

PENGARUH MEDIA SERBUK KAYU TERHADAP KEMAMPUAN TOLAK PELURU GAYA ORTODOKS PADA PESERTA DIDIK KELAS V SDN GUDO JOMBANG

Rahma Danesia Fajerin¹
Ilmul Ma'arif²

¹Mahasiswa Program Studi S1 Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Jombang

²Dosen Program Studi S1 Pendidikan Jasmani STKIP PGRI Jombang

rahmadanesiaf@gmail.com

ma87arif@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media serbuk kayu terhadap kemampuan tolak peluru gaya ortodoks pada peserta didik kelas V SDN Gudo. Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dengan metode quasi eksperimen. Desain penelitian ini adalah *design One group Pretest*. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas V SDN GUDO dengan jumlah 26 peserta didik. Dari jumlah populasi diambil seluruhnya sehingga jumlah sampelnya adalah 26 peserta didik. Untuk pengambilan data menggunakan instrumen berupa tes tolak peluru gaya *Ortodoks*. Berdasarkan analisis data menggunakan Uji T diperoleh hasil $t_{hitung} (5,865) > t_{tabel} (1,708)$ dan besar nilai signifikan *probability* $0,000 < 0,05$. Perbandingan hasil perbedaan rata-rata (*mean different*) dan *mean pretest* maka dapat diketahui besarnya presentase pengaruh media serbu kayu terhadap kemampuan tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* siswa yakni sebesar 19,45%. Dari hasil pembahasan analisis data diatas, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pengaruh media serbu kayu terhadap kemampuan tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* pada peserta didik kelas V SDN GUDO.

Kata Kunci: Media Serbuk, Tolak Peluru Gaya *Ortodoks*

This study aims to determine the effect of sawdus media toward ability ortodoks shot put style at students in class V SDN Gudo. This research was quantitative with quasi-experimental methods. The research design in this study is a *design One group Pretest*. As for the population in this study is a Class V SDN Gudo amount 26 students. Instrumentations in this researchis *Ortodoks Shot Put Style Test*.Based on data analysis using T-test results obtained in the experimental group t-value $(5,865) > t_{tabel} (1,708)$ dan besar nilai signifikan *probability* $0,000 < 0,05$. Comparison of the results of the difference in average (*mean different*) and *pretest mean* it can be seen the magnitude of the percentage effect of sawdus toward ability ortodoks shot put style which amounted to 19,45%.From the discussion above data analysis, we can conclude that there are significant of a sawdus media toward ability ortodoks shot put style at students in class V SDN GUDO.

Keywords: Sawdus Media, *Ortodoks Shot Put Style*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu wadah yang berfungsi sebagai pengembangan potensi peserta didik. Sesuai dengan UU. No 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (UU-SPN) pada pasal 1 ayat 1 disebutkan bahwa, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, ketrampilan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, serta ahlak mulia yang diperlukan untuk dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan secara keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, social, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Kristiyandaru, 2010: 3). Tidak hanya pendidikan formal saja yang dapat mempengaruhi kepribadian seseorang, namun juga dapat dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu: lingkungan tempat tinggal, orang tua dan pergaulan. Ketiga faktor tersebut juga

akan memberikan dampak yang sangat besar bagi seseorang peserta didik, jika dari ketiga faktor tersebut ada yang kurang memahami, maka dapat terjadi pembelokan norma tindakan yang dapat merusak masa depan manusia tersebut. dengan kata lain, pendidikan yang manusia dapatkan dibangku lingkungan sekolah harus didukung dengan faktor lingkungan yang baik, orang tua yang selalu memberi dukungan untuk anaknya dan pergaulan disekitar.

Pendidikan jasmani dan olahraga menurut UU RI Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Pasal 17 menyatakan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, ketrampilan, kesehatan dan kesehatan jasmani. Dari pengertian diatas pendidikan jasmani dan olahraga mempunyai tujuan yaitu untuk membantu agar tumbuh dan berkembang secara wajar dan sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu menjadi manusia. Menurut Kristiyandaru (2010: 39) pendidikan jasmani dan olahraga bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut: Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani, membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama, menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar pendidikan jasmani, mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui aktivitas jasmani, permainan dan olahraga, mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga seperti: permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri/senam, aktivitas ritmik, akuatik, dan pendidikan luar kelas (*outdoor education*), mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga, mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain, mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran, dan pola hidup sehat, mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat kreatif.

Pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga didalamnya ada berbagai macam cabang olahraga yang tercantum pada kurikulum pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, antara lain bola voli, bola basket, sepakbola, senam irama, senam lantai, silat, renang, atletik, kasti, kebugaran jasmani dan lain-lain. Salah satu pelajaran yang di ajarkan di sekolah dasar yaitu atletik. Atletik merupakan salah satu aktivitas fisik yang di perlombakan atau dipertandingkan dalam bentuk kegiatan jalan, lari, lempar dan lompat. Atletik juga salah satu mata pelajaran yang wajib diberikan kepada Siswa Dasar (SD), Sekolah Lanjut Tingkat Pertama (SLTP), Sekolah Lanjut Tingkat Atas (SLTA). Pada mata pelajaran atletik terdapat beberapa aspek yang mendukung dalam penilaian hasil belajar atletik yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Aspek psikomotorik berkaitan dengan gerak tubuh atau keterampilan peserta didik, mulai dari kemampuan kepekaan memilah-milah sampai dengan kreativitas pola gerak baru. (Dimiyati, dkk, 2013:31) menyatakan, "Berbagai kemampuan gerak dapat dimulai dengan kepekaan memilah-milah sampai dengan kreativitas pola gerak baru, hal ini menunjukkan bahwa kemampuan psikomotorik mencakup kemampuan fisik dan mental". Maka, aspek psikomotorik sangat penting untuk mendukung pembelajaran peserta didik dan berpengaruh terhadap hasil belajar.

Atletik merupakan suatu cabang olahraga, bahkan disebut sebagai *mother of sport* atau ibu dari cabang-cabang olahraga lainnya (Bahagia 2000:1), yang sudah diajarkan mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Atletik dapat menjadi salah satu kegiatan yang digemari dalam pembelajaran pendidikan jasmani disekolah dasar yang sesuai dengan ciri perkembangannya. Namun tidak jarang atletik menjadi kegiatan yang membosankan bagi peserta didik, oleh sebab itu guru harus berusaha seoptimal mungkin dalam merancang proses pembelajaran yang menggembirakan dan menghilangkan kendala atau kesulitan yang

dialami peserta didik. Hal ini sesuai dengan tuntutan dari UU RI No: 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 40 ayat 2a: Pendidikan dan tenaga pendidikan berkewajiban menciptakan suasana pendidikan yang bermakna, menyenangkan, kreatif, dinamis dan dialogis. Dengan menciptakan media atau alat bantu sebagai penunjang proses belajar akan mempermudah guru dalam proses mengajar. Media merupakan komponen sumber belajar atau wahana fisik yang mengandung materi instruksional di lingkungan peserta didik yang dapat merangsang peserta didik untuk belajar (Azhar Arsyad, 2010 :3).

Membuat sarana prasarana atau alat pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga merupakan salah satu untuk mengatasi kendala atau kesulitan yang dihadapi peserta didik dalam proses pembelajaran, dan juga cara proses penyampaian materi atletik yang diberikan dengan cara pendekatan pola-pola permainan yang mungkin akan lebih efektif. Menciptakan media pembelajaran yang baru dilakukan bukan hanya karena kurangnya sarana prasarana di sekolah tetapi bisa juga permasalahan terjadi karena kurangnya minat belajar peserta didik saat mengikuti proses belajar. Dengan peralatan yang menarik dan menggunakan pembelajaran yang cocok untuk peserta didik di sekolah dasar dapat menarik perhatian peserta didik. Dengan menggunakan permainan dan merubah media pembelajaran didalamnya akan membuat peserta didik timbul rasa ingin tahu dan semangat dalam mengikuti pembelajaran yang sedang dilangsungkan. Sehingga peserta didik akan lebih aktif bergerak mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Dan jika didukung dengan sarana yang baik akan menjadikan tujuan proses belajar yang lebih efektif. Sarana prasarana merupakan salah satu bagian yang cukup penting untuk mencapai tujuan belajar. Dengan kata lain, lengkap dan tidaknya sarana prasarana pembelajaran menentukan kondisi belajar bagi peserta didik dan guru. Kelengkapan sarana dapat memudahkan guru untuk mengejar tujuan pembelajaran. Dengan demikian dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti mengenai kelengkapan sarana prasarana tolak peluru yang mengganggu proses pembelajaran dan juga berdampak pada saat penilaian. Dari kurang lengkapnya sarana prasarana peneliti akan melakukan modifikasi dengan media serbuk kayu yang mudah di dapat dan lebih aman jika digunakan pada peserta didik sekolah dasar.

Sekolah Dasar Negeri 1 Gudo (SDN 1 Gudo) merupakan salah satu sekolah yang berada di Desa Kademangan Gudo Jombang. Peneliti melakukan penelitian disana yaitu karena sekolah tersebut selain belum pernah dijadikan tempat penelitian, letak sekolah tidak jauh dari rumah peneliti yang dapat membuat efektif dan efisien untuk proses penelitian terutama dalam hal ekonomis dan waktu yang dibutuhkan oleh peneliti. Alasan peneliti mengambil media serbuk kayu, karena di letak SDN Gudo atau di desa Gudo banyak home industri yang memproduksi bahan yang terbuat dari kayu, maka peneliti ingin serbuk kayu yang sudah tidak terpakai akan ada manfaatnya bagi orang lain dan alat yang dibutuhkan juga aman digunakan pada peserta didik sekolah dasar dan harga yang dibutuhkan untuk memenuhi bahan tambahan pembuatan yang murah. Peneliti juga berharap dengan penelitian yang dilakukan di sekolah tersebut akan berguna pada jangka waktu yang cukup lama dan bisa digunakan untuk bahan ajar pada tahun-tahun berikutnya dan dapat berpengaruh pada hasil belajar tolak peluru. Dari latar belakang diatas peneliti menentukan judul skripsi yang tepat yaitu "Pengaruh Media Serbuk Kayu Terhadap Kemampuan Tolak Peluru Gaya Ortodoks Pada Peserta Didik Kelas V SDN Gudo Jombang".

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Maksim (2012: 65) "penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui sebab akibat antara variabel-variabel". Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest*. Menurut Maksim (2012: 97) dalam desain ini tidak ada kelompok kontrol, dan

subjek tidak ditempatkan secara acak. *Pre experiment design* menggunakan model *One Group Pretest-Posttest Design*. Variabel penelitian juga digolongkan menjadi variabel bebas (*independent variabel*) dan variabel terikat (*dependent variabel*). Variabel bebas (*independent variabel*) adalah variabel yang mempengaruhi sementara variabel terikatnya (*dependent variabel*) adalah variabel yang dipengaruhi (Maksum 2012: 30). Di dalam penelitian ini variabel bebas adalah media serbuk kayu dan variabel terikatnya yaitu tolak peluru. Populasi pada penelitian ini adalah para peserta didik kelas V SDN 1 Gudo sebanyak 26 peserta didik. Dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah sampel populasi, jadi karena sampelnya adalah populasi maka penelitian ini adalah penelitian populasi. Instrumen yang digunakan peneliti dalam penelitian ini yaitu penilaian hasil jauhnya tolakan pada tolak peluru. Peserta didik diberi kesempatan mencoba menolak sebanyak 3 kali dan peneliti mengambil nilai terbaik dari ketiga kesempatan tersebut. Untuk itu penelitian ini akan diuji normalitas dan uji homogenitas data. Keputusan untuk menerima atau menolak hipotesis pada taraf signifikansi 5% untuk menganalisis data dengan menggunakan statistik parametrik digunakan bantuan computer program SPSS 19.0 *for Window's Evaluation Version*.

HASIL PENELITIAN

Tabel Rata-Rata Kemampuan Tolak Peluru Gaya Menyamping / *Ortodoks*

Skor Statistik	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Jumlah peserta didik (n)	26	26
Skor Maks	4,51	5,28
Skor Min	1,78	2,70
\bar{x}	3,29	4,58
S	0,73	0,94

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan *pretest*. Dan pada akhir penelitian, peneliti juga memberikan *posttest*. Dari hasil analisis deskriptif tersebut diketahui bahwa pada *pretest* diperoleh skor maks 4,51; skor min 1,78; rata-rata *pretest* 3,29; dan standar deviasi 0,73. Sedangkan pada *posttest* diperoleh skor maks 5,28; skor min 2,70; rata-rata *posttest* 4,58; dan standar deviasi 0,94.

Tabel Persentase Pengaruh Media Serbuk Kayu Terhadap Kemampuan Tolak Peluru Gaya Menyamping / *Ortodoks*

<i>Mean Pre-Test</i>	<i>Mean Post-Test</i>	<i>Mean Difference</i>	Pengaruh (%)
3,29	3,93	0,64	19,45%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa pengaruh media serbuk kayu terhadap kemampuan tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* sebesar 19,45%.

PEMBAHASAN

Pada analisis awal, peneliti menggunakan nilai hasil dari tes awal (*Pre-test*) tolak peluru gaya *ortodoks* yang menggunakan peluru asli di SDN GUDO untuk dijadikan tempat pelaksanaan penelitian. Waktu dilaksanakan retest hasil tolakan yang dilakukan peserta didik kurang memuaskan, dan semangat untuk belajar teknik dasar gaya *ortodoks* kurang adanya minat karena berat peluru dan pembelajaran yang monoton. Peneliti memberikan *treatment* atau perlakuan pada peserta didik dengan menggunakan permainan dan mengubah media

peluru dengan menggunakan bola yang berbahan dasar serbuk kayu dan campuran kekil yang dirubah peneliti berbentuk peluru, meskipun berat yang tidak sama dengan peluru yang asli tetapi bentuk yang menyerupai peluru yang asli. Menurut Yanuar Debby Suanto, 2014 media peluru dari serbuk kayu sangat layak sebagai alat pembelajaran tolak peluru di sekolah dasar. Salah satu usaha untuk mencapai tujuan untuk peserta didik bisa menerima pelajaran dan menumbuhkan rasis semangat maka peneliti membuat permainan untuk teknik dasar tolak peluru dan media pembelajaran. Menurut Hartati, dkk, (2012: 25) menyatakan "permainan bisa kita sebut dengan sebuah menu yang disajikan dalam melakukan aktivitas bermain, sehingga permainan adalah bagian dari bermain yang mempunyai metode atau cara tertentu sesuai situasi, kondisi dan mempunyai peraturan-peraturan yang berlaku dan wajib ditaati oleh peserta bermain itu sendiri". *Treatment* yang dilakukan yaitu sebanyak 4 kali pertemuan dan itu menggunakan media serbuk kayu di setiap permainan. Kemudian pelaksanaan tes akhir (*post-test*) dilakukan menggunakan peluru yang asli, berat peluru yang digunakan peserta didik laki-laki dan perempuan berbeda. Berdasarkan analisis data menggunakan uji T diperoleh hasil $t_{hitung} (5,865) > t_{tabel} (1,708)$ dan besar nilai signifikan *probability* $0,000 < 0,05$. Perbandingan hasil perbedaan rata-rata (*mean different*) dan mean *pretest* maka dapat diketahui besarnya presentase pengaruh media serbuk kayu terhadap kemampuan tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* siswa yakni sebesar 19,45%. Berdasarkan temuan yang diperoleh dari kegiatan penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa metode pembelajaran tolak peluru yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pembelajaran tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* menggunakan modifikasi media pembelajaran berpengaruh terhadap hasil belajar siswa kelas V SDN Gudo. Selanjutnya dilihat dari hasil uji T data *pre-test* dan *post-test*, menunjukkan bahwa tingkat signifikansi dan presentase pengaruh media peluru serbuk kayu terhadap kemampuan belajar tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks*. Dari kegiatan pembelajaran yang dibahas di atas dapatlah dipahami bahwa pada pembelajaran tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* dengan menggunakan media serbuk kayu, siswa mendapat pengalaman belajar yang lebih variatif sehingga memperoleh hasil belajar yang lebih baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penerapan media serbuk kayu terhadap kemampuan tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* pada siswa kelas V SDN Gudo.

SIMPULAN

Sesuai dengan deskripsi sajian analisis data dan pembahasannya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh media peluru serbuk kayu terhadap kemampuan tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* yang cukup signifikan dengan adanya penerapan media serbuk kayu. Pada Uji T diperoleh hasil $t_{hitung} (5,865) > t_{tabel} (1,708)$ dan besar nilai signifikan *probability* $0,000 < 0,05$. Perbandingan hasil perbedaan rata-rata (*mean different*) dan mean *pretest* maka dapat diketahui besarnya presentase pengaruh media serbuk kayu terhadap kemampuan tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* siswa yakni sebesar 19,45%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh dalam media serbuk kayu terhadap kemampuan tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* pada siswa kelas V SDN Gudo. Sehubungan dengan kesimpulan yang telah diambil maka saran-saran yang perlu diungkapkan adalah sebagai berikut : untuk mengetahui pengaruh kemampuan tolak peluru gaya menyamping / *ortodoks* perlu diterapkan modifikasi media pembelajaran serbuk kayu dan metode pembelajaran lain yang lebih efektif, untuk penyempurnaan hasil penelitian yang lebih baik maka perlu dilakukan penelitian lagi, dan untuk mendapatkan hasil yang lebih baik, perlu dilakukan penelitian dengan populasi yang lebih luas terhadap sampel yang diperketat.

DAFTAR PUSTAKA

- Azhar Arsyad, 2010 *Media Pembelajaran* : Jakarta
- Bahagia, dkk, 2000. *Atletik*. Jakarta: Depdikbud Dikdasmen.
- Dimiyati dan Mudjiono, (2013). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hartati, dkk, 2012. *Permainan Kecil (Cara Efektif Mengembangkan fisik, Motorik, Keterampilan Sosial dan Emosional)*. Malang: Wineka Media.
- Kristiyandaru, Advendi. (2010). *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Maksum, Ali (2012). *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Susanto, Debby Yanuar (2013). *Modifikasi Peluru Berbahan Dasar Serbuk Gergaji Untuk Pembelajaran Tolak Peluru Di Sekolah Dasar , Yogyakarta*: Universitas Negeri Yogyakarta.
- SPSS 19.0 *for Window's Evaluation Version*
- UU. No 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (UU-SPN)
- UU RI Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia