Mei 2013
Dekan,

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

6101409097
...:: FM-05-AKD-24/Rev. 00 ::...

Lampiran 8

DAFTAR 10 SISWA KELAS VII A SMP NEGERI 5 PEMALANG
(SAMPEL UJI COBA KELOMPOK KECIL)

No	Nama Siswa	Kelas	Jenis Kelamin	Usia
1	Dion Sunarto Putra	VII A	L	13 Th
2	Faolan Yusuf Ibrahim	VII A	L	13 Th
3	Fathur Alim	VII A	L	13 Th
4	Gilang Widia Erlangga	VII A	L	13 Th
5	Herdianto	VII A	L	12 Th
6	Kusnan	VII A	L	14 Th
7	Roni Sugara	VII A	L	13 Th
8	Sandy Hidayat	VII A	L	12 Th
9	Tripurwoto	VII A	L	13 Th
10	Wahyu Yuli Amaludin	VII A	L	12 Th

Lampiran 9

JAWABAN KUESIONER 10 SISWA KELAS VII A
(UJI COBA KELOMPOK KECIL)

A. Aspek Psikomotorik

SISWA	BUTIR SOAL									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
DION SUNARTO .P	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0
GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
HERDIANTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
KUSNAN	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
RONI SUGARA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
SANDY HIDAYAT	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1
TRIPURWOTO	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
WAHYU YULI .A	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1

B. Aspek Kognitif

SISWA	BUTIR SOAL									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
DION SUNARTO .P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0
HERDIANTO	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1
KUSNAN	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0
RONI SUGARA	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
SANDY HIDAYAT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
TRIPURWOTO	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
WAHYU YULI .A	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1

Lanjutan Lampiran 9

C. Aspek Afektif

SISWA	BUTIR SOAL									
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
DION SUNARTO .P	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1
FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1
HERDIANTO	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1
KUSNAN	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
RONI SUGARA	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
SANDY HIDAYAT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
TRIPURWOTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
WAHYU YULI .A	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1

Lampiran 10

HASIL REKAPITULASI KUESIONER UJI COBA KELOMPOK KECIL 10

SISWA KELAS VII A

A. Aspek Psikomotorik

SISWA	BUTIR SOAL										TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
DION SUNARTO .P	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	**9**
FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	**10**
FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	**8**
GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	**10**
HERDIANTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	**9**
KUSNAN	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	**9**
RONI SUGARA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	**10**
SANDY HIDAYAT	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	**8**
TRIPURWOTO	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	**9**
WAHYU YULI .A	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	**8**
JUMLAH	**10**	**9**	**8**	**10**	**10**	**7**	**10**	**10**	**10**	**8**	**90**
PRESENTASE	**100**	**90**	**80**	**100**	**100**	**70**	**100**	**100**	**100**	**80**	**90**

B. Aspek Kognitif

SISWA	BUTIR SOAL										TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
DION SUNARTO .P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	**10**
FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	**10**
FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	**9**
GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	**8**
HERDIANTO	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	**8**
KUSNAN	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	**8**
RONI SUGARA	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	**9**
SANDY HIDAYAT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	**9**
TRIPURWOTO	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	**9**
WAHYU YULI .A	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	**9**
JUMLAH	**10**	**10**	**9**	**10**	**8**	**9**	**7**	**10**	**9**	**7**	**89**
PRESENTASE	**100**	**100**	**90**	**100**	**80**	**90**	**70**	**100**	**90**	**70**	**89**

Lanjutan Lampiran 10

C. Aspek Afektif

SISWA	BUTIR SOAL										TOTAL
	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	
DION SUNARTO .P	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	**9**
FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	**8**
FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	**9**
GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	**8**
HERDIANTO	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	**8**
KUSNAN	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	**10**
RONI SUGARA	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	**9**
SANDY HIDAYAT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	**9**
TRIPURWOTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	**10**
WAHYU YULI .A	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	**9**
JUMLAH	**10**	**10**	**9**	**10**	**7**	**5**	**10**	**10**	**10**	**8**	**89**
PRESENTASE	**100**	**100**	**90**	**100**	**70**	**50**	**100**	**100**	**100**	**80**	**89**

Lampiran 11

DATA HASIL UJI COBA KELOMPOK KECIL

No	Pertanyaan	Jawaban	Persentase
1.	Apakah kamu dapat memainkan permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?	Ya	100 %
2.	Apakah kamu dapat melakukan lemparan/ tolakan setelah mengguling ?	Ya	90%
3.	Apakah kamu bisa lari zig- zag mengejar teman kamu ?	Ya	80%
4.	Apakah kamu dapat melompat sampai kedua kaki kamu masuk ke ban?	Ya	100%
5.	Apakah kamu dapat melakukan lemparan/ tolakan setelah melakukan lari zig- zag ?	Ya	100%
6.	Apakah kamu dapat melakukan lemparan/ tolakan dengan melewatkan peluru di atas mistar/ tali ?	Ya	70%
7.	Apakah kamu dapat melompat satu kakidi atas corong lompatan ?	Ya	100%
8.	Apakah kamu dapat melakukan lemparan/ tolakan setelah melakukan lompatan satu kaki di atas corong lompatan ?	Ya	100%
9.	Apakah kamu dapat melakukan lemparan/ tolakan sejauh- jauhnya dengan gaya awalan menyamping diakhir permainan ini ?	Ya	100%
10.	Apakah kamu dapat berlari kembali ke start untuk memberi tanda kepada temanmu?	Ya	80%
11.	Apakah kamu tahu cara bermain permain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?	Ya	100%
12.	Apakah kamu tahu bentuk lapangan dari permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?	Ya	100%
13.	Apakah kamu tahu tugas dari starter yang berdiri di garis start pada permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	90%
14.	Apakah kamu tahu tentang peraturan bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	100%
15.	Apakah di dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* diperlukan kerjasama antar rekan satu tim/ regu ?	Ya	80%
16.	Apakah kamu tahu tugas eksekutor/ wasit yang berdiri pada setiap pos rintangan pada permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw*) ?	Ya	90%

17.	Apakah kamu tahu ukuran lapangan pada permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?	Ya	70%
18.	Apakah kamu tahu pengurangan point pada permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?	Ya	100%
19.	Apakah perlu menyiapkan strategi saat bermain formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?	Ya	90%
20.	Apakah permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* dapat dimainkan oleh setiap orang ?	Ya	70%
21.	Apakah kamu tertarik dengan model bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?	Ya	100%
22.	Apakah kamu merasa gembira pada saat kamu berhasil melewati setiap rintangan yang ada pada permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	100%
23.	Apakah kamu merasa senang saat bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	90%
24.	Apakah kamu bersemangat saat melakukan permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini ?	Ya	100%
25.	Apakah kamu menghormati lawan saat bertanding dalam bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini?	Ya	70%
26.	Andaikata kamu di dalam bermain kamu melakukan pelanggaran apakah kamu akan minta maaf langsung ?	Ya	50%
27.	Apakah kamu bisa menerima keputusan jika tim/ regu kamu kalah atau menang ?	Ya	100%
28.	Apakah kamu akan selalu mematuhi peraturan bermain dan selalu bersikap sportif ?	Ya	100%
29.	Apakah kamu melakukan tugas kamu sebagai pemain dalam tim/ regu dengan disiplin ?	Ya	100%
30.	Apakah setiap pemain harus saling berkomunikasi dan bekerjasama untuk memenangkan permainan ini ?	Ya	80%
Total			89 %

Lampiran 12

DAFTAR SISWA KELAS VII A SMP NEGERI 5 PEMALANG
(SAMPEL PENELITIAN SKALA BESAR)

NO	SISWA	Kelas	Jenis Kelamin	Usia
1	AFA RATNA FAUZIAH	VII A	P	13 th
2	ANANDA DWI RATI	VII A	P	13 th
3	CINDY PUSPITASARI	VII A	P	12 th
4	DENIS SYAHRUDIN	VII A	L	12 th
5	DEWI ROSIANA NINGSIH	VII A	P	13 th
6	DHIKA POETRI .W	VII A	P	13 th
7	DION SUNARTO PUTRA	VII A	L	13 th
8	FAOLAN YUSUF .I	VII A	L	13 th
9	FATHUR ALIM	VII A	L	13 th
10	GILANG WIDIA .E	VII A	L	13 th
11	HERDIANTO	VII A	L	12 th
12	HESA ALIRA MADANI .M	VII A	P	13 th
13	KIKI RARASWATI	VII A	P	13 th
14	KHOERUL AZIZ	VII A	L	13 th
15	KRISTIA NURHANA	VII A	P	13 th
16	KUSNAN	VII A	L	13 th
17	LENI PUJI LESTARI	VII A	P	13 th
18	MOHAMAD AGIL .S .M	VII A	L	13 th
19	NABILA NURUL .K	VII A	P	12 th
20	NAHRIYA	VII A	P	13 th
21	NAUFAL FAKHRI .A	VII A	L	12 th
22	RISMA SETYA NINGSIH	VII A	P	12 th
23	RONI SUGARA	VII A	L	13 th
24	SANDY HIDAYAT	VII A	L	12 th
25	SOVIANA MURTIANI	VII A	P	12 th
26	TEGUH IRAWAN	VII A	L	13 th
27	TRIPURWOTO	VII A	L	13 th
28	ULINNUHA AINUL .K	VII A	L	13 th
29	WAHINAH	VII A	P	13 th
30	WAHYU YULI .A	VII A	P	12 th

Lampiran 13

JAWABAN KUESIONER SISWA (PENELITIAN SKALA BESAR)

A. Aspek Psikomotorik

NO	SISWA	BUTIR SOAL									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	AFA RATNA FAUZIAH	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
2	ANANDA DWI RATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	CINDY PUSPITASARI	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
4	DENIS SYAHRUDIN	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
5	DEWI ROSIANA .N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	DHIKA POETRI .W	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1
7	DION SUNARTO .P	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
8	FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
10	GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
11	HERDIANTO	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
12	HESA ALIRA MADANI .M	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
13	KIKI RARASWATI	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
14	KHOERUL AZIZ	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
15	KRISTIA NURHANA	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
16	KUSNAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
17	LENI PUJI LESTARI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
18	MOHAMAD AGIL .S M	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
19	NABILA NURUL .K	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1
20	NAHRIYA	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
21	NAUFAL FAKHRI .A	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
22	RISMA SETYA .N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
23	RONI SUGARA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
24	SANDY HIDAYAT	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
25	SOVIANA MURTIANI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
26	TEGUH IRAWAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
27	TRIPURWOTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
28	ULINNUHA AINUL .K	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
29	WAHINAH	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1
30	WAHYU YULI .A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Lanjutan Lampiran 13

B. Aspek Kognitif

NO	SISWA	BUTIR SOAL									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	AFA RATNA FAUZIAH	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1
2	ANANDA DWI RATI	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1
3	CINDY PUSPITASARI	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1
4	DENIS SYAHRUDIN	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
5	DEWI ROSIANA .N	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1
6	DHIKA POETRI .W	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1
7	DION SUNARTO .P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
8	FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
10	GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
11	HERDIANTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
12	HESA ALIRA MADANI .M	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1
13	KIKI RARASWATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
14	KHOERUL AZIZ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
15	KRISTIA NURHANA	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
16	KUSNAN	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
17	LENI PUJI LESTARI	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
18	MOHAMAD AGIL .S M	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
19	NABILA NURUL .K	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
20	NAHRIYA	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
21	NAUFAL FAKHRI .A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
22	RISMA SETYA NINGSIH	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
23	RONI SUGARA	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
24	SANDY HIDAYAT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
25	SOVIANA MURTIANI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
26	TEGUH IRAWAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
27	TRIPURWOTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
28	ULINNUHA AINUL .K	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
29	WAHINAH	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1
30	WAHYU YULI .A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Lanjutan Lampiran 13

C. Aspek Afektif

NO	SISWA	BUTIR SOAL									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	AFA RATNA .F	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	ANANDA DWI RATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	CINDY PUSPITASARI	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1
4	DENIS SYAHRUDIN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	DEWI ROSIANA .N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	DHIKA POETRI .W	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
7	DION SUNARTO .P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
8	FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
9	FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
10	GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
11	HERDIANTO	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
12	HESA ALIRA MADANI .M	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
13	KIKI RARASWATI	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
14	KHOERUL AZIZ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
15	KRISTIA NURHANA	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
16	KUSNAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
17	LENI PUJI LESTARI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
18	MOHAMAD AGIL .S M	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
19	NABILA NURUL .K	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
20	NAHRIYA	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1
21	NAUFAL FAKHRI .A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
22	RISMA SETYA .N	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
23	RONI SUGARA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
24	SANDY HIDAYAT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
25	SOVIANA MURTIANI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
26	TEGUH IRAWAN	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
27	TRIPURWOTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
28	ULINNUHA AINUL .K	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
29	WAHINAH	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
30	WAHYU YULI .A	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1

Lampiran 14

HASIL REKAPITULASI KUESIONER PENELITIAN SKALA BESAR
SISWA KELAS VII A

A. Aspek Psikomotorik

NO	SISWA	BUTIR SOAL										TOTAL
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	AFA RATNA FAUZIAH	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
2	ANANDA DWI RATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
3	CINDY PUSPITASARI	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
4	DENIS SYAHRUDIN	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
5	DEWI ROSIANA .N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
6	DHIKA POETRI .W	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8
7	DION SUNARTO .P	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
8	FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
9	FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
10	GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
11	HERDIANTO	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
12	HESA ALIRA MADANI .M	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
13	KIKI RARASWATI	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
14	KHOERUL AZIZ	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
15	KRISTIA NURHANA	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
16	KUSNAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
17	LENI PUJI LESTARI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
18	MOHAMAD AGIL .S M	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
19	NABILA NURUL .K	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8
20	NAHRIYA	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
21	NAUFAL FAKHRI .A	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
22	RISMA SETYA .N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
23	RONI SUGARA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
24	SANDY HIDAYAT	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
25	SOVIANA MURTIANI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
26	TEGUH IRAWAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
27	TRIPURWOTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
28	ULINNUHA AINUL .K	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
29	WAHINAH	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	8
30	WAHYU YULI .A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
JUMLAH		**30**	**28**	**28**	**30**	**28**	**24**	**30**	**28**	**23**	**30**	**279**
PRESENTASE		**100**	**93**	**93**	**100**	**93**	**80**	**100**	**93**	**77**	**100**	**93**

Lanjutan Lampiran 14

B. Aspek Kognitif

NO	SISWA	BUTIR SOAL										TOTAL
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	AFA RATNA .F	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	8
2	ANANDA DWI RATI	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	8
3	CINDY PUSPITASARI	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	8
4	DENIS SYAHRUDIN	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5	DEWI ROSIANA .N	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	8
6	DHIKA POETRI .W	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	8
7	DION SUNARTO .P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
8	FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
9	FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
10	GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
11	HERDIANTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
12	HESA ALIRA MADANI .M	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	8
13	KIKI RARASWATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
14	KHOERUL AZIZ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
15	KRISTIA NURHANA	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
16	KUSNAN	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
17	LENI PUJI LESTARI	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
18	MOHAMAD AGIL .S R	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
19	NABILA NURUL .K	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
20	NAHRIYA	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
21	NAUFAL FAKHRI .A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
22	RISMA SETYA .N	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
23	RONI SUGARA	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
24	SANDY HIDAYAT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
25	SOVIANA MURTIANI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
26	TEGUH IRAWAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
27	TRIPURWOTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
28	ULINNUHA AINUL .K	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
29	WAHINAH	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	8
30	WAHYU YULI .A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
JUMLAH		**30**	**25**	**27**	**29**	**28**	**28**	**24**	**27**	**28**	**28**	**274**
PRESENTASE		**100**	**83**	**90**	**97**	**93**	**93**	**80**	**90**	**93**	**93**	**91**

Lanjutan Lampiran 14

C. Aspek Afektif

NO	SISWA	BUTIR SOAL										TOTAL
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	AFA RATNA .F	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
2	ANANDA DWI RATI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
3	CINDY PUSPITASARI	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
4	DENIS SYAHRUDIN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
5	DEWI ROSIANA .N	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
6	DHIKA POETRI .W	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	8
7	DION SUNARTO .P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
8	FAOLAN YUSUF .I	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
9	FATHUR ALIM	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
10	GILANG WIDIA .E	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
11	HERDIANTO	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
12	HESA ALIRA MADANI .M	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	KIKI RARASWATI	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
14	KHOERUL AZIZ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
15	KRISTIA NURHANA	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
16	KUSNAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
17	LENI PUJI LESTARI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
18	MOHAMAD AGIL .S M	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
19	NABILA NURUL .K	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
20	NAHRIYA	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	7
21	NAUFAL FAKHRI .A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
22	RISMA SETYA .N	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
23	RONI SUGARA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
24	SANDY HIDAYAT	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
25	SOVIANA MURTIANI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
26	TEGUH IRAWAN	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
27	TRIPURWOTO	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
28	ULINNUHA AINUL .K	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
29	WAHINAH	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	8
30	WAHYU YULI .A	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	8
JUMLAH		**29**	**30**	**28**	**28**	**29**	**26**	**27**	**27**	**28**	**29**	**281**
PRESENTASE		**97**	**100**	**93**	**93**	**97**	**87**	**90**	**90**	**93**	**97**	**94**

Lampiran 15

DATA HASIL PENELITIAN SKALA BESAR (N=30)

No	Pertanyaan	Jawaban	Persentase
1.	Apakah siswamerasa kesulitan memainkanpermainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)*dengan urutan rintangan yang berbeda dengan sebelumnya?	Tidak	100 %
2.	Apakah siswadapat melakukan gerakan mengguling/ roll ke depan di atas materas?	Ya	90%
3.	Apakah siswa dapat melakukan gerakan melompat menggunakan dua kaki melewati kardus lompatan?	Ya	93%
4.	Apakah siswa dapat melakukan gerakan lari zig- zag melewati bendera slalom?	Ya	100%
5.	Apakah siswa merasa kesulitan melakukan lemparan/ tolakan setelah melakukan lari zig-zag?	Tidak	93%
6.	Apakah siswadapat melakukan lemparan/ tolakan dengan melewatkan peluru modifikasi di atas mistar/ tali ?	Ya	80%
7.	Apakah siswa dapat melakukan gerakan melompat menggunakan satu kaki di atas ban lompatan ?	Ya	100%
8.	Apakah siswamerasa kesulitan melakukan lemparan/ tolakan setelah melakukan lompatan satu kaki di atas ban lompatan?	Tidak	93%
9.	Apakah siswadapat melakukan lemparan/ tolakan sejauh- jauhnya dengan gaya awalan menyamping melewati mistar ?	Ya	77%
10.	Apakah siswa dapat berlari kembali ke start untuk memberi tanda kepada siswa berikutnya?	Ya	100%
11.	Apakah siswamengetahui cara bermain model		

	permain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*yang sudah diterangkan oleh guru?	Ya	100%
12.	Apakah siswamengetahui bentuk lapangan dari permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	83%
13.	Apakah siswamengetahuitugas dari starter yang berdiri di garis start pada permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	90%
14.	Apakah siswamengetahui tentang peraturan bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)?*	Ya	97%
15.	Apakah di dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*alat dan fasilitas sudah memiliki tingkat keamanan yang baik?	Ya	93%
16.	Apakah siswamengetahui tugas eksekutor/ wasit yang berdiri pada setiap pos rintangan pada permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	93%
17.	Apakah siswamengetahui ukuran lapangan pada permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	80%
18.	Apakah siswamengetahui pengurangan point pada permainan formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	90%
19.	Apakah siswa perlu menyiapkan strategi saat bermain formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?	Ya	93%
20.	Apakah siswa mengetahui jumlah pemain yang bermain dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	90%
21.	Apakah siswa tertarik dengan model bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ?	Ya	97%
22.	Apakah siswa merasa gembira pada saat siswa berhasil melewati setiap rintangan yang ada pada permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)*?	Ya	100%
23.	Apakah siswa dapat berkerjasama dalam satu tim dalam bermain Formula 1 *(Run, Jump,*	Ya	97%

	Throw) ?		
24.	Apakah siswamemiliki semangat tinggi saat melakukan permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini ?	Ya	93%
25.	Apakah siswa saling menghormati lawan saat bertanding dalam bermain Formula 1 *(Run, Jump, Throw)* ini?	Ya	97%
26.	Apabila dalam permainan siswa melakukan pelanggaran kepada lawan, apakah akan segera minta maaf?	Ya	87%
27.	Apakah siswa bisa menerima keputusan jika tim/ regu kamu kalah atau menang ?	Ya	90%
28.	Apakah siswaharus selalu mematuhi peraturan bermain dan selalu bersikap sportif ?	Ya	90%
29.	Apakah siswa dalam menjalankan tugasnya di dalam satu timdapat melakukannya dengandisiplin ?	Ya	93%
30.	Apakah siswa dapat menghargai lawan bertanding dalam permainan Formula 1 *(Run, Jump, Throw*)?	Ya	97%
Total			93 %

Lampiran 16

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

PEMERINTAH KABUPATEN PEMALANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SMP NEGERI 5 PEMALANG

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 800/ 227 /2013

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Negeri 5 Pemalang Kecamatan Pemalang, Kabupaten Pemalang menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama	: IMANIAR RACHMAN
NPM	: 6101409097
Semester / Jenjang	: VIII / S1
Jurusan	: Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Universitas	: Universitas Negeri Semarang (UNES)

Berdasarkan surat dari Universitas Negeri Semarang Fakultas Ilmu Keolahragaan. Nomor : 1851/UNS.7.1.6/PP/2013 tertanggal 21 Mei 2013 Perihal Permohonan Izin Penelitian.
Yang bersangkutan pada tanggal 04, 05 Juni dan 21 Juni 2013 telah mengadakan Penelitian Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi dengan Tema : **" PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN ATLETIK MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN FORMULA 1 (RUN, JUM, THROW) PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 5 PEMALANG KECAMATAN PEMALANG KABUPATEN PEMALANG TAHUN 2013 "**

Demikian Surat Keterangan Penelitian ini dibuat dengan sebenarnya untuk digunakan seperlunya.

Dikeluarkan di : Pemalang
Tanggal : 21 Juni 2013
Kepala Sekolah

Hartati, S.Pd.
NIP. 19650403 198601 2 001

Jalan. Letjend. D.I. Panjaitan Pemalang
Telp 322497 email smpn_5pml@yahoo.com

Lampiran 17

TABEL HASIL REVISI
PERPANDINGAN ANTARA UJI KELOMPPK KECIL
DENGAN UJI KELOMPOK BESAR

Revisi Uji Coba Kecil	Revisi Uji Lapangan
➢ Peluru modifikasi yang digunakan memiliki berat sekitar 1 kg dengan jarak daerah tolakan dari garis tolakan sekitar 7 km, untuk lebih mendapatkan gerakan tolakan yang sempurna, baiknya dibedakan antara peluru putera dan puteri. ➢ Tinggi tiang mistar pada pos II untuk melewatkan peluru tingginya 2,5 m, jarak tiang mistar ke garis tolakan harus disesuaikan dengan sudut tolakan. ➢ Pos III untuk tolakan sejauh-jauhnya, peletakan nomor lebih diperjelas, jarak antara penomoran diberi jarak sekitar 2 m. ➢ Pada peraturan penentuan pemenang agar memberi point tambahan untuk setiap regu atau tim yang terlebih dahulu menyelesaikan permainan, agar supaya siswa lebih antusias. ➢ Pada rintangan lompat agar menambah jarak antaranya, agar	➢ Gerakan menolak peluru modifikasi setelah gerakan mengguling dihilangkan, langsung melakukan gerakan lompatan dua kaki karena siswa sulit melakukan tolakan setelah gerakan mengguling. ➢ Mengganti media rintangan lompat dengan 2 (dua) kaki, agar gerakan lebih optimal dan tujuan gerakan tercapai. Yaitu mengganti media ban motor menjadi kardus. ➢ Menambahkan jumlah per-*item* rintangan agra lebih menarik dan tujuan dari setiap gerakan tercapai. ➢ mengganti media rintangan lompat dengan 1 (satu) kaki, agar gerakan lebih optimal dan tujuan gerakan tercapai. Yaitu mengganti media corong menjadi ban motor. ➢ menambahkan setiap jarak antara rintangan, yaitu rintangan slalom agar siswa lebih mudah dalam bergerak. Yaitu dari jarak 1 m menjadi 1,5 m. ➢ Peletakan matras dengan posisi memanjang, agar ketika siswa melakukan gulingan/roll depan lebih

siswa tidak sulit dalam bergerak. ➢ Pada rintangan roll, agar lebih fleksibel karena tidak semua siswa dapat melakukan roll depan.	aman. ➢ Penambahan jarak daerah tolakan, dari jarak 7 m menjadi 10 m, supaya jatuhnya peluru tidak merusak rintangan yang di pos selanjutnya. ➢ Memberi jarak antara/jeda lintasan satu dan lintasan dua sekitar 1 m, agar supaya lebih aman dan leluasa. ➢ Memberi mistar/ tali pada pos III pada saat tolakan dengan awalan gaya menyamping gunanya agar tolakan tidak cenderung ke depan melainkan atas depan. ➢ menambahkan jumlah pemain pada setiap timnya menjadi 10 siswa dan menyelang-nyelingnya antara putera dan puteri, agar permainan lebih menarik dan tidak adanya pembeda *genre.*

Lampiran 18

DOKUMENTASI PENELITIAN

Foto Penyerahan Surat Izin Penelitian

Foto Sosialisasi Permainan

Foto pada saat siswa melakukan pemanasan

Lanjutan Lampiran 18

Foto pada saat melakukan presensi

Foto Penelitian pada saat gerakan mengguling

Foto Penelitian pada saat Melompati Kardus

Lanjutan Lampiran 18

Foto Penelitian pada saat Melewati Slalom

Foto Penelitian pada saat Menolak

Foto Penelitian pada saat Melompati Ban

Lanjutan Lampiran 18

Foto Penelitian pada saat Melompati Corong

Foto Para Ahli

Foto Siswa pada saat Mengisi Kuisioner

Lanjutan Lampiran 18

Foto bersama siswa dan guru penjas