

**STUDI PENDEKATAN MODIFIKASI DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SMP NEGERI 2
SUNGAI LIMAU KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

*untuk memenuhi persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**AYE LADYA MUZARA
NIM. 06661**

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

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Studi Pendekatan Modifikasi dalam Pembelajaran Pendidikan
Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 2 Sungai
Limau Kabupaten Padang Pariaman

Nama : Aye Ladya Muzara

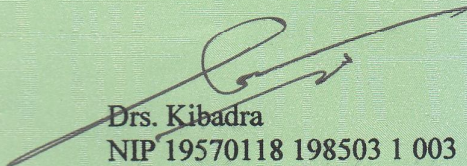
Nim : 06661

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

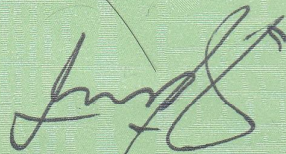
Disetujui,

Pembimbing I



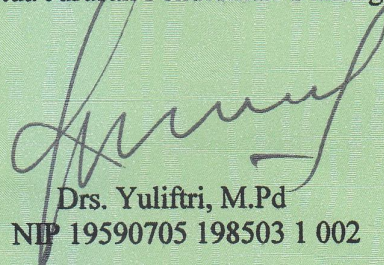
Drs. Kibadra
NIP 19570118 198503 1 003

Pembimbing II



Drs. Deswandi, M.Kes. AIFO
NIP 19620702 198703 1 002

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yuliftri, M.Pd
NIP 19590705 198503 1 002




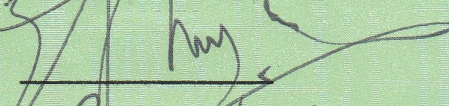
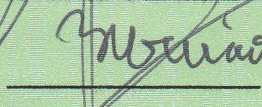
HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahraagaan Universitas Negeri Padang*

Judul : Studi Pendekatan Modifikasi dalam Pembelajaran Pendidikan
Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 2 Sungai
Limau Kabupaten Padang Pariaman
Nama : Aye Ladya Muzara
Nim : 06661
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahraagaan Universitas Negeri Padang

Padang, 12 Desember 2011

Tim penguji

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Drs. Kibadra	
Sekretaris	: Drs. Deswandi, M.Kes AIFO	
Anggota	: Drs. Zarwan, M.Kes	
Anggota	: Drs. Hasriwandinur, M.Pd	
Anggota	: Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	

ABSTRAK

Aye Ladya Muzara. 2011. Studi Pendekatan Modifikasi Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMP N 2 Sungai Limau Kabupaten Padang Pariaman

Masalah dalam penelitian ini adalah pembelajaran penjasorkes di SMP N 2 sungai Limau ditemui masih banyak kasus dilapangan yang kurang tepat dan tidak diharapkan oleh siswa, antara lain menggunakan alat dan peraturan yang monoton dan membosankan. Tentu siswa akan malas dan kurang termotivasi untuk melakukan praktek dalam pembelajaran penjasorkes. Hal ini disebabkan secara fisik dan psikis anak belum mendukung.

Jenis Penelitian ini adalah penelitian *Deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP N 2 Sungai Limau Kabupaten Padang Pariaman yang berjumlah sebanyak 71 Orang. Teknik pengambilan Sampel adalah *Purposive Sampling*. Sebelum Angket digunakan terlebih dahulu dilakukan uji coba, untuk mengetahui validitas dan reliabilitas angket. Hasil uji coba dengan rumus *Cronbach's Alpha*. Validitas dan reliabilitas adalah 0.813 dan 0.818.

Hasil penelitian menunjukkan (1) Modifikasi alat dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMPN 2 Sungai Limau Kabupaten Padang Pariaman masuk dalam kategori baik (69.22%). (2) Modifikasi peraturan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMPN 2 Sungai Limau Kabupaten Padang Pariaman menunjukkan masuk dalam kategori baik (69.89%).

Kata kunci : Pendekatan modifikasi

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **Studi Pendekatan Modifikasi Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SMP Negeri 2 Sungai Limau Kabupaten Padang Pariaman.**

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam penyusunan Skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Drs. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
2. Drs. Yulifri, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

3. Bapak Drs. Kibadra selaku Pembimbing I dan Drs. Deswandi, M.Kes. AIFO selaku Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes, Drs. Hasriwandi Nur, M.Pd Dan Drs. Willadi Rasyid, M.Pd Selaku Tim penguji yang telah banyak memberikan kritik serta masukan demi kebaikan skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Kepada kedua orang tua saya yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Desember 2011

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi masalah.....	6
C. Pembatasan masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	9
1. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	9
2. Tujuan Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan	11
3. Pendekatan Dalam Bermain (Permainan Kecil).....	12
4. Modifikasi Dalam Pembelajaran Penjasorkes.....	13
5. Efektifitas Modifikasi Olahraga Kedalam Penjasorkes	20
6. Meningkatkan Aktivitas Bermain.....	20
7. Sarana dan Prasarana	22
B. Kerangka Konseptual	23
C. Pertanyaan Penelitian	24

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis, Waktu dan Tempat Penelitian	25
B. Populasi dan Sampel.....	25
C. Jenis dan Sumber Data.....	26
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	27
E. Uji Coba Instrumen	28
F. Teknik Analisis Data	30

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	32
B. Pembahasan.....	39

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	43
B. Saran	43

KEPUSTAKAAN.....	45
-------------------------	-----------

LAMPIRAN	47
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi siswa SMPN 2 Sungai Limau Kabupaten Padang Pariaman	26
2. Kisi-Kisi Angket Penelitian.....	28
3. Kisi-Kisi Angket Penelitian Setelah Dilakukan Uji Coba Angket	29
4. Indeks Reliabilitas.....	30
5. Perhitungan Statistik Data Penelitian Modifikasi dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri 2 Sungai Limau Kab. Padang Pariaman.....	32
6. Distribusi Frekuensi Jawaban Siswa Kelas VII dan VIII SMPN 2 Sungai Limau Kab. Padang Pariaman Tentang Modifikasi Alat dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	33
7. Distribusi Frekuensi Capaian Skor Rata-rata Jawaban Siswa Kelas VII dan VIII SMPN 2 Sungai Limau Kab. Padang Pariaman Tentang Modifikasi Alat dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	34
8. Distribusi Frekuensi Jawaban Siswa Kelas VII dan VIII SMPN 2 Sungai Limau Kab. Padang Pariaman Tentang Modifikasi Peraturan dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	37
9. Distribusi Frekuensi Capaian Skor Rata-rata Jawaban Siswa Kelas VII dan VIII SMPN 2 Sungai Limau Kab. Padang Pariaman Tentang Modifikasi Peraturan dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Modifikasi dalam Permainan Bulu Tangkis Backhand dan Forehand.....	16
2. Bermain dengan Menggunakan Empat Gawang	17
3. Kerangka Konseptual	24
4. Histogram Distribusi Frekuensi Capaian Skor Rata-rata Jawaban Siswa Kelas VII dan VIII SMPN 2 Sungai Limau Kab. Padang Pariaman Tentang Modifikasi Alat dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	35
5. Histogram Distribusi Frekuensi Capaian Skor Rata-rata Jawaban Siswa Kelas VII dan VIII SMPN 2 Sungai Limau Kab. Padang Pariaman Tentang Modifikasi Peraturan dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Angket Uji Coba	47
2. Rekapitulasi Skor Jawaban Uji Angket Penelitian	50
3. Analisis Uji Angket Penelitian	51
4. Angket Penelitian.....	53
5. Rekapitulasi Skor Jawaban Responden Variabel Modifikasi Alat Dalam Proses Pembelajaran Penjasorkes	56
6. Rekapitulasi Skor Jawaban Responden Variabel Modifikasi Peraturan Dalam Proses Pembelajaran Penjasorkes	58
7. Hasil Statistik Data Penelitian	60
8. Tabel Nilai-nilai r Product Moment.....	62
9. Dokumentasi Penelitian.....	63

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu hal yang penting untuk meningkatkan martabat bangsa. Pendidikan yang bermutu akan menghasilkan manusia yang berkualitas, sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Mengingat pentingnya pendidikan dalam mencerdaskan kehidupan bangsa yang memiliki keimanan dan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa. Pemerintah telah menetapkan program pendidikan nasional yang berorientasi kepada peningkatan kualitas manusia Indonesia. Hal ini tertuang dalam Undang-Undang Republik Indonesia No.20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional antara lain dijelaskan bahwa tujuan pendidikan Nasional sebagai berikut :

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan serta membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dari kutipan diatas, Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian dari pendidikan keseluruhannya dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat, menuju pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang selaras, serasi dan seimbang sesuai dengan perkembangan pendidikan Nasional.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan dengan aktifitas jasmani sebagai media pendidikan. Namun demikian, bukan berarti pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan jasmani anak, melainkan melalui aktifitas jasmani secara multilateral dikembangkan pula potensi kognitif dan afektif siswa. Menurut PP No 19 tahun 2005 tentang standar pendidikan nasional menjelaskan bahwa :

“Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani keterampilan gerak keterampilan berfikir kritis, 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.”(2005:5)

Penyempurnaan kurikulum ini diharapkan dapat mencapai sasaran pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan dalam rangka usaha untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional serta mencapai tujuan dari Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Guru mempunyai peranan yang sangat penting. Guru pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan melalui pembelajaran bertugas serta bertanggung jawab untuk mencapai tujuan pendidikan nasional, selain itu seorang guru harus memberikan materi dengan baik, sehingga materi tersebut dapat diterima dengan baik pula oleh siswa. Salah satunya adalah dengan memberikan kesempatan dan

mengarahkan kepada siswa untuk melakukan aktivitas gerak sebanyak mungkin.

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan selama ini sering dianggap oleh masyarakat hanya sebagai pemenuhan mata pelajaran, respon ini memberikan pengaruh terhadap efektifitas dalam pembelajaran penjasorkes tersebut seperti siswa hanya melakukan sebisanya saja, siswa tidak terlalu melakukan gerakan sesuai dengan pola gerakan sebenarnya, dan masih banyak permasalahan lain yang selama ini mempengaruhi proses belajar mengajar penjasorkes.

Sedangkan dalam proses belajar penjasorkes tersebut guru dalam hal ini telah melakukan metode pengajaran sesuai dengan sistematika dan pengalaman pengajaran yang selama ini penulis dapatkan, baik secara formal maupun non formal yang bertujuan untuk meningkatkan aktivitas siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar.

Penerapan metode yang sistematis merupakan faktor yang dapat menjawab tantangan pembelajaran penjasorkes. Alternatif pendekatan yang harus digunakan adalah dengan memakai metode permainan yang kreatif sehingga siswa bergerak, aktif dan senang tanpa merasa terpaksa oleh guru, Untuk itu yang perlu dilakukan terhadap anak didik adalah bagaimana menciptakan suasana belajar yang bergairah, menarik sehingga siswa senang dan tidak jenuh dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes. Untuk dapat menghasilkan hal tersebut maka perlu adanya metode pembelajaran yang tepat, salah satu metode pembelajaran yang perlu dan dibutuhkan dalam

pembelajaran penjasorkes adalah membuat modifikasi. Dengan membuat model modifikasi pembelajaran yang tepat dan sifatnya spesifikasi dan menarik tentunya akan dapat menarik minat siswa untuk mengikuti kegiatan pembelajaran penjasorkes.

Sehingga penulis mengharapkan nantinya dengan pemberian permainan-permainan yang telah dimodifikasi dalam proses pembelajaran penjasorkes siswa dapat lebih bersemangat dan memiliki minat yang lebih baik dari sebelumnya dalam mengikuti proses belajar mengajar penjas, karena mulai dari pemanasan sampai ke inti pokok materi ajar dilaksanakan dalam bentuk bermain dan perlombaan yang membuat para siswa gembira dan senang mengikutinya.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti yang dilakukan di SMP Negeri 2 Sungai Limau Kecamatan Sungai Limau Kabupaten Padang Pariaman, pembelajaran penjasorkes ditemui masih banyak kasus dilapangan yang kurang tepat dan tidak diharapkan oleh siswa, antara lain menggunakan alat dan peraturan yang monoton dan membosankan.

Tentu siswa akan malas dan kurang termotivasi untuk melakukan praktek dalam pembelajaran penjasorkes. Hal ini disebabkan secara fisik dan psikis anak belum mendukung. Dengan adanya modifikasi alat dan peraturan memungkinkan siswa lebih termotivasi dalam proses belajar mengajar secara baik, sebab partisipasinya mendorong untuk bekerjasama dan siswa akan merasa senang.

Kiram (1992) menyatakan “modifikasi olahraga kedalam penjasorkes ada empat unsur yang perlu diperhatikan oleh guru yaitu : a) modifikasi ukuran lapangan, b) modifikasi peralatan, c) modifikasi lamanya permainan, d) modifikasi peraturan permainan”.

Modifikasi ukuran lapangan dan waktu bermain bertujuan untuk mengurangi tuntutan kemampuan fisik siswa dalam beberapa kasus seperti berikut: Siswa perempuan bermain voli pada ukuran yang standar dengan menggunakan tinggi net serta bola untuk laki-laki. Tentu semua ini mempersulit siswa untuk membuat skor atau sama sekali siswa tidak mampu menyeberangkan bola lewat net, modifikasi ukuran lapangan dapat disesuaikan dengan situasi dan kondisi pemain dan lapangan yang tersedia disekolah.

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

Modifikasi peraturan permainan bermaksud membantu siswa mengembangkan keterampilan dan kesenangan dalam melakukan kegiatan pembelajaran penjasorkes tanpa merusak keaslian dari permainan tersebut. Peraturan yang dibuat dalam permainan yang dilakukan serta disepakati secara bersama atau guru yang menetapkannya terlebih dahulu dan selanjutnya diberitaukan kepada siswa. Unsur kebersamaan dan disiplin terhadap apa yang sudah disepakati sangat diperlukan.

Berdasarkan hal diatas maka pembelajaran penjasorkes dapat terlaksana dengan baik dan dapat menarik minat siswa diperlukan perencanaan model modifikasi pembelajaran yang tepat sebagai aplikasi dari metode pembelajaran penjasorkes di SMP Negeri 2 Sungai Limau, Untuk itu penulis ingin membahas lebih jauh serta mengangkat judul tentang “Studi Modifikasi Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Sungai Limau”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, maka permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kurikulum
2. Perencanaan pembelajaran Penjasorkes
3. Pemanfaatan media
4. Pemanfaatan metode pembelajaran
5. Strategi Pembelajaran
6. Sarana dan prasarana
7. Lingkungan pembelajaran Penjasorkes
8. Pendekatan modifikasi

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan yang tercakup dalam penelitian ini, maka penulis merasa perlu untuk membatasinya agar penelitian ini dapat dilaksanakan sesuai dengan jangkauan pengetahuan penulis, waktu dan biaya

serta tercapainya sasaran penelitian yang diinginkan. Adapun pembatasan masalah yang penulis maksud adalah:

1. Modifikasi alat
2. Modifikasi peraturan

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, untuk lebih terfokusnya masalah yang akan diteliti, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah modifikasi alat dalam proses pembelajaran Penjasorkes di SMPN 2 Sungai Limau?
2. Bagaimanakah modifikasi peraturan dalam proses pembelajaran Penjasorkes di SMPN 2 Sungai Limau?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan yang telah dikemukakan di atas maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui modifikasi alat dalam proses pembelajaran Penjasorkes di SMPN 2 Sungai Limau.
2. Untuk mengetahui modifikasi peraturan dalam proses pembelajaran Penjasorkes di SMPN 2 Sungai Limau.

F. Manfaat Penelitian

1. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Bagi instansi terkait sebagai bahan masukan dalam rangka pengembangan proses belajar mengajar Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan
3. Sebagai bahan masukan bagi peneliti selanjutnya untuk pengembangan khasanah ilmu pengetahuan
4. Bahan referensi mahasiswa perpustakaan FIK UNP padang