

PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR LEMPAR TANGKAP UNTUK SISWA SEKOLAH DASAR DI DAERAH PASANG SURUT KECAMATAN TAKISUNG KABUPATEN TANAH LAUT

Sarmidi

PJKR JPOK FKIP ULM
sarmidi_midi@yahoo.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini mengembangkan model pembelajaran gerak dasar lempar tangkap untuk kelas IV siswa Sekolah Dasar Kecamatan Takisung Kabupaten Tanah Laut. Karakteristik model yang dikembangkan adalah model pembelajaran melempar dan menangkap bagi siswa di sekolah dasar dengan alat seperti bola kasti, bola voli, simpai dan keranjang rotan. Penelitian ini dilaksanakan di SDN Kecamatan Takisung Kabupaten Tanah laut yaitu: SDN 1 Tabanio, SDN Pagatan Besar, dan SDN 1 Takisung. Penelitian dan pengembangan dalam pembelajaran ini menggunakan pendekatan kualitatif serta menggunakan metode Penelitian pengembangan *Research & Development (R & D)* yang terdiri dari sepuluh langkah dari Borg and Gall. Berdasarkan data yang diperoleh, dari hasil ujicoba kelompok kecil dan ujicoba lapangan serta pembahasan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran lempar tangkap untuk siswa sekolah dasar dapat dikembangkan dalam pembelajaran lempar tangkap untuk siswa kelas IV sekolah dasar.

Kata Kunci: Pengembangan, Model Pembelajaran, Lempar Tangkap

PENDAHULUAN

Struktur materi pendidikan jasmani untuk TK sampai kelas III sekolah dasar meliputi kesadaran akan tubuh dan gerakan, kecakapan gerak dasar, gerakan ritmik,

permainan, akuatik (olahraga di air) bila memungkinkan senam, kebugaran jasmani, dan pembentukan sikap dan perilaku (Samsudin, 2014:156). Sehingga jelas materi pendidikan jasmani untuk tingkat sekolah

dasar khususnya kelas bawah harus terdapat modifikasi-modifikasi dan pengembangan dalam model pembelajarannya, sehingga anak dapat bereksplorasi dan merasa senang dan menarik dalam mengikuti materi pendidikan jasmani untuk perkembangan kondisi fisik anak khususnya gerak dasar manipulatif.

Materi gerak dasar manipulatif yaitu melempar, menangkap, dan menendang suatu benda tercantum dalam kurikulum pendidikan sekolah, terintegrasi dalam bidang studi pendidikan jasmani dan olahraga, dan merupakan unsur dasar yang terdapat dalam cabang olahraga atletik. Gerakan melempar merupakan salah satu bentuk gerakan manipulatif, karena gerak dasar itu terdiri dari gerakan lokomotor, non-lokomotor dan manipulatif. Selain itu untuk dapat mengembangkan pelaksanaan proses belajar mengajar guru terlebih dahulu harus memahami dan menguasai keterampilan gerak domain pada gerakan melempar, yaitu keseimbangan dan kekuatan otot lengan.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa peserta didik dalam melakukan gerak dasar melempar tidak dilakukan dengan benar dan kadang peserta didik malas untuk melempar dengan benar, sehingga akan sangat rentan mengalami cedera. Sesuai dengan ungkapan ini, perlu dipahami, siswa sekolah dasar sangat rentan

mengalami cedera, akibat eksplisit yang membahayakan. Oleh karena itu dalam pembelajaran gerak dasar khususnya pada melempar perlu diutamakan timbulnya kesenangan, keberanian dan diperolehnya keterampilan gerak. Melempar dan menangkap untuk anak sekolah dasar harus dikemas secara bertahap dan berkelanjutan agar anak tidak takut dan bosan dengan pembelajaran tersebut. Kreasi guru diperlukan dalam mengembangkan berbagai model pembelajaran keterampilan gerak dasar, sehingga proses pembelajaran tidak menjadi monoton dan membosankan. Oleh karena itu model pembelajaran yang sudah ada harus lebih dikembangkan lagi, yaitu dengan pengembangan model pembelajaran gerak dasar melempar dan menangkap yang lebih menarik lagi.

Dari paparan di atas peneliti tertarik untuk dapat menciptakan suasana pembelajaran di daerah pasang surut di daerah pinggiran pantai kecamatan Takisung Kabupaten Tanah Laut dengan gerak dasar melempar dan menangkap yang menarik dan menyenangkan dengan memodifikasi atau mengembangkan model pembelajaran gerak dasar melempar dan menangkap dengan menggunakan alat-alat seperti: cone, bola kecil, bola besar dan simpai juga diaplikasikan dalam bentuk permainan.

Diharapkan dengan penggunaan alat yang dimodifikasi dan dalam bentuk permainan tersebut anak menjadi senang dan lebih tertarik, selanjutnya diperlukan upaya untuk perbaikan kekurangan-kekurangan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani serta mencari jalan keluar dan berupaya agar dalam pembelajaran gerak dasar menjadi kegiatan yang menyenangkan, membahagiakan, meningkatkan kebugaran jasmani, serta dapat memperkaya pengalaman gerak atau motorik siswa sebagai dasar-dasar gerak cabang olahraga lainnya. Sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu bahan ajar dalam meningkatkan proses belajar mengajar agar berlangsung secara efektif dan efisien.

Belajar mempunyai makna sebagai proses perubahan tingkah laku sebagai akibat adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya. Tingkah laku itu mencakup aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Husdarta: 2013: 2). Tingkah laku dapat dibagi menjadi dua kelompok, yaitu yang dapat diamati dan yang tidak diamati. Tingkah laku yang dapat diamati disebut dengan *behaviorial performance*, sedangkan yang tidak dapat diamati disebut *behaviorial tendency*.

Tingkah laku dapat dibagi menjadi dua kelompok, yaitu yang dapat diamati dan yang tidak diamati. Tingkah laku yang dapat

diamati disebut dengan *behaviorial performance*, sedangkan yang tidak dapat diamati disebut *behaviorial tendency*. Joyce dalam Rusman (2010:33) model pembelajaran adalah suatu rencana atau pola yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum (rencana pembelajaran jangka panjang) merancang bahan-bahan pembelajaran dan membimbing pembelajaran di kelas atau yang lain.

Gerak Dasar (Fundamental Skill)

Gerak manusia dalam aplikasinya dimanipulasi dalam bentuk-bentuk latihan fisik untuk menghasilkan keterampilan gerak. Untuk dapat memiliki keterampilan gerak yang lebih baik, maka terlebih dahulu dikembangkan unsur-unsur gerak yang diperlukan melalui proses belajar dan berlatih. Keterampilan gerak untuk siswa Sekolah Dasar adalah keterampilan gerak dasar. Menurut Mulyanto (2014: 8) Gerak dasar pada manusia terdiri dari tiga macam yaitu gerak dasar lokomotor atau gerakan yang dilakukan mengakibatkan seseorang berpindah tempat, gerak dasar non lokomotor yang artinya seseorang bergerak dengan tidak berpindah tempat dan yang terakhir adalah gerak dasar manipulatif artinya gerakan yang dilakukan dengan memainkan benda. Ricahrd (2014: 6) menyebutkan bahwa "keterampilan dasar adalah keterampilan

yang bermanfaat yang dibutuhkan anak-anak sebagai bekal hidup dan bersikap". Kelompok keterampilan ini disebut juga dengan keterampilan fungsional, artinya keterampilan ini menjadi pondasi bagi aktivitas anak-anak dilingkungan dan membentuk dasar gerakan yang kompeten.

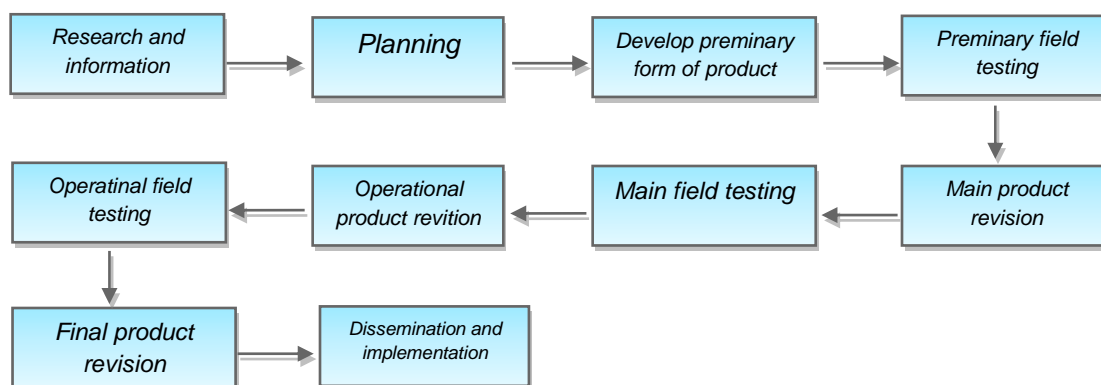
Melempar dan Menangkap

Anak pada umumnya mampu untuk menirukan gerakan tanpa diberikan bantuan oleh orang dewasa sekalipun. Aktivitas gerak mereka menjadi bebas sambil mengamati perubahan pada lingkungannya yang terus menerus tumbuh dan berkembang secara efektif. Dengan waktu, pengalaman, dan praktek; kedua-duanya yaitu koordinasi tangan, mata, dan kaki yang secara dramatis dapat meningkatkan keterampilan yang lebih dikenal dengan keterampilan koordinasi. Keterampilan ini meliputi: lengan dan bahu; salah satu tangan menangkap dan satunya lagi melempar, dan kedua-duanya membentuk gerakan dengan dan tanpa alat. Jadi kegiatan ini digunakan di dalam keterampilan yang dikendalikan. Gerakan melempar merupakan gerak manipulatif dengan pergerakan yang

sangat rumit karena memerlukan koordinasi struktur anatomis. Menurut Agus (2006: 53) Ada banyak pola dalam cara melakukan lemparan seperti dari atas kepala, dada, dari bawah lengan (di bawah ketiak, dengan tangan di atas bahu) tetapi pembahasan ini terbatas pada salah satu cara. Menurut Agus (2006: 13) Menangkap adalah tindakan membawa suatu objek ke dalam kendali dengan penggunaan satu tangan atau dua tangan. Penelitian dalam masalah gerak menangkap ini masih sangat sedikit terutama yang berorientasi pada langkah-langkah pengembangan yang berhubungan dengan pergerakan.

METODE PENELITIAN

Penelitian dan pengembangan dalam pembelajaran ini menggunakan pendekatan kualitatif serta menggunakan metode Penelitian pengembangan *Research & Development (R & D)* yang terdiri dari sepuluh langkah dari Borg and Gall. Atau dapat juga digambarkan dalam bentuk skema tahapan pengembangan seperti pada gambar dibawah ini:



Gambar 1 Instructional Design R and D

Sumber: Walter R. Borg and Meredith D. Gall, *Educational Research: An Introduction*, 4th Edition. (New York: Longman Inc., 1983)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Coba Kelompok Kecil

Uji coba kelompok kecil akan diperoleh data tentang kemudahan dan kemenarikan model pembelajaran gerak

dasar lempar tangkap untuk siswa sekolah dasar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Subjek uji coba dalam uji coba kelompok kecil sebanyak 15 peserta didik.

Tabel 1 Hasil Uji Coba kelompok Kecil

No	Model Lempar Tangkap	Keterangan
1	Model Lempar Tangkap 1	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
2	Model Lempar Tangkap 2	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
3	Model Lempar Tangkap 3	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
4	Model Lempar Tangkap 4	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
5	Model Lempar Tangkap 5	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
6	Model Lempar Tangkap 6	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
7	Model Lempar Tangkap 7	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
8	Model Lempar Tangkap 8	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
9	Model Lempar Tangkap 9	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
10	Model Lempar Tangkap 10	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
11	Model Lempar Tangkap 11	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
12	Model Lempar Tangkap 12	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
13	Model Lempar Tangkap 13	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
14	Model Lempar Tangkap 14	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
15	Model Lempar Tangkap 15	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
16	Model Lempar Tangkap 16	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
17	Model Lempar Tangkap 17	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
18	Model Lempar Tangkap 18	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan

19	Model Lempar Tangkap 19	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
20	Model Lempar Tangkap 20	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
21	Model Lempar Tangkap 21	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
22	Model Lempar Tangkap 22	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
23	Model Lempar Tangkap 23	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
24	Model Lempar Tangkap 24	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
25	Model Lempar Tangkap 25	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan

Berdasarkan evaluasi ujicoba kelompok kecil yang dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan yaitu pada dasarnya semua variasi dapat diterapkan, akan tetapi harus disesuaikan dari tingkatan yang mudah ke yang sulit agar kemampuan anak dapat meningkat.

Hasil Uji Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar akan diperoleh data tentang kemudahan dan kemenarikan model pembelajaran gerak dasar lempar

tangkap untuk siswa sekolah dasar pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Pada uji coba kelompok besar menggunakan 75 peserta didik dari 3 Sekolah Dasar Kegiatan uji coba kelompok besar dilaksanakan pada bulan Agustus 2017. Penelitian dilakukan di tiga sekolah dasar di Kabupaten Tanah Laut Kecamatan Takisung yaitu SDN 1 Takisung, SDN 1 Pagatan Besar, dan SDN 1 Tabanio.

Tabel 2 Hasil Uji Coba kelompok Besar

No	Model Lempar Tangkap	Keterangan
1	Model Lempar Tangkap 1	Dapat dilaksanakan dengan baik
2	Model Lempar Tangkap 2	Dapat dilaksanakan dengan baik
3	Model Lempar Tangkap 3	Dapat dilaksanakan dengan baik
4	Model Lempar Tangkap 4	Dapat dilaksanakan dengan baik
5	Model Lempar Tangkap 5	Dapat dilaksanakan dengan baik
6	Model Lempar Tangkap 6	Dapat dilaksanakan dengan baik
7	Model Lempar Tangkap 7	Dapat dilaksanakan dengan baik
8	Model Lempar Tangkap 8	Dapat dilaksanakan dengan baik
9	Model Lempar Tangkap 9	Dapat dilaksanakan dengan baik
10	Model Lempar Tangkap 10	Dapat dilaksanakan dengan baik
11	Model Lempar Tangkap 11	Dapat dilaksanakan dengan baik
12	Model Lempar Tangkap 12	Dapat dilaksanakan dengan baik
13	Model Lempar Tangkap 13	Dapat dilaksanakan dengan baik
14	Model Lempar Tangkap 14	Dapat dilaksanakan dengan baik
15	Model Lempar Tangkap 15	Dapat dilaksanakan dengan baik
16	Model Lempar Tangkap 16	Dapat dilaksanakan dengan baik
17	Model Lempar Tangkap 17	Dapat dilaksanakan dengan baik
18	Model Lempar Tangkap 18	Dapat dilaksanakan dengan baik
19	Model Lempar Tangkap 19	Dapat dilaksanakan dengan baik

20	Model Lempar Tangkap 20	Dapat dilaksanakan dengan baik
21	Model Lempar Tangkap 21	Dapat dilaksanakan dengan baik
22	Model Lempar Tangkap 22	Dapat dilaksanakan dengan baik
23	Model Lempar Tangkap 23	Dapat dilaksanakan dengan baik
24	Model Lempar Tangkap 24	Dapat dilaksanakan dengan baik
25	Model Lempar Tangkap 25	Dapat dilaksanakan dengan baik

Berdasarkan evaluasi ujicoba kelompok besar yang dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan yaitu semua model pembelajaran dapat diterapkan dengan baik ditambah siswa sangat bergembira dengan model pembelajaran lempar tangkap bola yang dikembangkan. Produk yang dikembangkan ini bertujuan untuk membantu meningkatkan tercapainya tujuan pembelajaran pendidikan jasmani khususnya materi lempar tangkap dalam atletik untuk siswa sekolah dasar. Model ini dibuat berdasarkan tingkat kebutuhan anak dalam aktivitas gerak, yang secara psikologis anak-anak ini lebih senang dengan aktivitas bermain, maka dalam model ini penerapannya dilakukan dengan prinsip pendekatan bermain.

Hasil ujicoba tahap kedua penggunaan model ini ternyata menghasilkan target yang diharapkan, artinya model ini sudah efektif untuk memenuhi kebutuhan pembelajaran lempar tangkap sekolah dasar. Subyek yang diambil dalam penelitian adalah sekolah yang belum memiliki sarana

prasarana olahraga yang memadai. Hal ini memberikan satu pandangan bahwa ketika model ini diterapkan di sekolah yang memiliki sarana dan prasarana olahraga yang lengkap, maka pelaksanaannya akan lebih baik dan sempurna lagi.

KESIMPULAN

Berdasarkan data yang diperoleh, dari hasil ujicoba kelompok kecil dan ujicoba lapangan serta pembahasan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa: Model pembelajaran lempar tangkap untuk siswa sekolah dasar dapat dikembangkan dalam pembelajaran lempar tangkap untuk siswa kelas IV sekolah dasar.

IMPLIKASI

Implikasi dalam penelitian pengembangan pembelajaran lempar tangkap ini, menjadikan siswa lebih aktif dalam melakukan pembelajaran pendidikan jasmani serta menjadi efektif dan efisien. dan pengembangan model pembelajaran gerak dasar lempar tangkap dengan permainan

dilaksanakan pada siswa Sekolah Dasar ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baik dalam proses belajar mengajar.

SARAN

Pada bagian ini dikemukakan beberapa saran yang dikemukakan oleh peneliti sehubungan dengan model pembelajaran yang dikembangkan. Adapun saran-saran yang dikemukakan meliputi saran pemanfaatan, yaitu Produk pengembangan ini adalah model pembelajaran gerak dasar lempar tangkap dengan permainan yang dapat digunakan sebagai model mengajar oleh guru sekolah dasar, dimana dalam pemanfaatannya dengan pertimbangan situasi, kondisi dan sarana prasarana.

DAFTAR PUSTAKA

Agus Mahendra dan Yudha Saputra, *Perkembangan dan Belajar Motorik* Jakarta: Universitas Terbuka, 2006.

Coker, A Cheryl. *Motor Learning and Control Practitioners*. New Mexico: McGrawHill, 2004.

Husdarta dan Nurlan Kusmaedi, *Pertumbuhan dan Perkembangan*. Bandung: Alfabeta, 2010.

Husdarta dan yudha M. Saputra, *Belajar dan Pembelajaran*, Bandung: Alfabeta, 2013.

Mulyanto, *Belajar dan Pembelajaran Penjas*, Bandung: UPI PGSD Penjas, 2014.

Ricard A. Magil, *Motor Learning Concepts and Applications*, Mc. Graw Hill: Singapore, 2011.

Rusman, *Model-model Pembelajaran mengembangkan profesionalisme guru*. Jakarta: PT Rajagrafindo, 2012.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2012.

William H. Edward. *Motor Learning and Control*. Wadsworth: USA, 2010.

Walter R. Borg and Meredith D. Gall, *Educational Research: An Introduction*, 4th Edition. New York: Longman Inc, 1983.