
PENGEMBANGAN PERMAINAN CIRCUIT GAME KEBUGARAN JASMANI BAGI PESERTA DIDIK KELAS V SDN 2 KUNTI DENGAN MULTIMEDIA INTERAKTIF

Ulfi Sari Putri¹

Program Studi Pendidikan Olahraga
Pascasarjana Universitas Negeri Malang Afiliasi
e-mail korespondensi: ulfiaputri.up@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima: Bulan-Tahun
Disetujui: Bulan-Tahun
Dipublikasikan : Bulan-Tahun

Kata Kunci:

Circuit Game, Multimedia
Interaktif, Kebugaran Jasmani

Abstrak

Tujuan penelitian pengembangan ini adalah mengembangkan sebuah permainan circuit game kebugaran jasmani yang dikemas dalam multimedia interaktif guna untuk memfasilitasi guru pendidikan jasmani supaya lebih mudah dalam menyampaikan materi yang dapat menunjang kebugaran jasmani peserta didik. Selain itu produk ini juga dikembangkan untuk memudahkan peserta didik dalam menyerap materi terkait kebugaran jasmani. Adapun hasil validasi dari ahli permainan adalah 87% dan dari ahli media sebesar 92% yang berarti produk pengembangan Circuit Game yang dikemas dengan multimedia interaktif ini layak digunakan tanpa ada revisi. Sedangkan tingkat validitas produk berdasarkan uji coba kelompok kecil kepada peserta didik 89% serta kepada guru sebesar 92% dan uji coba kelompok besar kepada peserta didik sebesar 93% serta kepada guru 94% hasil tersebut menjelaskan bahwa produk ini sangat valid hingga layak digunakan tanpa revisi.

Abstract

The purpose of this development research is to develop a game of physical fitness circuit games that are packaged in interactive multimedia in order to facilitate physical education teachers to more easily deliver material that can support students' physical fitness. In addition, this product was also developed to make it easier for students to absorb material related to physical fitness. The results of the validation from game experts are 87% and from media experts at 92%, which means that the product development of the Circuit Game which is packed with interactive multimedia is feasible to use without any revisions. While the level of product validity is based on small group trials to students 89% and to teachers by 92% and large group trials to students by 93% and to teachers 94% of these results explain that this product is very valid to be used without revision.

PENDAHULUAN

Kebugaran jasmani sangat penting dalam proses belajar di dunia pendidikan, terutama bagi peserta didik. Di sekolah guru adalah yang berperan penting dalam pemberian materi yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani serta sesuai dengan tahapannya tanpa mengganggu proses pertumbuhan fisik peserta didik. Melalui pendidikan jasmani guru dituntut untuk mengenalkan peserta didik dengan pola gerak dasar yang menyenangkan dengan menerapkan model pembelajaran yang sesuai dan mudah dimengerti oleh peserta didik agar tujuan dari pembelajaran dapat dicapai. Melalui pendidikan jasmani siswa juga dikenalkan berbagai macam permainan, salah satunya adalah permainan untuk meningkatkan kebugaran jasmani.

Pada usia anak-anak banyak sekali faktor yang mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani. Peserta didik dengan tingkat kebugaran jasmani yang baik akan mampu melakukan segala aktivitas dengan efektif dan efisien. Selain itu kebugaran jasmani juga mempengaruhi semangat peserta didik untuk belajar dan menghadapi segala permasalahan di lingkungannya baik lingkungan sekolah maupun masyarakat.

Menurut SK Menpora Nomor 053 A/MENPORA/1994 "Pendidikan jasmani merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas jasmani yang sistematis dengan tujuan menunjang pertumbuhan fisik yang baik dan watak.". Sama seperti pendidikan jasmani menurut UNESCO (dalam Mu'arifin,2009:22) "Sejalan dengan yang tercantum dalam SK Menpora bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan manusia sebagai masyarakat atau individu yang dilakukan sebagai upaya menunjang kemampuan fisik maupun mental". Oleh sebab itu kepribadian peserta didik dapat dibentuk melalui pendidikan jasmani yang ada di sekolah. Menurut Rosdiani (2012:21) pendidikan jasmani merupakan "media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang". Rosdiani (2012:63) menyatakan bahwa "pada hakikatnya, pendidikan jasmani dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistic dalam kualitas individu baik secara fisik, mental, maupun emosional."

Secara spesifik pendidikan jasmani tentu yang memiliki andil besar dalam permasalahan kebugaran jasmani peserta didik. Karena salah satu dari beberapa tujuan adanya pendidikan jasmani di sekolah adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik. Dengan pendidikan jasmani peserta didik berkesempatan untuk terlibat dengan berbagai macam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani dan bermain yang menyenangkan namun tetap dilakukan secara sistematis dan terencana. Melalui pengalaman belajar seperti itu peserta didik dapat terbina sekaligus membentuk gaya hidup yang aktif dan sehat sepanjang hayat.

Permainan merupakan sebuah media dimana peserta didik dapat bermain sendiri ataupun berkelompok. Bermain sendiri merupakan sebuah kegiatan yang dapat dilakukan peserta didik dengan kegembiraan seperti yang dikemukakan oleh Elfiadi (2016:59) "bermain merupakan kegiatan santai yang menyenangkan dan dilakukan oleh anak tanpa tuntutan". Berdasarkan hasil penelitian penelitian terdahulu yang pernah dilakukan Cahyanto dan Hidayat (2015:694) "modifikasi permainan membawa perubahan yang signifikan terhadap hasil belajar pasing atas dengan peningkatan sebesar 6,60%." Seperti yang disampaikan Rahma pada penelitiannya (tanpa tahun: 173) "kemampuan motorik kasar anak dapat ditingkatkan melalui modifikasi permainan bolabasket". Izartin (tanpa tahun : 277) menyatakan dalam penelitiannya bahwa "penerapan metode bermain dapat meningkatkan kreativitas anak kelompok B PAUD. Hal ini disebabkan karena ketertarikan anak terhadap pembelajaran yang menyenangkan". Dari penelitian terdahulu dapat dilihat bahwa permainan memiliki pengaruh yang cukup baik terhadap perkembangan peserta didik. Selain itu

melalui permainan kualitas kebugaran jasmani peserta didik juga dapat ditingkatkan. Pernyataan tersebut terbukti dengan hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Jusuf dan Darmawan (2015:453) “dengan penggunaan metode permainan dapat meningkatkan kebugaran jasmani, dibanding sebelum menggunakan metode permainan dalam meningkatkan kebugaran jasmani pada siswa kelas V”. Setiap anak memiliki karakteristik tertentu sehingga setiap modifikasi juga harus disesuaikan dengan keunikan-keunikan tersebut. Pernyataan ini selaras dengan Ishonte (2014:41) bahwa “sebuah modifikasi permainan yang sesuai harus diberikan saat dibutuhkan, agar modifikasi tersebut berhasil dan sesuai dengan keunikan karakteristik peserta didik”. Peserta didik kelas V SD masih tergolong masa kanak-kanak dimana Desmita (2009:35) menjelaskan bahwa “karakteristik anak pada usia ini adalah senang bergerak, bermain dan beraktivitas dalam kelompok, serta senang merasakan sesuatu secara langsung.” Oleh sebab itu dari berbagai referensi diatas dapat kita lihat bahwa aktivitas bermain sangat cocok diterapkan dalam pembelajaran pada anak usia ini.

Sebuah permainan akan sangat menolong pelaku pendidikan apabila disampaikan dengan cara dan media yang tepat. Seperti ungkapan (Saputra dan Agustina) dalam penelitiannya bahwa “dengan adanya media pembelajaran peserta didik lebih maksimal dalam belajar teknik bola voli, dan sekolah terbantu sehingga guru lebih mudah dalam menyampaikan materi”. Muharis telah membuktikan hal ini dalam penelitiannya yang berjudul “Penerapan Media Gambar Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Siswa Kelas IV SD Negeri 004 Tembilahan Kota Kecamatan Tembilahan” dalam hasil penelitiannya Muharis (2017:372) menyimpulkan bahwa “menggunakan media gambar telah meningkatkan hasil belajar peserta didik sebanyak 95 %”. Selain itu kurniawan juga telah membuktikan dalam penelitiannya (2017:21) “melalui modifikasi permainan yang dikemas dengan media interaktif membuat peserta didik lebih aktif, mampu menampilkan karakternya masing-masing, dengan tetap mengindahkan rasa percaya diri, kerjasama, keberanian dan sportivitas dengan baik”. Hal tersebut membuktikan bahwa penggunaan media yang tepat sangat berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi analisis kebutuhan yang dilakukan oleh peneliti di SD Negeri 2 Kunti Kabupaten Ponorogo 80% peserta didik menyatakan bahwa kebugaran jasmani sangat penting, 90% menyatakan bahwa mereka senang dengan adanya modifikasi permainan dalam materi kebugaran jasmani dan,75% menyatakan bahwa sangat perlu dikembangkan modifikasi permainan dalam materi kebugaran jasmani. Untuk media pembelajaran 100% peserta didik menyatakan guru PJOK tidak pernah menggunakan media video dalam proses pembelajaran PJOK sedangkan 100% peserta didik menganggap bahwa video merupakan media pembelajaran yang memudahkan mereka dalam belajar. 70% peserta didik merasa sangat perlu dengan penayangan video untuk memudahkan memahami permainan dan 70% peserta didik juga sangat setuju dengan dikembangkannya bentuk permainan circuit game yang dikemas dalam bentuk video. Selain pernyataan dari peserta didik guru pendidikan jasmani juga menyampaikan tentang kesetujuannya bahwa pembelajaran kebugaran jasmani akan sangat membosankan apabila disampaikan tanpa adanya modifikasi. Guru pendidikan jasmani SD Negeri 2 Kunti juga merasa perlu dikembangkan lagi sebuah permainan untuk materi kebugaran jasmani karena beliau merasa kurang beberapa modifikasi permainan yang pernah beliau terapkan. Beliau juga berpendapat bahwa video merupakan media pembelajaran yang dapat mempermudah peserta didik dalam memahami materi kebugaran jasmani dan setuju dengan dikembangkannya modifikasi permainan circuit game yang dikemas dalam bentuk multimedia interaktif.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk membantu guru dalam menarik minat siswa mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan untuk mengupayakan tingkat kesegaran jasmani yang baik bagi peserta didik. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lapangan dengan judul “Pengembangan Permainan Circuit Game Kebugaran Jasmani Bagi Peserta Didik Kelas V SDN 2 Kunti Dengan Multimedia Interaktif”.

PEMBAHASAN

Berdasarkan pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian pengembangan ini akan disajikan data berdasarkan analisis kebutuhan, evaluasi ahli permainan, evaluasi ahli media, uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar. Dalam penelitian pengembangan ini peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan instrument angket yang terdiri dari beberapa butir pertanyaan.

Berikut ini adalah paparan data yang diperoleh dari analisis kebutuhan dari guru pendidikan jasmani SD Negeri 2 Kunti : (1) guru menyatakan bahwa sarana dan prasarana pembelajaran di SD Negeri 2 Kunti kurang memadai, (2) guru menyatakan bahwa sudah pernah memberikan materi kebugaran jasmani, (3) guru menyatakan bahwa materi kebugaran jasmani sudah pernah diberikan kepada peserta didik kelas V, (4) guru menyatakan setuju bahwa pembelajaran kebugaran jasmani akan membosankan apabila disajikan dengan tanpa adanya modifikasi permainan, (5) guru menyatakan bahwa peserta didik aktif dalam pembelajaran kebugaran jasmani, (6) guru menyatakan bahwa ada modifikasi permainan yang beliau gunakan untuk materi kebugaran jasmani, (7) guru menyatakan bahwa peserta didik senang dengan adanya pengembangan modifikasi permainan kebugaran jasmani, (8) guru menyatakan bahwa modifikasi permainan yang dibuat perlu untuk dikembangkan lagi, (9) guru menyatakan bahwa beliau hanya pernah menggunakan modul sebagai media pembelajaran kebugaran jasmani, (10) guru menyatakan bahwa beliau tidak pernah menggunakan video sebagai media pembelajaran kebugaran jasmani, (11) guru berpendapat bahwa media pembelajaran yang dapat mempermudah peserta didik dalam belajar adalah video, (12) guru menyatakan bahwa sangat perlu untuk dikembangkan sebuah media pembelajaran baru, (13) guru setuju dengan pengadaan sebuah media pembelajaran berupa video interaktif, (14) guru menyatakan sangat setuju dengan dikembangkannya permainan Circuit Game untuk kebugaran jasmani, (15) guru berpendapat bahwa menggunakan modifikasi permainan Circuit Game yang dikemas dalam video interaktif bermanfaat.

Sedangkan hasil analisis kebutuhan yang dilakukan kepada peserta didik kelas V SD Negeri 2 Kunti adalah sebagai berikut: (1) 16 orang 80% menyatakan bahwa sarana dan prasarana pendidikan jasmani di SD Negeri 2 Kunti sangat memadai sebanyak 4 orang 20% menyatakan sarana dan prasarana pendidikan jasmani di SD Negeri 2 Kunti kurang memadai, (2) 20 orang 100% menyatakan bahwa mereka sangat senang dengan adanya permainan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, (3) 13 orang 65% menyatakan bahwa mereka sangat senang beraktivitas jasmani 7 orang 35% menyatakan bahwa mereka senang melakukan aktivitas jasmani, (4) 20 orang 100% menyatakan bahwa mereka semua pernah mendapatkan materi kebugaran jasmani, (5) 16 orang 80% berpendapat bahwa kebugaran jasmani sangat penting 3 orang 15% berpendapat bahwa kebugaran jasmani penting dan 1 orang 5% berpendapat bahwa kebugaran jasmani kurang penting, (6) 20 orang 100% dari peserta didik menyatakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani dilaksanakan 1 kali dalam seminggu, (7) 4 orang 20% menyatakan bahwa mereka tidak pernah mendapat modifikasi permainan 16 orang 18% menyatakan bahwa pernah ada modifikasi permainan yang diberikan ketika pembelajaran pendidikan jasmani, (8) 18 orang 90% peserta didik menyatakan bahwa mereka sangat senang dengan adanya modifikasi permainan 2 orang 10% senang dengan adanya modifikasi permainan, (9) 15 orang 75% peserta didik berpendapat bahwa sangat perlu untuk dikembangkan sebuah modifikasi permainan 5 orang 25% berpendapat bahwa perlu untuk dikembangkan sebuah modifikasi permainan, (10) 20 orang 100% peserta didik menyatakan bahwa guru hanya pernah menggunakan buku sebagai media pembelajaran pendidikan jasmani, (11) 20 orang 100% peserta didik berpendapat bahwa video merupakan salah satu media pembelajaran yang dapat mempermudah mereka dalam belajar, (12) 20 orang 100% menyatakan bahwa guru tidak pernah menggunakan video sebagai media pembelajaran, (13) 14 orang 70% menyatakan bahwa menayangkan sebuah video terkait pembelajaran adalah sangat

perlu 4 orang 20% menyatakan perlu dan 2 orang 10% menyatakan cukup perlu untuk ditayangkan sebuah video terkait pembelajaran pendidikan jasmani, (14) 14 orang 70% berpendapat bahwa mereka sangat setuju untuk dikembangkan sebuah video permainan 5 orang 25% setuju dan 1 orang 5% berpendapat cukup setuju dengan dikembangkannya sebuah video permainan, (15) 15 orang 75% berpendapat bahwa penggunaan video sebagai media pembelajaran sangat efektif 5 orang 25% berpendapat bahwa penggunaan video sebagai media pembelajaran efektif.

Dari ahli permainan diperoleh angka sebesar 87% yang mengartikan bahwa kualitas produk sangat baik. Dengan munculnya kriteria tersebut menjelaskan bahwa produk permainan circuit game ini layak untuk digunakan.

Begitupun dari ahli media diperoleh angka sebesar 92% angka tersebut memiliki arti serupa yaitu kriteria kualitas produk tergolong sangat baik. Dengan munculnya kriteria tersebut menjelaskan bahwa kemasan multimedia interaktif ini layak untuk digunakan.

Berdasarkan analisis data yang diperoleh dari uji coba kelompok kecil tingkat kualitas produk adalah 89% dari peserta didik dan 92% dari guru pendidikan jasmani. Angka ini menjelaskan bahwa permainan circuit game kebugaran jasmani yang dikemas dalam multimedia interaktif secara keseluruhan layak untuk digunakan tanpa adanya revisi. Sedangkan berdasarkan analisis data yang diperoleh dari uji coba kelompok besar tingkat kualitas produk adalah 93% dari peserta didik dan 94% dari guru pendidikan jasmani. Angka ini menjelaskan bahwa permainan circuit game kebugaran jasmani yang dikemas dalam multimedia interaktif secara keseluruhan layak untuk digunakan tanpa adanya revisi. Namun meskipun secara kualitatif produk ini tidak perlu revisi namun peneliti tetap menampung segala saran dan masukan yang ada demi terciptanya produk yang lebih sempurna.

Adapun saran dan masukan yang disampaikan oleh para ahli selama proses evaluasi produk yaaitu: (1) Untuk ditambahkan prosedur pelaksanaan permainan circuit game secara jelas dan terperinci, (2) Untuk ditambahkan layout secara keseluruhan permainan circuit game, (3) Bahasa yang digunakan disesuaikan dengan kemampuan peserta didik kelas V Sekolah Dasar, (4) Bola yang digunakan pada permainan kecepatan alangkah lebih baiknya diganti dengan cone, (5) sebaiknya penggunaan font lebih dioptimalkan, (6) penataan gambar pada media mungkin bisa lebih rapi lagi.

KESIMPULAN

Berdasarkan pengumpulan data mulai dari evaluasi ahli hingga uji coba produk diperoleh hasil analisis antara 80%-100%. Menurut tabel kriteria kualitas produk maka permainan circuit game kebugaran jasmani bagi peserta didik kelas V SD Negeri 2 Kunti yang dikemas dengan multimedia interaktif ini layak untuk digunakan. Dengan begitu guru PJOK dapat menggunakan media ini sebagai sarana baru untuk memudahkan tersampainya informasi kepada peserta didik. Peserta didik juga lebih mudah dalam memahami sebuah informasi terkait kebugaran jasmani melalui produk ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Allar, Ishonte. 2014. Addressing Inclusion in Higher Education Physical Activity Programs. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 85 (9), 36-41.
- Cahyanto,A dan Hidayat,T. 2015. Pengaruh Modifikasi Permainan Terhadap Hasil Belajar Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3 (3), 691-695.
- Elfiadi. 2016. Bermain dan Permainan Bagi Anak Usia Dini. *Itqan*, 7 (1), 51-60.
- Izartin. Tanpa tahun. Penerapan Metode Bermain Balok Untuk Meningkatkan Kreativitas Anak di PAUD Negeri Pembina Palu Utara. *Jurnal Kreatif Tadulako Online*, 4 (7), 272-278.
- Kurniawan, Wisnu. 2017. Peningkatan Kebugaran Jasmani Melalui Modifikasi Permainan Lari "Kasvol" Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *e-jurnal mitra pendidikan*, 1 (3), 11-22.
- Mu'arifin. 2009. *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.

- Muharis. 2017. Penerapan Media Gambar Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Siswa Kelas IV SD Negeri 004 Tembilahan Kota Kecamatan Tembilahan. *Jurnal Primary*, 6 (1), 364-372.
- Rosdiani, Dini. 2012. *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Rosdiani, Dini. 2015. *Kurikulum Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta
- Wati,Rahma. Tanpa Tahun. *Pengaruh Permainan Modifikasi Bola Basket Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak di Kelompok B2 TK Al-Khairaat III Palu*, *Jurnal PG-PAUD*, 411 (09), 166-174