Sport Science and Health, 4(7), 2022, 616–622
ISSN: 2715-3886 (online)
DOI: 10.17977/um062v4i72022p616-622

Pengembangan Pembelajaran Teknik Dasar Lompat Harimau Dan Meroda Pada Senam Lantai Melalui Multimedia Interaktif Untuk Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8 Malang

Fikar Zamani, Lokananta Teguh Hari Wiguno*
Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia
*Penulis korespondensi, Surel: lokananta.teguh.fik@um.ac.id

Paper received: 4-7-2022; revised: 20-7-2022; accepted: 26-7-2022

Abstract
Researchers carried out research aimed at making products to facilitate student learning for basic techniques of tiger jumping and wheeling. Researchers hope that by making products the teacher can share learning methods with students using appropriate media. The use of data in this study is qualitative data and quantitative data. Data analysis techniques use percentage analysis techniques.

Keywords: gymnastics; tiger sprong and rolling; interactive multimedia

Abstrak
Peneliti melaksanakan penelitian bertujuan membuat produk untuk mempermudah belajar siswa untuk teknik dasar lompat harimau dan meroda. Peneliti mengharapkan dengan membuat produk guru dapat membagikan cara belajar kepada siswa menggunakan media yang sesuai. Penggunaan data dalam penelitian ini adalah data kualitatif dan data kuantitatif teknik analisis data menggunakan teknik analisi persentase.

Kata kunci: senam lantai; lompat harimau dan meroda; multimedia interaktif

1. Pendahuluan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran yang terdapat dalam sistem kurikulum pendidikan nasional di Indonesia. Pembelajaran tentunya akan terlaksana dengan baik apabila menggunakan kurikulum yang berlaku di sekolah. Tujuan dari kurikulum itu agar terlaksananya pembelajaran yang lancar, sistematis dan tercapainya tujuan pembelajaran itu sendiri. Dalam pelaksanaan pembelajaran guru juga diharapkan dapat melaksanakan metode pembelajaran sesuai dengan kompetensi inti dan kompetensi dasar. Sementara itu, Chauhan dalam Sunhaji (2014:33) menyatakan bahwa pembelajaran adalah upaya dalam memberi perangsang (stimulus), bimbingan, pengarahan dan dorongan kepada siswa agar terjadi proses belajar. Sedangkan menurut Sunhaji (2014:34) "pembelajaran merupakan aktifitas interaksi edukatif antara guru dengan siswa dengan didasari oleh adanya tujuan baik berupa pengetahuan, sikap maupun keterampilan". Salah satu aktivitas senam yang diajarkan di SMP Negeri 8 Kota Malang yaitu senam ketangkasan sederhana dan senam ketangkasan menggunakan alat. Aktivitas senam yang tercantum dalam ruang lingkup pendidikan jasmani tersaji dalam kompetensi dasar dan kompetensi inti salah satunya adalah keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.

Dari hasil observasi awal pada tanggal 1 maret 2019, diperoleh informasi bahwa materi pembelajaran senam lantai lompat harimau dan meroda sudah diberikan dan 100% siswa menyatakan belum pernah mendapatkan materi lompat harimau dan meroda menggunakan video intraktif. Sedangkan analisis kebutuhan yang disi guru PJOK yaitu Syaiful Rahman, S.Pd

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

SMP Negeri 8 Kota Malang pada tanggal 1 Maret 2019, diproleh informasi bahwa 70%-80% siswa masih merasakan kesulitan dalam melakukan lompat harimau dan meroda. Dengan mengembangkan pembelajaran lompat harimau dan meroda melalui media interaktif, diharapkan penelitian dan pengembangan ini dapat membantu guru dalam menyampaikan materi teknik dasar lompat harimau dan meroda kepada siswa dan memberikan model pembelajaran yang baru terhadap pembelajaran teknik dasar lompat harimau dan meroda kepada siswa. Serta mempermudah siswa dalam mempelajari dan memahami materi teknik dasar lompat harimau dan meroda dan mempercepat siswa untuk menguasai keterampilan teknik dasar lompat harimau dan meroda.

2. Metode

Dalam penelitian ini, agar tujuan dari penelitian dapat tercapai, maka peneliti menggunakan model pengembangan dari Brog dan Gall Dalam penelitian ini tahapan-tahapan yang dikemukakan tadi tidak harus sepenuhnya digunakan, karena peneliti mempertimbangkan tahapan yang paling tepat dan sesuai dengan kondisi yang dihadapi dalam proses pengembangan. Menurut Ardhana (2002:9) bahwa pengembangan dapat melakukan modifikasi dari langkah-langkah yang dikenalnya berdasarkan pertimbangan-pertimbangan yang terbaik.

Dalam penelitian pengembangan ini peneliti melakukan modifikasi 10 tahapan yang dikemukakan oleh Brog dan Gall, pengembangan hanya menggunakan tujuh langkah disesuaikan dengan kondisi lapangan. Tahap-tahap penelitian yang dilakukan dalam penelitian pengembangan ini disusun dalam bentuk bagan sebagai berikut:

Gambar 1. Prosedur Penelitian dan Pengembangan

Menggunakan rumus Sudijono (2008:43) adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} X\ 100\% \quad (1)$$

Keterangan:
f = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya
N = *Number of Cases* (jumlah frekuensi/banyaknya individu)
P = Angka persentase

Tabel 1. Kriteria Kualitas Produk

No.	Persentase	Keterangan	Makna
1.	76% - 100%	Baik	Digunakan
2.	56% - 75%	Cukup Baik	Digunakan
3.	41% - 55%	Kurang Baik	Diganti
4.	<40 %	Tidak Baik	Diganti

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan tabel 2 analisis kebutuhan yang dilakukan kepada 30 siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Malang diperoleh data sebagai berikut: (1) 8 orang 27% menyatakan bahwa sarana dan prasaran pendidikan jasmani di SMP Negeri 8 Malang sangat memadai sebanyak 12 orang 73% menyatakan bahwa sarana dan prasaran pendidikan jasmani di SMP Negeri 8 Malang memadai, (2) 20 orang 67% menyatakan bahwa mereka sangat senang apabila pembelajaran Pendidikan jasmani yang kreatif, dan efektif sebanyak 10 orang 33% menyatakan senang apabila pembelajaran Pendidikan jasmani yang kreatif, dan efektif , (3) 8 orang 26% menyatakan mereka sangat senang dengan aktivitas jasmani sebanyak 20 orang 67% menyatakan mereka senang dengan aktivitas jasmani dan sebanyak 2 orang 7% menyatakan kurang senang dengan aktivitas jasmani, (4) 24 orang 80% menyatakan pernah mendapatkan materi senam ketangkasan sebanyak 6 orang 20% menyatakan tidak pernah mendapatkan materi senam ketangkasan, (5) 4 orang 13% menyatakan senam ketangkasan sangat penting sebanyak 23 orang 77% menyatakan senam ketangkasan penting dan sebanyak 3 orang 10% menyatakan senam ketangkasan kurang penting, (6) 30 orang 100% menyatakan dalam satu minggu merekan mendapatkan materi pendidikan jasmani sebanyak satu kali, (7) 30 orang 100% menyatakan media pembelajaran Pendidikan jasmani yang pernah didapatkan menggunakan buku, (8) 18 orang 60% menyatakan media pembelajaran yang memudahkan mereka adalah menggunakan video sebanyak 12 orang 40% menyatakan media pembeljaran yang memudahkan mereka adalah menggunakan buku, (9) 7 orang 23% menyatakan samgat perlu penayangan video untuk memudahkan dalam memahami materi senam ketangkasan sebanyak 19 orang 64% menyatakan perlu penayangan video untuk memudahkan dalam memahami materi senam ketangkasan dan sebanyak 4 orang 13% menyatakan cukup perlu penayangan video untuk memudahkan dalam memahami materi senam ketangkasan, (10) 6 orang 20% menyatakan sangat efektif apabila pembelajaran senam ketangkasan yang dikemas dalam bentuk video untuk pembelajaran pendidikan jasmani sebanyak 21 orang 70% menyatakan efektif apabila pembelajaran senam ketangkasan yang dikemas dalam bentuk video untuk pembelajaran pendidikan jasmani dan sebanyak 3 orang 10% menyatakan kurang efektif apabila pembelajaran senam ketangkasan yang dikemas dalam bentuk video untuk pembelajaran pendidikan jasmani.

Hasil analisis kepada guru sebagai berikut: (1) guru menyatakan bahwa sarana dan prasarana sudah cukup memadai, (2) guru menyatakan bahwa guru sudah pernah memberikan materi senam ketangkasan, (3) guru menyatakan bahwa sudah pernah memberikan materi senam ketangkasan,(4) guru menyatakan masih ada siswa yang kesulitan dalam pembelajaran senam ketangkasan, (5) guru menyatakan bahwa apabila materi senam ketangkasan disajikan dengan apa adanya akan terasa bosan, (6) guru menyatakan semua perserta didik aktif dalam pembelajaran senam ketangkasan, (7) guru menyatakan bahwa tidak ada pengembangan pembelajaran yang digunakan untuk materi senam ketangkasan, (8) guru menyatakan bahwa minat siswa terhadap pengembangan pembelajaran senam ketangkasan yang bapak/ibu terapkan dalam pembelajaran, (9) guru menyatakan bahwa pembelajaran yang sudah diterapkan perlu adanya pengembangan, (10) guru menyatakan media yang pernah digunakan dalam memberikan materi adalah ebook dan modul (11) guru menyatakan bahwa belum pernah menggunakan video dan buku saku dalam memberikan materi, (12) guru menyatakan bahwa media video dan buku saku adalah media yang mempermudah siswa dalam menerima materi, (13) guru menyatakan bahwa perlu adanya media baru dalam pembelajaran senam ketangkasan, (14) guru menyatakan setuju dengan adanya video interaktif untuk materi senam ketangkasan, (15) guru menyatakan bahwa setuju dengan adanya video pembelajaran senam ketangkasan yang dikemas dalam multimedia interaktif.

Tabel 2. Data Hasil Evaluasi Ahli Pembelajaran Senam Lantai

No	Indikator	TSEV	S-MAX	V(%)	keterangan	Makna
1	Kesesuaian materi	19	24	79%	Baik	Digunakan
2	Tujuan multimedia	4	4	100%	Baik	Digunakan
3	Penggunaan Bahasa	4	4	100%	Baik	Digunakan
Jumlah	27		32	84%	Baik	Digunakan

Berdasarkan tabel 3. data hasil evaluasi ahli pembelajaran senam lantai terhadap produk multimedia interaktif telah diperoleh hasil sebagai berikut: (1) Terkait kesesuaian materi diperoleh persentase sebesar 79% dengan keterangan baik. (2) Terkait dengan tujuan multimedia diperoleh persentase sebesar 100% dengan keterangan baik. (3) Terkait penggunaan bahasa diperoleh persentase sebesar 100% dengan keterangan baik. Dari 3 indikator tersebut diperoleh rata-rata validitas produk multimedia interaktif bagi siswa sebesar 84% yang menjelaskan produk baik dan layak untuk digunakan.

Tabel 3. Data Hasil Evaluasi Ahli Media

No	Indikator	TSEV	S-MAX	V(%)	keterangan	Makna
1	Kemenarikan media	4	4	100%	Baik	Digunakan
2	Kemudahan penggunaan multimedia interaktif	3	4	75%	Cukup baik	Digunakan
3	Kesesuaian media bagi pengguna	4	4	100%	Baik	Digunakan
4	Keefektifan media	12	12	100%	Baik	Digunakan
Jumlah	23		24	96%	Baik	Digunakan

Berdasarkan tabel 4. evaluasi ahli media terhadap produk telah diperoleh hasil sebagai berikut: (1) terkait dengan kemenarikan media diperoleh persentase sebesar 100% dengan keterangan baik, (2) terkait kemudahan penggunaan multimedia interaktif diperoleh persentase sebesar 75% dengan keterangan cukup baik dan bisa digunakan, (3) terkait kesesuaian media bagi pengguna diperoleh persentase sebesar 100% dengan keterangan baik, (4) terkait keefektifan media diperoleh persentase sebesar 100% dengan keterangan baik. Dari 4 indikator tersebut diperoleh rata-rata validitas produk multimedia interaktif bagi siswa sebesar 96% yang menjelaskan produk baik dan layak untuk digunakan.

Berdasarkan hasil tersebut produk pengembangan digunakan tanpa revisi karena masukdalam kerteria baik atau bisa digunakan. Meskipun secara kuantitatif tidak ada revisi pada produk tapi masih perlu dilakukan revisi kecil untuk menjadikan produk pengembangan ini lebih sempurna.

Tabel 4. Hasil Uji Coba Kelompok Besar Kepada Peserta Didik

No.	Uji Coba Kelompok Besar	TSEV	S-max	V%	keterangan	Makna
1.	Uji coba kelompok kecil di kelas VII SMP Negeri 8 Malang (n=33) dengan instrument 20 butir pertanyaan	2153	2640	82%	Baik	Digunakan

Berdasarkan hasil tersebut produk pengembangan digunakan tanpa revisi karena masukdalam kerteria baik atau bisa digunakan. Meskipun secara kuantitatif tidak ada revisi pada produk tapi masih perlu dilakukan revisi kecil untuk menjadikan produk pengembangan ini lebih sempurna.

Tabel 5. Hasil Uji Coba Kelompok Besar Kepada Guru

No.	Uji Coba Kelompok Besar	TSEV	S-max	V%	Keterangan	Makna
1.	Uji coba kelompok kecil dengan instrument 10 butir pertanyaan	36	40	90%	Baik	Digunakan

Berdasarkan hasil tersebut produk pengembangan digunakan tanpa revisi karena masukdalam kerteria baik atau bisa digunakan. Meskipun secara kuantitatif tidak ada revisi pada produk tapi masih perlu dilakukan revisi kecil untuk menjadikan produk pengembangan ini lebih sempurna.

Teknik dasar Lompat harimau dan meroda pada pengembangan ini berujuk pada gerakan Penggabean & Hidayat. Menurut Penggabean & Hidayat (1978:62) lompat harimau dapat diberikan bila anak sudah menguasai guling ke depan dan meroda adalah sesuatu gerakan ke samping, pada satu saat bertumpu atas kedua tangan dengan kaki terbuka besar/kangkang.

Pada teknik dasar lompat harimau dan meroda diperlukannya kordinasi yang baik, dengan kata lain semakin baik gerakan yang dihasilkan maka semakin baik tingkat koordinasinya, untuk menunjang tingkat koordinasi gerak seorang peserta didik harus adanya latihan motorik.

4. Simpulan

Berdasarkan data yang diperoleh dan pembahasan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dengan media multimedia peserta didik dapat belajar materi teknik dasar lompat harimau dan meroda secara efektif dan efisien. Berdasarkan kesimpulan di atas, disarankan hal-hal sebagai berikut: (1) saran pemanfaattan, produk pengembangam pembelajaran teknik dasar lompat harimau dan meroda ini diharapkan dapat menunjang kebugaran jasmani peserta didik, dan menjadikan peserta didik lebih berantusias dalam melakukan aktivitas jasmani. (2) Saran Deseminasi Dalam penyebarluasan produk pengembangan ini ke sasaran yang lebih luas alangkah baiknya produk ini dilakukan evaluasi lebih lanjut dan disempurnakan sesuai dengan sasaran yang lebih luas baik dari isi maupun kemasan. (3) Saran Pengembangan Selanjutnya, adapun saran dari peneliti yang ditunjukan untuk yang berkeinginan menjadikan penelitian ini refrensi untuk penelitian selanjutnya sebaiknya untuk menambahkan metode lain pembelajaran teknik dasar lompat harimau dan meroda selain dari metode pembelajaran yang sudah diterapkan pada penelitian ini, supaya menjadi lebih variative dan mengena pada keseluruhannya.

Daftar Rujukan

Ardhana. (2002). Konsep Penelitian Pengembangan Dalam Bidang Pendidikan dan Pembelajaran. Malang: Universitas Negeri Malang

Arikunto, Suharsini. (1998). Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: PT Rineka Cipta

Arsa. (). Belajar dan Pembelajaran; Strategi Belajar yang Menyenangkan. Yogyakarta: Media Akademi.

Ashfahany, Fahmi A. Adi, Sapto, & Hariyanto Eko. (2017). Bahan Ajar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dalam Bentuk Multimedia Interaktif Untuk Siswa Kelas VII. Jurnal Pendidikan. 2(2). http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/article/view/8540

Bangun. (2016). Peran Pendidikan Jasmani dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan di Indonesia. Jurnal Publikasi Pendidikan, 6(3). Dari http://ojs.unm.ac.id/pubpend/article/view/2270

Daulae. (2014). Menciptakan Pembelajaran yang Efektif. Forum Paedagogik, 6 (2). Dari http://jurnal.iain-padangsidimpuan.ac.id/index.php/JP/article/view/181

Dwiyogo, Wasis D. (2008). Aplikasi Teknologi Pembelajaran Media Pembelajaran Penjas & Olahraga. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.

Edouard, P. Steffen, K. Junge, A. Leglise, M. Soligard, T. & Engebretsen. (2017). Gymnastic injury incidence durung the 2008, 20012 and 2016 Olympic Games: analysis of prospectively colleted surveillace data from 963 registered gymnasts during Olympic Games. Journal Sport Medical. Dari doi: 10. 1136/bjsport-2017-097972

Gunawan. (2015). Multimedia Interaktif Dalam Pembelajaran Konsep Listrik Bagi Calon Guru. Jurnal Pendidikan Fisika dan Teknologi, 1 (1). Dari http://jurnalfkip.unram.ac.id/index.php/JPFT/article/view/230

Hidayat, Imam. Panggabean, Pieter. (1980). Senam Lantai 1b Buku Guru. Jakarta Selatan. PT. Abadi.

Ismoko, Anung P., Sukoco, Pamuji. (2013). Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Voli Junior Putri. Jurnal Keolahragaan, 1(1). https://journal.uny.ac.id/index.php/jolahraga/article/view/2339

Juita, Ardiah. (2013). Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Servis Atas Bolavoli Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Riau. Jurnal Primary Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau. 2(2). Dari https://primary.ejournal.unri.ac.id/index.php/JPFKIP

Kemdikbud. (2016). Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan kesehatan. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Pembukuan, Balitbang, Kemdikbud.

Khanifatul. (2014). Pembelajaran Inovatif; Strategi Mengola Kelas Secara Efektif dan Menyenangkan. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.

Munadi, Yudhi. (2010). Media Pembelajaran. Jakarta: Gaung Persada Press

Nasution. (2017). Penggunaan Metode Pembelajaran Dalam Peningkatan Hasil Belajar Siswa. Jurnal Ilmiah Bidang Pendidikan, 11 (1). Dari http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/studiadidaktika/article/view/515

Nurjaya, Dede, R. Mulyana, Dadan. (2010). Mengembangkan Perilaku Asosiatif Siswa SD Melalui Penerapan Pendekatan Bermain Dalam Konteks Pembelajaran Penjas. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 2(1). Dari http://jurnal.upi.edu/penjasor/view/335

Pane, A. Dasopang, M. D. (2017). Belajar dan Pembelajaran. Jurnal Kajian Ilmu-ilmu Keislaman, 03 (2). Dari http://jurnal.iainpadangsidimpuan.ac.id/index.php/F/article/view/945

Pardjono. (2000). Konsepsi Guru Tentang Belajar dan Mengajar Dalam Perspektif Belajar Aktif. Jurnal Psikologi, 27 (2). Dari https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7000

Penggabean P. (). Senam dan Metodik 1B (Imam H, Ed). Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan.

Rosdiani. (2015). Kurikulum Pendidikan jasmani. Bandung: Alfabeta, cv.

Saefuddin, H.A. Berdiati, I. (2014). Pembelajaran Efektif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Sari. (2016). Pengembangan Pembelajaran Senam Lantai Rangkaian Sederhana Siswa Kelas VIII di Smp Negeri 2 Ngoro Kabupaten Mojokerto. Jurnal Pendidikan Jasmani, 26 (1). Dari http://journal.um.ac.id/index.php/pendidikan-jasmani/article/view/7726/0

Setyosari. (2014). Menciptakan Pembelajaran yang Efektif dan Berkualitas. Jurnal Inovasi dan Teknologi Pembelajaran, 1 (1). Dari http://journal2.um.ac.id/index.php/jinotep/article/view/2103

Sitti, Mu'min. A. (2013). Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget. Jurnal Al-Ta'dib, 6(1). Dari http://ejournal.iainkendari.ac.id/al-tadib/article/view/292/0

Sukmadinata. (2005). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Suryobroto. (2004). Peningkatan Kemampuan Manajemen Guru Pendidikan Jasmani. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 1(1). Dari https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/issue/view/19

Utama. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain Dalam Pendidikan Jasmani. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 8(1). Dari https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/3477