

PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN CABANG OLAHRAGA ATLETIK LARI 100 METER MELALUI MEDIA VIDEO SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2 REJANG LEBONG

Ahsani Taqwim

Program Studi Pendidikan Jasmani, FKIP, Universitas PGRI Palembang
e-mail: freeman.vrijman15@gmail.com

Abstract

This research is a type of research and development with a Research and Development (R&D) form according to Sugiono. This development form goes through 10 stages of procedures adapted from Sugiono, namely the design stage, potential and problems as well as information data collection, product design, design validation, design revision, small group trials, design revisions, large group trials, product revisions after group trials. large, mass production. The subjects of the small-scale research were 15 students of class VII Junior High School 2 Rejang Lebong, and on a large scale 3 grade VII students of Junior High School 2 Rejang Lebong totaled 30 people. Data obtained from a questionnaire. The results of the small group trial got an average score of 80% in the "Good"

Keywords: Learning, Video Media, Athletics 100 Meters Running

Abstrak

Penelitian ini merupakan jenis penelitian dan pengembangan dengan model Research and Development (R&D). Produk yang dihasilkan dari penelitian ini berupa video pembelajaran atletik lari 100 meter, Model pengembangan ini melalui 10 tahapan prosedur yang diadaptasi dari Sugiono, yaitu tahap rancangan, potensi dan masalah serta pengumpulan data informasi, desain produk, validasi desain, revisi desain, ujicoba kelompok kecil, revisi desain, ujicoba kelompok besar, revisi produk setelah uji coba kelompok besar, produksi massal. Subjek penelitian skala kecil adalah siswa kelas VII SMP Negeri 2 Rejang Lebong berjumlah 15 orang, dan skala besar di ambil 3 kelas VII SMP Negeri 2 Rejang Lebong berjumlah 30 orang, Teknik pengumpulan data Kuisioner.. Data diperoleh dari angket. Hasil ujicoba kelompok kecil mendapatkan skor rata-rata 80% dengan kategori "Baik"

Kata kunci: Pembelajaran, Media Video, Cabang Olahraga Atletik Lari 100 Meter

1. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani dan olahraga dapat diartikan suatu kegiatan mendidik anak dengan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Perbedaan pendidikan jasmani dan olahraga dengan mata pelajaran lainnya adalah alat yang digunakan adalah gerak insani, manusia yang bergerak secara sadar. Gerak itu dirancang secara sadar oleh gurunya dan diberikan dalam situasi yang tepat, agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak didik.(Paturusi, 2012: 5) Media Video merupakan media elektronik yang mampu menggabungkan teknologi audio dan visual secara bersama sehingga menghasilkan suatu tayangan yang dinamis dan menarik. Hal itu dapat dikaitkan dengan dengan temuan penelitian (Wiarso, 2016: 99)

Lari cepat 100 meter adalah perlombaan lari di mana peserta berlari dengan kecepatan .maksimal. Lari 100 meter sering disebut juga dengan lari sprint, karena jarak lari yang ditempuh adalah pendek Untuk itu waktu tempuhnya dibilang sangat singkat. Pelari 100 meter disebut juga dengan sprinter.. Perlombaan lari 100 meter dilaksanakan di stadion yaitu pada lintasannya yang disebut dengan track. Nomor lari jarak pendek lainnya adalah 200 m dan 400

m, merupakan nomor lari yang sangat bergengsi di dunia Jika mereka dapat memenangkan nomor ini pada tingkat dunia maka akan disebut sebagai pelari tercepat di dunia. (Suratmin, 2018: 12)

Berdasarkan latar belakang di atas, terdapat permasalahan yang di hadapai dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah meliputi : (1) Kurangnya penggunaan media pembelajaran menggunakan video pada pembelajaran olahraga khususnya cabang olahraga Atletik lari 100 meter, sehingga siswa kurang paham mengenai pembelajaran cabang olahraga Atletik lari 100 meter. (2) Kurang mengertinya siswa dalam pembelajaran olahraga yang monoton tanpa melalui video sehingga nilai siswa menjadi turun, Berdasarkan latar belakang, batasan masalah dan rumusan masalah yang diuraikan di atas, adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menciptakan model pembelajaran cabang olahraga Atletik lari 100 meter melalui video siswa kelas vii SMP Negeri 2 Rejang Lebong.

2. METODE

Penelitian pengembangan berfungsi untuk memvalidasi dan mengembangkan produk Memvalidasi produk, berarti produk itu telah ada, dan peneliti hanya menguji efektivitas atau validitas produk tersebut. (Sugiyono, 2016: 28) Penelitian ini dilaksanakan di Provinsi Bengkulu, Kabupaten Rejang lebong, Kota Curup, Kecamatan Curup Tengah, Kelurahan Talang Rimbo Lama, SMP Negeri 2 Rejang Lebong, (Sugiyono, 2016: 135) Mengemukakan bahwa populasi dan sampel merupakan sumber data untuk menguji rancangan atau desain produk, dan pada saat melakukan penhujian maka perlu pengumpulan data berupa kuisisioner. Maka Populasi yang didapati 3 kelas pada kelas vii di SMP Negeri 2 Rejang Lebong

Tabel 1 Jumlah Populasi

No	Kelas	Jumlah Populasi
1	7 E	33
2	7 F	33
3	7 G	32
Jumlah		98 Siswa

Tabel 2 Jumlah Populasi Uji Skala Kecil

No	Kelas	Jumlah Populasi
1	7 E	5
2	7 F	5
3	7 G	5
Jumlah		15 Siswa

Tabel 3 Jumlah Populasi Uji Skala Besar

No	Kelas	Jumlah Populasi
1	7 E	10
2	7 F	10
3	7 G	10
Jumlah		30 Siswa

Dalam penelitian ini menentukan sampel yang menggunakan teknik yaitu Probability Sampling, (Sugiyono, 2016: 139) (Sugiyono, 2019: 298) Mengemukakan ada 10 langkah dalam penelitian pengembangan yang intinya adalah:(1) Melakukan analisa kebutuhan atau mengemukakan adanya potensi dan masalah. (2) Mengumpulkan berbagai informasi yang dapat digunakan sebagai bahan untuk perencanaan produk. (3) Membuat Desain Produk (4) Validasi Desain, (5) Revisi Desain (Perbaiki Desain) (6) Uji Coba Produk (7) Revisi Produk (8) Uji Coba Pemakaian. (9) Revisi Produk (10) Produk Masal, dan Teknik pengumpulan data menggunakan Kuesioner yang merupakan Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Rejang Lebong, untuk mendapatkan informasi mengenai Pembelajaran Atletik Lari 100 Meter, Analisis data Hasil dari data pengisian angket melalui analisis Skala Likert yang merupakan pengukuran arpesepsi, pendapat, dan sikap suatu individu atau kelompok terhadap produk tersebut. Dan diklasifikasikan sebagai berikut:

Tabel 4 Analisis Data Angket

No	Pilihan	Skor
1	Setuju / Selalu / Sangat Positif	5
2	Setuju / Sering / Positif	4
3	Ragu-ragu / Kadang-kadang / Netral	3
4	Tidak Setuju / Hampir Tidak Pernah / Negatif	2
5	Sangat Tidak Setuju / Tidak Pernah	1

Sumber : (Sugiyono, 2016:166) Dan di masukkan ke dalam tabel

Tabel 5 Skala Likert Berbentuk Checklist

No	Pertanyaan	Jawaban				
		SS	ST	RG	TS	STS
1		√				

Dan nilai angket tersebut di tuangkan ke dalam bentuk persen menggunakan rumus

$$P = \frac{f}{n} \times 100 \%$$

Keterangan :

f = Frekuensi yang Diperoleh

N = Jumlah Seluruh Anggota

P = Persentase Nilai

(Sudijono, 2018: 43)

Dari hasil presentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh kesimpulan data. Pada tabel 6 akan disajikan klasifikasi dalam persentase.

Tabel 6 Klasifikasi Analisis Deskriptif Persentase

Persentase	Klasifikasi	Makna
0 – 20 %	Tidak baik	Dibuang
20,01 – 40 %	Kurang baik	Dipebaiki
40,01 – 70 %	Cukup baik	Digunakan (bersyarat)
70,01 – 90 %	Baik	Digunakan
90,01 – 100 %	Sangat baik	Digunakan

Sumber : Guilford dalam (Pahlevi, 2013: 48)

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembelajaran melalui video, siswa akan bisa melihat satu persatu gerakan dan tekniknya, dan bisa diulang ulang sehingga siswa menjadi jauh lebih paham dari sebelumnya. Produk ini telah memasuki tahapan validasi dan revisi oleh ahli atletik, ahli bahasa, dan ahli media, pelaksanaan uji coba kelompok kecil peneliti melakukan uji coba kepada kelas 7E, 7F, 7G

Tabel 8 Hasil Ujicoba kelompok Kecil

No	Waktu	Perolehan Skor	Skor Maksimal	Persentase	Klasifikasi
1	Pertemuan-1	1293	2000	65%	Cukup Baik
2	Pertemuan-2	1479	2000	74%	Baik
3	Pertemuan-3	1558	2000	78%	Baik
4	Pertemuan-4	1593	2000	80%	Baik

Tabel 9 Hasil Perhitungan Ujicoba kelompok Kecil

No	Jawaban Responden	Hasil Uji Coba Kelompok Kecil	Perolehan Skor	Skor Maksimal	Persentase	Klasifikasi
1	Sangat Setuju	1 %	35	3000	80 %	Baik (Digunakan)
2	Setuju	96%	2292			
3	Ragu-Ragu	3%	60			
4	Tidak Setuju	0%	0			
5	Sangat Tidak Setuju	0%	0			
			Jumlah = 2387			

Data uji coba kelompok kecil dihimpun dengan menggunakan kuisisioner. Berdasarkan data yang diperoleh dari kuisisioner uji coba kelompok kecil didapati 96% siswa memilih Berdasarkan kriteria yang ditentukan maka model pembelajaran pembelajaran cabang olahraga atletik lari 100 meter melalui media video siswa kelas VII ini telah memenuhi kriteria baik.

Ujicoba kelompok kecil dan tahap revisi juga sudah dilaksanakan, maka selanjutnya produk tersebut diterapkan dalam lingkup yang luas atau uji coba kelompok besar, maka

diambil 3 kelas dari kelas VII E, F, G SMP Negeri 2 Rejang Lebong dan diambil 10 peserta dari tiap kelas, menjadi total 30 peserta

Tabel 10 Hasil Ujicoba Kelompok Besar

No	Jawaban Responden	Hasil Uji Coba Kelompok Kecil	Perolehan Skor	Skor Maksimal	Persentase	Klasifikasi
1	Sangat Setuju	53 %	3185	6000	90 %	Baik (Digunakan)
2	Setuju	46%	2220			
3	Ragu-Ragu	1%	24			
4	Tidak Setuju	0%	0			
5	Sangat Tidak Setuju	0%	0			
			Jumlah = 5429			

Uji coba bertujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi hasil akhir, dalam tahap ini juga harus dinilai kekurangan atau hambatan yang muncul untuk perbaikan lebih lanjut. Data yang diperoleh dari uji coba ini digunakan sebagai dasar hasil akhir dan akan di produksi masal serta bisa diterapkan dalam pembelajaran siswa SMP Negeri 2 Rejang Lebong

Pembuatan produk masal ini dilakukan apabila produk yang telah diujicoba dinyatakan efektif dan layak untuk diproduksi masal. Hasil produk berupa DVD yang berisikan materi Cabang Olahraga Atletik Lari 100 Meter, Akan di Produksi untuk SMP Negeri 2 Rejang Lebong yang berguna dalam pembelajaran olahraga pada materi Atletik Lari 100 Meter, dan alternatif lain akan di simpan di server SMP Negeri 2 Rejang Lebong, agar bisa di unduh oleh siswa atau guru

4. KESIMPULAN

Berdasarkan temuan dari penelitian pengembangan yaitu pembelajaran atletik lari 100 meter melalui video yang berdasarkan data pada ujicoba pada kelas 7E, 7F, 7G dengan skala kelompok kecil berjumlah 15 siswa dan ujicoba kelompok besar berjumlah 30 siswa pada SMP Negeri 2 Rejang Lebong. Hasil dari pengembangan pembelajaran video atletik lari 100 meter yang dikembangkan dengan prosedur pengembangan didapati sebuah produk untuk siswa sekolah menengah pertama adalah pembelajaran cabang olahraga atletik lari 100 meter melalui video. Hasil penilaian dari Ahli atletik, Ahli bahasa, dan Ahli media untuk produk ini tergolong baik. Hal itu juga terbukti dari hasil analisis data uji coba persentase pilihan jawaban yang sesuai hasil penelitian skala kecil yaitu 80 % yang diklasifikasikan Baik dengan makna desain produk ini bisa digunakan, dan hasil penelitian ujicoba kelompok besar yaitu 90% yang diklasifikasikan Baik

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, A. (2017). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hermansah, B (2020). *Pengembangan Media Video Tutorial Kosa Kata Bahasa Inggris Pada Permainan Bola Tangan Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, Palembang: Universitas PGRI Palembang
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* . Jakarta: Pt Rineka Cipta.
- Rusman. (2014). *Model Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Depok: Pt Rajagrafindo Persada.
- Sidik, D. Z. (2013). *Mengajar Dan Melatih Atletik*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya.
- Sudijono, A. (2018). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Depok: Pt Rajagrafindo.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Dan Pengembangan Research And Development*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumaryoto. (2017). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Kurikulum Dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.
- Suratmin. (2018). *Kepelatihan Aletik Jalan Dan Lari*. Depok: Rajawali Pers.
- Wiarto, G. (2013). *Atletik*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wiarto, G. (2016). *Media Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Laksitas.