



Pengembangan Permainan Sepakbola Modifikasi dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar

Dilli Dwi Kuswoyo, Andi Muhammad Fadlih
PJKR, FKIP, Universitas Musamus
 e-mail: kuswoyo_fkip@unmus.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel:
 Diterima: April 2021
 Disetujui: April 2021
 Dipublikasikan: April 2021

Keywords: Sepakbola;
 Modifikasi; Kesehatan Siswa

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan serta menghasilkan suatu produk permainan sepakbola modifikasi dalam pembelajaran Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar. Metode dalam penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang mengacu pada model pengembangan Borg & Gall yang telah di modifikasi yaitu: (1) Melakukan Penelitian Pendahuluan serta mengumpulkan informasi, (2) Mengembangkan Bentuk Produk Awal, (3) Evaluasi, (4) Revisi Produk Pertama, (5) Uji Coba Lapangan (20 Siswa). (6) Revisi Produk Akhir. (7) Hasil Akhir Melalui Revisi Uji Coba Lapangan. Subjek dalam penelitian ini adalah SDN Cenderawasih Kelas Lima (5), SD YPPK St. Theresia Kumbe Kelas Lima (5) dan Siswa SD YPK Kuprik kelas Lima (5). Teknik Pengumpulan Data Menggunakan Pendekatan Kuisisioner, yaitu evaluasi ahli, uji coba kelompok kecil, dan uji coba lapangan. Data berupa hasil penilaian mengenai kualitas produk, saran perbaikan produk, dan hasil pengisian kuisisioner oleh siswa. Deskriptif Presentase digunakan dalam melakukan analisis data untuk mengungkap aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif siswa setelah menggunakan produk tersebut. Berdasarkan hasil uji coba yang diperoleh maka didapatkan nilai 83% Ahli Penjas (Baik) dan Uji Coba Ahli sepakbola 82% (Baik), Uji Coba Kelompok Kecil 80 % (Baik), dan Uji Coba lapangan 81% (Baik). Berdasarkan data yang telah dijelaskan di atas maka dapat disimpulkan bahwa Permainan sepakbola modifikasi dapat digunakan bagi siswa SD di Kabupaten Merauke karena dapat diterima siswa serta menghasilkan produk pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.

Abstract

The purpose of this research is to develop and produce a modified football game product in education, physical, sports and health (PJOK) learning in elementary schools. The method in this research is development research which refers to the modified Borg & Gall development model, namely: (1) Conducting Preliminary Research and gathering information, (2) Developing Initial Product Forms, (3) Evaluation, (4) First Product Revision, (5) Field Trial (20 Students). (6) Final Product Revision. (7) Final Results through Revision of Field Trials. The subjects in this study were SDN Cenderawasih Class Five (5), SD YPPK St. Theresia Kumbe, fifth grade (5) and fifth grade student of SD YPK Kuprik (5). Researchers chose the three school subjects because they saw the geographic location of the three schools, namely superior schools in the city, ordinary schools on the city border, and schools on the outskirts of the city. The purpose of implementing this is to find out whether the products that will be produced can be used in all types of schools in Merauke Regency. Data collection techniques using a questionnaire approach, namely expert evaluation, small group trials, and field trials. Data in the form of results of assessments regarding product quality, suggestions for product improvements, and the results of filling out questionnaires by students. Descriptive percentages were used in analyzing data to reveal the psychomotor, cognitive, and affective aspects of students after using the product. Based on the results of the trials obtained, the values obtained were 83% of Physical Education Experts (Good) and Football Experts Trial 82% (Good), Small Group Trials 80% (Good), and Field Testing 81% (Good). Based on the data described above, it can be concluded that the modified football game can be used for elementary school students in Merauke Regency because it can be accepted by students and produces PJOK learning products.

© 2021 Universitas Musamus Merauke

PENDAHULUAN

Berawal dari slogan bahwa jiwa yang kuat ada pada raga yang sehat menjadi senjata bagi pendidikan jasmani. Hal ini tentu berkaitan dengan aspek penting berupa kesehatan yang berguna untuk menunjang proses belajar mengajar (Kuswoyo & Donggoran, 2019) maka penelitian ini memiliki tujuan untuk mengembangkan dan menghasilkan suatu produk permainan sepakbola modifikasi dalam pembelajaran Pendidikan, Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar. Dimana produk ini dianggap penting karena dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam peningkatan budaya gerak dengan mengandung aspek-aspek seperti; Alat Bantu, Suasana Belajar, Menarik Perhatian, Menyalurkan Pesan, dan Aspek Kemauan Siswa. Seperti penelitian yang telah dilakukan oleh (Erfayliana et al., 2014) silam menyimpulkan bahwa produk permainan sepakbola modifikasi berupa selat *ball* dapat diterima dan dapat diterapkan dalam pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar kelas 5.

Dalam rangka menciptakan Bangsa yang kuat, terampil, bermoral, dan sehat, Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) menjadi salah satu alat dan upaya yang bisa dilakukan. Dimana Penjasorkes merupakan pelajaran yang diajarkan melalui aktivitas fisik namun diharapkan dapat mendukung perkembangan mental, terampil dalam motorik, wawasan dan logika, penghayatan nilai-nilai, serta membiasakan hidup sehat guna menstimulus tumbuh kembang kualitas jasmani dan rohani yang balance. Pengembangan individu secara fisik, mental, social, emosional dan intelektual menjadi tujuan yang ingin dicapai oleh pendidikan jasmani, dimana tujuan ini dapat dicapai melalui kegiatan jasmani dengan gerak tubuh (Kuswoyo, 2018). Aktifitas fisik yang digunakan sebagai media pembelajaran diantaranya permainan dan cabang olahraga pilihan seperti senam, akuatik dan masih banyak lagi. Dalam permainan bola besar, sepakbola menjadi salah satu olahraga terpopuler (Nugraha, 2012) dan digemari anak-anak hingga dewasa (Pratama, 2019). Karena begitu digemari, materi sepakbola dimuat dalam pembelajaran pendidikan jasmani (Rahmatullah, 2019) yang tujuannya untuk mengembangkan kemampuan siswa secara emosional, intelektual, mental dan sosial dengan tubuh yang gerak (Kuswoyo & Donggoran, 2019). Untuk meraih kemenangan dalam permainan sepak bola, diperlukan kemampuan dasar guna membentuk kerjasama dalam tim dan untuk memajukan kualitas permainan (Kuswoyo & Donggoran, 2019) dan pemain yang baik ialah yang memiliki serta menguasai teknik dan keterampilan dasar (Nasution, 2018). Dimana keterampilan tersebut bisa ditingkatkan melalui penguasaan teknik dasarnya (Gazali, 2016). Terdapat lima teknik yang bisa digunakan dalam permainan sepakbola, yakni: mengoper

Vol. 03 No. 02 / Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJ PES) 2021

(passing), menggiring (dribbling), menembak (shooting), melempar (throw in), serta menangkap bola (catching) (D.D. Kuswoyo, 2020). Mengembangkan keterampilan konsep gerak serta meningkatkan kebugaran jasmani melalui permainan sepakbola yang terdapat dalam pembelajaran penjasorkes yang di dapatkan oleh siswa dalam pendidikan formal di sekolah, dan dasar untuk dapat meningkatkan prestasi ialah dengan memperkenalkan olahraga sepak bola sejak dini (Kuswoyo, 2017).

Perencanaan yang baik dan secara rutin dilakukan adalah salah satu cara agar tercapainya prestasi yang maksimal dan didukung dengan daya tahan dan energi serta VO2Max yang baik (Juniardi et al., 2016). Peranan jantung yang penting bagi kehidupan tentu memiliki pengaruh atas kesehatan setiap individu secara umum. Berat atau ringannya kinerja jantung dapat diukur dengan denyut nadi yang merupakan cerminan denyut jantung dimana hal ini bergantung pada jenis dan tingkat aktifitas yang dilakukan oleh individu tersebut (Nawawiwetu & Lutfiya, 2020) berdasarkan observasi yang dilakukan oleh pada tahun 2019 ketika menjadi DPL mahasiswa penjasorkes yang sedang melaksanakan PPL di SD yang ada di Kabupaten Merauke. Peneliti melakukan survey di sekolah dasar yaitu SD Negeri Urumb dan SD YPK Kuprik, Pengambilan sampel dilakukan pada siswa kelas V SD, karena materi pada kurikulum K-13 dengan standar kompetensi untuk semester I dan II ; mempraktekkan variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Standar kompetensi: 1) mempraktekkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran. 2) Mempraktekkan variasi gerak ke dalam modifikasi permainan bola besar, serta nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran. Materi K-13 kelas V SD semester 2, standar kompetensi: mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Standar kompetensi: 1) Mempraktikkan ragam teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar, serta nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran. 2) Mempraktikkan ragam teknik dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerjasama, sportivitas dan kejujuran.

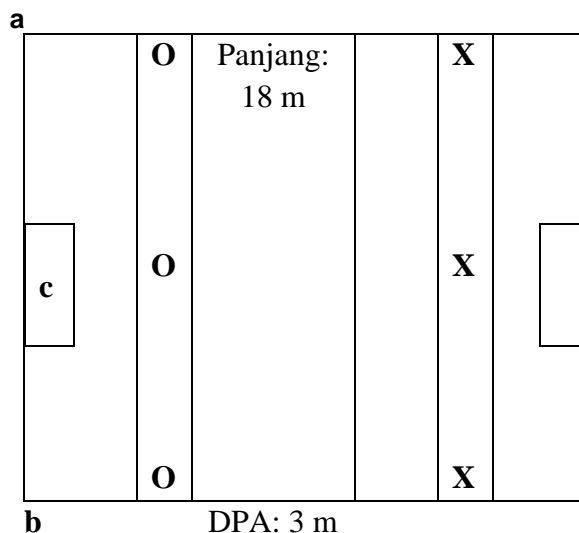
Permainan sepakbola yang telah dilaksanakan di kelas V SDN Urumb dan SD YPK Kuprik ternyata kurang berjalan secara efektif, bahwa denyut jantung siswa SDN Urumb dan SD YPK Kuprik adalah berjumlah 85 denyut/menit, jika rata-rata umur siswa SDN Urumb dan SD YPK Kuprik adalah berkisar 12-15 tahun, maka denyut jantung maksimal $220 - 12 = 208$ denyut/menit. Dapat disimpulkan bahwa denyut jantung siswa hanya mampu mencapai 41% dari denyut jantung maksimal selama proses pembelajaran,

3 Kendala yang dialami kelas V SDN Urumb dan SD YPK Kuprik adalah bahwa masing-masing sekolah tersebut tidak mempunyai lapangan sepakbola, sehingga sulit dilaksanakan materi permainan sepakbola sesuai K-13.

Kebanyakan guru masih mengadopsi model pembelajaran yang tidak sesuai dalam proses belajar mengajar. Ketidak maksimalan hasil belajar dapat disebabkan oleh faktor bosan dan ketidak nyamanan yang dirasakan siswa. Hal ini bias terjadi karena jenis kegiatan yang disuguhkan bersifat monoton (Riyanto & Kuswoyo, 2019). Dalam hal ini pengembangan media pembelajaran sejalan dengan tuntutan untuk meningkatkan kurikulum dan silabus (Sukendro et al., 2017). Swadesi & Kanca (2018) menjelaskan bahwa Penelitian Pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani olahraga, dan kesehatan ini menjadi sangat penting karena; 1) membantu guru dalam memberikan pesan dalam kegiatan belajar mengajar, 2) membantu peserta didik dalam menerima pesan mengajar, 3) Guru tidak usah berulang kembali membuat pelajaran yang sama dari tahun ke tahun, 4) materi dan media pembelajaran menarik diperoleh dengan mudah.

METODE

Penelitian pengembangan dalam proses penelitian ini yaitu permainan sepakbola modifikasi dalam pembelajaran PJOK bagi siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Merauke. Dimana tujuan dari produk pengembangan ini adalah untuk meningkatkan aktifitas fisik peserta didik melalui budaya gerak yang aktif yang diperoleh dari permainan sepak bola modifikasi. Dalam pelaksanaan penelitian ini, Subjek dalam penelitian ini adalah SDN Cenderawasih Kelas Lima (5), SD YPPK St. Theresia Kumbe Kelas Lima (5) dan Siswa SD YPK Kuprik kelas Lima (5). Peneliti memilih ketiga subjek sekolah tersebut karena melihat letak geografis ketiga sekolah tersebut, yaitu sekolah unggulan dalam kota, sekolah biasa di perbatasan kota, dan sekolah di pinggir kota. Tujuan diberlakukannya hal tersebut karena untuk mengetahui apakah produk yang akan di hasilkan nantinya dapat digunakan di semua jenis sekolah yang ada di Kabupaten Merauke. Tujuan dari produk pengembangan ini adalah untuk menghasilkan suatu permainan sepakbola modifikasi yang dapat meningkatkan kekatifan gerak dan fisik bagi siswa Sekolah Dasar.



Gambar 1. Lapangan Sepakbola Modifikasi

Keterangan :

Panjang : 18 m

Lebar a – b : 9 m

Daerah Pencetak Angka (DPA) : 3m

c : Gawang

X : Pemain A

O : Pemain B

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa produk permainan sepakbola modifikasi yang dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam peningkatan budaya gerak melalui pembelajaran PJOK di Siswa Sekolah Dasar telah memenuhi kriteria penilaian baik. Dimana nilai tersebut diperoleh melalui aspek penilaiain yang ada di dalam kuisisioner pada aspek Alat Bantu (1), Aspek Suasana Belajar (2), Aspek Menarik Perhatian (3), Aspek Menyalurkan Pesan (4), dan Aspek Kemauan Siswa (5).

Tabel 1. Data hasil keseluruhan evaluasi

Komponen	Persentase (Skala Penilaian %)	Kategori
Evaluasi Ahli Penjas	83	Baik
Evaluasi Ahli Sepakbola	82	Baik
Uji Coba Kelompok Kecil	80	Baik
Uji Coba Lapangan	81	Baik

Dengan kategori Baik, ini menunjukkan bahwa produk permainan sepakbola modifikasi dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam peningkatan budaya gerak melalui pembelajaran PJOK di Siswa Sekolah Dasar Kabupaten Merauke.

Tujuan peneliti untuk mengembangkan serta menghasilkan suatu produk permainan sepakbola modifikasi yang dapat meningkatkan keaktifan siswa dengan aspek-aspek seperti; Alat Bantu, Suasana Belajar, Menarik Perhatian, Menyalurkan Pesan, dan Aspek Kemauan Siswa. Sejalan dengan Erfayliana et al., pada 2014 silam yang hasil penelitiannya menyatakan bahwa pembelajaran penjasorkes di sekolah dasar berpengaruh terhadap aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif serta efektif untuk meningkatkan denyut nadi siswa sekolah dasar dengan hasil penelitian efektif karena denyut nadi dengan uji-t menunjukkan bahwa $p = 0,000 < 0,05$, dan denyut nadi mengalami peningkatan sebesar 70,7% serta keterterimaan dari tiga aspek; psikomotorik 42,18%, kognitif 40,62%, dan afektif 35,93% dengan kategori baik dari 64 siswa.

Data diatas menunjukkan bahwa permainan sepakbola modifikasi pada siswa sekolah dasar dapat diterima dan diterapkan karena pengaruhnya yang baik terhadap peningkatan keaktifan siswa. Terbukti dengan siswa yang ikut berpartisipasi menjadi lebih aktif dengan suasana belajar yang berbeda.

PENUTUP

Berdasarkan Analisis hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan secara rinci sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa, produk permainan sepakbola modifikasi dalam pembelajaran PJOK bagi siswa Sekolah Dasar di kabupaten Merauke dapat meningkatkan kekatifan siswa dalam peningkatan budaya gerak. Produk Permainan sepakbola modifikasi dalam pembelajaran PJOK bagi siswa Sekolah Dasar di kabupaten Merauke dapat meningkatkan kekatifan siswa dalam peningkatan budaya gerak sudah dapat dapat digunakan bagi Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Merauke. Berdasarkan hasil analisis uji coba kecil dengan nilai persentase sebesar 80 % dan uji coba Lapangan dengan nilai persentase 81% dan dengan memenuhi kriteria Baik, maka produk modifikasi dari permainan sepakbola ini dapat digunakan untuk pembelajaran PJOK pada Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Merauke.

DAFTAR PUSTAKA

- Erfayliana, Y., Soegiyanto, & Sulaiman. (2014). MODEL PEMBELAJARAN SEPAKBOLA MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN SELAT BALL BAGI SISWA SEKOLAH DASAR. *Journal of Physical Education and Sports*, 3(2), 83–89.
- Gazali, N. (2016). Pengaruh Metode Kooperatif dan Komando Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Bermain Sepakbola. *Journal Sport Area*, 1(1), 56. <https://doi.org/10.30814/sportarea.v1i1.373>
- Juniardi, E., Atiq, A., & Purnomo, E. (2016). Survei Tingkat Volume Oksigen Maksimal (vo 2 max) Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP 4 Sei. Nyirih. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 5(2), 1–10.

- Kuswoyo, D.D. (2018). Identifikasi Tingkat Keterampilan Sepak Bola Siswa Putra Kelas V SDN Monta Kecamatan Monta Kabupaten Bima Tahun Ajaran 2018-2019. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 6–10.
- Kuswoyo, D.D. (2020). *Buku Ajar Sepak Bola*. Penerbit NEM.
- Kuswoyo, D.D., & Donggoran, M. F. (2019a). Identifikasi Tingkat Kemampuan Dasar Permainan Sepak Bola Mahasiswa Penjaskesrek. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)*, 02(01), 28–32.
- Kuswoyo, D.D., & Donggoran, M. F. (2019b). Identifikasi Tingkat Kemampuan Dasar Permainan Sepak Bola Mahasiswa Penjaskesrek. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)*, 02(01), 28–32.
- Kuswoyo, Dilli Dwi. (2017). Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dengan Ketepatan Shooting ke Arah Gawang pada Peserta Ekstrakurikuler SMP Patra Mandiri 2 Palembang. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(2), 37–40.
- Nasution, A. (2018). Survei Teknik Dasar Berman Sepak Bola Pada Siswa SMKT SOMBA OPU Kabupaten Gowa. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Nawawiwetu, E. D., & Lutfiya, I. (2020). Factors Associated With the Ability To Perform Physical Fitness Tests With Qcst. *Journal of Vocational Health Studies*, 3(3), 97. <https://doi.org/10.20473/jvhs.v3.i3.2020.97-102>
- Nugraha, A. C. (2012). *Mahir sepakbola* (D. Anggoro, Ed.; 1st ed.). Nuansa Cendekia.
- Pratama, R. R. (2019). Pengaruh Gizi, Motivasi dan Percaya Diri Terhadap Prestasi Atlet Sepakbola Universitas Sriwijaya. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 1(2), 37. <https://doi.org/10.31258/jope.1.2.37-42>
- Rahmatullah, M. I. (2019). Pengembangan Konsep Pembelajaran Literasi Digital Berbasis Media E-Learning Pada Mata Pelajaran PJOK di SMA Kota Yogyakarta. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 1(2), 56. <https://doi.org/10.31258/jope.1.2.56-65>
- Riyanto, P., & Kuswoyo, Dilli D. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw Terhadap Peningkatan Kemampuan Drible Bola Basket. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)*, 2(01), 59–67. <https://doi.org/10.35724/mjpes.v2i01.2069>
- Sukendro, D., Kes, M., & Aifo. (2017). *Jurnal Pedagogik Olahraga* /p-ISSN 2503-5355 /e. 03, 42–61.
- Swadesi, K. I., & Kanca, I. N. (2018). Pengembangan Media Pembelajaran PJOK Berbasis ICT di SMP. *Seminar Nasional Riset Inovatif*, 1(1).