

**PERANAN MODIFIKASI OLAH RAGA DALAM PEMBELAJARAN
PENJASORKES DI SD NEGERI 06 MAEK KECAMATAN BUKIT
BARISAN KABUPATEN LIMA PULUH KOTA**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Dosen Penguji Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Setara Satu (S1)*



OLEH

**RIADI
NIM. 95177**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Peranan Modifikasi Olahraga Dalam Pembelajaran
Penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit
Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota

Nama : Riadi

NIM : 95177

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2011

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Willadi Rasyid, M. Pd
NIP.19591121 198602 1 006

Drs. Edwarsyah, M. Kes
NIP. 19591231 198803 1 019

Mengetahui :
Ketua Jurusan

Drs. Hendri Neldi, M.Kes AIFO
NIP. 19620520 198703 1 002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Peranan Modifikasi Olahraga Dalam Pembelajaran
Penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit
Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota

Nama : Riadi

NIM : 95177

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2011

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Drs Willadi Rasyid, M. Pd	_____
2. Sekretaris	: Drs, Edwarsyah, M. Kes	_____
3. Anggota	: Drs. Zarwan, M. Kes	_____
4. Anggota	: Drs Yulifri, M. Pd	_____
5. Anggota	: Drs Hendri Neldi, M.Kes. AIFO	_____

ABSTRAK

“Peranan Modifikasi Olahraga Dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota.”

OLEH : Riadi /95177 /2011

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengungkapkan tentang gambaran peranan modifikasi dalam pembelajaran Penjasorkes.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei- Juni 2011. Tempat penelitian adalah Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota Populasi penelitian adalah 145 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Purposive sampling*, kelas 4 dan 5 didapat sampel berjumlah 46 orang. Instrumen yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah Angket atau kuesioner dengan menggunakan skala Guttman. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: 1).Tingkat capaian peranan modifikasi olahraga dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa berada pada klasifikasi baik, dengan hasil penelitian adalah sebesar 76,52 %, 2). Tingkat capaian peranan modifikasi olahraga dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa berada pada klasifikasi baik, dengan hasil penelitian adalah sebesar 76,63, 3). Tingkat capaian peranan modifikasi olahraga dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes pada di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota, adalah sebesar 83,23 %, itu artinya bahwa tingkat capaian peranan modifikasi olahraga dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes, berada pada klasifikasi sangat baik.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul ” **Peranan Modifikasi Olahraga Dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota.**”

Penulisan skripsi ini selain bertujuan untuk melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, disamping itu juga untuk mengetahui sejauh mana jalannya Modifikasi Olahraga Dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan skripsi ini.

Dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak baik perorangan maupun badan-badan terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya skripsi ini.

Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. H. Syahrial Bakhtiar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO selaku ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang.
3. Dosen Pembimbing I, dan Dosen pembimbing II dalam penulisan skripsi ini yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak dan ibu staf pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat.

5. Bapak dan Ibu staf administrasi, ibu yang berada di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang maksimal.
6. Kepala sekolah SD Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan diridhoi oleh Allah SWT.

Amin...

Padang, Juli 2011

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAM JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	ii
Abstrak	iii
Kata Pengantar	iv
DAFTAR ISI.....	vi
Daftar Tabel	viii
Daftar Gambar	ix
Daftar Lampiran	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah	3
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Kegunaan Penelitian	5
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	6
1. Hakikat Penjasorkes di SD.....	6
2. Modifikasi Olahraga	12
3. Bentuk-Bentuk Media Modifikasi	15
4. Peranan Modifikasi	18
B. Kerangka Konseptual.....	19
C. Pertanyaan Penelitian	19

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	21
B. Waktu dan Tempat Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel	21
D. Jenis dan Sumber Data.....	23
E. Instrumen Penelitian	23
F. Teknik Analisis Data.....	24

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Verifikasi Data	26
B. Deskripsi Data	26
C. Pembahasan	34

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	38
B. Saran	39

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

1. Populasi Penelitian.....	22
2. Sampel Penelitian	23
3. Hasil Penelitian Tentang motivasi siswa	27
4. Deskripsi motivasi siswa	28
5. Hasil Aktivitas Belajar Siswa	29
6. Deskripsi Aktivitas Belajar Siswa	30
7. Hasil Belajar Siswa	32
8. Deskripsi Hasil Belajar Siswa	32

DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka Konseptual.....	19
2. Histogram Motivasi Siswa	29
3. Histogram Aktivitas Belajar Siswa	30
4. Histogram Hasil Belajar Siswa	33

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi- kisi instrumen penelitian	41
2. Angket Penelitian	42
3. Data Penelitian	45
4. Frekuensi dan deskripsi penelitian	47
5. Surat izin penelitian dari FIK UNP	
6. Surat Izin menerima penelitian dari sekolah	
7. Gambar Penelitian	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi merupakan salah satu bidang yang menjadi muatan dalam kurikulum sekolah dasar, hal ini sesuai dengan PP No.19/2005 tentang standar nasional pendidikan menjelaskan:

“Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian dari integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran dan stabilitas emosional”.

Bidang studi ini memuat dua materi, yaitu materi pokok dan materi pilihan. Materi pokok adalah materi yang disajikan pada setiap semester dari kelas I sampai kelas VI, sedangkan materi pilihan adalah materi yang dipilih guru penjasorkes untuk disajikan, pemilihan materi didasarkan pada berbagai pertimbangan, diantaranya adalah berkaitan dengan situasi dan kondisi sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah, kesiapan guru dalam mengajar, dan jumlah jam disediakan untuk setiap semester, dengan demikian tidak semua materi pilihan yang terdapat di dalam kurikulum disajikan di sekolah.

Kurikulum Penjasorkes yang disajikan di sekolah dasar sesuai dengan tujuan kurikulum KTSP dalam Mulyasa (2006:1) yaitu:

“(1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas dan olahraga yang terpilih : (2) Meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan fisik yang lebih baik (3) Meningkatkan kemampuan gerak dasar: (4) Menetapkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar: (5) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui intelegensi nilai-nilai yang

terkandung dikalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan : (6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan : dan (7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dilingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai kehidupan fisik yang sempurna pola hidup sehat dan kebugaran, keterampilan serta memiliki sikap yang positif.

Untuk mencapai tujuan kurikulum KTSP diatas, materi pokok dalam pembelajaran penjasorkes sesuai dengan kurikulum KTSP SD meliputi : atletik, senam, permainan dan pendidikan kesehatan sedangkan materi pilihan yang disediakan meliputi: renang, pencak silat, tennis meja, tennis dan sepak takraw. Penyajian materi Penjasorkes sesuai dengan kurikulum, sering kali sulit dilaksanakan. Sesuai dengan tujuan kurikulum KTSP diatas diharapkan pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota dapat terlaksana dengan baik sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Namun pada kenyataan dilapangan permasalahan yang sering muncul dan menjadi kendala dalam pembelajaran Penjasorkes adalah tidak semua SD sarana dan prasarana yang memadai bahkan tersedia sangat kurang. Minimnya sarana dan prasarana Penjasorkes SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota menuntut guru Penjasorkes lebih kreatif untuk menciptakan suatu yang baru atau memodifikasi sesuatu yang sudah ada, untuk disajikan dengan cara yang lebih menarik. Guru Penjasorkes dapat merekayasa dan memanfaatkan kondisi lingkungan yang dimiliki sekolah sebagai sarana media atau alat Bantu untuk menunjang pembelajaran Penjasorkes.

Atas realita yang terjadi dilapangan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Peranan Modifikasi Olahraga Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut

1. Peranan Modifikasi dalam perkembangan intelektual siswa
2. Peranan Modifikasi dalam membentuk kerjasama social emosional siswa
3. Peranan Modifikasi dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa
4. Peranan Modifikasi dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa
5. Peranan Modifikasi dalam meningkatkan hasil belajar Penjasorkes siswa
6. Peranan Modifikasi dalam mengatasi kekurangan sarana dan prasarana
7. Peranan Modifikasi dalam upaya peningkatan kesegaran jasmani siswa

C. Pembatasan Masalah

Mengingatnya bayaknya factor yang berpengaruh pada masalah penelitian ini sebagaimana diidentifikasi diatas, maka perlu dilakukan pembatasannya, penelitian ini dibatasi hanya untuk melihat peranan modifikasi dalam:

1. Peranan Modifikasi dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa
2. Peranan Modifikasi dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa
3. Peranan Modifikasi dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa

D. Perumusan Masalah

Perumusan masalah pada penelitian ini adalah

1. Bagaimana peranan modifikasi dalam pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota dilihat dari segi peningkatan motivasi kesenangan siswa dalam pembelajaran penajorkes?
2. Bagaimana peranan modifikasi dalam pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota dilihat dari segi peningkatan aktivitas belajar siswa, dalam pembelajaran Penjasorkes?
3. Bagaimana peranan modifikasi dalam pembelajran Penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota dilihat dari segi peningkatan hasil belajar Penjasorkes siswa dalam pembelajaran Penjasorkes?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi tentang:

1. Untuk mengetahui bagai mana peranan modifikasi dalam pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota dilihat dari segi meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pembelajaran Penjasorkes ?
2. Untuk mengetahui bagai mana peranan modifikasi dalam pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten

Lima Puluh Kota dilihat dari segi meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran Penjasorkes?

3. Untuk mengetahui bagai mana peranan modifikasi dalam peranan pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota dilihat dari segi meningkatkan hasil belajar Penjasorkes siswa dalam pembelajaran Penjasorkes?

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi:

1. Untuk kepala sekolah supaya lebih memperhatikan lagi fasilitas-fasilitas dalam pembelajaran Penjasorkes.
2. Untuk guru Penjasorkes, dalam usaha meningkatkan proses belajar mengajar di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota.
3. Sebagai bahan pertimbangan dan masukan bagi peneliti lain.
4. Penulis, sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di FIK UNP.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Hakekat Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SD

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar ini diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat, Depdiknas (2006 :648) mengemukakan bahwa

“Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan social, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional”.

Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan jasmani kurang lengkap adanya tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah

dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa akibat terabaikannya aspek-aspek moral, akhlak budi pekerti, seni psikomotor serta life skill dengan diterbitkannya undang-undang nomor 20 tahun tentang sistem pendidikan nasional dalam peraturan pemerintah nomor 19 tahun 2005 tentang standar nasional pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan nasional.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional- sportifitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermaksud untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Selain itu Depdiknas (2003:1) mengemukakan bahwa:

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang dimanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dikemukakan oleh Depdiknas (2006:649) meliputi aspek-aspek :

- a) permainan dan olahraga, meliputi: olahraga tradisional, permainan, ekspolorasi gerak, keterampilan gerak lokomotor non- lokomotor, manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola baskec, bola volley, tennis meja, tennis lapangan, bulutangkis dan bela diri, serta aktivitas lainnya
- b) aktivitas pengembangan : meka nika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- c) Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serata aktivitas lainnya.
- d) Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKj, senam aerobic.
- e) Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan di air, keterampilan bergerak di air, dan renang, serta aktivitas lainnya
- f) Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/ karya wisata, pengenalan lingkungan, berkemah, penjelasjah dan mendaki gunung.
- g) Kesehatan, meliputi: penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri dan secara implisit masuk kedalam semua aspek.

Pada akikat penjas orkes adalah suatu pendidikan yang dilakukan secara sadar melalui kegiatan jasmani dan instensif dan pembinaan berlangsung seumur hidup dan memiliki peranan yang sangat penting, dimana siswa diberi kesempatan untuk terlibat secara langsung dalam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis pembekalan pengalaman belajar diarahkan untuk membina dan membentuk gaya hidup sehat dan mandiri.

a. Pengertian pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

Penjasorkes pada dasarnya bagian integrasi Dari sistim pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan pengembangan aspek kesegaran dan kebugaran jasmani pada setiap individu sehingga individu memiliki keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan social, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga.

Penjasorkes merupakan semua aktivitas semua yang dipilih jenisnya dan dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Yang dipilih itu haruslah memberikan sumbagnan bagi kehidupan sehari-hari dan memberikan kemungkinan bagi peserta didik untuk menimbulkan sifat toleransi, ramah, baik hati, suka menolong dan memiliki kepribadian yang kuat.

Penjasorkes adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organic neuromuskuler, perceptual, koknitif dan emosional dalam rangka system

pendidikan nasional (depdiknas, 2003:1) menurut menpora dan gafur dalam winarmo (2006:6):

“Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai o anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani instensif dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak”

Dari berbagai pengertian penjasorkes diatas dapat disimpulkan bahwa penjasorkes adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis dalam rangka meningkatkan kesegaran jasmani dan megembangkan berbagai keterampilan gerak jasmani menuju kualitas hidup yang lebih baik.

Dari proses pembangunan, guru penjasorkes diharapkan dapat mengajar berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga. Iternalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama dan lain-lain) serta pembiasaan pola hidup sehat yang pelaksanaanya bukan melalui pengajaran konvensional didalam kelas yang bersifat teoritis, tetapi melibatkan aspek fisik, mental, intelektual, emosional dan social peserta didik.

Pembelajaran pendidikan jasmani di Indonesia mengacu pada SK mendikbud 0413/ U/ 1987 dalam winarmo (2006:8), dalam SK mendikbud tersebut dinyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neorowmuskuler, intelektual dan emosional.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan

Alasan mengapa guru penjasorkes atau pendidikan perlu memahami tujuan yang jelas mengenai pelaksanaan penjasorkes adalah :

1. pemahaman tentang tujuan akan dapat membantu guru penjasorkes mengetahui lebih baik apa yang ingin dicapai.
2. pemahaman mengenai tujuan akan dapat membantu guru penjasorkes mengetahui lebih baik nilai pendidikan jasmani dalam pendidikan
3. pemahaman tentang tujuan penjasorkes akan dapat membantu guru, penjasorkes mengambil keputusan yang baik bila ada masalah yang timbul.

Selanjutnya tujuan penjasorkes menurut umar adalah sebagai berikut :

1) meletakkan landasan karakter melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani 2) membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai sikap social, dan toleransi dalam kontet kemajemukan budaya. Etnis dan agama, 3) menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani . 4) mengembangkan sikap positif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis melalui aktivitas jasmani, 5) mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai pemain olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas, 6) pengembangan pengelolaan keterampilan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani, 7) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri serta orang lain 8) mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi ujutuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat 9) mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreasi. (umar, 2004:16)

2. Modifikasi Olahraga

Aktivitas fisik merupakan media utama dalam pembelajaran pendidikan jasmani, bentuk-bentuk aktivitas fisik yang digunakan adalah bentuk gerak-gerak olahraga, sehingga cabang-cabang olahraga yang lazim dilakukan oleh masyarakat Indonesia, dimasukkan sebagai muatan dalam kurikulum pendidikan jasmani dan kesehatan SD.

Untuk mencapai tujuan tersebut, guru pendidikan jasmani harus dapat merancang dan melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik anak SD. Memodifikasi olahraga merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan guru pendidikan jasmani SD agar siswa mau mengikuti pelajaran dengan senang.

Lutan dalam winarmo (2006:26) menyatakan, modifikasi permainan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan agar: (1) siswa memperoleh keputusan dalam mengikuti pelajaran (2) meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, dan (3) siswa dapat melakukan pola gerak secara benar. Untuk meningkatkan kualitas pembelajaran penjasorkes, guru harus menengkan berbagai kegiatan dan tindakan dengan menggunakan modifikasi olahraga dalam penjasorkes .

Coever dalam arsil (2006:16) menyatakan dalam modifikasi adalah beberapa pertimbangan yang perlu dilakukan seperti “ (1) anak bukanlah orang dewasa dalam bentuk kecil kematangan fisik dan mental anak selengkap dan sesempurna orang dewasa. (2) pendekatan latihan yang digunakan kurang efektif karena guru mengajar dengan cara kaku dimana anak disuruh

mendengar didalam situasi komunikasi yang kaku, guru mencotohkan kemudian anak menirukan dan berlatih secara monoton (3) sarana dan prasarana pembelajaran penjasorkes yang ada sebagian besar didesain untuk permainan orang dewasa”.

Modifikasi permainan menurut lutan (1999:23) dalam arsil (2006:17) bahwa” suatu perubahan dari aturan khusus permainan kepada aturan-aturan tentu disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan pemain, pengalaman khusus, yang diperlukan oleh para pemain, dan pembatasan-pembatasan tempat fasilitas, serta perlengkapan yang tersedia”.

Dalam melakukan modifikasi permainan ada beberapa hal yang harus diperhatikan seperti modifikasi disesuaikan dengan tingkat perkembangan motorik, kognitif, social dan efektif siswa belajar dan berlatih. Selanjutnya rohantoknam dalam (Arsil, 2006:18) menyatakan kebaikan melakukan permainan yang dimodifikasi yaitu : “(1) permainan yang dimodifikasi dapat digunakan pada suatu tingkat perkembangan, dari tingkat pemula samapi dewasa, walaupun tujuan dan tipe modifikasi akan berbeda untuk berbagai tingkat dalam proses perkembangan” (2) unsure-unsur usia dan tingkat social, kemampuan kognitif, dan kemampuan fisik dapat dipakai sebagai dasar penghitungan, (3) modifikasi permainan kepada pemula diberikan kesempatan untuk merasakan situasi permainan yang sebenarnya tanpa menerapkan semua atura-aturan yang resmi (4) modifikasi permainan dapat mencakup pengembangan, pengurangan dan penguasaan perilaku tertentu, (5) modifikasi permainan dapat dipakai sebagai bahan untuk mengatur keterampilan teknik

dan taktik agar lebih bermakna, (6) modifikasi permainan merupakan permainan yang baik atau pernah dilakukan oleh pemain atau merupakan latihan permainan sebelum melakukan permainan yang sebenarnya dalam kompetisi (7) modifikasi permainan diciptakan untuk mengetahui khusus dan masuk dari pada unit pelajaran, jadi meningkatkan belajar semaksimal mungkin, (8) modifikasi permainan perlu untuk mengatasi keterbatasan-keterbatasan diluar kemampuan guru.

Jadi modifikasi tidak hanya melakukan satu metodologi atau dua model pengajaran tertentu, tetapi merupakan variasi-variasi dari permainan yang mengacu kepada berbagai keterampilan gerak teknik dasar yang dibutuhkan cabang olahraga tertentu.

a. Unsur-Unsur Modifikasi Penjasorkes

1). Modifikasi ukuran lapangan

Modifikasi ukuran lapangan bertujuan untuk mengurangi tuntutan kemampuan fisik siswa dalam beberapa contoh: siswa tingkat pertama bermain volley pada lapangan yang berukuran standar dengan menggunakan tinggi net dan bola ukuran orang dewasa. Tentu semua ini akan mempersulit siswa untuk membuat skor atau sama sekali siswa tidak mampu menyebrangkan bola melalui net. Modifikasi ukuran lapangan dapat disesuaikan dengan situasi dan kondisi lapangan yang tersedia disekolah

2) Modifikasi Peralatan

Modifikasi peralatan mencakup alat pemukul, raket tongkat harus dibuat dalam ukuran yang kecil dan memungkinkan siswa dapat

menggunakannya begitu juga, ukuran komposisi bola harus dimodifikasi untuk membuat siswa lebih senang menggunakannya dan mudah melempar serta menyipaknya untuk peralatan lain diperlukan kreatifitas guru dalam membuat peraturan yang dibuatkan siswa

3) Modifikasi Lamanya Permainan

Modifikasi lamanya permainan bertujuan untuk memberikan konsentrasi yang penuh dan kesenangan bagi siswa yang melakukan penjasorkes. Waktu yang lama akan membosankan siswa dalam melakukan tugas gerakan. Untuk itu, guru merencanakan secara matang tentang penggunaan waktu yang tetap mengacu pada pola pengajaran. Dalam hal ini adanya semacam fleksibilitas dalam menggunakan waktu yang ada

4) Modifikasi Peraturan Permainan

Modifikasi peraturan permainan bermaksud membentuk siswa mengembagna keterampilan dan kesenangan dalam melakukan olahraga tanpa merusak keaslian dari permainan tersebut peraturan yang dibuat dalam permainan yang dilakukan disepakati secara bersama atau gur yang menetapkan terlebih dahulu dan selanjutnya diberiktahukan kepada siswa. Untuk kebersamaan dan disiplin terhadap apa yang sudah disepakati sangat diperlukan

3. Bentuk-Bentuk Media Modifikasi Olahraga Untuk Pembelajaran Penajaorkes

Media adalah segala sesuatu yang dapat dipergukana untuk menyalurkan pesan pengirim kepenerima, sehingga dapat merangsang pikiran,

perasaan, perhatian minat serta perhatian siswa sedemikian rupa sehingga proses belajar terjadi (Arif, 1993:46-47) “.

Dari kutipan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa media bukan hanya peralatan penyampaian saja tetapi segala sesuatu alat atau benda yang terdapat dalam lingkungan dan berfungsi sebagai penyampaian pesan dari yang memberi pesan dapat yang menerima pesan sehingga terjadi proses belajar mengajar atau interaksi antara guru dan murid yang efisien dan efektif, yang berarti dalam proses pembelajaran yang diberikan harus dengan tepat dan berdaya guna sehingga tujuan belajar yang direncanakan tercapai.

Media dan alat yang paling sederhana datangnya adalah dari keterampilan guru dalam membuat gambar gerak yang dibutuhkan. Tetapi guru yang bijak akan merasakan bahwa tulisan ini merupakan suatu informasi yang berguna, bila ia memikirkan bagaimana agar dapat memodifikasi berbagai macam alat yang dalam lingkungan dengan tidak membutuhkan harga yang mahal agar tercapai suatu tujuan mengajar seperti contoh

1. alat dan media latihan lompat dan loncat seharusnya adalah alat untuk lompat tinggi dan jauh, peti senam dan sebagainya tetapi sebagai pengganti dipergunakan peralatan yang lain, seperti tongkat panjang 1,25m, tali lompat yang panjangnya 2,50m, rotan, beberapa ban mobil bekas ataupun alat dan sarana yang ada lingkungan sekolah yang dapat dipergunakan untuk melaksanakan berbagai macam lompat
2. alat untuk latihan lempar dan tangkap, yang seharusnya setiap bentuk bola seperti bola kaki, bola voley, shof ball, bola tangan, dan sebagainya yang

tiap anak harus mempunyai, ini dapat diganti dengan balon, bola lembut yang terbuat dari kain dan bola plastic dengan berbagai ukuran, kertas bekas, botol aqua bekas, bantal kecil 20x20 cm dibuat dari kain sisa dan lainnya

3. pemukul seperti pemukul kasti soft ball, raket tennis, batminthon, pimpong dan sebagainya ini dapat dibuat kayu bulat atau papan yang bentuknya dapat berbagai macam yang dibuat seperti pedayung seperti scop, atau bulat seperti pimpong dan lainnya.
4. alat untuk keseimbangan yang diperlukan *balance beam*, bangku dapat diganti dengan kayu bamboo yang diletakan dengna ketinggian yang berbeda sesuai dengan halaman sekolah, atau pada tembok dapat dititi yang tidak membahayakan pematang sawah yang kecil yang sesuai dengan anak
5. alat panjang yang seharusnya kerangka panjatm, tali panjang atau tiang panjang, kargo het. Ini dapat diganti dengan tongak sekolah atau kalau perlu dibuatkan talinya yang digantung pada kayu dihalaman sekolah atau kayu balok yang diletakan miring diccabang pohon, kalau mungkin dibuat jenjang tukang yang diletakan untuk latihan bergantung.

Dari semua yang disampaikan diatas bila dilakukan oleh guru yang kreatif tidak akan membutuhkan biaya yang sebesar benda yang sebenarnya, sebab setiap negeri ataupun pelosok tanah air kita ini memiliki sarana dan peralatan serta lingkungan yang sesuai, hanya saja diharapkan guru harus

selalu bergerak dan mempunyai pengalaman dalam belajar, sehingga proses belajar berjalan dengan baik.

4. Peranan Modifikasi Olahraga Kedalam Pembelajaran Penjasorkes

1) Meningkatkan Motivasi Dan Kesenangan Siswa Dalam Belajar Penjasorkes

Orientasi pembelajaran modifikasi olahraga kedalam penjasorkes yaitu: kesenangan (*gym fun*), yang tentu akan membawa dampak pada motivasi siswa dalam melakukan penjasorkes. Dampak dari modifikasi lapangan. Alat-alat yang digunakan serta aturan yang ada tentu akan memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat bergerak dan berkreasi dalam melakukan penjasorkes.

Disamping itu kegiatan di pendahuluan yang berisi permainan kecil (yang lucu dan gembira) dan kegiatan inti yang berisi aktivitas bermain, kegiatan kulminasi (*kulmination activities*) yang berisi kompetisi, kegiatan penutup yang berisi kegiatan rilek tentu akan membawa pengaruh terhadap motivasi siswa dalam mengikuti penjasorkes.

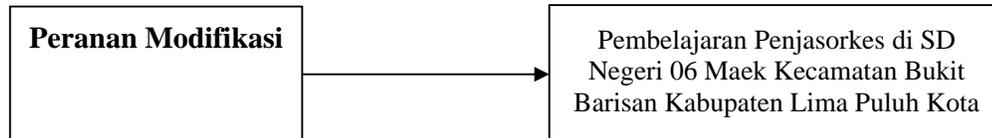
2) Meningkatkan Aktivitas Belajar Siswa

Prinsip belajar modifikasi olahraga adalah aktivitas belajar (*learning activities*), maka yang ditentukan dalam pembelajaran penjasorkes bagai mana memanfaatkan waktu dengan aktivitas gerak. Jones dalam Gusril (2004:174) menyatakan dalam pembelajaran penjasorkes guru harus dapat memanfaatkan 50% dari waktu yang tersedia dengan aktivitas gerak siswa disini dituntut agar siswa harus banyak bergerak dalam waktu yang tersedia pada penjasorkes, minimal jika waktu

pembelajaran penjas 80 menit harus dimanfaatkan 40 menit dengan aktivitas gerak siswa. Dalam artian, guru dituntut untuk dapat mendesain organisasi pembelajaran sedemikian rupa baik materi, metode dan organisasi pembelajaran yang efektif dengan demikian, waktu pembelajaran penjasorkes dapat dimanfaatkan seefektif mungkin melalui suatu perencanaan (lesson plan) yang matang

B. Kerangka Konseptual

Berdasarkan masalah yang diangkat, maka sebagai landasan berfikir dalam penelitian ini dapat dilambangkan dalam dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat skema dibawah ini :



Gambar 1. Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan pada kerangka konseptual diatas, maka pertanyaan penelitian yang diajukan adalah:

1. Bagaimana peranan modifikasi dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota dilihat dari segi meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pembelajaran penjasorkes?

2. Bagaimana peranan modifikasi dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota dilihat dari segi meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes?
3. Bagaimana peranan modifikasi dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota dilihat dari segi meningkatkan hasil pembelajaran penjasorkes siswa dalam pembelajaran penjasorkes?

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dalam bab ini akan dikemukakan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang telah ditemui, adapun kesimpulan dan saran dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Peranan Modifikasi Olahraga Dalam Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota, maka dapat ditarik kesimpulan:

1. Tingkat capaian peranan modifikasi olahraga dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota, adalah sebesar 76,52 %, itu artinya bahwa tingkat capaian peranan modifikasi olahraga dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa berada pada klasifikasi baik.
2. Tingkat capaian peranan modifikasi olahraga dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota, adalah sebesar 76,63 %, itu artinya bahwa tingkat capaian peranan modifikasi olahraga dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes, berada pada klasifikasi baik.

3. Tingkat capaian peranan modifikasi olahraga dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes pada di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota, adalah sebesar 83,23 %, itu artinya bahwa tingkat capaian peranan modifikasi olahraga dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes, berada pada klasifikasi sangat baik.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, maka peneliti mengemukakan beberapa saran yaitu kepada :

1. Guru Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota, agar terus dapat mengembangkan pengetahuan dalam hal modifikasi dalam kegiatan pembelajaran Penjasorkes, karena itu akan menambah tingkat motivasi siswa.
2. Kepala Sekolah yang ada di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota, dalam rangka meningkatkan kompetensi siswa dan peningkatan hasil belajar siswa, diharapkan dapat memberikan dukungan, baik itu dalam penyediaan sarana dan prasarana, maupun dukungan moril.
3. Siswa di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota, agar dapat mempertahankan tingkat motivasi erhadap pembelajaran Penjasorkes, karena itu akan

membantu dalam pencapaian Penjas itu sendiri, yang salah satunya adalah pencapaian tingkat kebugaran jasmani.

4. Kepada Dinas Pendidikan agar memberikan dukungan baik secara moril dan materil, yaitu dalam penyediaan sarana dan prasarana, demi kelancaran proses belajar mengajar Penjasorkes di Sekolah Dasar Negeri 06 Maek Kecamatan Bukit Barisan Kabupaten Lima Puluh Kota
5. Semua pihak terkait, orang tua dan masyarakat, diharapkan dapat bekerjasama, sebagai motivator dalam rangka peningkatan motivasi, dan peningkatan kualitas modifikasi dalam pembelajaran Penjas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambra, Qalbi. 2004. *Kontribusi Motivasi Berprestasi dan Persepsi tentang Kemampuan Profesional Pelatih terhadap Prestasi atlet Sumatera Barat (tesis)*. Padang : PPS UNP.
- Gusril. (1998). *Modifikasi Olahraga Kedalam Pendidikan Jasmani*. Padang: FPOK IKIP.
- Gusril. 1993. *Garis dasar Program Pengajaran Penjaskes SD*. Jakarta: DEPDIKBUD.
- Gusril. 2009. *Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar*. Padang : FIK UNP.
- Nadisah. 1992. *Pengembangan Kurikulum Penjaskes*. Bandung: DEPDIKBUDDIKTI Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Riduwan. 2003. *Skala Pengukuran Variabel-variabel penelitian*. Bandung : Alfa Beta.
- Setyobroto, Sudiby. 2005. *Psikologi Olahraga*. Jakarta : Percetakan Universitas Negeri Jakarta.
- Singgih, Gunarsa, dkk. 1989. *Psikologi Olahraga*. Jakarta : BPK Gunung Mulia.
- Sugiyono. (1999). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: CV. Alva Beta
- Suwirman. 2004. *Buku Ajar Penelitian Dasar*. Padang : FIK UNP
- Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*
- Winkel W.S. 1987. *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta : PT. Gramedia.