

PENGEMBANGAN PERMAINAN TIBOY UNTUK PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Dwi Qomara

Dosen STKIP Melawi-Entikong

Jl. Lintas Malindo km. 16 Entikong Kab. Sanggau Kalimantan Barat
dwiqomara13@gmail.com

Abstract: This study aims to 1) produce a learning model penjasorkes with Tiboy game activity in accordance with the characteristics of learners in elementary school, 2) determine the effectiveness of the model Tiboy in increasing motor activity in the learning process penjasorkes in SD, 3) determine acceptability Tiboy game activity models that can penjasorkes used for learning in primary. The research method used is a development method according to Borg and Gall opinion. Data collection techniques used are product feasibility, effectiveness and acceptability of products products. The subjects were students of class V Beduai SD N 01, N 02 Beduai SD, SD N 05 Muara use values and SD N 06 Pemodis. The results showed: 1) generate forms Tiboy game with motion base material for 5 th grade, 2) research effectively as pulse counting results with the t-test showed that the $p = 0.000 < 0.05$, and the pulse rate increased by 73 , 57%, 3) acceptability of the three aspects in both the categories of the psychomotor aspects of the 60 students, 80% in both categories, the categories were 20%, 0% and less category, cognitive aspects of 60 students, in either category 93.33% , the category was 6.67%, and 0% less category, affective aspects of the 60 students, 85% in both categories, the category was 15%, and 0% less category.

Key word: development, tiboy game, elementary school

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk 1) menghasilkan model pembelajaran penjasorkes dengan aktivitas permainan Tiboy yang sesuai dengan karakteristik peserta didik di SD, 2) mengetahui keefektifan model Tiboy dalam meningkatkan aktivitas gerak dalam proses pembelajaran penjasorkes di SD, 3) mengetahui keterterimaan model aktivitas permainan Tiboy yang dapat digunakan untuk pembelajaran penjasorkes di SD. Metode penelitian yang digunakan adalah metode pengembangan menurut pendapat Borg dan Gall. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kelayakan produk, keefektifan produk dan keterterimaan produk. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD N 01 Beduai, SD N 02 Beduai, SD N 05 Muara ilai dan SD N 06 Pemodis. Hasil penelitian menunjukkan: 1) menghasilkan bentuk permainan Tiboy dengan materi gerak dasar untuk kelas 5 SD, 2) hasil penelitian efektif karena hasil penghitungan denyut nadi dengan uji-t menunjukkan bahwa $p = 0,000 < 0,05$, dan denyut nadi mengalami peningkatan sebesar 73,57%, 3) keterterimaan dari tiga aspek dalam katagori baik yaitu aspek psikomotorik dari 60 siswa, dalam kategori baik 80%, kategori sedang 20%, dan kategori

kurang 0%, aspek kognitif dari 60 siswa, dalam kategori baik 93,33% , kategori sedang 6,67%, dan kategori kurang 0%, aspek afektif dari 60 siswa, dalam kategori baik 85%, kategori sedang 15%, dan kategori kurang 0%.

Kata Kunci: pengembangan, permainan tiboy, sekolah dasar

Permainan Tiboy ini merupakan permainan yang menggabungkan 2 unsur permainan yaitu permainan kasti dan permainan tradisional permainan ini diambil unsur- unsur sama seperti ketepatan, reaksi, kecepatan, kerjasama, konsentrasi, dengan melihat apa-apa saja yang dapat diambil sebagai bahan untuk pengembangan, seperti melempar, lari, menyusun kembali sasaran yang telah dilempar.

Permainan Tiboy sebagai salah satu alternatif materi nantinya akan diterapkan dalam proses pembelajaran Penjasorkes seperti pada bunyi kompetensi dasar mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar yang dilandasi konsep gerak dalam berbagai permainan bola kecil dan atau permainan tradisional.

Pelaksanaan pembelajaran penjasorkes di sekolah dasar di Kecamatan Beduai diketahui mempunyai lapangan yang cukup luas untuk melaksanakan beberapa permainan tradisional sesuai dengan materi yang ada. Dalam upaya cek kebenaran data dan sekaligus dilakukan suatu dialog dengan guru penjasorkes disekolah bahwa dalam penelitian ini peneliti ingin mengangkat permainan tradisional, dan ada guru yang

mengusulkan untuk adanya perpaduan antara permainan kasti dan permainan tradisional (Boy-boyan) yang kemudian disingkat Tiboy.

Berdasarkan observasi yang Peneliti lakukan pada tanggal 8- 13 januari 2013 pada 6 sekolah yang terdapat di Kecamatan Beduai melalui wawancara dengan guru penjas dan siswa yang berada disana, pada materi bola kasti terutama tidak pernah diajarkan hal ini dikarena sarana prasarana yang sudah tidak ada, guru yang ada banyak yang bukan berasal dari guru Penjasorkes, namun guru kelas yang merangkap sebagai guru Penjasorkes,.

Melihat hal tersebut bukanlah hal yang aneh jika pembelajaran meskipun mempunyai lapangan yang luas namun tidak pernah diajarkan kepada siswa permainan baik permainan kasti maupun permainan tradisional, hal ini dikarenakan pada saat pembelajaran kasti masih menggunakan bola yang keras sehingga menjadi ketakutan sendiri bagi anak ketika di lempar (Ida Pawestri 2012:1) selain itu ketika memukul bola jarak bola yang dipukul juga bisa jauh hingga anak- anak harus menunggu bola itu diambil sehingga banyak waktu yang terbuang untuk pembelajaran.

Dalam permainan tradisional untuk sekarang secara perlahan-lahan mulai tersisihkan oleh permainan modern padahal dengan permainan tradisional diwariskan secara turun temurun dan memiliki faedah yang banyak dalam melestarikan budaya sebagai karakter bangsa (Ilham 2011:01).

Uraian latar belakang di atas menunjukkan masih perlu adanya kajian untuk mengembangkan permainan Tiboy di Sekolah Dasar. Permainan Tiboy di Sekolah Dasar ini dapat dijadikan sebagai solusi guru dan alternatif pembelajaran dalam memecahkan masalah dalam proses pembelajaran Penjasorkes yang selama ini sifatnya cenderung dalam bidang permainan hanya diarahkan pada permainan bola besar.

Kajian bentuk permainan Tiboy ini nantinya akan dikemas sedemikian rupa dan disesuaikan dengan karakteristik tingkat pertumbuhan peserta didik Sekolah Dasar, sehingga dengan harapan peserta didik akan merasa tertarik dan merasa senang untuk melakukan aktivitas permainan, selain itu permainan Tiboy juga merupakan bentuk atau corak permainan yang bersifat kompetisi yang terdiri dari sebuah tim, secara tidak langsung juga akan mengarahkan peserta didik kedalam bentuk kerjasama yang baik dalam pengembangan sikap pada diri

peserta didik tersebut.

Permainan Kasti dan Boy-boyan ini nantinya akan dimodifikasi dengan harapan mudah dilakukan oleh pihak sekolah yang berhubungan dengan keterbatasan kepemilikan sarana dan prasarana, sehingga kuota gerak yang kurang bagi peserta didik dapat teratasi serta mengembangkan nilai-nilai kognitif, afektif dan psikomotor, hal ini ditujukan untuk mengarahkan peserta didik kepada rasa senang dalam melakukan permainan Tiboy, sehingga tujuan dari pembelajaran dapat tercapai serta meningkatkan dan melestarikan budaya bangsa yang selama ini jarang diaplikasikan oleh masyarakat awam.

Interaksi merupakan ciri utama dari kegiatan pembelajaran, baik antara yang belajar dengan lingkungan belajarnya, baik itu guru, teman temannya, tutor, media pembelajaran, atau sumber-sumber belajar yang lain. Penjasorkes diartikan sebagai pendidikan melalui dan dari aktivitas jasmani. Siedentop mengatakannya sebagai "*education through and of physical activities*". Permainan, rekreasi, ketangkasan, olahraga, kompetisi, dan aktivitas-aktivitas fisik lainnya, merupakan materi-materi yang terkandung dalam pendidikan jasmani, karena diakui mengandung nilai-nilai pendidikan yang hakiki (Depdiknas, 2008:23).

Penjasorkes bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut :

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam penjasorkes.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif (Depdiknas, 2008:195).

Kebugaran jasmani adalah kesanggupan tubuh untuk melakukan

aktivitas tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Orang yang bugar berarti ia tidak mudah mengalami lelah dan capek, ia dapat mengerjakan pekerjaan sehari-hari secara optimal, tidak malas, atau bahkan berhenti sebelum waktunya (Mutohir, 2007:51).

- 1) *Muscular endurance* yaitu daya tahan otot,
- 2) *cardio-respiratory endurance* yaitu daya tahan kardiovaskuler,
- 3) *Strenght muscle* yaitu kekuatan otot skeletal,
- 4) *Muscular speed* yaitu kecepatan otot dalam berkontraksi dan
- 5) *Flexibility* yaitu kelentukan (Mutohir, 2007:53).

Menurut Cooper yang dikutip Santoso Giriwijoyo, rentangan denyut nadi adalah denyut nadi istirahat sampai $\pm 80\%$ denyut nadi maksimal sesuai usia, dalam hal ini banyak cara yang digunakan orang untuk menentukan denyut nadi maksimal dan denyut nadi kerja/olahraga.

Permainan menurut Imas Kurniasih (2012:13) mengatakan bahwa permainan juga dapat membantu perkembangan kepribadian dan emosi karena anak-anak mencoba melakukan berbagai peran, mengungkapkan perasaan, menyatakan diri dalam suasana yang tidak mengancam, juga memperhatikan diri dan orang lain. Melalui permainan anak-anak bisa

belajar tentang mematuhi aturan dan menghargai hak orang lain.

Permainan Tiboy ini menggunakan lapangan berbentuk persegi dengan 3 tempat hinggap, dan satu tempat untuk cek poin, lapangan akan di gunakan dengan ukuran panjang 30 meter lebarnya 17M, dan tempat hinggap berukuran 30x 30 CM, kotak pelempar 1 meter x 1 meter, kotak tunggu 1,3 meter kotak hukuman 1x2 meter, jarak antara kotak pelempar ke sasaran 5 meter, jarak penjaga dan sasaran 2 meter.

Peralatan yang tercantum dalam peraturan permainan merupakan kebutuhan yang diperlukan. Adapun peralatan yang diperlukan meliputi:

- 1) Botol .
- 2) Kaset kaki
- 3) Kapur/ cat/ line paper
- 4) Peluit
- 5) Jam/ stop watch
- 6) Alat tulis
- 7) Meteran
- 8) Bola

Permainan dimulai dengan diadakan undian regu, dalam undian tersebut yang menang menjadi tim pelempar dan regu yang kalah menjadi tim penjaga. Permainan dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

Pemain pelempar melempar bola kearah sasaran, jika kena maka pelempar

tersebut harus segera lari pada base 1 kemudian lari ke base 2, selanjutnya ke base 3 dan terakhir adalah menyusun kembali sasaran berupa botol tadi pada posisi segitiga, setiap base pemain boleh berhenti, tim penjaga bertugas melempar tim pelempar dan lemparan boleh di seluruh badan.

Tim Penjaga

1. Menyusun Botol
2. Dibagi tugas dengan tugas masing-masing pos yang telah di tetapkan
3. Melempar bola ke pelempar yang mengenai sasaran
4. Bola di tangan pelempar harus di lemparkan dengan ke teman se tim dengan waktu 5 detik.
5. Tim berjaga bebas bergerak untuk menjaga areanya.

Tim Pelempar Bersiap di belakang kotak/ garis yang telah di sediakan

1. Selanjutnya tim pelempar menentukan pelempar pertama, kedua dan seterusnya
2. Pelempar pertama menuju kotak atau garis
3. Selanjutnya pelempar melemparkan bola kearah sasaran
4. Jika kena maka pelempar langsung lari kearah tempat hinggap yang pertama,
5. Jika salah maka akan dinyatakan mati dan harus di kurung,

6. Selanjutnya akan di berikan kepada pelempar kedua,
7. Jika sampai poin 8 maka posisi penjaga dan pelempar akan di ganti,
8. Posisi kaki pelempar salah satunya harus ada di depan
9. Lemparan boleh dari bawah maupun dari atas ataupun dari samping
10. Pelempar harus lari kearah tempat hinggap yang berjumlah 3.
11. Pelempar yang berhasil masuk kembali harus menyusun kembali sasaran yang ada, jika berhasil nilai 2 untuk tim pelempar
12. Jika hanya dapat melempar poin yang didapat 1.
 1. peluit satu kali berarti pelanggaran/ kesalahan
 2. peluit satu kali panjang tanda pertukaran bebas
 3. peluit dua kali tanda di mulai permainan
 4. peluit tiga kali tanda berakhir pertandingan

METODE PENELITIAN

Penelitian dan pengembangan biasanya disebut pengembangan berbasis penelitian (*research-based development*), Menurut Borg & Gall seperti dikutip Wasid D (2004:4) penelitian dan pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan atau memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan pembelajaran.

Selanjutnya disebutkan bahwa prosedur penelitian dan pengembangan pada dasarnya terdiri dari dua tujuan utama, yaitu: (1). Mengembangkan produk, dan (2). Menguji keefektifan produk dalam mencapai tujuan.

Analisis kebutuhan langkah awal dalam melakukan penelitian pada tahap ini peneliti mengadakan observasi di SD Negeri 01 Beduai, SD Negeri 02 Beduai, SD Negeri 05 Muara Beduai, SD Negeri 06 Pemodis, SD Negeri 08 Kubing, SD Negeri 13 Tran Sei Daging, Kecamatan Beduai Kabupaten Sanggau Kalimantan Barat tentang pelaksanaan pembelajaran

Pemain dalam permainan Tiboy ini berjumlah 7-10 orang, Permainan Tiboy dilakukan dengan menggunakan batasan skor sebagai batas akhir permainan yaitu skor 10.

Dalam Permainan tiboy ini di pimpin oleh satu wasit Dalam memberikan aba- aba, wasit menggunakan peluit yang dibunyikan mengandung arti

penjasorkes dengan melakukan pengamatan lapangan tentang proses pembelajaran, materi pembelajaran permainan Kasti dan Permainan tradisional, dan sarana prasarana.

Data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dari hasil wawancara dan observasi yang berupa kritik, saran dari ahli Penjasorkes dan narasumber secara lisan maupun tulisan sebagai masukan konstruktif untuk bahan revisi produk, sedangkan data kuantitatif diperoleh dari pengambilan denyut nadi saat penggunaan produk, serta draf awal yang digunakan sebagai bahan untuk pembuatan produk yang akan dikembangkan, selain itu denyut nadi yang diambil pada penelitian peneliti menggunakan 4x15 detik untuk mengukur denyut nadi siswa sebelum melakukan Permainan.

Instrumen yang digunakan dalam pengembangan produk berupa observasi, draf awal, kuesioner, rubrik dengan skala likert, RPP. Observasi dilaksanakan untuk melihat proses pembelajaran terutama permainan Tiboy di sekolah, draf awal digunakan untuk melihat bagaimana bentuk dari penelitian yang akan digunakan draf awal ini dapat dilihat pada lampiran 27, Kuesioner digunakan untuk mendapatkan informasi guru dan untuk

melihat seberapa paham siswa tentang produk yang berikan kuesioner berupa soal untuk guru sebanyak 20 soal dan siswa sebanyak 10 soal.

Dalam menentukan instrumen yang digunakan peneliti juga menggunakan *check list* yang digunakan untuk melihat hasil afektif dan kuesioner *check list* yang digunakan adalah 0 dan 1 atau tidak dan iya. kuesioner yang digunakan dalam kognitif. Dalam rubrik peneliti gunakan untuk instrumen yang diisi oleh ahli baik ahli permainan maupun guru penjas, dalam rubrik ini menggunakan skala likert 4,3,2,1.

Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan menggunakan teknik analisis deskriptif. Teknik ini digunakan untuk menilai tingkat kelayakan, kualitas produk terhadap produk pengembangan. Analisis ini untuk mendeskripsikan prosentase keberhasilan uji coba baik dari segi proses maupun dari segi hasil penelitian yang berupa data dari aspek psikomotor, kognitif dan afektif. Untuk merevisi produk hasil pengembangan menggunakan teknik diskusi ilmiah bersama dengan ahli Penjasorkes, ahli Permainan dan guru Penjasorkes seklah dasar dan peserta didik uji coba.

Indikator peningkatan intensitas fisik dalam membuat peserta didik

bergerak ditandai dengan meningkatnya denyut nadi setelah mengikuti pembelajaran permainan tiboy. Analisis data yang digunakan untuk mengetahui peningkatan intensitas fisik dengan mengetahui hasil pengukuran denyut nadi peserta didik sebelum mengikuti pembelajaran permainan lempar sandal dan sesudah mengikuti pembelajaran permainan tiboy (menggunakan produk pengembangan). Analisis data dengan bantuan komputer program SPSS 18 taraf signifikansi 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Draf Produk Awal

Setelah menentukan produk yang akan dikembangkan berupa materi permainan Tiboy untuk pembelajaran bola kecil sebagai media pembelajaran Penjasorkes di SD, tahap berikutnya adalah membuat produk dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut : 1) analisis tujuan dan karakteristik permainan bola kecil di SD kelas V, 2) analisis karakteristik siswa SD kelas V, 3) mengkaji literatur tentang prinsip-prinsip pengembangan permainan bola kecil, 4) menetapkan prinsip-prinsip untuk mengembangkan materi pembelajaran permainan bola kecil, 5) menetapkan tujuan, isi dan strategi pengelolaan proses pembelajaran permainan bola kecil, 6) menyusun produk awal permainan bola

kecil yang menggabungkan dua materi permainan bola kecil dan permainan tradisional.

Deskripsi Data Validasi Ahli

Data yang diperoleh dari pengisian kuisioner oleh para ahli Permainan dan ahli penjasorkes merupakan pedoman untuk menyatakan apakah produk permainan Tiboy ini dapat digunakan untuk uji skala kecil maupun uji skala besar, berikut adalah hasil pengisian dari ahli,

Data Uji Coba Skala kecil

Dalam uji skala kecil ini data- data yang di ambil meliputi aspek kognitif berupa soal dengan jumlah kuisioner ada 10 soal, psikomotor dengan rubrik dengan *item* ada 10 dan afektif untuk melihat sikap siswa selama pembelajaran berlangsung sebanyak 10 *item*, berikutnya data yang diambil adalah denyut nadi siswa sebelum dan sesudah melaksanakan permainan Tiboy, berikut data denyut nadi yang di peroleh.

Uji Coba Skala besar

Setelah dilakukan uji skala kecil dan revisi berdasarkan saran ahli maka tahapan yang dilakukan adalah uji coba skala besar ini di lakukan pada tanggal 12 Agustus 2014 - 15 Agustus 2014 dengan melibatkan 3 sekolah dasar dan sebanyak 60 siswa diambil sebagai sampel, berikut rincian dari skala besar.

Data dari denyut nadi skala besar yang diambil dari 60 siswa di 3 sekolah yaitu Sekolah Dasar Negeri 06 Pemodis, Sekolah Dasar Negeri 02 Beduai, Sekolah Dasar Negeri 05 Muara Ilai dengan rata-rata umur siswa adalah 11 tahun, denyut nadi ini melihat sebelum dan sesudah melaksanakan permainan Tiboy,

Peningkatan denyut nadi cukup baik, kesimpulannya adalah permainan tiboy ini cukup baik dilaksanakan di sekolah dasar dalam pelajaran penjasorkes.

SIMPULAN

Simpulan penelitian ini ialah sebagai berikut: 1) Setelah diadakan penelitian terhadap Model Pembelajaran Kooperatif Pada Pembelajaran Penjas di dapatkan hasil berpengaruh yang cukup signifikan, 2) Model Koop, 3) Produk permainan Tiboy dapat diterima dalam pembelajaran Penjasorkes di SD. Keterterimaan produk permainan Tiboy ditinjau dari 3 unsur ranah Penjasorkes yaitu kognitif, psikomotor, dan afektif. saran penelitian ini bagi para guru Penjasorkes di SD dapat menggunakan produk permainan ini di sekolah, sebagai alternatif dalam menyampaikan pembelajaran bola kecil dan permainan tradisional pada pelaksanaan pembelajaran penjasorkes 1) Pada sekolah yang jumlah siswanya banyak penerapan peraturannya harus menyesuaikan karena harus ada kelompok

yang menunggu giliran. 2) Bagi guru Penjasorkes, dapat mengembangkan lagi permainan yang ada sehingga menjadi banyak opsi dalam pembelajaran sehingga siswa tidak merasa bosan dengan permainan yang ada, dengan begitu akan tercipta pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif dan menyenangkan bagi siswa

DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas. 2008. *Standar Isi*. Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah
- Ida Pawestri. 2013. *Upaya Peningkatan Hasil Belajar memukul bola kasti dengan menggunakan modifikasi alat bantu pemukul dan bola pada siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Sumber IV Banjar Sari surakarta*. Jurnal FKIP UNS
- Ilham. 2011. *Pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kemampuan lompat jauh tanpa awalan siswa sekolah dasarnegeri no. 52/iv kota jambi*.Jambi.Jurnal Universitas Jambi
- Mutohir, Toho Cholik, Maksum, Ali. 2007. *Sport Development Index*. Jakarta: PT Indeks.
- Kurniasih, Imas. 2012. *Kumpulan Permainan Interaktif Untuk Meningkatkan Kecerdasan Anak*.Yogyakarta: Cakrawala.
- Pangrazi P. Robert. 2004. *Dynamic Physical Education For Elementary school Children*. Arizona State University. Benjamin Cummings