



**PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI MATERI KEBUGARAN JASMANI KELAS I DI
SEKOLAH DASAR MENGGUNAKAN PENDEKATAN
TPSR (*TEACHING PERSONAL SOCIAL AND
RESPONSIBILITY*)**

SKRIPSI

**Diajukan dalam rangka menyelesaikan studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang**

**Oleh :
Agus Heri Nuryanto
6102414063**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

ABSTRAK

Agus Heri Nuryanto. 2019. **Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Kebugaran Jasmani Kelas I di Sekolah Dasar Menggunakan Pendekatan TPSR (*Teaching Personal and Social Responsibility*)**. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing: Agus Widodo Suropto, S.Pd., M.Pd.

Kata kunci: Kebugaran Jasmani, Menjaga Sikap Tubuh, TPSR

Pendidikan jasmani merupakan proses pembelajaran untuk menjadikan siswa dapat bergerak dengan baik dan benar. Di dalam pendidikan jasmani terdapat materi kebugaran jasmani yang salah satu tujuannya adalah memperbaiki sikap tubuh siswa seperti berjalan, berdiri, dan duduk dengan baik. Oleh karena itu, dibutuhkan materi ajar yang sesuai untuk dapat memperbaiki sikap tubuh siswa. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani materi kebugaran jasmani kelas I di sekolah dasar menggunakan pendekatan TPSR (*Teaching, Personal, Social and Responsibility*)?. Tujuan pengembangan yaitu menghasilkan produk model pembelajaran pendidikan jasmani materi kebugaran jasmani kelas I di sekolah dasar menggunakan pendekatan TPSR (*Teaching, Personal, Social and Responsibility*).

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan melalui pendekatan TPSR. Metode menggunakan referensi Sugiyono (2015:9). Penelitian pengembangan mengacu pada model pengembangan dengan langkahnya: 1) melakukan analisis kebutuhan dari hasil observasi, wawancara dan kajian pustaka 2) mengembangkan produk awal 3) evaluasi ahli pembelajaran dan guru penjasorkes serta uji coba I 4) revisi produk awal 5) uji coba II dan uji kelayakan 6) revisi produk akhir 7) hasil akhir permainan gerak Jaladu. Responden penelitian siswa kelas I SD Negeri di Kota Semarang dengan jumlah uji coba I (n=28), uji coba II (n=28), uji kelayakan (n=24).

Hasil penelitian berdasarkan validasi dari ahli permainan dan ahli pembelajaran didapatkan ahli permainan prosentase (93,75%), ahli pembelajaran 1 sebesar 96%, ahli pembelajaran 2 sebesar 86%, dan ahli pembelajaran 3 sebesar 97%. Uji coba I di SD Gunungpati 02, aspek afektif mengalami perubahan level 2 dan level 3, setelah melakukan permainan gerak jaladu menggunakan pendekatan TPSR menjadi level 3 dan level 4, kognitif sebesar 92%, psikomotor sebesar 95,83%. Uji coba II di SD Kandri 01, aspek afektif mengalami peningkatan yang sebelumnya pada level 0 dan level 2, setelah melakukan permainan gerak jaladu menggunakan pendekatan TPSR menjadi level 1 dan level 3, aspek kognitif sebesar 100%, aspek psikomotor sebesar 89,28%. Uji kelayakan di SD Pongangan, aspek afektif mengalami kenaikan yang sebelumnya pada level 0, dan level 2, setelah melakukan permainan gerak jaladu menggunakan pendekatan TPSR menjadi level 1 dan level 3. aspek kognitif sebesar 100%, aspek psikomotor 96,43%.

Kesimpulan penelitian ini adalah permainan gerak jaladu layak untuk digunakan pembelajaran di SD Negeri Gunungpati 02, SD Negeri Kandri 01 dan SD Negeri Pongangan sebagai media pembelajaran di Sekolah Dasar Kelas I di Kota Semarang.

ABSTRACT

Agus Heri Nuryanto. 2019. **Development of Learning Models of Physical Education Material Maintaining the Attitudes of Class I Elementary Schools Using the TPSR (Teaching Personal and Social Responsibility) Approach.** Essay. Department of Physical Health and Recreation Education, Faculty of Sport Sciences, Semarang State University. Advisor:

Agus Widodo Suropto, S.Pd, . M.Pd.

Keywords: Development, Physical Fitness, TPSR.

The background of this research was the incomplete content of teacher and student learning guide book. That's why teacher felt difficult to attract students enthusiasm during the learning process so that teachers required creativity and innovation. The development of learning models can help teacher to solve some learning problem, for example TPSR approach. The problem of this study was: How does elementary school physical fitness learning models use the TPSR approach through modified games? The purpose of this development was to find out the improvement of student behavior using the TPSR approach and produce game products.

This research was a development research through the TPSR approach. The method of this research was using Brog and Gall in Sugiyono (2015: 9). This development research refers to development model with some steps: 1) analysed needs from the results of observations, interviews and literature review; 2) developed initial products; 3) evaluated game experts, learning experts, and testing I; 4) initial products revision; 5) trial II and feasibility test 6) final product revision 7) final result of jaladu game. The respondents of this study were grade I elementary school students in Semarang City with a number of trials I (n = 28), trial II (n = 28), feasibility test (n = 24).

The result of this study was based on game experts validation and learning experts. It obtained game expert percentage was 93.75%, expert learning 1 was 96%, expert learning 2 was 86%, and expert learning 3 was 97%. The first trial was held in Gunungpati 02 Elementary School, the change of affective aspect got level 2 and level 3. After playing jaladu using the TPSR approach the change of affective got level 3 and level 4. Cognitive aspect got 92%, psychomotor aspect got 95.83%. Trial II was held in Kandri 01 Elementary School. The affective aspect had increased previously at level 0 and level 2. After playing jaladu using the TPSR approach, the affective had increased at level 1 and level 3, cognitive aspects got 100%, psychomotor aspects got 89.28%. The feasibility test at Pongangan Elementary School, showed that the affective aspects had increased previously at level 0 and level 2. After playing jaladu using the TPSR approach, the affective aspect had increased at level 1 and level 3. cognitive aspects amounted to 100%, psychomotor aspects got 96.43%.

The conclusion of this research showed that TPSR methods was feasible to be used in Kandri 01 Public Elementary School, Pongangan Public Elementary School and Gunungpati 02 Elementary School as a learning medium in Grade I Primary Schools Semarang City.

PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, saya:

Nama : Agus Heri Nuryanto

NIM : 6102414063

Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Menjaga Sikap Tubuh Kelas I di Sekolah Dasar Menggunakan Pendekatan TPSR (*Teaching Personal and Social Responsibility*)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi 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 sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

Semarang, 25 September 2019

Yang menyatakan,



AGUS HERI NURYANTO

NIM.6102414063

PERSETUJUAN

Proposal skripsi yang berjudul: Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Menjaga Sikap Tubuh Kelas I di Sekolah Dasar Menggunakan Pendekatan TPSR (*Teaching Personal and Social Responsibility*)

Disusun oleh:

Nama : Agus Heri Nuryanto
NIM : 6102414063
Jurusan/Prodi : PJKR/PGPJSD

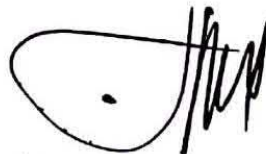
Telah disahkan dan disetujui pada 25 september oleh:

Menyetujui,
Kajur/Prodi/PJKR



Dr. Rumini, S.Pd., M.Pd.
NIP.19700223 1995 12 2001

Semarang,
Pembimbing



Agus Widodo Suropto.S.Pd.,M.Pd.
NIP.19800907 2008 12 1002

PENGESAHAN

Agus Heri Nuryanto NIM 6102414063 Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dengan judul Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Kebugaran Jasmani Kelas I di Sekolah Dasar Menggunakan Pendekatan TPSR (*Teaching Personal and Social Responsibility*) telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari : Senin

Tanggal : 22 Oktober 2019


Ketua
Prof. Dr. Endang Rahayu, M.Pd.
NIP. 196105201984032001

Panitia Ujian

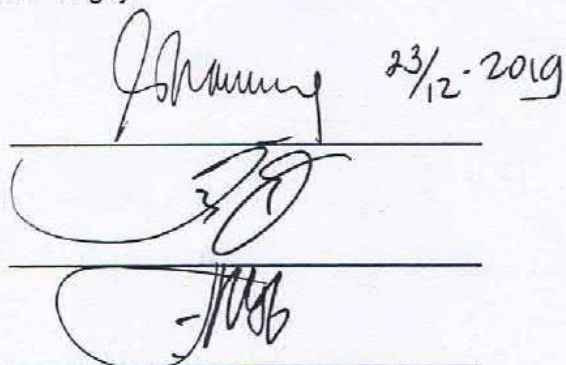

Sekertaris
Dr. Rumini, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197002231995122001

Dewan Penguji

1. Dr. Endang Sri Hanani, M.Kes.
NIP.195906031984032001

2. Mohamad Annas, S.Pd., M.Pd.
NIP.197511052005011002

3. Agus Widodo Suropto, S.Pd., M.Pd.
NIP.198009072008121002


23/12-2019

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhan mulah engkau berharap.” (QS. Al-Insyirah, 6-8)

Persembahan:

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya tersayang Bapak Wahono dan Ibu Siti Fatimah
2. Kakak dan Adik saya tercinta Atik Nur Wahyuningsih, Rizka Putri Permadhani
3. Keluarga besar PJKR, S1 UNNES
4. Almamater Universitas Negeri Semarang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyusun skripsi yang berjudul: “Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Kebugaran Jasmani Kelas I di Sekolah Dasar Menggunakan Pendekatan TPSR (*Teaching Personal and Social Responsibility*)”, sebagai syarat untuk mencapai Gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, petunjuk, dukungan, motivasi, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk memperoleh pendidikan formal di Universitas Negeri Semarang sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan dengan baik.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dan rekomendasi penelitian sehingga penelitian ini dapat telaksana di Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Gunungpati Kota Semarang.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan pengarahan dan motivasi kepada penulis selama menempuh studi di Universitas Negeri Semarang.
4. Agus Widodo Suropto, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan pengarahan, motivasi, serta bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini dengan baik.

5. Moch Fahmi Abdulaziz S.Pd., M.Pd. sebagai validator ahli kebugaran jasmani yang telah memberikan penilaian, perbaikan dan saran perbaikan terhadap model permainan berburu hewan.
6. Seluruh Dosen dan Staf Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan, terutama di Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
7. Bapak/Ibu Kepala Sekolah serta Bapak/Ibu guru Penjasorkes di SD Negeri Kandri 01, SD Negeri Pongangan dan SD Negeri Gunungpati 02 yang membantu dan memberikan izin penelitian.
8. Keluarga saya tersayang yang selalu memberikan motivasi, semangat dan doa selama menempuh perkuliahan
9. Semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan selama penyusunan skripsi

Atas segala doa, bantuan, serta motivasi kepada penulis, semoga semua amal yang telah diberikan mendapatkan berkah dari Allah SWT. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan untuk perkembangan ilmu pengetahuan.

Semarang, 25 September 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN	iv
PERSETUJUAN	v
PENGESAHAN.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Perumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Pengembangan	8
1.4 Manfaat Pengembangan	8
1.5 Spesifikasi Produk.....	8
1.6 Pentingnya Pengembangan	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR	10
2.1 Landasan Teori	10
2.1.1 Penelitian yang Relevan	10
2.1.2 Pendidikan	13
2.1.3 Pendidikan Jasmani.....	15
2.1.3.1 Tujuan Pendidikan Jasmani	16
2.1.3.2 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani	18
2.1.4 Kebugaran Jasmani	19
2.1.5 Kurikulum.....	22
2.1.6 Model Pembelajaran	24
2.1.6.1 Model Pembelajaran TPSR.....	25
2.1.6.2 Level TPSR.....	26
2.1.7 Pendidikan Karakter.....	27
2.1.8 Permainan Gerak JALADU	29
2.2 Kerangka Berfikir	30
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1 Model Pengembangan.....	33
3.2 Prosedur Pengembangan	33
3.2.1 Analisis Kebutuhan.....	34

3.2.2	Pembuatan Produk Awal	35
3.2.3	Validasi Ahli.....	35
3.2.4	Uji Coba Produk	36
3.2.4.1.	Uji Coba Skala I.....	36
3.2.4.2.	Uji Coba Skala II.....	36
3.2.4.3.	Uji Kelayakan	36
3.2.5	Revisi Produk	37
3.3	Subjek Uji Coba.....	37
3.4	Rancangan Produk.....	37
3.4.1	Permainan Gerak JALADU	37
3.4.2	Tujuan Permainan Gerak JALADU	38
3.4.3	Sarana dan Prasarana Permainan Gerak JALADU.....	38
3.4.4	Peraturan Permainan Gerak JALADU.....	39
3.5	Jenis Data	40
3.6	Instrument dan Teknik Pengumpulan Data	40
3.6.1	Instrument Ahli Permainan.....	41
3.6.2	Instrument Ahli Pembelajaran	41
3.6.3	Instrument Siswa	43
3.7	Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL PENGEMBANGAN		46
4.1	Penyajian Data Uji Coba Skala Kecil	46
4.1.1.	Analisis Kebutuhan	46
4.1.2.	Pembuatan Produk Awal.....	47
4.1.2.1.	Validasi Ahli.....	48
4.1.2.2.	Uji Coba I	54
4.1.2.3.	Data Uji Coba I	54
4.2	Hasil Analisis Data Uji Coba I	57
4.3	Revisi Produk Awal.....	59
4.4	Penyajian Data Uji Coba II.....	60
4.5	Hasil Analisis Data Uji Coba II	63
4.6	Penyajian Data Uji Coba Kelayakan	64
4.7	Hasil Analisis Data Uji Coba Kelayakan.....	67
4.8	Prototipe Produk.....	68
BAB V KAJIAN DAN SARAN		77
5.1	Kajian Prototipe Produk	77
5.1.1	Kelebihan Produk	78
5.1.2	Kelemahan Produk	78
5.2	Saran Pemanfaatan, Diseminasi, dan Pengembangan Lebih Lanjut	78
5.2.1	Saran Pemanfaatan	78
5.2.2	Diseminasi	79
5.2.3	Pengembangan Lebih Lanjut.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....		80
LAMPIRAN		82

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1. Kerangka berpikir.....	30
3.1. Kisi-kisi Instrument kuisisioner Uji Ahli.....	43
3.2. Tabel Skor Jawaban Kuisisioner.....	45
3.3. Tabel Kisi-kisi Instrument Kuisisioner Siswa.....	45
3.4. Tabel Presentase Hasil Analisis.....	47
4.1. Tabel Hasil Penilaian Ahli Kebugaran Jasmani.....	52
4.2. Aspek Penilaian Ahli Pembelajaran Penjasorkes.....	54
4.3. Saran Perbaikan Oleh Uji Ahli Kebugaran Jasmani dan Penjasorkes ..	62
4.4. Prototipe Produk.....	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1 Prosedur Pengembangan Model Pembelajaran	35
3.2 Peta Permainan Gerak Jaladu	39
4.1. Data Hasil Pengamatan Afektif Siswa (Uji Coba 1)	57
4.2. Data Hasil Pengamatan Kognitif Siswa (Uji Coba 1)	59
4.3. Data Hasil Pengamatan Psikomotor Siswa (Uji Coba 1)	59
4.4. Data Hasil Pengamatan Afektif Siswa (Uji Coba 2)	63
4.5. Data Hasil Pengamatan Kognitif Siswa (Uji Coba 2)	65
4.6. Data Hasil Pengamatan Psikomotor Siswa (Uji Coba 2)	66
4.7. Data Hasil Pengamatan Afektif Siswa (uji kelayakan)	68
4.8. Data Hasil Pengamatan Kognitif Siswa (uji kelayakan)	70
4.9. Data Hasil Pengamatan Psikomotor Siswa (uji kelayakan).....	70

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Keputusan Dosen Pembimbing	83
2. Surat Izin Penelitian SD N Kandri 01	84
3. Surat Izin Penelitian SD N Gunungpati 02	85
4. Surat Izin Penelitian SD N Pongangan	86
5. Surat Balasan Penelitian SD N Kandri 01	87
6. Surat Balasan Penelitian SD N Gunungpati 02	88
7. Surat Balasan Penelitian SD N Pongangan	89
8. Produk Awal Pengembangan Model Permainan Jaladulem	90
9. RPP SD Gunungpati 02	110
10. Penilaian Guru Penjasorkes SD Gunungpati 02.....	138
11. Produk Akhir Pengembangan Model Permainan Gerak Jaladu.....	141
12. Produk Akhir Penilaian Ahli Pembelajaran	157
13. Penilaian Guru Penjasorkes SD Kandri 01.....	162
14. RPP SD Kandri 01.....	166
15. RPP SD Pongangan.....	195
16. Penilaian Guru Penjasorkes SD Pongangan.....	229
17. Dokumentasi SD Gunungpati 02.....	231
18. Dokumentasi SD Kandri 01	233
19. Dokumentasi SD Pongangan.....	235

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan sebagai salah satu faktor penentu yang sangat penting dalam pembangunan nasional sebuah negara, ini dijadikan andalan utama supaya berfungsi maksimal untuk meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia. Menurut Undang-Undang Nomer 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas dalam pasal 1 disebutkan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan pada dirinya, masyarakat, mengembangkan segala potensi yang dimiliki peserta didik melalui proses pembelajaran.

Salah satu komponen penting dalam pendidikan adalah kurikulum. Kurikulum merupakan bagian terpenting dari sistem pendidikan Nasional, yang keberadaannya telah ada sejak awal keberadaan pendidikan Nasional. Dalam dunia pendidikan tidak lepas dari pedoman dalam mengajar yaitu kurikulum. Kurikulum pendidikan di Indonesia sering berubah seiring dengan kebutuhan, hal ini semata-mata demi tercapainya tujuan pendidikan yang ingin dicapai oleh pendidikan di Indonesia. Kurikulum merupakan segala program yang dilakukan sekolah dalam rangka membuat anak mau dan tertarik untuk belajar guna mencapai tujuan pembelajaran.

Pendidikan Jasmani merupakan salah satu mata pelajaran di sekolah. Bucher (1983) mengartikan pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang

memberikan perhatian pada aktivitas pengembangan jasmani manusia. Bucher juga menambahkan bahwa pengembangan utamanya jasmani, namun tetap berorientasi pendidikan, pengembangan jasmani bukan merupakan tujuan melainkan sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani adalah hak bagi manusia yang dilaksanakan sejak usia dini sampai perguruan tinggi atau dapat dikatakan bahwa pendidikan dapat dilakukan seumur hidup, yaitu sejak lahir hingga dewasa.

Pendidikan adalah proses untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan sekelompok orang yang diturunkan dari satu orang ke orang yang lain baik secara kelompok maupun individu melalui pengajaran atau pelatihan. Pendidikan sering terjadi dibawah bimbingan orang lain, tetapi juga bisa didapatkan dengan belajar otodidak.

Pendidikan jasmani merupakan suatu bentuk proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila (Mutohir,1992).

Pendidikan jasmani adalah fase dari program pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap anak. Tingkat kebugaran jasmani yang baik akan mencerminkan ciri-ciri sebagai berikut, (1) cukup kuat melakukan tugas harian ataupun tugas mendadak lainnya, (2) Mempunyai kemampuan untuk menyelesaikan tugas harian tanpa kelelahan yang berarti, (3) Mempunyai

ketahanan kardiovaskuler untuk melakukan pekerjaan yang melelahkan, (4) Memiliki kelincahan sehingga mampu untuk bergerak leluasa, (5) Memiliki kecepatan untuk mampu bergerak cepat dalam mengatasi keadaan darurat, (6) Memiliki daya control mengkoordinasikan gerakan tubuh dengan mulus (Sunardi dalam Fikri, 2017:93).

Tujuan Pendidikan Jasmani dalam kurikulum Sekolah Dasar (2004) yaitu (1) mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga, (2) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis melalui Pendidikan Jasmani, (3) mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani, (4) mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran jasmani dan pola hidup sehat, dan (5) mampu mengisi waktu luang.

Pendidikan jasmani atau yang lebih dikenal dengan olahraga secara lahiriah dibutuhkan oleh tiap manusia, tapi dalam kenyataannya sering diabaikan oleh seseorang. Olahraga membantu tubuh agar tetap bugar sehingga dalam melakukan aktivitas sehari-hari tubuh akan lebih kuat sehingga dalam dunia pendidikan, penjas dimasukkan dalam mata pelajaran pokok pada sekolah. Olahraga adalah aktivitas yang bisa bertujuan untuk melatih tubuh seseorang baik secara jasmani maupun rohani, hiburan, dan meraih prestasi. Olahraga bertujuan meningkatkan kesehatan, disamping itu olahraga juga berperan sebagai alat komunikasi, membangun rasa kebersamaan, menanamkan perilaku saling menghormati dan toleransi.

Proses pembelajaran dalam pendidikan jasmani menuntut guru untuk memiliki kreativitas dalam menyampaikan pembelajarannya saat mengajar. Guru masa sekarang ini tentu sangat berbeda dengan guru di masa lalu yang posisinya ditempatkan sebagai satu-satunya sumber ilmu pengetahuan. Metode pembelajaran yang digunakan baik berupa media atau sarana prasarana akan berpengaruh terhadap hasil yang dicapai oleh siswa. Dalam Undang-Undang No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, maka kewajiban seorang guru adalah menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dengan melibatkan siswa aktif dalam mengikuti proses-proses pembelajaran. Pembelajaran yang efektif misalnya dengan penggunaan metode dan media pembelajaran yang sesuai dan tepat dengan pokok bahasan.

Dalam kurikulum 2013, penilaian pendidikan jasmani mencakup 3 ranah yakni kognitif, afektif, psikomotor. Kognitif berdasarkan dari pengetahuan atau penguasaan materi, afektif meliputi sikap dalam proses pembelajaran, dan psikomotor dilihat dari bagaimana anak mempraktekan materi yang diajarkan. Dari penjelasan diatas materi yang harus ada dalam pembelajaran kebugaran jasmani setidaknya bisa menggambarkan ciri-ciri orang yang mempunyai kebugaran jasmani bai karena sangat mendukung untuk hidup yang lebih baik. Maka dari itu, untuk siswa kelas satu pemberian materi kebugaran jasmani dalam menjaga sikap tubuh atas dasar dari pengertian diatas salah satunya yaitu materi tentang memiliki daya kontrol mengkoordinasikan dan memperbaiki sikap tubuh siswa seperti berjalan, berdiri, dan duduk dengan baik. Dengan dasar tersebut maka peneliti memberikan materi sikap tubuh yang sudah sesuai dengan kompetensi dasar untuk dibuat sebuah produk yang dapat mengatasi masalah kesenjangan antara

buku guru dan buku siswa yang kurang memuat dengan jelas kandungan materi kebugaran jasmani yaitu keseimbangan dan kelentukan.

Menurut Rusli Lutan (2000:9) menyatakan bahwa pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani, ada empat faktor yang tidak bisa dipisahkan satu sama lain, yaitu tujuan, materi, metode dan evaluasi. Salah satu prinsip dalam pendidikan jasmani adalah partisipasi peserta didik secara penuh dan merata. Oleh karena itu guru pendidikan jasmani harus memperhatikan kepentingan setiap peserta didik. Kepentingan yang dimaksud adalah pelaksanaan proses pembelajaran yang diajarkan harus mempunyai mencakup empat aspek yaitu materi pembelajaran yang sesuai, penggunaan metode pembelajaran yang tepat, mempunyai tujuan yang ingin dicapai kemudian melakukan evaluasi apabila dalam pelaksanaannya mempunyai kelemahan dan kekurangan.

Pendidikan di sekolah dasar sangat beranekaragam, salah satunya adalah pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktif jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, serta kecerdasan emosi. Pendidikan jasmani berperan penting dalam menunjang pembentukan manusia Indonesia yang berkualitas dimasa depan. Keberhasilan anak-anak didalam belajar keterampilan gerak, ditentukan oleh faktor-faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi terjadinya perubahan pada diri anak. Keterampilan gerak salah satunya dapat direalisasikan melalui program pengajaran jasmani di sekolah.

Berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan pada bulan Februari 2018 di SD Gunungpati 02, SD Pongangan dan SD Kandri 01, peneliti melakukan wawancara kepada guru penjasorkes dan didapati kesimpulan yaitu bahwa guru

mempunyai beberapa kendala atau permasalahan yang dihadapi saat proses pembelajaran berlangsung. Adapun masalah yang terjadi diantaranya adalah kualitas isi buku guru dan buku siswa yang kurang memenuhi aspek pembelajaran yang ingin dicapai guru. Aspek yang dimaksud adalah aspek afektif yaitu yang berhubungan dengan sikap siswa dalam pembelajaran penjas. Selain itu, dari hasil wawancara dengan guru penjas didapati hasil bahwa antara kompetensi dasar yang ada dikurikulum dengan materi yang ada sehingga terkesan kurang jelas dan sulit untuk dipahami guru pendidikan jasmani. Karena menurut guru, buku pedoman kurikulum 2013 itu hanya berupa gambar dan siswa dituntut bisa mendeskripsikan materi pembelajaran tersebut, yang mana guru dituntut harus lebih kreatif agar materi pembelajaran yang disampaikan dapat dipahami siswa.

Kualitas isi teks dari buku guru yang beredar di sekolah kurang mendetail, dimana dalam buku siswa bidang pendidikan jasmani banyak penyajian gambar yang tidak dapat digunakan sebagai pedoman atau petunjuk pembelajaran secara utuh dan menyeluruh untuk penyampaian materi pendidikan jasmani. Buku teks guru dan siswa tidak mencantumkan isi materi ajakan untuk menghayati agama sebagai upaya untuk mengembangkan kekuatan spiritual keagamaan sehingga siswa tidak memperoleh banyak pengetahuan mengenai hal tersebut.

Dampak dari proses pembelajaran dengan buku pegangan membuat para pendidik berfikir bahwa materi yang disajikan tidak cukup luas, dan materi tidak disajikan secara mendalam, serta materi yang disajikan tidak sesuai dengan perkembangan peserta didik. Oleh karena itu, diperlukan pengembangan model pembelajaran yang lebih inovatif dan kreatif untuk menyelesaikan permasalahan yang ada. Salah satu model pengembangan pembelajaran yang dapat dilakukan

oleh guru pendidikan jasmani untuk menyelesaikan permasalahan yang ada adalah dengan model TPSR.

Penjelasan model dan metode pembelajaran. TPSR (*Teaching Personal and Social Responsibility*) merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang sering dipergunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, pendekatan ini digunakan untuk melakukan perubahan karakter atau membentuk karakter anak. Konsep TPSR ini dikembangkan oleh Don Hellison. Pengembangan model ini sudah berkembang pesat sejak tahun 1986. Menurut Hellison dalam Doris L. Watson, Brian D. Clocksin (2013:4).

Model TPSR (*Teaching Personal Social and Responsibility*) adalah model pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan tanggung jawab dan keyakinan peserta didik akan kemampuannya untuk melakukan suatu tugas tertentu. Model pendidikan ini sangat berperan penting didalam pendidikan jasmani dikarenakan dapat melatih peserta didik untuk lebih bertanggung jawab dan memiliki keyakinan yang tinggi serta melatih peserta didik agar dapat bekerja sama dengan peserta didik lainnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti mengangkat judul penelitian **“Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Kebugaran Jasmani Kelas 1 Di Sekolah Dasar Menggunakan Pendekatan TPSR (*Teaching Personal Social and Responsibility*)”** sebagai topik skripsi. Peneliti mengambil tema tersebut dikarenakan ingin mencari inovasi terhadap kurang lengkapnya penjelasan dan penjabaran mengenai isi materi buku pegangan guru dan buku pegangan siswa, dengan harapan agar isi materi lebih dapat dipahami dan dipelajari dengan mudah baik oleh guru maupun siswa agar dapat tercipta pembelajaran yang efektif dan efisien.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah pokok yaitu : Bagaimana pengembangan model pembelajaran Pendidikan Jasmani materi kebugaran jasmani kelas I di sekolah dasar menggunakan pendekatan TPSR (*Teaching Personal Social and responsibility*)?

1.3 Tujuan Pengembangan

Berdasarkan perumusan masalah, maka tujuan dari penelitian pengembangan ini adalah untuk menghasilkan sebuah produk “Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Kebugaran Jasmani Kelas I di sekolah dasar menggunakan Pendekatan TPSR (*Teaching Personal Social and Responsibility*).

1.4 Manfaat Pengembangan

Manfaat produk pengembangan model pembelajaran penjas yang diharapkan yaitu :

1. Membantu mengembangkan model pembelajaran di sekolah dasar agar materi yang disampaikan sesuai dengan SK dan KD (Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar).
2. Menambah referensi bahan ajar dalam kegiatan pembelajaran penjas.

1.5 Spesifikasi Produk

Produk yang dihasilkan melalui penelitian pengembangan ini berupa Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Materi Kebugaran Jasmani melalui permainan gerak Jaladu untuk Kelas I di sekolah dasar menggunakan Pendekatan TPSR (*Teaching Personal Social and Responsibility*).

1.6 Pentingnya Pengembangan

Model pengembangan permainan gerak Jaladu merupakan salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Guru pendidikan jasmani perlu melakukan modifikasi terhadap permainan yang akan diberikan kepada siswa agar tujuan dari pembelajaran tercapai.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERFIKIR

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Penelitian yang Relevan

Sebelum penelitian ini dilakukan, diperlukan adanya tinjauan atas penelitian sebelumnya sebagai acuan dalam penelitian yang akan dilakukan. Penelitian ini dilakukan guna untuk hasil dari pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani materi kebugaran jasmani kelas I di sekolah dasar menggunakan pendekatan TPSR. Berkaitan dengan penelitian ini, ada beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dan dapat dijadikan tolok ukur sebagai berikut :

2.1.1.1 Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Banu Setiawan, Endang Sri Hanani, dan Ranu Aji Baskoro Putra. 2012 (UNNES). Dengan Judul “Pengembangan Model Permainan Bola Voli “KASVOL” dalam Pembelajaran Penjasorkes”. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif presentase untuk mengungkap aspek kognitif, afektif, dan psikomotor siswa setelah menggunakan produk. Hasil dari uji coba diperoleh data evaluasi ahli yaitu ahli penjas 72% (baik), ahli pembelajaran 74% (baik), uji kelompok kecil 66,11% (baik), dan uji coba lapangan 69,42% (baik) dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran permainan bola kasvol ini dapat dipergunakan dalam proses pembelajaran penjasorkes bagi siswa SDN Kuripan Lor 01 Pekalongan

2.1.1.2 Hasil penelitian pada jurnal “Keolahragaan” yang ditulis oleh Nurina dan Sukoco (2014) dengan judul penelitian “Upaya Peningkatan Karakter

Siswa SMA Dalam Permainan Bola Basket Melalui Model TPSR". Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan karakter tanggungjawab, kerja sama dan percaya diri siswa putri kelas XI IPS 2 SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dengan model TPSR dalam pembelajaran permainan bola basket. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa model pembelajaran TPSR dapat meningkatkan karakter tanggung jawab dan kerja sama dalam pembelajaran permainan bola basket yang berdampak pada kepercayaan diri siswa putri kelas XI IPS 2 SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang dapat dilihat dari peningkatan nilai keterampilan psikomotor, kognitif, dan afektif siswa.

2.1.1.3 Penelitian yang dilakukan oleh Eka Setyaningsih. 2013. (UNNES) dengan judul "Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak dalam Penjasorkes Melalui Pendekatan Lingkungan Persawahan Pada Siswa Kelas III SD Negeri 1 Sukorejo Kecamatan Sukorejo Kabupaten Kendal". Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuisisioner yang diperoleh dari ahli evaluasi, uji coba kelompok kecil (16 siswa kelas III SDN 1 Sukorejo), dan uji lapangan (24 siswa kelas III SDN 1 Sukorejo). Teknis analisis data yang digunakan adalah deskriptif presentase untuk mengungkap aspek kognitif, afektif, dan psikomotor siswa setelah menggunakan produk. Dari hasil uji coba diperoleh data evaluasi ahli lebih dari 4 (kategori baik), presentase hasil uji coba kelompok kecil 72,10% (baik), dan presentase hasil uji lapangan 91,96% (sangat baik). Berdasarkan hasil tersebut maka pengembangan model pembelajaran keseimbangan gerak di lingkungan persawahan ini dapat digunakan untuk siswa kelas III SDN 1 Sukorejo Kabupaten Kendal.

2.1.1.4 Penelitian yang dilakukan Dhimas Bagus Dharmawan, Bambang Priyono.

2016. (UNNES) dengan judul “Pengembangan Model Permainan SRD (Spider Run Dance) dalam Pembelajaran Kebugaran Jasmani”. Hasil penelitian ini adalah data validasi ahli pada produk awal sebelum diujicobakan skala kecil, pada skala kecil, dan skala besar rata-rata hasil penelitian adalah ahli penjas 80,87% (baik) dan ahli pada produk pembelajaran 82,19% (baik), dari ujicoba skala kecil didapat dari hasil kuisisioner rata-rata presentase jawaban yang sesuai 84,99%. Sedangkan untuk uji coba skala besar dari hasil kuisisioner rata-rata persentase jawaban yang sesuai 87,79% (baik).

2.1.1.5 Penelitian yang dilakukan Sunar Bagus Subroto, Uen Hertiwan, Andry

Akhiruyanto. 2013.(UNNES) judul “Pengembangan Permainan “TOFU BASKET BALL” dalam pembelajaran Penjasorkes pada siswa kelas V SDN Tugurejo 01 Kecamatan Tugu Kota Semarang Tahun 2011/2012. Dari hasil uji coba diperoleh data evaluasi dari ahli penjas 77,3% criteria baik, ahli pembelajaran I 82,67% dan II diperoleh 84% kategori baik. Uji coba kelompok kecil 75% kriteria baik, dan uji coba lapangan 88% kriteria baik. Dari hasil dapat disimpulkan bahwa model “tofu basketball” dapat digunakan bagi siswa kelas V SDN Tugurejo 01 Kecamatan Tugu Kota Semarang.

Kesimpulan dari beberapa penelitian terdahulu bahwa model pembelajaran dapat dipergunakan dan diterapkan pada pembelajaran setelah melalui tahap uji coba yang dilakukan oleh ahli penjas dan ahli pembelajaran setelah dilaksanakan uji skala kecil dan uji skala besar.

Model pembelajaran dalam penelitian ini telah melalui uji coba skala kecil dan skala besar dan telah disetujui ahli penjas dan ahli pembelajaran. Model pembelajaran penjas materi kebugaran jasmani dalam menjaga sikap tubuh melalui permainan gerak Jaladu menggunakan pendekatan TPSR telah melalui prosedur kelayakan sehingga bisa digunakan untuk proses pembelajaran.

2.1.2 Pendidikan

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. (UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 1).

Pendidikan adalah suatu proses menaburkan benih-benih budaya dan peradapan manusia yang hidup dan dihidupi oleh nilai-nilai atau visi yang berkembang dan dikembangkan didalam suatu masyarakat dan kebudayaan. Antara kebudayaan dan pendidikan terdapat hubungan yang sangat erat dalam arti keduanya berkenaan dengan suatu hal yang sama ialah nilai-nilai. (Tilaar, 2002).

Menurut Nurkholis (2013:24) pendidikan merupakan suatu proses yang mencangkup tiga dimensi, individu, masyarakat atau komunitas dari individu tersebut, dan seluruh kandungan realitas, baik material maupun spiritual yang memainkan peranan dalam menentuka sifat, nasib bentuk manusia maupun masyarakat.

Menurut beberapa jurnal yang ada, (Sutyitno, 2012) pendidikan nasional Indonesia saat ini masih menghadapi berbagai masalah. Capaian hasil pendidikan masih belum memenuhi hasil yang diharapkan. Pembelajaran di sekolah belum

mampu membentuk secara utuh pribadi lulusan yang mencerminkan karakter dan budaya bangsa. Proses pendidikan masih menitikberatkan dan memfokuskan capaiannya secara kognitif. Sementara, aspek afektif pada diri peserta didik yang merupakan bekal kuat untuk hidup di masyarakat belum dikembangkan secara optimal. Karena itu, pendidikan karakter dan budaya bangsa merupakan suatu keniscayaan untuk dikembangkan di sekolah.

Pendidikan nasional, sebagaimana tertera dalam UU no 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Sukitman, 2012).

Berdasarkan teori diatas pendidikan dapat disimpulkan bahwa Pendidikan dasar adalah suatu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran untuk peserta didik secara aktif akan mengembangkan potensi diri untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat.

Tujuan pendidikan adalah seperangkat hasil pendidikan yang tercapai oleh peserta didik setelah di selenggarakannya kegiatan pendidikan. Tujuan pendidikan ialah kesempurnaan hidup manusia sehingga dapat memenuhi segala keperluan lahir dan batin yang diperoleh dari kodrat alam (Dewantara dalam Musanna, 2017:119). Seluruh kegiatan pendidikan yakni pimbingan pengajaran,

dan atau latihan diarahkan untuk mencapai tujuan pendidikan. Dan konteks ini, tujuan pendidikan merupakan suatu komponen sistem pendidikan yang menempati kedudukan dan berfungsi sentral. Itu sebabnya, setiap tenaga kependidikan perlu memahami dengan baik tujuan pendidikan, supaya berusanya melaksanakan tugas dan fungsinya untuk mencapai tujuan pendidikan yang telah ditentukan. (Hamalik, 1994:3).

2.1.3 Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah suatu program pendidikan yang dilakukan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan diri seseorang yang melibatkan aktivitas jasmani, serta disusun secara sistematis dan bertahap berdasarkan tingkat pertumbuhan dan perkembangan demi meningkatkan kemampuan atau keterampilan jasmani. Sehingga membentuk potensi yang ada dan kepribadian individu sehat. Pemahaman tersebut berdasarkan pendapat para ahli.

Pendidikan jasmani dan kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani pada dasarnya memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh sebagaimana makhluk sosial yang total, tidak hanya dianggap sebagai seseorang yang terpisah dari kualitas fisik maupun mentalnya (Husdrata, 2009: 3-4).

Menurut Dauer dan Pangrazi (1989: 1) pendidikan jasmani adalah fase dari program pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap siswa. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan dan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara-cara yang tepat agar memiliki makna bagi siswa.

Pendidikan jasmani merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai pada domain-domain pembelajaran, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif.

Menurut Nixon dan Cozens (1963:51) pendidikan jasmani didefinisikan sebagai fase dari seluruh proses pendidikan yang berhubungan dengan aktivitas dan respons otot yang giat dan berkaitan dengan perubahan yang dihasilkan individu dari respons tersebut.

2.1.3.1 Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pendidikan jasmani yaitu mengembangkan anak melalui aktivitas jasmani, meningkatkan kemampuan dan ketrampilan gerak dasar, serta membentuk sikap yang positif dan mengembangkan mental, sosial, emosional, intelektual dan kesehatan secara keseluruhan. Tujuan pendidikan jasmani disimpulkan dari pendapat para ahli.

Menurut Bloom dan Krathwohl (dalam Abdullah, dkk, 1994:15) tujuan pendidikan dapat digolongkan menjadi tiga ranah atau domain yaitu ranah kognitif, ranah afektif dan ranah psikomotor. Ranah kognitif mencakup hasil intelektual, seperti pengetahuan, pemahaman, dan ketrampilan berfikir, sedangkan ranah afektif mencakup pada perasaan dan emosi, seperti minat, sikap, apresiasi dan metode penyesuaian, lain halnya dengan ranah psikomotor yang mencakup ketrampilan gerak siswa, seperti menulis, mengetik, dan menjalankan mesin.

Sedangkan menurut Voltmer, dkk (2009:15) tujuan pendidikan jasmani adalah pendidikan anak secara keseluruhan, untuk mengembangkan individu anak secara maksimal yang meliputi perubahan fisik, mental, moral, sosial, estetika, emosional, intelektual dan kesehatan.

Tujuan pendidikan jasmani diantaranya:

1. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
2. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta 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, disiplin, jujur, 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 ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas.
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.

2.1.3.2 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

- 1) Permainan dan olahraga, meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola volly, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis dan beladiri, serta aktivitas lainnya.
- 2) Aktivitas pengembangan, meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- 3) Aktivitas senam, meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
- 4) Aktivitas ritmik, meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik, serta aktivitas lainnya.
- 5) Aktivitas air, meliputi: permainan dalam air, keselamatan air, keterampilan gerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
- 6) Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
- 7) Kesehatan, meliputi: penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang berkaitan dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek (Samsudin, 2008:16)

2.1.4 Kebugaran Jasmani

Kebugaran jasmani merupakan kondisi tubuh seseorang, yang mempunyai peranan penting dalam kegiatan atau aktivitas sehari-hari. Setiap individu perlu memiliki tingkat kebugaran jasmani yang ideal. Hal itu disesuaikan dengan

tuntutan tugas maupun aktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Nurkhasan (2011) dalam Arifin (2018:24) Kebugaran jasmani adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari, tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Kebugaran jasmani yang baik merupakan modal dasar bagi seseorang untuk melakukan aktivitas fisik atau kerja sehari-hari secara efisien dalam waktu yang relatif lama tanpa adanya kelelahan yang berarti sehingga masih bisa menikmati waktu luangnya. Kebugaran jasmani bisa didapatkan melalui latihan fisik yang tepat, sistematis, dan tidak berlebihan (Arifin, 2018:24).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kebugaran jasmani bentuk ketahanan fisik manusia dalam melakukan berbagai macam bentuk aktivitas dalam kehidupan sehari-hari, tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti. Sehingga, masih terdapat sisa tenaga yang dapat digunakan untuk beraktifitas secara spontan, dimana seseorang yang memiliki tingkat kebugaran kurang tidak dapat melakukannya.

Sepuluh komponen kebugaran jasmani menurut para ahli adalah sebagai berikut (Arifin, 2018:24-27):

1. Daya tahan (*endurance*)

Daya tahan (*endurance*) adalah kemampuan untuk melakukan suatu gerakan atau usahamelewati suatu periode waktu.

2. Kelentukan (*flexibility*)

Kelentukan (*flexibility*) adalah kemampuan sendi untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi secara maksimal sesuai dengan kemungkinan geraknya.

3. Kekuatan (*strength*)

Kekuatan (*strength*) adalah besarnya tenaga yang digunakan oleh otot atau sekelompok otot saat melakukan kontraksi.

4. Komposisi tubuh

Komposisi tubuh dapat didefinisikan sebagai prosentasi relatif dari lemak tubuh dan massa tubuh.

5. Kecepatan (*speed*)

Kecepatan (*speed*) adalah kemampuan berpindah dengan cepat dari satu tempat ke tempat lain.⁹ Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (Sajoto, 1988). Jadi kecepatan merupakan usaha yang dilakukan secara cepat untuk berpindah dari satu tempat ke tempat yang lain secara berkesinambungan dalam bentuk yang sama.

6. Keseimbangan (*balance*)

Keseimbangan (*balance*) adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh pada bidang tumpuan pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat melakukan gerakan (*dynamic static*). Keseimbangan diperlukan unsur-unsur koordinasi, ketangkasan, dan kelincahan (Moeslim, 1995). Jadi keseimbangan adalah sebuah bentuk keadaan dalam mempertahankan keadaan yang keseimbangan, pada saat diam maupun pada saat bergerak.

7. Kelincahan (*agility*)

Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan bergerak dengan berubah-ubah arah secara cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk merubah arah dan posisi di arena tertentu. Dapat disimpulkan bahwa kelincahan (*agility*) berhubungan dengan kemampuan yang dilakukan secara cepat dan tepat dalam mengubah arah

posisi tubuh dengan kecepatan dan ketepatan yang maksimal, tanpa harus kehilangan keseimbangan.

8. Koordinasi (*coordination*)

Koordinasi (*coordination*) adalah kemampuan untuk melakukan gerak dengan tepat dan efisien. Koordinasi (*coordination*) adalah kemampuan seseorang mengintegrasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda dalam pola gerakan tunggal secara efektif (Sajoto, 1988). Jadi koordinasi dapat diartikan dengan kemampuan untuk menggunakan organ penglihatan maupun pendengaran dan bersamaan dengan bagian-bagian tubuh tertentu dalam melakukan aktivitas gerak atau motorik dengan baik dan ketepatan maksimal.

9. Kecepatan reaksi (*reaction speed*)

Kecepatan reaksi (*reaction speed*) berkaitan dengan waktu yang diperlukan dari saat diterimanya stimulus atau rangsangan sampai awal munculnya respon atau reaksi.

10. Daya (*power*)

Daya (*power*) adalah gabungan antara kekuatan dan kecepatan atau pengerahan otot secara maksimal dengan kecepatan maksimum. Daya ledak merupakan unsur kemampuan fisik yang menjadikan seseorang mampu menggunakan otot-otot untuk menghasilkan gerak fisik secara eksplosif.

2.1.5 Kurikulum

Kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pengajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman

penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan nasional (UU No.20 Tahun 2003 Pasal 1 Ayat 19).

Dalam undang-undang No. 2 tahun 1989 menyatakan bahwa kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai isi dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan belajar mengajar (Oemar Hamilik:1994. Hal 33).

Kurikulum dipahami sebagai seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu, maka dengan terbitnya Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 81 A tahun 2013 Tentang Implementasi Kurikulum, pemerintah telah menggiring pelaku pendidikan untuk mengimplementasikan kurikulum dalam bentuk kurikulum 2013, yaitu kurikulum sebagai jantungnya pendidikan sehingga perlu dikembangkan dan diimplementasikan secara kontekstual untuk merespon kebutuhan daerah, satuan pendidikan, dan peserta didik (Marsudi, 2013).

Berdasarkan Jurnal Pedagogi Volume 2, kurikulum merupakan bagian terpenting dari sistem pendidikan Nasional, yang keberadaannya telah ada sejak awal keberadaan pendidikan Nasional. Kurikulum pada masa itu hanya memfokuskan ada membaca, menulis dan berhitung. Seiring dengan perkembangan zaman maka dunia pendidikan baik itu formal maupun non formal maka harus menyesuaikan kurikulum pembelajarannya sesuai jaman, jadi kurikulum pendidikan nasional itu mengalami perkembangan yang cukup signifikan. Tentunya pada pengembangan kurikulum yang ada, kebanyakan berorientasi kepada kebutuhan siswa yang menuju pada kualitas atau mutu

dengan suatu tujuan negara dimana dapat mensukseskan program pembangunan nasional, dengan mencetak sumber daya manusia yang berkualitas sesuai dengan kebutuhan dalam pembangunan dan dapat menghasilkan siswa yang kualitas serta dapat bersaing secara kompetitif dipasar global.

Berdasarkan penjelasan yang ada kurikulum merupakan program dan pengalaman belajar serta hasil-hasil belajar yang diharapkan, yang diformulasikan melalui pengetahuan dan kegiatan yang tersusun secara sistematis, diberikan kepada siswa dibawah tanggung jawab sekolah untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan pribadi dan kompetensi sosial.

2.1.6 Model Pembelajaran

Model pembelajaran adalah bentuk pembelajaran yang tergambar dari awal sampai akhir yang disajikan secara khas oleh guru. Dengan kata lain, model pembelajaran merupakan bungkus atau bingkai dari penerapan suatu pendekatan, metode, strategi, dan tehnik pembelajaran (Helmiati, 2012: 19).

Model pembelajaran pendidikan jasmani tidak harus terpusat pada guru lagi tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya. Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh mereka yang hendak mengajar pendidikan jasmani

Menurut Jurnal Penelitian Pendidikan Volume 11, kritik yang selama ini muncul terhadap proses pembelajaran Pendidikan Jasmani adalah situasi pembelajaran yang kurang menyenangkan dan menggembirakan siswa. Proses

pembelajaran lebih menekankan pada kemampuan anak untuk menghadapi sejumlah materi pembelajaran sesuai dengan kurikulum yang ada dan lebih mendorong anak untuk belajar lebih aktif, kreatif efektif dan menyenangkan. Hal ini justru sangat diperlukan sesuai dengan dinamika perkembangan anak yang masih memerlukan proses kegiatan belajar yang konkrit, nyata dan realitas.

2.1.6.1 Model Pembelajaran TPSR (*Teaching Personal Social and Responsibility*)

TPSR (*Teaching Personal and social Responsibility*) merupakan model pendidikan tentang tanggung jawab pribadi dan tanggung jawab sosial yang bertujuan untuk meningkatkan keyakinan peserta didik akan kemampuannya untuk melakukan suatu tugas tertentu. Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah, dan hasil analisis data yang ada, maka dapat disimpulkan bahwa strategi TPSR dengan pendekatan saintifik efektif dalam meningkatkan tanggung jawab siswa. Dengan demikian strategi ini dapat menjadi solusi dan mengisi kekosongan implementasi TPSR yang selama ini masih menunjukkan inkonsistensi hasil. Adapun temuan hasil penelitian secara rinci berdasarkan rumusan masalah dan hipotesis yang diajukan adalah Pertama, terdapat perbedaan efektivitas antara strategi TPSR dan konvensional dalam meningkatkan tanggung jawab siswa. Strategi TPSR lebih efektif dibandingkan dengan strategi konvensional dalam meningkatkan tanggung jawab siswa. Kedua, terdapat interaksi antara pendekatan pembelajaran dengan strategi pembinaan karakter. Kelompok strategi TPSR-saintifik paling efektif dalam meningkatkan tanggungjawab siswa. Ketiga, tidak terdapat perbedaan efektivitas antara pendekatan pembelajaran saintifik dan tradisional dalam meningkatkan tanggung jawab siswa.

Implikasi TPSR merupakan kerangka pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan tanggung jawab personal dan sosial siswa, peningkatan tanggung jawab itu sendiri hanya bisa dicapai melalui konsep pembelajaran yang holistik dan komprehensif. Untuk menciptakan pembelajaran yang memenuhi karakteristik tersebut, maka dilakukanlah strategi TPSR dengan pendekatan saintifik. Kolaborasi TPSR dengan pendekatan saintifik ini diimplementasikan dalam pendidikan jasmani, dengan tujuan meningkatkan tanggung jawab siswa secara personal dan sosial.

Berdasarkan hasil penelitian ini ditemukan bahwa strategi pembinaan karakter berpengaruh terhadap tanggung jawab personal dan sosial siswa. Strategi TPSR berpengaruh lebih efektif dibandingkan strategi konvensional. Penelitian ini penting dilakukan, sebab implementasi TPSR yang pernah dilakukan sebelumnya masih inkonsisten dalam mencapai tujuan pembelajaran tanggung jawab. Terutama implementasi program pada kelas pendidikan jasmani masih menunjukkan hasil yang sangat minimal, hal ini terjadi karena pada awalnya implementasi TPSR tidak memperhatikan proses pembelajaran yang holistik dan komprehensif. Kebanyakan implementasi program terfokus dan terhenti pada aspek kognitif, sehingga proses pembelajaran terputus dan hasil belajar tidak maksimal. Tidak tercapainya hasil belajar dengan TPSR ini berimplikasi terhadap kegagalan output tanggung jawab siswa.

Hal yang mungkin tidak disadari oleh guru-guru terkait beberapa aspek dalam implementasi program seperti pemahaman teori dan konseptual yang baik, strategi implementasi, dan proses implementasi itu sendiri. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan teori mengenai implementasi TPSR dalam peningkatan tanggung jawab personal dan sosial siswa. Selain itu

penelitian ini diharapkan dapat membuka wawasan guru-guru disekolah, agar program ini menjadi salah satu alternatif pembelajaran dalam membentuk karakter siswa melalui pendidikan jasmani. Jika penelitian ini tidak dilakukan, maka kelemahan proses pembelajaran tanggung jawab dan implementasi TPSR akan terus berlangsung sehingga inkonsistensi hasil pembelajaran tidak akan menemukan jalan keluarnya. Hal ini sangat merugikan bagi dunia pendidikan, karena hasil pembelajaran yang optimal tidak akan pernah tercapai. Output siswa terutama dalam aspek tanggung jawab akan “jalan di tempat” dan kualitas pembelajaran yang efektif akan dinilai rendah karena tujuan pembelajaran tidak tercapai.

2.1.6.2 Level dalam TPSR

1) Level 0

Bertujuan agar peserta didik belajar empati, kontrol diri dan kemampuan menyelesaikan konflik secara damai.

2) Level I

Untuk mengembangkan motivasi internal dan ketertarikan untuk menyelesaikan pekerjaan dengan baik.

3) Level II

Peserta didik dikuatkan untuk mengatur waktunya sendiri, merencanakan pembelajaran sendiri, dan untuk menentukan tujuan jangka pendek dan jangka panjang untuk dirinya sendiri.

4) Level III

Mengajarkan kepada peserta didik untuk membantu teman dan menjadi sensitif dan responsive.

5) Level IV

Peserta didik dikuatkan untuk mengimplementasikan pembelajaran mereka pada konteks yang berbeda.

2.1.7 Pendidikan Karakter

Pendidikan merupakan proses pewarisan budaya dan karakter bangsa bagi generasi muda dan juga merupakan proses pengembangan budaya dan karakter bangsa untuk peningkatan kualitas kehidupan masyarakat dan bangsa di masa yang akan datang. Dalam proses pendidikan budaya dan karakter bangsa, secara aktif peserta didik mengembangkan potensi dirinya, melakukan proses internalisasi, dan penghayatan nilai-nilai menjadi kepribadian mereka dalam bergaul dimasyarakat, mengembangkan kehidupan masyarakat yang lebih sejahtera, serta mengembangkan kehidupan bangsa yang bermatabat Afandi, dkk (2013:11-12).

Karakter adalah kunci keberhasilan individu karena individu yang berkarakter baik adalah individu yang bisa membuat keputusan dan siap mempertanggungjawabkan tiap akibat dari keputusan yang dibuat. Dengan demikian karakter adalah nilai-nilai baik yang tertanam dalam diri dan diterapkan dalam perilaku. Dengan begitu diperlukan pendidikan karakter sejak usia dini guna membiasakan individu dalam melakukan nilai-nilai yang baik dalam kehidupan bermasyarakat.

Menurut Berkowitz dan Bier dalam jurnal (Maunah, 2015:91) pendidikan karakter adalah penciptaan lingkungan sekolah yang membantu siswa dalam perkembangan etika, tanggung jawab melalui model dan pengajaran karakter yang baik melalui nilai-nilai universal. Dalam pendidikan karakter di sekolah, semua komponen (pemangku pendidikan) harus dilibatkan, termasuk komponen-komponen pendidikan itu sendiri, yaitu isi kurikulum, proses pembelajaran dan

penilaian, penanganan atau pengelolaan mata pelajaran, pengelolaan sekolah, pelaksanaan aktivitas atau kegiatan ko-kurikuler, pemberdayaan sarana prasarana, pembiayaan, dan etos kerja seluruh warga sekolah.

Pendidikan karakter adalah suatu sistem pendidikan dengan menanamkan nilai-nilai yang sesuai dengan budaya bangsa dengan komponen aspek pengetahuan (*cognitive*), sikap perasaan (*affection felling*), dan tindakan, baik terhadap Tuhan Yang Maha Esa (YME) baik untuk diri sendiri, masyarakat dan bangsanya (Afandi, 2011:88). Jadi peranan pendidikan karakter bagi siswa sekolah dasar sangatlah penting untuk menumbuhkan nilai-nilai yang sesuai dengan budaya bangsa.

Nilai-nilai yang dikembangkan dalam pendidikan budaya dan karakter bangsa diidentifikasi dari sumber-sumber berikut ini:

- a. Agama
- b. Pancasila
- c. Budaya
- d. Tujuan Pendidikan Nasional

Pendidikan karakter adalah upaya yang dilakukan untuk mempengaruhi cara berfikir atau berperilaku suatu individu untuk bertindak, bersikap, berucap dan melakukan respon dalam bermasyarakat. Atas dasar pemikiran tersebut pengembangan pendidikan budaya dan karakter harus dilakukan dengan perencanaan, pendekatan metode dan pembelajaran yang efektif. Oleh karena itu perlu adanya kejasama yang baik oleh sesama guru ataupun pimpinan sekolah agar menjadi bagian yang tak terpisahkan dari budaya sekolah.

Pendidikan karakter mempunyai peran membantu siswa dan sekolah untuk memahami nilai-nilai yang baik, dan berperilaku berdasarkan nilai-nilai tersebut.

Melalui pendidikan karakter diharapkan diperoleh insan yang baik dan mampu mengembangkan potensi dirinya, bangsa, dan negaranya. Dalam mengembangkan karakter peserta didik dapat melalui mata pelajaran pendidikan jasmani dengan mengoptimalkan ranah afektif dalam proses pembelajaran. Peran dari guru pendidikan jasmani dalam posisi yang sangat sentral dan berpengaruh guna membentuk karakter siswa yang baik.

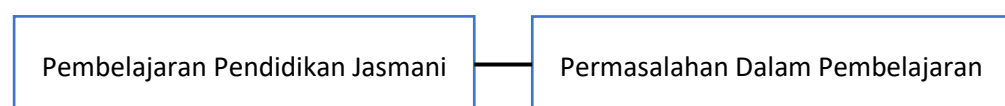
2.1.8 Permainan gerak Jaladu

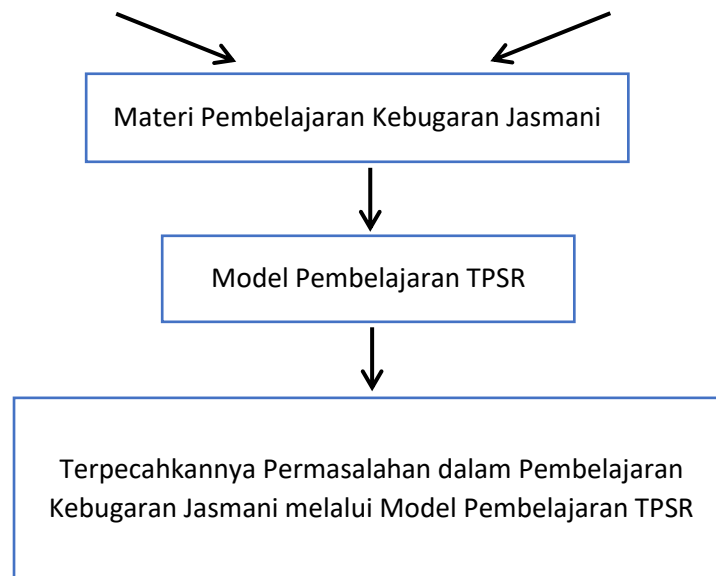
Permainan gerak jaladu merupakan gerakan-gerakan yang dirangkai menjadi sebuah permainan yang disederhanakan dengan cara jalan, lari, duduk. permainan ini digunakan supaya mampu merangsang anak untuk mau dalam bergerak beraktivitas terutama dalam kebugaran jasmani. Gerakan yang dirangsang dalam permainan ini disesuaikan dengan kebutuhan dan perkembangan gerak anak.

Tujuan yang diharapkan setelah ikut bermain gerak Jaladu sebagai berikut:

1. Tumbuh rasa menghargai sesama temannya (tidak mengejek, tidak mencela atau membully, dengan kesadaran ikut belajar bersama dan berperan dalam mengikuti permainan bersama).
2. Tumbuh rasa menghormati kepada gurunya. (mendengar perkataan guru, taat peraturan yang dibuat oleh guru, melakukan dengan rasa gembira dan tidak terpaksa).
3. Tumbuh sikap toleransi dan tanggung jawab pada saat bermain (tidak menang sendiri, tidak marah jika dikritik temannya, mau membantu teman yang tidak bisa, dan mampu menyemangati teman yang malas).

2.2 Kerangka Berpikir





Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian

Proses pembelajaran akan efektif apabila siswa berada dalam kondisi yang menyenangkan. Begitu pula sebaliknya, proses pembelajaran tidak akan efektif apabila prosesnya terlalu dipaksakan dan akan membuat siswa tidak nyaman. Guru harus dapat menghadirkan suasana pembelajaran yang menyenangkan agar hasil yang diperoleh dari proses tersebut optimal. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menciptakan pembelajaran yang menyenangkan adalah membuat inovasi media pembelajaran yang menyenangkan.

Berdasarkan kompetensi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan saat ini adalah perlu adanya pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dikembangkan sesuai dengan situasi dan kondisi zaman modern saat ini yaitu pembelajaran yang efektif, kreatif dan menyenangkan, sehingga siswa dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak merasa bosan dan dapat memahami materi pembelajaran yang disampaikan oleh guru pendidikan jasmani dengan baik. Karena dilihat dari kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan

kesehatan yang sudah ada terutama di beberapa sekolah dasar yang diteliti ditemukan permasalahan guru pendidikan jasmani dalam memberikan materi kebugaran jasmani. Minimnya buku pegangan yang dimiliki guru dalam pembelajaran kebugaran jasmani menjadi permasalahan guru pendidikan jasmani dalam menyampaikan materi.

Pengembangan Permainan ini harus diwujudkan karena akan mendukung berjalannya pembelajaran yang efektif dan menyenangkan. Oleh sebab itu dibuatlah suatu model permainan secara sederhana yang digabungkan dengan kebugaran jasmani untuk membantu peserta didik kelas I dalam berolahraga. Permainan ini diharapkan mampu memberikan inovasi baru sehingga mengurangi tingkat kebosanan siswa dalam mengikuti pembelajaran olahraga. Permainan ini juga bertujuan mengangkat kembali dan mengajak siswa pada usia sekolah dasar khususnya kelas bawah (1, 2, dan 3) untuk ikut serta melestarikan permainan tradisional. Permainan ini diciptakan juga tidak semata-mata hanya bergerak berpindah tempat saja, melainkan menyesuaikan kondisi peserta didik sehingga siswa tertarik untuk berolahraga agar tingkat kebugaran jasmani siswa dapat tumbuh dengan baik dalam berbagai situasi dan kondisi yang gembira dan menyenangkan pada saat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

BAB V

KAJIAN DAN SARAN

5.1. Kajian Prototipe Produk

Berdasarkan data dan analisis serta pembahasan pada skripsi ini, permainan gerak “Jaladu” layak digunakan di Sekolah Dasar Negeri Gunungpati 02, Sekolah Dasar Negeri Kandri 01, dan Sekolah Dasar Negeri Pongangan. Hasil data melalui uji coba I, uji coba II, dan uji kelayakan yang meliputi hasil kuisisioner para ahli dan lembar pengamatan disimpulkan bahwa sebagian besar dari jumlah keseluruhan siswa kelas I dapat mempraktikkan permainan gerak Jaladu dengan baik. Siswa juga dapat memahami permainan gerak Jaladu dengan baik serta dapat menerapkan sikap positif dalam bermain. Selain itu, siswa juga dapat mengeksplorasi gerak secara maksimal. Secara garis besar, faktor yang dapat menjadikan permainan gerak Jaladu diterima siswa dan masuk dalam kriteria baik adalah:

- 1) Model permainan gerak Jaladu menarik bagi siswa, kompetitif, menyenangkan, dan membuat anak nyaman dalam bermain.
- 2) Model permainan dirancang dengan pendekatan TPSR yang dapat merangsang aspek afektif siswa terutama tanggung jawab siswa, percaya diri, berjiwa sosial secara alamiah.
- 3) Siswa memahami peraturan, sarana yang digunakan sederhana dan dapat dimainkan oleh banyak siswa.

Dengan demikian, baik uji coba I, uji coba II, dan uji kelayakan model permainan gerak jaladu ini layak digunakan untuk siswa kelas I sekolah dasar.

5.1.1 Kelebihan Produk

Kelebihan pada produk permainan gerak jaladu sebagai berikut:

1. Model permainan gerak jaladu sangat sederhana untuk dilakukan siswa sekolah dasar khususnya kelas 1.
2. Menarik bagi siswa karena merupakan permainan yang menyenangkan
3. Permainan gerak jaladu dirancang untuk dapat mengeksplor siswa dalam bergerak.
4. Dirancang agar meningkatkan nilai-nilai sikap karakter peduli sosial siswa

5.1.2 Kelemahan Produk

Pada produk permainan gerak jaladu ini masih banyak kekurangan, maka dari itu, masih perlu banyak penyempurnaan untuk dikembangkan kembali.

Kekurangan produk permainan gerak jaladu sebagai berikut:

1. Dalam menjalankan permainan ini diperlukan penguasaan dan kematangan materi karena permainan gerak jaladu merupakan permainan yang baru bagi siswa.
2. Tidak semua sekolah dasar memiliki sarana dan prasarana yang diperlukan

5.2. Saran Pemanfaatan, Diseminasi, dan Pengembangan Lebih

Lanjut

5.2.1. Saran Pemanfaatan

- 1) Model permainan gerak Jaladu sebagai produk yang dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian materi pembelajaran pendidikan jasmani materi kebugaran jasmani dalam menjaga sikap tubuh untuk kelas I Sekolah Dasar.

- 2) Bagi guru pendidikan jasmani, untuk mengatasi masalah kesulitan dalam penyampaian materi pembelajaran materi kebugaran jasmani dalam menjaga sikap tubuh

5.2.2. Diseminasi

Peneliti mengharapkan model permainan ini dapat menyebar luas dengan cara mensosialisasi di forum Musyawarah Guru Mata Pelajaran Penjasorkes (MGMP)

5.2.3. Pengembangan Lebih Lanjut

Bagi pembaca, diharapkan penelitian ini bisa dijadikan referensi untuk mengembangkan model-model untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggreani, Fanisa Asfianti. 2017. "Pendidikan Karakter Melalui Ekstrakurikuler Pencinta Alam di SMK Negeri 1 Bawen". *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*. 6(1):29
- Arifin, Z. 2018. "Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (Skj) Terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V Di Min Donomulyo Kabupaten Malang". *AL-MUDARRIS Journal of Education*. 1(1) 22-19
- Asep Jihad. (2008). Pengembangan Kurikulum Matematika (*Tinjauan Teoritis dan Historis*). Bandung: Muli Pressindo
- Dharmawan. D.B (2016). Pengembangan Model Permainan SRD (Spider Run Dance) Dalam Pembelajaran Kebugaran Jasmani. *Journal of Physical Education, Sport Health and Recreation*. Vol 5 (2)
- Doris L. Watson dan Brian D, Clocksin (2013). *Using Physical Activity and Sport to Teach Personal and Social Responsibility*. United State of America: Human Kinetics.
- Ega Rahayu Trisna (2013). Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Bandung: Alfabeta
- Hellison, D. 2011. *Teaching Personal and Social Responsibility Through Physical Activity*. United States of America: Human Kinetic
- Helmiati. (2012). Model Pembelajaran. Sleman: Yogyakarta: Aswaja Pressindo .19
- Husdrata, H.J.S. 2009. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar. *Mimbar Pendidikan Peningkatan Profesionalisme Guru*. Bandung: Alfabeta
- Ki Hajar Dewantoro. (1977). *Pendidikan*. Yogyakarta: Majelis Luhur Persatuan Taman Siswa.
- Lickona, Thomas. (1992). *Educating For Character: How Our School Can Teach Respect and Responsibility*. New York: Bantam Books.
- Muhamad Afandi, dkk. (2013:11-12). Model dan Metode Pembelajaran di Sekolah. Semarang: Unissula Press.
- Marsudi. (2013). Hakekat kurikulum dan prinsip-prinsip pengembangan kurikulum. *Educational Research and Evaluation*, 1-16
- Musanna, A. (2017). Rasionalisme Revitalisasi Praksis Pendidikan Ki Hajar Dewantara. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*. 2(1). 117-123.

- Muslich, Masnur. (2011). *Pendidikan Karakter: Menjawab Tantangan Krisis Multidimensional*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nurcholis. (2013). Pendidikan Dalam Upaya Memajukan Teknologi. *Jurnal Kependidikan*. 1(1). 24-31.
- Nurina, T., & Sukoco. P. Upaya Peningkatan Karakter Siswa SMA Dalam Permainan Bola Basket Melalui Model TPSR. *Jurnal Keolahragaan*. 2 (1). Pendidikan, 3(1), 11-20 Retrieved from <http://www.stkipggrismp.ac.id/index.php/jpka/articel/view/1316/1094>
- Renata dkk.(2017). Dalam jurnal Perbincangan Pendidikan Karakter. Universitas PGRI Palembang, 25 (nov), 332-333
- Setiawan, B., Hanani, E.S., & Putra, R.B., . 2012."Pengembangan Model Permainan Bola Voli "Kasvol" (kasti voli) dalam Pembelajaran Penjasorkes". *ACTIVE. Journal of Physical Education, Sport, Health, and Recreation*. Universitas Negeri Semarang
- Setyaningsih, Eka. 2012. "Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak Dalam Penjasorkes Melalui Pendekatan Lingkungan Persawahan Pada Siswa Kelas III SD Negeri 1 Sukorejo Kecamatan Sukorejo Kabupaten Kendal". *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health, and Recreation*. Universitas Negeri Semarang
- Su'dadah.(2014).*Kedudukan dan Tujuan Pendidikan Agama Islam di Sekolah(Jurnal Pendidikan)*,Vol. II No. 2 November 2014
- Sukitman, T.(2012). *Pendidikan Karakter Berwawasan Sosiokultural*. Jurnal Pelopor
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitaif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian dan Pengembangan*. Bandung: Alfabeta