

**PERMAINAN SEPAK TAKRAW BAGI SISWA SD: DARI KETIDAKNYAMANAN
MENUJU KEGEMBIRAAN**

Muhammad Asrul Sani* Ali Maksum

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*muhammadsani@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Sebagai sebuah cabang olahraga, sepak takraw bukanlah permainan yang disukai oleh anak. Penyebab utamanya karena bola yang keras sehingga saat perkenaan dengan kaki, kepala, atau anggota tubuh yang lain terasa sakit. Selain itu, sepak takraw juga termasuk permainan dengan tingkat kesulitan yang tinggi. Akibatnya anak-anak merasa tidak nyaman dalam bermain sepak takraw. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran sepak takraw yang sesuai bagi siswa SD sehingga menimbulkan kegembiraan saat memainkannya. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan eksperimen dengan *one group pre-test post-test design*. Pendekatan modifikasi digunakan sebagai kerangka berpikir pengembangan model pembelajaran. Subyek penelitian adalah siswa kelas V SDN Pademonegoro, Sukodono, Sidoarjo sebanyak 28 siswa. Data dikumpulkan melalui angket “kegembiraan siswa” dan dianalisis menggunakan uji t. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran sepak takraw yang dikembangkan berdasarkan pendekatan modifikasi terbukti efektif meningkatkan kegembiraan siswa, dengan nilai t sebesar 2,38 pada signifikansi .02. Peningkatan kegembiraan siswa sebesar 7,98% dari data *pretest* ke *posttest*.

Kata Kunci: pendekatan modifikasi, sepak takraw, kegembiraan siswa

Abstract

Sepak takraw is not a famous game for children. The main cause is due to a hard ball so that when it comes to the legs, head or other limbs it hurts. In addition, sepak takraw also includes games with high levels of difficulty. As a result, children feel uncomfortable playing sepak takraw. This study aims to develop the takraw learning model that is suitable for elementary students so that it causes excitement when playing it. This research was conducted with an experimental approach with one group pre-test post-test design. The modification approach is used as a framework for developing learning models. The research subjects were 28 fifth grade students of Pademonegoro Elementary School, Sukodono, Sidoarjo. Data was collected through a "students' enjoyment" questionnaire and analyzed using the t test. The results showed that the sepak takraw learning model developed based on the modified approach was proven effective in increasing student' senjyment, with a *t* value of 2.38 at a significance level of .02. An increase in students' enjoyment was 7.98% from the pretest to posttest data.

Keywords: modification approach, sepahtakraw, students' enjoyment

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar untuk mengembangkan potensi pesertadidik agar memiliki kekuatan spiritual, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan melalui pembelajaran yang berlangsung di sekolah dan di luar sekolah. Menurut Undang-Undang Sisdiknas No.20 Tahun 2003 menyebutkan 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, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara. Penyelenggaraan pendidikan di sekolah-sekolah terdapat pendidikan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Pendidikan intrakurikuler adalah kegiatan yang dilaksanakan oleh sekolah yang sudah teratur, jelas dan terjadwal untuk pemenuhan kurikulum sesuai dengan ketentuan yang ditetapkan oleh Permendikbud no 23 pasal 5 ayat 2. Didalam pendidikan intrakurikuler terdapat bermacam-macam matapelajaran yang berguna untuk menunjang kompetensi siswa, salah satunya adalah mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Pada pelajaran PJOK terdapat materi aktivitas olahraga yaitu, sepak takraw. Menurut Zahari, dkk. (2008: 107) Sepak takraw adalah permainan antara dua tim yang melibatkan anggota tubuh kepala dan kaki untuk mempertahankan bola di udara dengan maksimal tiga kali sentuhan. Pada dasarnya pada sepak takraw sendiri mempunyai tingkat kesulitan yang sangat tinggi jika dilakukan pada siswa SD.

Saat peneliti melakukan observasi dan wawancara dengan guru PJOK di SDN Pademonegoro siswa yang diberikan materi pembelajaran sepak takraw siswa tersebut kurang antusias/malas pada saat melakukan aktivitas gerak, dikarenakan kurangnya variasi pada pembelajaran. Guru harus berinovasi dalam membuat permainan yang menarik dan mudah dilakukan oleh siswa sehingga siswa merasa gembira dan antusias dalam melakukan pembelajaran materi sepak takraw. Menurut Simatupang (2005: 24) bermain adalah suatu aktivitas seseorang yang menggembirakan, jadi agar siswa bisa mendapatkan pembelajaran yang menarik guru harus membuat model atau variasi aktivitas fisik pada pembelajaran sepak takraw. Cara yang tepat yaitu mengembangkan materi pembelajaran dengan cara menyederhanakan bentuk belajar yang dapat mempermudah siswa dalam aktivitas belajarnya dengan memodifikasinya. Menurut Bahagia dan Suherman (2000: 1), modifikasi adalah salah satu kegiatan yang

dapat dilakukan oleh guru agar pembelajaran mencerminkan *Developmentaly Apropriate Priactice* (DAP). Oleh Karenaitu DAP, termasuk didalamnya "*body scaling*" atau ukuran postur siswa, selalu dijadikan perbandingan dalam modifikasi pembelajaran PJOK. Dengan modifikasi permainan sepak takraw siswa tidak akan kesulitan karena sarana prasarana yang harus standar. Dalam melakukan modifikasi permainan sepak takraw perlu diperhatikan bagaimana keselamatan siswa, dan alat-alat yang dimodifikasi harus sesuai dengan karakteristik siswa. Dengan permainan tersebut diharapkan siswa merasa senang dan bersemangat saat kegiatan pembelajaran. Jika siswa merasa gembira, otomatis mereka antusias melakukan tugas gerak dan siswa akan cenderung lebih aktif bergerak.

Kegembiraan dalam proses pembelajaran sangat penting bagi siswa dan mendapatkan kenyamanan yang diciptakan didalam proses pembelajaran. Di dalam aktivitas pembelajaran kegembiraan itu perlu pada siswa, seiring berjalannya waktu jika siswa gembira dan nyaman dengan pembelajaran tersebut siswa akan mengenang tentang apa yang dilakukan itu yang membuat mereka senang. Menurut Garn and Cothran (dalam MacPhail, *et al.* 2008: 344), dengan memberikan pembelajaran PJOK yang menyenangkan dan memiliki rasa gembira, otomatis secara positif meningkatkan keaktifan siswa dalam pembelajaran. Guru juga harus memperhatikan siswa yang diajarnya dan harus berinovasi untuk menciptakan suasana gembira, nyaman dan tidak membahayakan siswa pada saat pembelajaran berlangsung. Untuk meningkatkan pengalaman positif harus menekankan pembelajaran PJOK yang menyenangkan (Hashim *et al.* 2008: 183). Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi permainan sepak takraw terhadap peningkatan kegembiraan siswa di SDN Pademonegoro.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen semu, dikarenakan tidak memenuhi empat syarat yaitu randomisasi dan mekanisme kontrol. Penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui sebab akibat antar variabel. Penelitian eksperimen dicirikan dengan empat hal, yaitu adanya perlakuan, mekanisme kontrol, randomisasi, dan ukuran keberhasilan (Maksum, 2018a: 81). Desain penelitian skripsi yang digunakan adalah desain eksperimen, penelitian akan diarahkan untuk memadukan hasil dari distribusi data, data *pre-test* serta data *post-test* yang hanya satu kelompok sampel saja (*one grup pre-test dan post-test design*).

Sampel penelitian ini menggunakan seluruh populasi pada siswa kelas V di SDN Pademonegoro, sebanyak 28 siswa. Data dikumpulkan dengan menggunakan angket kegembiraan untuk mengetahui tingkat kegembiraan siswa yang telah divalidasi. Angket terdiri dari 16 soal, yang berisi tentang ketertarikan melakukan kegiatan dan tertekan dengan kegiatan pembelajaran PJOK. Waktu pelaksanaan penelitian ini adalah empat kali pertemuan di lapangan SDN Pademonegoro. Dimana Pengisian angket tersebut dilakukan pada saat *pre-test* dan *post-test*. Data dianalisis dengan menggunakan uji t beda (Maksum, 2018b). Pada penelitian ini menggunakan Analisis data menggunakan SPSS (*Statistic Program of Social Sciense version 20*), diantaranya: rata-rata, standar deviasi, varians, uji normalitas, uji T beda dan persentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil data yang diperoleh berdasarkan penelitian di lapangan saat pengisian angket dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Statistik Deskriptif Angket Kegembiraan

Deskripsi	Pre-test	Post-test	Selisih
Rata-rata	51,46	55,57	4,11
Standar Deviasi	3,91	7,84	3,93
Varian	14,44	59,29	44,85
Nilai Minimum	40	38	2
Nilai Maksimum	57	64	7

Berdasarkan table 1 hasil perhitungan dari angket kegembiraan sebelum pembelajaran diberikan (*pre-test*) dan sesudah pembelajaran diberikan (*post-test*) adalah mengalami peningkatan sebesar 7,98%.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Deskripsi	Pre-test	Post-test
N	28	28
Mean	51,46	55,57
P-Value	0,200	0,101
Keterangan	(p) > α = 0,05	(p) > α = 0,05
Status	Normal	Normal

Berdasarkan data table 2 di atas diketahui p value pada saat *pre-test* 0,200 dan p value pada saat *post-test* 0,101. Dapat disimpulkan bahwa kedua data berasal dari data normal karena p value lebih besar dari nilai alpha yaitu 0,05. Jadi dapat dikatakan data berdistribusi normal maka yang akan digunakan selanjutnya untuk mengukur besar peningkatan adalah menggunakan uji *parametric paired sample T-test*.

Tabel 3. Hasil Uji-T Sejenis Dari Hasil Angket Kegembiraan Menggunakan Paired Samples T-test

SD	Mean	Nilait _{hitung}	Sig. (2tailed)
9,12	4,11	2,381	0,025

Berdasarkan didapatkan dari nilai sig (*tailed test*) sebesar 0,025 < dari (0,05) maka Ha diterima dan Ho ditolak. Berdasarkan hasil t_{hitung} sebesar 2,381 dan $t_{tabel}=2,052$. Artinya t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} . Dengan hasil tersebut bisa dikatakan ada perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Setelah itu hipotesis (Ha) yang berbunyi “Ada pengaruh modifikasi permainan sepak takraw terhadap peningkatan kegembiraan siswa”. Dengan nilai peningkatan sebesar 7,98%. Dikarenakan pada pembelajaran sepak takraw sendiri mempunyai tingkat kesulitan yang tinggi, sehingga adanya modifikasi permainan siswa yang tadinya tidak bisa menjadi bisa melakukan dan senang pada saat melakukan tugas gerak yang diberikan oleh guru PJOK Menurut Bahagia dan Suherman (2000: 17) mengemukakan bahwa modifikasi memiliki keuntungan dan keefektivitasan, yang meliputi: 1) Meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pembelajaran PJOK, 2) Meningkatkan aktivitas belajar siswa, 3) Meningkatkan hasil belajar PJOK siswa, 4) Mengatasi kekurangan sarana dan prasarana.

Modifikasi permainan sangat perlu dalam proses pembelajaran sepak takraw. Hal ini dibuktikan dengan penelitian Rahayu (2018) yang berjudul “Pengaruh penerapan modifikasi permainan sepak takraw sepak sila terhadap motivasi belajar siswa dalam Pembelajaran Pendidikan, Olahraga dan Kesehatan”. Ada pengaruh penerapan modifikasi terhadap motivasi siswa dengan nilai peningkatan sebesar 18,34%. Pada pembelajaran bolavoli juga sangat perlu adanya modifikasi permainan, hal ini dibuktikan juga dengan penelitian Kurniawan (2014) dengan judul “Pengaruh modifikasi permainan bolavoli terhadap kerjasama siswa pada pembelajaran PJOK”. Ada pengaruh modifikasi terhadap kerjasama siswa dengan nilai peningkatan sebesar 2,20%.

Jadi, pada penelitian ini bukan hanya meningkatkan kegembiraan siswa saja, melainkan bisa meningkatkan pada motivasi siswa pada pembelajaran PJOK, sesuai hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Niken Rahayu yang berjudul “Pengaruh penerapan modifikasi permainan sepak takraw sepak sila terhadap motivasi belajar siswa dalam Pembelajaran Pendidikan, Olahraga dan Kesehatan”. Penelitian ini meneliti tentang motivasi belajar siswa di SDN Perak Utara Surabaya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Niken Rahayu terdapat pengaruh dibuktikan dengan nilai t_{hitung} 10,164 lebih

besar dari t_{tabel} 1,721 dan terdapat peningkatan sebesar 18,34%.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh penggunaan modifikasi permainan sepak takraw terhadap peningkatan kegembiraan siswa kelas V SDN Pademonegoro, dibuktikan dengan nilai t_{hitung} 2,381 > t_{tabel} 2,052.
2. Terdapat peningkatan kegembiraan siswa sebesar 7,98% dari sebelum dan sesudah pemberian perlakuan modifikasi permainan sepak takraw.

Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, peneliti dapat memberi saran:

1. Penerapan modifikasi permainan sepak takraw sangat penting untuk kalangan siswa SDN Pademonegoro khususnya di SD. Agar siswa dapat melakukan pembelajaran yang menyenangkan dan nyaman pada saat proses belajar berlangsung.
2. Siswa lebih saling menghargai antar sesama teman, tidak membeda-bedakan teman dan lebih kompak, sehingga akan terwujudnya suasana belajar yang lebih guyub.

DAFTAR PUSTAKA

- Bahagia, Yoyo dan Suherman. (2000). *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Kurniawan, Deddy. (2014). *Pengaruh Modifikasi Permainan Balonvoli Terhadap Kerjasama Siswa Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Studi Pada Siswa Kelas X Boga 1 SMKN 3 Probolinggo*. Skripsi, JPO FIO Unesa
- MacPhail, A., Gorely, T., David, K (2008). Children's Experiences of Fun and Enjoyment During a Season of Sport Education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 79(3): 344-355.
- Maksum, A. (2018a). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, A. (2018b). *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Rahayu, Niken. (2018). *Pengaruh Penerapan Modifikasi Permainan Sepak Takraw Sepak Sila*

Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan, Olahraga dan Kesehatan. Skripsi, JPO FIO Unesa

Permendikbud Nomor 23 Tahun (2017). *Tentang Hari Sekolah*. Depdikbud: Jakarta.

Simatupang, Nurhayati. (2005). Bermain Sebagai Upaya Dini Menanamkan Aspek Sosial Bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 3(1): 21-31.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun (2003). *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Depdiknas: Jakarta.

Hashim, H., Grove., J R., Whipp, P. (2008). Validating the Youth Sport Enjoyment Construct In High School Physical Education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 79(2): 183-194.

Zahari, T., Iskandar., dan Hilma, A. (2008). Study of The Impact of Sepaktakraw Balls on The Head. *International Journal of Sports Science and Engineering*, 2(2): 107-110.