



## PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN TOLAK PELURU PADA SISWA KELAS VII SMPN 6 KOTA JAMBI

Warniati Warniati<sup>1</sup>, Ilham Ilham<sup>2</sup>, Ugi Nugraha<sup>3</sup>

<sup>1)</sup> Universitas Jambi, Jambi, Indonesia, [warniatiraki@gmail.com](mailto:warniatiraki@gmail.com)

<sup>2)</sup> Universitas Jambi, Jambi, Indonesia, [ilham\\_bugis@unja.ac.id](mailto:ilham_bugis@unja.ac.id)

<sup>3)</sup> Universitas Jambi, Jambi, Indonesia, [ugi.nugraha@unja.ac.id](mailto:ugi.nugraha@unja.ac.id)

**Korespondensi:** Warniati Warniati<sup>1</sup>

**Abstrak:** Penelitian Pengembangan ini bertujuan untuk: (1) Untuk mengembangkan media pembelajaran tolak peluru di SMPN 6 kota Jambi, (2) Untuk mengetahui kelayakan pengembangan media pembelajaran Tolak peluru. Model pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model penelitian pengembangan (Research and Development) Borg and Gall. Hasil penelitian pengembangan ini menunjukkan bahwa: (1) proses pengembangan media pembelajaran tolak peluru dengan menggunakan peluru modifikasi dilakukan dengan beberapa tahapan, yaitu: 1) Hasil validasi ahli materi dan validasi tahap I diperoleh hasil persentase sebesar 82%, kriteria layak dengan perbaikan, kemudian dilakukan perbaikan sesuai dengan saran dari ahli materi dan dilakukan validasi tahap II diperoleh hasil persentase 85%, kriteria sangat layak, 2) hasil validasi ahli media dari validasi tahap I diperoleh persentase 85%, kriteria layak dengan perbaikan, kemudian dilakukan perbaikan sesuai saran dari ahli media dan dilakukan validasi tahap II diperoleh hasil persentase 90%, kriteria sangat layak; (2) keefektifan media pembelajaran tolak peluru yang dimodifikasi berdasarkan uji coba lapangan meliputi uji coba guru PJOK diperoleh hasil persentase 90,83%, kriteria sangat layak, (3) penggunaan media pembelajaran tolak peluru dengan menggunakan peluru modifikasi berdasarkan uji coba lapangan meliputi: 1) Uji coba skala kecil yaitu 15 orang siswa kelas VII hasil persentase 88,53%, kriteria sangat layak, 2) uji coba skala besar yaitu 30 orang siswa kelas VII hasil persentase 89%, kriteria sangat layak. Dari pengembangan Media pembelajaran ini telah dihasilkan peluru dari kayu, peluru dari kertas bekas, peluru dari tali rafia, peluru dari karet bekas dan peluru dari Balon yang diisi pasir. Pengembangan ini telah membuktikan bahwa media pembelajaran tolak peluru yang dimodifikasi untuk siswa SMP kelas VII layak, efektif dan efisien.

**Kata Kunci:** Pengembangan, Modifikasi Alat, Tolak Peluru

### PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari dunia pendidikan. Pendidikan Jasmani pada umumnya mempengaruhi potensi peserta didik dalam hal kognitif, afektif dan psikomotor melalui aktivitas jasmani. Melalui aktivitas jasmani anak akan memperoleh berbagai macam pengalaman yang berharga untuk kehidupan seperti kecerdasan, emosi, perhatian, kerjasama, keterampilan. Pendidikan jasmani adalah proses

pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang dianjurkan dan sudah terpilih untuk mencapai pendidikan (Husdarta,2009). Pendidikan jasmani perlu dikembangkan dan ditingkatkan baik dalam dunia pendidikan secara khusus maupun masyarakat pada umumnya, untuk dapat mengembangkannya diperlukan pembinaan secara khusus dan secara inti, agar kegiatan tersebut dapat mencetak generasi baru yang berprestasi di berbagai cabang olahraga, khususnya dalam olahraga atletik baik dari nomor lari, lompat, lempar maupun jalan. Dalam pembelajaran Penjas, olahraga atletik adalah salah satu materi yang masuk dalam kurikulum pembelajaran, ada banyak materi yang diajarkan dalam materi atletik yang salah satunya adalah tolak peluru.

Tolak peluru adalah bagian dari nomor lempar yang memiliki gaya mendorong atau menolak terhadap sebuah peluru atau bola dari logam yang menggunakan teknik tertentu sejauh mungkin dari titik tolakan menuju titik pendaratan menggunakan teknik tertentu. Berat peluru yang digunakan pada perlombaan adalah 7,257 kg untuk putra dan 4 kg untuk putri (senior) untuk junior peluru yang digunakan berukuran 3 kg untuk putri dan 5 kg untuk putra yang terbuat dari besi atau bahan logam lainnya (kompas.com,2021). Dalam pelaksanaan pembelajaran sangat dibutuhkan sekali yang namanya media pembelajaran, untuk mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri. Media pembelajaran tolak peluru yang ada disekolah sangat terbatas dan minim sekali selain itu peluru yang ada ukurannya terlalu besar dan berat kalau digunakan untuk siswa kelas VII. Dalam pembelajaran siswa sering sekali mengeluh dan malas untuk mengikuti pembelajaran tolak peluru karena kurang tertarik terhadap media yang digunakan dalam pembelajaran, karena langsung menggunakan alat yang asli, sehingga membuat siswa kesulitan dalam melakukan teknik gerakan dalam tolak peluru. Seharusnya untuk mengenalkan siswa pada teknik tolak peluru guru dapat menggunakan media atau alat bantu yang berbentuk peluru tetapi ukuran dan beratnya dikurangi dari yang aslinya, untuk itu guru dituntut untuk bisa berinovasi dalam mengembangkan media pembelajaran. Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengembangkan media pembelajaran tolak peluru di SMPN 6 Kota Jambi dan Untuk mengetahui kelayakan pengembangan media pembelajaran tolak peluru yang dihasilkan.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **Pengembangan Media Pembelajaran**

Dalam kamus Bahasa Indonesia, pengembangan secara etimologi berasal dari kata *kembang* yang berarti menjadi tambah sempurna (tentang pribadi, fikiran, pengetahuan dan sebagainya). Pengembangan berarti proses, cara, perbuatan. Dan secara istilah, pengembangan merupakan suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan baik berupa proses, produk dan rancangan. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia no 18 tahun 2002, pengembangan adalah kegiatan ilmu pengetahuan dan teknologi yang bertujuan memanfaatkan kaidah dan teori ilmu pengetahuan yang telah terbukti kebenarannya untuk meningkatkan fungsi, manfaat dan aplikasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang telah ada atau menghasilkan teknologi baru. Pengembangan adalah proses untuk mewujudkan sesuatu atau sebuah rancangan yang spesifik kedalam suatu bentuk tertentu. Rancangan dari pengembangan itu adalah untuk menghasilkan sesuatu berupa produk awal yang kemudian divalidasi oleh ahli, dievaluasi dan uji cobakan, sehingga akan menghasilkan produk. Dikemukakan (Sudjarwo S,1989), pengembangan yang berfokus pada produk dapat didefinisikan sebagai proses yang sistematis untuk memproduksi bahan instruksional yang lebih khusus, berdasarkan tujuan yang telah ditetapkan sehingga dapat dihasilkan suatu bentuk program (produk), yang paling efektif dan efisien digunakan dalam proses belajar mengajar dalam tempo yang relatif singkat. Pengembangan itu bisa berupa perangkat keras maupun perangkat lunak, dari yang sudah ada maupun yang belum ada.

Media Pembelajaran adalah alat yang digunakan dalam pembelajaran untuk menyampaikan pesan, informasi, ide atau gagasan berupa bahan ajar kepada siswa oleh guru. Penggunaan media secara kreatif akan memperbesar kemungkinan bagi siswa untuk belajar lebih banyak, dan meningkatkan penampilan dan melakukan keterampilan sesuai dengan tujuan pembelajaran. Media pembelajaran hanya meliputi media yang dapat digunakan secara efektif dalam proses pembelajaran yang terencana. Media pembelajaran tidak hanya meliputi media elektronik yang kompleks, tetapi juga bentuk sederhana seperti slide, foto, diagram buatan guru, objek nyata dan kunjungan ke luar kelas (Sigit, 2008).

Pengembangan media pembelajaran adalah suatu usaha yang dilakukan untuk menghasilkan media pembelajaran sesuai dengan tujuan pembelajaran yang berdasarkan pada teori pengembangan yang sudah ada.

### **Tolak Peluru**

Lempar merupakan salah satu komponen keterampilan dalam atletik. Bagi siswa SMP keterampilan melempar menjadi bagian dasar kategori keterampilan manipulatif. Dalam upaya upaya membina dan dan meningkatkan keterampilan ini, maka guru perlu merancang proses pembelajaran yang lebih menarik bagi siswa agar lebih giat mempelajarinya.

Proses pembelajaran keterampilan melempar melalui bermain dan kompetisi, menjadi prasarat yang menguntungkan untuk pembentukan keterampilan gerak dominan. Pada tahap selanjutnya dapat ditingkatkan keterampilan atletik yang sesungguhnya. Secara umum, teknik lemparan dalam atletik dapat dikelompokkan menjadi empat bagian yaitu: lempar lembing, lempar cakram, tolak peluru dan lontar martil. Tolak peluru adalah salah satu nomor yang terdapat dalam nomor lempar pada olahraga cabang atletik yang berbentuk gerakan menolak atau mendorong suatu peluru yang terbuat dari logam yang dilakukan dari bahu dengan satu tangan untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya.

Tolak peluru (Munasifah, 2008), adalah olahraga yang menggunakan alat berupa bola besi dengan cara mendorong atau ditolak sejauh-jauhnya. Sedangkan (Purnomo dan Dapan, 2011) mengemukakan bahwa tolak peluru merupakan nomor lempar yang mempunyai karakteristik sendiri yaitu peluru tidak dilempar tetapi ditolak atau didorong dari bahu dengan satu tangan. Dari pendapat beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa tolak suatu teknik mendorong atau menolak bola dengan ukuran tertentu yang dilakukan dengan satu tangan untuk mencapai jarak sejauh mungkin.

### **Peluru**

Peluru adalah media atau alat yang digunakan dalam tolak peluru yaitu berupa peluru yang terbuat dari besi dan berbentuk bulat yang ukurannya untuk putra senior 7,26kg dan putra junior 5kg sedangkan untuk putri senior 4kg dan putri junior 3kg. Lutan (1998) menyatakan bahwa: modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan supaya :(1) Anak didik memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, (2) Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, (3) Anak didik dapat melakukan gerak secara benar. Dari pendapat tersebut dapat diartikan bahwa pendekatan modifikasi dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani, oleh karenanya pendekatan ini mempertimbangkan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik Guru pendidikan jasmani dapat menambahkan tingkat kompleksitas tugas ajar dengan cara memodifikasi peralatan yang digunakan untuk melakukan keterampilan itu, misalnya berat ringannya, besar kecilnya, tinggi rendahnya, penjang pendeknya peralatan yang digunakan. Dalam pembelajaran peluru yang berat dan besar ini diganti dengan peluru yang dikembangkan yaitu peluru yang dibuat dari kayu, kertas bekas, tali rafia, karet bekas dan balon diisi pasir, yang ukurannya disesuaikan dengan karakter siswa SMP kelas VII.

## Karakteristik Siswa SMP

Secara umum remaja dapat didefinisikan sebagai suatu tahap perkembangan pada individu, dimana remaja mengalami perkembangan biologis, psikologis, moral dan agama. Untuk memudahkan identifikasi, biasanya masa remaja dibatasi oleh waktu tertentu, WHO membagi 2 tahap usia remaja yaitu : remaja awal (10-14) tahun dan remaja akhir (15-20 tahun). Oleh karena itu anak usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) dapat dikategorikan sebagai anak usia remaja awal. Jadi Bagi siswa SMP yang lebih penting adalah menggunakan beban ringan.

## METODE PENELITIAN

### Prosedur Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pengembangan (research and development) yang didefinisikan sebagai suatu metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji efektifitas tersebut menurut Sugiono (2013:407). Prosedur penelitian pengembangan (R&D) diadopsi dari Borg and Gall dalam (Sugiono, 2013) yang terdiri dari 10 langkah penelitian yaitu (1) penelitian awal dan pengumpulan data, (2) perencanaan, (3) Pengembangan draf produk, (4) uji coba lapangan awal (terbatas), (5) revisi lapangan terbatas, (6) uji lapangan (lebih luas), (7) penyempurnaan produk hasil uji lapangan, (8) uji pelaksanaan lapangan, (9) penyempurnaan produk akhir. (10) diseminasi dan implementasi.

### Subjek dan tempat penelitian

Penelitian ini akan diuji cobakan pada siswa kelas VII di SMPN 6 Kota Jambi. Pada uji coba akan dilakukan dua kali yaitu kelompok kecil, peneliti mengambil subjek uji coba sebanyak 15 siswa dan untuk uji coba besar peneliti mengambil subjek uji coba sebanyak 30 siswa. Peneliti akan memberikan kuesioner atau angket kepada siswa untuk mengetahui penilaian dari siswa tentang media atau alat yang dikembangkan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil pengembangan produk

Berdasarkan teori literature serta studi pendahuluan yang didapat peneliti dan mengumpulkan bahan-bahan yang dibutuhkan maka dapat dihasilkan sebuah produk awal yaitu peluru modifikasi yang terbuat dari kayu, kertas bekas, tali rafia, semen, bola berisi pasir yang digunakan sebagai media atau alat yang digunakan dalam pembelajaran tolak peluru sebagai pengganti peluru yang terbuat dari besi atau peluru yang sesungguhnya dalam pembelajaran tolak peluru.



Gambar 1. Desain Produk Awal

### Validasi ahli materi

Setelah dihasilkan produk awal, setelah itu dilakukan validasi oleh ahli materi, dengan membawa produk dan angket yang berisikan 10 (sepuluh) butir pertanyaan yang akan diisi oleh ahli materi, bertujuan untuk observasi kelayakan produk sebelum digunakan dilapangan. Hasil dari penilaian yang dilakukan oleh ahli materi terhadap kelayakan media peluru dari kayu, kertas bekas, tali rafia, semen, bola berisi pasir adalah sebagai berikut :

**Tabel 1. Validasi ahli Materi Tahap 1 dan Tahap 2**

Validator	Validasi Ahli Materi										Total Skor	Persentase kevalidan
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Tahap 1	4	4	4	4	3	4	4	5	4	5	41	82%
Tahap 2	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	44	88%

Perhitungan skor untuk validasi ahli materi tahap I yang telah dikategorikan berdasarkan tanggapan yang diberikan oleh validator dengan skor keseluruhan adalah 41 dengan persentase  $\frac{41}{50} \times 100\% = 82\%$ , dengan kualifikasi sangat baik dengan ada revisi. Setelah direvisi dilakukan validasi tahap 2 dengan skor keseluruhan 44 dan persentase sebesar  $\frac{44}{50} \times 100\% = 88\%$ . Dengan kategori sangat baik dan sudah siap digunakan tanpa direvisi dan dapat di uji cobakan.

### Validasi ahli media

Setelah dihasilkan produk awal, setelah itu dilakukan validasi oleh ahli materi, dengan membawa produk dan angket yang berisikan 10 (sepuluh) butir pertanyaan yang akan diisi oleh ahli materi, bertujuan untuk observasi kelayakan produk sebelum digunakan dilapangan. Hasil dari penilaian yang dilakukan oleh ahli media terhadap kelayakan media peluru dari kayu, kertas bekas, tali rafia, semen, bola berisi pasir adalah sebagai berikut :

**Tabel 2. Validasi Ahli Media Tahap 1 dan Tahap 2**

Validasi	Validasi Ahli Media												Total Skor	Persentase kevalidan
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Tahap 1	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	51	85%
Tahap 2	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	4	4	54	90%

Perhitungan skor untuk validasi ahli media tahap I yang telah dikategorikan berdasarkan tanggapan yang diberikan oleh validator dengan skor keseluruhan adalah 51 dengan persentase  $\frac{51}{60} \times 100\% = 85\%$ , dengan kualifikasi sangat baik dan ad revisi. Setelah direvisi dilakukkann validasi tahap2 dengan skor keseluruhan 54 dan persentase sebesar  $\frac{54}{60} \times 100\% = 90\%$ . Dengan kategori sangat baik dan sudah siap digunakan tanpa direvisi.

Dari data diatas Dapat disimpulkan bahwa produk media pembelajaran tolak peluru yang dikembangkan : media peluru dari kayu, kertas bekas, tali rafia, karet bekas, balon berisi pasir dapat di uji cobakan tanpa direvisi lagi.



Gambar 2. Produk akhir

## KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian Pengembangan ini bertujuan untuk mengembangkan media pembelajaran tolak peluru di SMPN 6 kota Jambi dan untuk mengetahui kelayakan pengembangan media pembelajaran Tolak peluru. Model pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model penelitian pengembangan (Research and Development) Borg and Gall.

Hasil penelitian pengembangan ini menunjukkan bahwa proses pengembangan media pembelajaran tolak peluru dengan menggunakan peluru modifikasi dilakukan dengan beberapa tahapan yaitu validasi ahli materi tahap I diperoleh hasil persentase sebesar 82%, kriteria layak dengan perbaikan, kemudian dilakukan perbaikan sesuai dengan saran dari ahli materi dan dilakukan validasi tahap II diperoleh hasil persentase 85%, kriteria sangat layak.

Hasil validasi ahli media tahap I diperoleh persentase 85%, kriteria layak dengan perbaikan, kemudian dilakukan perbaikan sesuai saran dari ahli media dan dilakukan validasi tahap II diperoleh hasil persentase 90%, kriteria sangat layak.

Keefektifan media pembelajaran tolak peluru yang dimodifikasi bisa dilihat dari hasil uji coba lapangan meliputi uji coba guru PJOK diperoleh hasil persentase 90,83%, kriteria sangat baik, uji coba skala kecil yaitu 15 orang siswa kelas VII hasil persentase 88,53%, kriteria sangat baik, dan uji coba skala besar yaitu 30 orang siswa kelas VII hasil persentase 89%, kriteria sangat baik.

Dari pengembangan Media pembelajaran ini telah dihasilkan peluru dari kayu, peluru dari kertas bekas, peluru dari tali rafia, peluru dari karet bekas dan peluru dari Balon yang diisi pasir, pengembangan ini telah membuktikan bahwa media pembelajaran tolak peluru yang dimodifikasi untuk siswa SMP kelas VII sangat layak, efektif dan efisien.

Bagi peneliti berikutnya, perlunya pengembangan media yang lebih baik untuk menambah kesempurnaan dari produk penelitian ini.

## DAFTAR RUJUKAN

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian\_Penjas.pdf. [Online] Tersedia: [http://repository.upi.edu/30371/9/S\\_JKR\\_1301680\\_Bibliography.pdf](http://repository.upi.edu/30371/9/S_JKR_1301680_Bibliography.pdf) (4 November 2021)
- Barlian, Barlian. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Padang: Sukabina press.
- Berbagi Ilmu. (2016). Pengembangan Media Pembelajaran. [Online] Tersedia: <https://www.rijal09.com/2016/04/pengembangan-media-pembelajaran.html> (4 November 2021)

- Channel, Education. (2016). Pemilihan Media Pembelajaran. [Online] Tersedia: <https://educhannel.id/blog/artikel/prinsip-media-pembelajaran.html> (4 November 2021)
- Hidayat, Cucu. dkk. (2020). Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Yogyakarta: DEEPUBLISH(Grup penerbitan CV Budi Utama).
- Hidayati, Fitri. (2021). *Pengembangan Media Pembelajaran Atletik Materi Lompat Jauh Melalui Video Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Tingkat SMA Sederajat*. Tesis tidak diterbitkan. Yogyakarta: UNY.
- Husdarta, J.S. (2009). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Malik, Adam. (2018). *Pengantar Statistik Pendidikan*, Yogyakarta: DEEPUBLISH(Grup penerbitan CV Budi Utama).
- Muhajir. (2016). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kemendikbud.
- Nopiyo, Yahya Eko. Dkk. (2019). *Filosafat Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, penerbit: Zara Abadi.
- Paramitha, Sandey Tantra. (2008). "Pengembangan Permainan Bola Basket Untuk Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar". Semarang: UNES <https://123dok.com/document/7q04xw3z-pengembangan-permainan-bolabasket-pembelajaran-pendidikan-jasmani-olahraga-kesehatan.html>
- Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang standar Nasional Pendidikan pasal 6 ayat (1) <https://pelayanan.jakarta.go.id/download/regulasi/peraturan-pemerintah-nomor-19-tahun-2005-tentang-standar-pendidikan-nasional.pdf> (14 November 2021)
- Rahmat, Zikrur. (2015). *Atletik dasar dan lanjutan*. [Online] Tersedia: [https://repository.bbg.ac.id/bitstream/452/1/Atletik\\_Dasar\\_dan\\_Lanjutan.pdf](https://repository.bbg.ac.id/bitstream/452/1/Atletik_Dasar_dan_Lanjutan.pdf) (14 November 2021)
- Sadiman, Arief S. dkk. (2006). *Media Pendidikan*, PT Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Saputra, Yudha M. (2001). *Dasar-dasar Keterampilan Atletik*. Jakarta Pusat: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Suanto, Yanuar Debby. (2014). "Pengembangan Modifikasi Peluru Berbahan Dasar serbuk Gergaji Untuk Pembelajaran Tolak Peluru di Sekolah Dasar. [Online] Tersedia: <https://eprints.uny.ac.id/26572/1/SKRIPSI%20YANUAR%20DEBBY%20SUANTO-NIM%2009604221047%20.pdf> (28 Oktober 2021)
- Sudijono, Anas. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*, PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Suryobroto, Agus S. (2004). *Sarana dan prasarana Pendidikan Jasmani*: Universitas Negeri Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Susilana, Rudi. Riyana, Cepi. (2020). *Media Pembelajaran*. Bandung: CV. Wacana Prima.
- Undang-Undang Republik Indonesia no 18 tahun 2002 <https://jdih.bumn.go.id/unduh/UU%20Nomor%2018%20Tahun%202002.pdf>