

PENGEMBANGAN PERMAINAN BOLA TANGAN GAWANG PANTUL UNTUK PEMBELAJARAN PENJASORKES

Yulita

Dosen STKIP Melawi-Entikong

Jl. Lintas Malindo km. 16 Entikong Kab. Sanggau Kalimantan Barat

Email: stkip_melawi@yahoo.co.id

Abstract: This study aims to produce a model of the game of handball goalkeeper used reflective 1) as an alternative big ball game Penjasorkes in accordance with the characteristics of primary school children, 2) to improve the quality of learning Penjasorkes. Development procedure used had some steps : 1) Product analyzing for development; 2) developing first product of playing; 3) expert validating; 4) small group test; 5) product revised; 6) big group test; 7) product revised and result product of development. Result of the research was a bound gate handball playing product that could used as a penjasorkes learning model, based from big scale test that showed : 1) for Penjasorkes teachers as responden was 1.000 (a thousand). It could conclusioned reliabilitation result for Penjasorkes teachers respon, it said reliabel because “r” calculated bigger than “r” table was 0,997 with signification level 5%. 2) Students responden data as lasing in assessment of taken with cognitif indicator was 76,6%; psikomotor indicator was 71,1%; afektif indicator was 87,1%. ammount increased learning pulse was 85,31% . The conclusion that development of bound gate handball playing model for Penjasorkes learning at Elementary School had been resulted an effective product for increased fitness body students.

Key Word: development, bound gate of handball playing, big ball

Abstrak: Penelitian ini bertujuan menghasilkan model permainan bola tangan gawang pantul yang digunakan 1) sebagai alternatif permainan bola besar penjasorkes yang sesuai dengan karakteristik anak sekolah dasar, 2) dapat meningkatkan kualitas pembelajaran penjasorkes. Prosedur pengembangan yang digunakan meliputi beberapa tahapan: 1) menganalisis produk yang dikembangkan, 2) mengembangkan produk awal permainan, 3) validasi ahli, 4) uji kelompok kecil, 5) revisi produk, 6) uji kelompok besar, 7) revisi produk dan hasil produk pengembangan. Hasil penelitian ini berupa produk permainan bola tangan gawang pantul yang dapat digunakan sebagai medel pembelajaran penjasorkes, berdasarkan uji skala besar menunjukkan: 1) untuk guru Penjasorkes sebagai responden yaitu 1.000 Dapat disimpulkan hasil reliabilitas untuk respon guru Penjasorkes dikatakan reliabel karena r hitung lebih besar dari r tabel yaitu 0,997 dengan taraf signifikan 5%. 2) Data responden siswa sebagai penguat dalam penilaian yang diambil dengan indikator kognitif sebesar 76,6%, Indikator psikomotor sebesar 71,1%, Indikator afektif sebesar 87,1%, 4) kenaikan

jumlah denyut nadi pembelajaran 85,31%. Kesimpulan, bahwa pengembangan model permainan bola tangan gawang pantul untuk pembelajaran Penjasorkes di SD menghasilkan suatu produk yang efektif untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Kata Kunci: Pengembangan, Permainan bola tangan gawang pantul, bola besar

Pendidikan yang diberikan di sekolah bertujuan untuk membentuk manusia yang cerdas dan kritis sehingga mampu menjadi manusia yang berkualitas. Hal ini dapat diwujudkan melalui pendidikan yang kompre-hensif meliputi pendidikan yang melatih cara berfikir analitis hingga yang bersifat kreatif. Pendidikan jasmani ternyata dapat memberikan manfaat lebih dari sekedar kesehatan fisik (Kurnia Eka Wijayanti, 2011:1).

Penjasorkes merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Depdiknas, 2006:v)

Permainan bola tangan ini sebelumnya pernah juga diteliti oleh saudara Etris Sutrisno, dengan judul Pengembangan Model Permainan Bola Tangan untuk Proses pembelajaran pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan siswa sekolah dasar, yang dimodifikasi cuma ukuran lapangan yang diperkecil, tetapi ukuran gawang dan bolanya tidak. Oleh karena itu peneliti ingin memodifikasi kembali lapangan, bola dan gawang yang digunakan untuk proses pembelajaran siswa sekolah dasar. Pembelajaran penjasorkes selama ini masih terbatas sekali ragamnya terlebih lagi dengan bentuk-bentuk permainan, padahal melalui bentuk-bentuk permainan diharapkan dapat menambah aspek gerak pada siswa yang cakupan gerak bagi siswa tersebut sangat luas. Adapun bentuk permainan dalam pembelajaran penjasorkes yang baik adalah tidak membedakan antara siswa laki-laki dan perempuan (perbedaan gender) dalam hal ini memiliki arti semua siswa

dituntut untuk bergerak dan berperan aktif didalamnya.

Permainan olah raga bola tangan adalah suatu cabang olah raga beregu yang dapat dimainkan oleh remaja, dewasa dan orang tua. Olah raga ini menuntut adanya kesegaran jasmani yang baik, disiplin kuat dan sportivitas yang tinggi. Permainan bola tangan ini dimainkan 11 orang untuk tiap regunya dengan melempar dan melambungkan bola, tiap regu berusaha memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri dari tembakan lawan.

Permainan bola tangan sebagai salah satu materi permainan bola besar nantinya akan di kembangkan dalam pembelajaran penjasorkes, tetapi akan dikemas dalam bentuk modifikasi yang dapat dimainkan oleh siswa SD. yang sifatnya meminimalkan sarana prasarana maupun lapangan yang akan digunakan. Didalam pelaksanaan modifikasi setidaknya disamakan dengan karakteristik dan tingkat pertumbuhan anak SD, juga untuk memperhatikan faktor keamanan dan keselamatan bagi siswa. Dalam hal ini setidaknya mengacu pada muatan tujuan pendidikan yang diantaranya mengembangkan

pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui aktivitas jasmani dan olahraga.

Survei yang dilakukan di Sekolah di kecamatan Entikong yang meliputi SD 03 Sontas, SD 12 Entikong, SD Mis Entikong, SD 01 Semaget, SD 02 Panga, SD 04 Ponti Tapau, SD 06 Merau, SD 08 Nekan, SD 09 Serangkang, SD 14 Badat, yang bertujuan untuk mengetahui apakah permainan bola tangan pada proses pembelajaran penjasorkes dikenalkan dan dilakukan, hasilnya menunjukkan hampir rata-rata SD yang berada di kecamatan Entikong tidak pernah mengenalkan dan menerapkan permainan bola tangan, bahkan masih terdapat dari beberapa guru yang sama sekali tidak mengenal dan mengajarkan permainan bola tangan. Padahal melalui permainan bola tangan ini diharapkan akan memperkaya cakupan gerak siswa. Permainan bola tangan dapat diterapkan dan dilakukan di SD sebagai cabang olahraga pilihan yang berguna sebagai salah satu jalan alternatif pembelajaran penjasorkes dalam meningkatkan keterampilan dan kemampuan siswa dalam bergerak.

Berdasarkan hasil survei tersebut dapat ditarik suatu asumsi atau parameter bahwa masih perlu kajian-kajian tentang bentuk permainan yang di tujukan kepada siswa dalam kaitannya dengan proses pembelajaran penjaorkes hal ini disebabkan melalui bentuk- bentuk permainan, khusus melalui permainan bola tangan ditujukan untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor siswa serta dapat meningkatkan keterampilan dan meningkatkan kesegaran jasmani (*physical fitness*).

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa (Samsudin, 2008:2)

Pendidikan sebagai proses pembinaan yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki peranan penting, yaitu

memberikan kesempatan pada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat (Depdiknas 2006:194).

Penelitian ini memfokuskan pada pengembangan permainan bola tangan gawang pantul yang digunakan sebagai materi pembelajaran penjasorkes dengan memberikan modifikasi yang dikembangkan untuk siswa SD. Permainan bola tangan gawang pantul adalah suatu olahraga beregu, yang dapat dimainkan oleh remaja, dewasa dan orang tua. Olahraga ini menuntut adanya kesegaran jasmani yang baik, disiplin kuat,dan sportivitas yang tinggi. Permainan bola tangan ini dimainkan 5-6 orang untuk setiap regunya dengan melepar atau mengiring bola. Tiap regu berusaha memasukan bola kegawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri dari tembakan lawan (Kusyanto,1999:43).

Depertemen Pendidikan Nasional (2007:7) bahwa bola tangan bisa

dikategorikan sebagai cabang olahraga yang sepenuhnya bersandar pada keterampilan dasar manipulatif. Memainkan bola dengan kedua tangan melempar, menangkap, menembak, serta memukul bola adalah gerak dasar dari keterampilan manipulasi objek dengan anggota tubuh. Keterampilan manipulatif hanya mungkin dilakukannya dengan efektif jika orang yang melakukannya memiliki kemampuan sensorik, terutama, sistem sensorik visual, yang baik.

Segi pergerakannya, bola tangan memperlihatkan keterampilan lokomotor tinggi. Gabungan lompatan dan lari yang begitu dinamis sambil melempar bola ketika melayang, menunjukkan bahwa seorang pemain bola tangan adalah orang yang memiliki kemampuan tinggi dalam koordinasi, kelincahan, kecepatan dan daya tahan, dan kekuatan (Agus Mahendar, 2000:7). Agar dapat berperan sangat bermakna dalam regu, seorang pemain bola tangan haruslah menjadi seorang yang mau bekerja sama. Dengan mengandalkan perhitungan yang tepat, dan cepat, dia juga adalah seorang pengambil keputusan yang cerdas, dengan memperhitungkan segala ciri lingkungan

yang harus diolahnya dalam waktu yang sangat kritis.

Penelitian dan pengembangan biasanya disebut pengembangan berbasis penelitian (*research – based development*) merupakan jenis penelitian yang sedang meningkat penggunaannya dalam pemecahan masalah praktis dalam dunia penelitian, utamanya penelitian pendidikan dan pembelajaran.

Menurut Borg dan Gall seperti yang dikutip Wasis D (2004:4) penelitian dan pengembangan adalah suatu proses yang harus digunakan dalam mengembangkan dan atau mevalidasi produk-produk yang digunakan dalam penelitian pembelajaran, selanjutnya disebutkan bahwa prosedur penelitian dan pengembangan pada dasarnya terdiri dua tujuan utama, yaitu : (1) pengembangan produk, dan (2) menguji keefektifan produk dalam mencapai tujuan.

Rancangan model pengembangan penelitian ini dilakukan dalam enam tahap. Berdasarkan beberapa pendapat tersebut maka prosedur yang digunakan dalam pengembangan model permainan bola tangan gawang pantul untuk pembelajaran penjasorkes di sekolah dasar ini meliputi enam tahap yaitu:

- 1) Pengembangan penelitian deskriptif dan survei.
- 2) Penyusunan desain produk awal.
- 3) Validasi produk ahli.
- 4) Uji coba skala kecil
- 5) Uji coba skala besar
- 6) Penerapan model

Spesifikasi instrumen terdiri dari tujuan dan kisi-kisi instrument, terdapat 3 aspek dalam penelitian ini yaitu kognitif alat ukur menggunakan kuisioner berupa soal-soal yang berkaitan dengan permainan bola tangan gawang pantul, sedangkan afektif dan psikomotor menggunakan rubrik penilaian yang dinilai oleh guru.

Draf Permainan bola tangan gawang pantul:

1. Setiap regu terdiri dari 5-6 orang pemain (disesuaikan dengan jumlah siswa yang ada di sekolah dan ukura lapangan yang digunakan)
2. Lapangan 9 x 18 meter (bisa menggunakan lapangan terbuka yang ada di sekolah
3. Gawang 1 x 1 meter
4. Tidak ada penjaga gawang semuanya ikut bermain
5. Siswa putra dan putri tidak boleh digabung pada saat bermain.

6. Setiap pemain boleh membawa bola sebanyak lebih dari 5 langkah tetapi tidak boleh melewati batas garis tengah lapangan
7. Waktu permainan dikurangi menjadi 10, menit tidak ada istirahat, disesuaikan dengan jumlah kelompok yang ada
8. Menggunakan wasit 1 dan wasit 2 dalam ha ini wasit bisa diambil dari guru penjas atau siswa
9. Bola menggunakan bola karet yang lembut dan tidak terlalu besar ukuranya dan tidak berbahaya bagi siswa
10. Prosedur pelaksanaan:
 - a. Pemain dibagi menjadi kelompok/tim, satu kelompok atau tim terdiri dari 5-6 orang pemain ,disesuaikan dengan jumlah siswa yang ada di sekolah dan lapangan yang digunakan. Sebelum bermain kaptem regu terlebih dahulu melakukan tos.
 - b. Lemparan permulaan dilakukan digaris tengah lapangan, setelah diundi oleh wasit.
 - c. Bagi tim yang bisa memantulkan bola ke gawang pantul mendapatkan nilai 1

dan disambut oleh satu tim, mendapatkan nilai 2. Dan apa bila disambut oleh tim lawan, maka tim lawan akan mendapatkan nilai 2.

- d. Pada saat memantulkan bola pemain tidak boleh melewati batas garis lingkaran, dan berada dalam garis lingkaran
- e. Teknik yang digunakan hanya lempar tangkap, dan tidak boleh membawa bola lebih dari 5 langkah.
- f. Ada lemparan kedalam apabila bola keluar dari lapangan
- g. Lemparan bebas dilakukan apabila pemain melakukan pelanggaran didalam lapangan
- h. Pemain regu yang menang adalah regu yang mengumpulkan nilai terbanyak dengan memantulkan bola ke gawang pantul dan bisa menagkapnya.

Hasil Penelitian

Berdasarkan penentuan reliabilitas penelitian ini maka diperoleh data hasil perhitungan kognitif dari 10 butir soal, koefisien reliabilitas menggunakan *Guttman Split-Half Coefficient* untuk 100 siswa sebagai responden yaitu 0,228.

Dapat disimpulkan hasil reliabilitas untuk respon siswa dikatakan reliabel karena r hitung lebih besar dari r tabel yaitu 0,195 dengan taraf signifikan 5%.

Berdasarkan penentuan reliabilitas indikator psikomotor siswa untuk penelitian ini maka diperoleh data hasil perhitungan reliabilitas menggunakan *Guttman Split-Half Coefficient* untuk 100 siswa sebagai responden yaitu 0.330. Dapat disimpulkan hasil reliabilitas untuk respon siswa dikatakan reliabel karena r hitung lebih besar dari r tabel 0,19 dengan taraf signifikan 5%.

Berdasarkan penentuan reliabilitas indikator afektif untuk penelitian ini maka diperoleh data hasil perhitungan koefisien reliabilitas menggunakan *Guttman Split-Half Coefficient* untuk 100 siswa sebagai responden yaitu 0.872. Dapat disimpulkan hasil reliabilitas untuk respon siswa dikatakan reliabel karena r hitung lebih besar dari r tabel yaitu 0,195 dengan taraf signifikan 5%.

Dari penghitungan denyut nadi terhadap 100 siswa sebelum dan sesudah mengikuti permainan bola tangan gawang pantul didapat hasil sebagai berikut: Rata-rata denyut nadi siswa sebelum mengikuti permainan bola tangan gawang pantul sebesar 70,12 sedangkan rata-rata denyut nadi siswa

sesudah mengikuti permainan bola tangan gawang pantul sebesar 142,65 terdapat peningkatan denyut nadi sebesar 85,31%

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan dan pembahasan tentang pengembangan permainan bola tangan gawang pantul untuk pembelajaran penjasorkes di SD, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a) Telah ditemukan model permainan bola tangan gawang pantul sebagai alternative permainan bola besar penjasorkes yang sesuai dengan karakteristik peserta didik sekolah dasar.
- b) Permainan bola tangan gawang pantul dalam pembelajaran penjasorkes dapat meningkatkan aspek psikomotor, kognitif dan afektif berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di 3 SD yaitu keefektifan produk permainan bola tangan gawang pantul mendapat respon positif siswa dalam pembelajaran penjasorkes sebesar 97,46% sedang respon negative sebesar 2,53%. Jadi kesimpulan keefektifan produk permainan dalam katagori sangat baik. Permainan bola tangan gawang pantul dalam pembelajaran penjasorkes dapat meningkatkan denyut nadi siswa sebesar 85,31%

DAFTAR PUSTAKA

- Agus mahendra. 2000. *Bola Tangan*. Jakarta: Depdiknas
- Depdiknas. 2006 *Metodik Pengajaran Penjas Sekolah Dasar*. Jakarta. Depdiknas
- Kurnia Eka Wijayati. 2011. *Peran Pendidikan Jasmani dalam Pengembangan Cara Berfikir Siswa*.
<http://jurnal.upi.edu/penjasor/editon/30/volume-5-nomor-1-pebruari-2011>, diakses tanggal 3 maret 2014
- Kusyanto, Yanto. 1199. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga dan Kesehatan* Bandung : Ganeca Exact
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMA/MA* Rawamangun Jakarta: Prenada Media Group.