Bravo's: Journal of Physical Education and Sport Science
Volume 13 Issue 1, March 2025, pp: 262-275
E-ISSN: 2597-677X; P-ISSN: 2337-7674
DOI: http://dx.doi.org/10.32682/bravos.v13i1/88

Pengembangan variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru untuk siswa kelas V SD negeri Mojorejo 1 Kota Batu

Amelia Fitriana Andrini[1], Arief Darmawan[2]

[1]*PJKR, Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia*
[2] *PJKR, Universitas Negeri Malang, Malang, Indonesia*
**Corresponding author: arief.darmawan.fik@um.ac.id*

Abstrak

Penelitian ini dinyatakan layak etik No.6.11.3/UN32.14.2.8/LT/2024. Penelitian ini bertujuan mengembangkan variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru di SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu. Pada penelitian dan pengembangan ini menggunakan model Borg and Gall hanya sampai pada 7 langkah. Produk yang dihasilkan berupa variasi permainan tolak peluru yang dikemas dalam buku ajar. Penelitian pengembangan ini melibatkan peserta didik kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu, 3 ahli yaitu ahli atletik, ahli pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, dan juga ahli media. Hasil rata-rata yang didapatkan adalah sebesar 88,73% dan dinyatakan layak untuk digunakan. Hasil dari masing-masing ahli adalah ahli atletik sebesar 82,5% dinyatakan layak digunakan, ahli pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebesar 90,21% dinyatakan layak digunakan, dan ahli media sebesar 96,42% dinyatakan layak digunakan. Selanjutnya untuk hasil uji coba produk awal sebesar 85,51% dan uji coba produk akhir sebesar 88,79% dinyatakan layak digunakan dalam pembelajaran tolak peluru di SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu. Hasil dari produk pengembangan ini berupa variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru yang dikemas dalam buku ajar dinyatakan valid dan layak digunakan dalam pembelajaran tolak peluru di SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu.
Kata Kunci: Variasi permainan, tolak peluru, SDGS pendidikan berkualitas

Abstract

This research was declared ethically appropriate No.6.11.3/UN32.14.2.8/LT/2024. This research aims to develop variations of games in learning shot put at SD Negeri Mojorejo 1, Batu City. In this research and development using the Borg and Gall model only up to 7 steps. The resulting product is a variation of the shot put game which is packaged in a textbook. This development research involved fifth grade students at SD Negeri Mojorejo 1 Batu City, 3 experts, namely athletic experts, physical education, sports and health learning experts, and also media experts. The average result obtained was 88.73% and was declared suitable for use. The results from each expert were that 82.5% of athletic experts were declared fit for use, 90.21% of physical education, sports and health learning experts were declared fit for use, and 96.42% of media experts were declared fit for use. Furthermore, the initial product trial results were 85.51% and the final product trials were 88.79% and were declared suitable for use in learning shot put at SD Negeri Mojorejo 1, Batu City.
Keywords: Variety of games, shot put, quality education SDGS

Copyright © 2025 Author(s)
Received: 05 03 2025 Revised: 12 03 2025 Accepted: 22 03 2025

Authors' Contribution: A – Conceptualization; B – Methodology; C – Software; D – Validation; E - Formal analysis; F – Investigation; G – Resources; H - Data Curation; I - Writing - Original Draft; J - Writing - Review & Editing; K – Visualization; L – Supervision; M - Project administration; N - Funding acquisition

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan perubahan yang terjadi secara berkelanjutan dan dapat meningkatkan perkembangan pengalaman (Quennerstedt, 2019). Melalui pendidikan perubahan terjadi karena keterlibatan pengalaman-pengalaman yang meningkat. Sistem UU No 20 Tahun 2003 yang memuat sistem pendidikan di Indonesia menyebutkan jika pendidikan jasmani adalah bagian integral dari keseluruhan sistem pendidikan yang berfokus pada ranah

aspek kebugaran fisik, kemampuan gerak, kemampuan berpikir kritis, stabilitas emosional, kemampuan bersosialisasi, penalaran, serta sikap moral dengan melakukan aktivitas fisik (Depdiknas, 2003).

Pembelajaran PJOK pada fase C yaitu kelas 5-6 SD, capaian pembelajaran yang dimiliki adalah kemampuan peserta didik dalam mempraktikan dan memahami variasi kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif dalam berbagai olahraga. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, materi atletik adalah salah satu materi yang diberikan dalam pembelajaran. Tujuan dari pembelajaran atletik untuk meningkatkan aspek moral dan spiritual peserta didik, memperbaiki kondisi fisik, mendorong peserta didik untuk menerapkan gaya hidup sehat dan produktif, serta membangun karakter (Gennadievna, 2022).

Atletik dianggap sebagai dasar dari beberapa olahraga yang ada di dunia (Puspitasari, 2016). Atletik melibatkan beberapa jenis nomor, yaitu jalan, lari, lompat, dan lempar. Pada kehidupan sehari-hari manusia melakukan gerakan berupa jalan, lari, lompat, dan lempar seperti jenis-jenis nomor atletik. Atletik nomor lempar salah satunya adalah tolak peluru. Tolak peluru merupakan gerakan mendorong atau menolak peluru yang melibatkan beberapa anggota tubuh seperti bahu, pergelangan tangan, kaki untuk mencapai jarak sejauh mungkin(Yuliawan & Sukendro, 2019). Peluru dipegang dengan satu tangan lalu ditolakkan ke depan sejauh mungkin (Yuliawan & Sukendro, 2019). Dalam nomor lempar ini, peluru bulat yang berbahan dasar besi merupakan alat utama yang dipergunakan.

Variasi secara umum merupakan perbedaan atau keberagaman sesuatu yang melibatkan perbedaan bentuk dan sifat antara satu dengan lainnya. Pada pembelajaran istilah variasi merupakan pergantian dan perpaduan antara metode, media, gaya, situasi, interaksi dan juga pendekatan pembelajaran sehingga tidak terkesan monoton (Rusiadi, 2020). Variasi dalam pembelajaran adalah suatu perubahan dalam proses pembelajaran, yang mencakup metode pengajaran, penggunaan media pembelajaran, serta cara berinteraksi dengan siswa (Handayani et al., 2022).

Pelaksanaan pembelajaran PJOK di SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu kurikulum yang diterapkan adalah kurikulum merdeka. Materi atletik yang ada dalam pembelajaran PJOK pada kurikulum merdeka salah satunya adalah materi tolak peluru. Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 29 Agustus 2024 dengan guru PJOK SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu, materi tolak peluru belum pernah diajarkan diberikan kepada peserta didik kelas V. Hal tersebut menjadikan peserta didik tidak mengetahui tentang tolak peluru. Berdasarkan wawancara kepada guru PJOK SD Negeri 1 Mojorejo Kota Batu menjelaskan bahwa terbatasnya sarana

serta prasarana yang sekolah miliki seperti tidak ada peluru besi sehingga hal itu membuat guru belum memberikan materi tolak peluru. Selama ini pembelajaran olahraga materi atletik diberikan hanya lari dan juga lompat jauh dengan menggunakan matras sebagai pengganti bak pendaratan. Menurut guru PJOK SD Negeri 1 Mojorejo Kota Batu, perlu diberikan materi tolak peluru agar para peserta didik mengetahui tentang teknik dasar tolak peluru.

Selain hasil dari wawancara kepada guru PJOK, juga dilakukan analisis kebutuhan awal dengan menyebarkan angket kepada 35 peserta didik kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu. Berdasarkan analisis kebutuhan yang dilakukan terhadap peserta didik didapatkan hasil yaitu 100% peserta didik menyatakan materi atletik nomor tolak peluru belum pernah mereka dapatkan, sebanyak 100% peserta didik menyatakan tidak tersedianya peluru besi, sebanyak 60% peserta didik menyatakan tertarik untuk mempelajari materi tolak peluru, sebanyak 80% peserta didik menyatakan setuju jika pembelajaran tolak peluru dilakukan dengan melalui permainan. Untuk peserta didik kelas V SD Negeri 1 Mojorejo Kota Batu, tolak peluru menjadi hal baru, karena selama ini dalam pembelajaran PJOK khususnya materi atletik mereka hanya mempelajari dan mempraktikan nomor lari dan lompat jauh. Pembelajaran tolak peluru menggunakan variasi permainan menjadi hal baru bagi siswa SD Negeri 1 Mojorejo Kota Batu. Hal ini membuat pembelajaran tolak peluru menggunakan variasi permainan menjadi suatu hal yang menarik untuk dilakukan.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian pengembangan ini adalah oleh (Rusli, 2023) "Peningkatan Hasil Belajar Tolak Peluru Melalui Metode Bermain" Hasil penelitian tersebut adalah terjadi peningkatan dari hasil belajar tolak peluru siswa yang awalnya adalah 54,83% menjadi 93,54%. Hal itu membuktikan bahwa hasil belajar tolak peluru siswa dapat ditingkatkan melalui proses pembelajaran dengan bermain permainan.

Penelitian kedua oleh (Fifit et al., 2016) "Model Pembelajaran Teknik Dasar Tolak Peluru Gaya Menyamping Siswa Kelas VII di SMPN 12 Malang". Penelitian pengembangan ini menghasilkan produk berupa variasi permainan yang diterapkan pada pembelajaran teknik dasar tolak peluru gaya menyamping yang hasilnya telah melalui evaluasi dari ahli atletik, ahli pembelajaran, ahli permainan, dan ahli media. Dilakukan juga uji coba pada kelompok kecil dan besar sehingga produk dinyatakan layak dan dapat digunakan dalam pembelajaran tolak peluru khususnya gaya menyamping.

Pada penelitian ketiga oleh (Wahyudin, 2021) "Pengaruh Modifikasi Alat Bola Tenis Terhadap Kemampuan Dasar Tolak Peluru Gaya Ortodoks Siswa Sekolah Menengah Pertama" dengan tujuan mengetahui pengaruh penggunaan dari modifikasi alat bola tennis pada pembelajaran tolak peluru terhadap kemampuan tolak peluru siswa SMP. Hasil dari penelitian

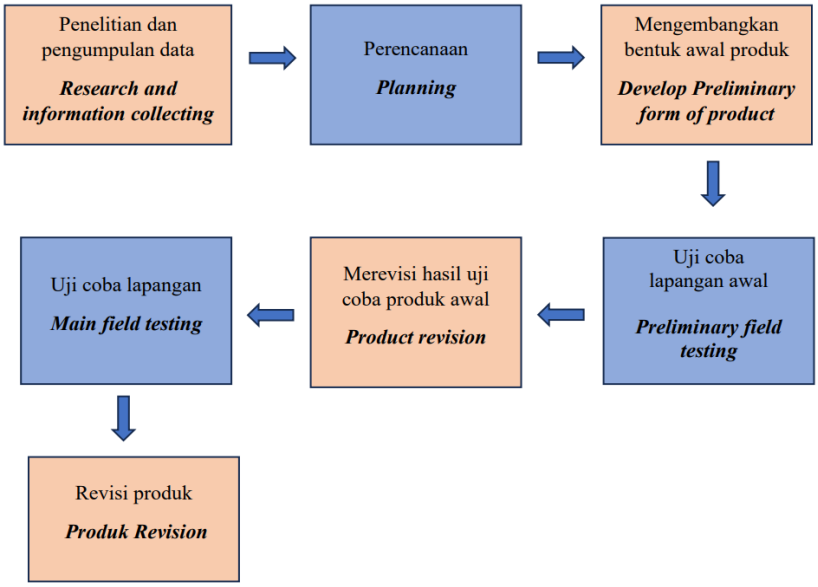
menunjukkan ada peningkatan hasil kemampuan tolak peluru siswa dimana pada posttest sebesar 33,30 dan pada pretest sebesar 45,17. Hal itu membuktikan bahwa pengaruh dari penggunaan media modifikasi berupa bola tennis pada pembelajaran tolak peluru dapat meningkatkan kemampuan siswa

Produk penelitian ini berupa variasi permainan dan dilaksanakan pada pembelajaran tolak peluru. Sejalan dengan pendapat (Prasmala, 2020) mengatakan bahwa kegiatan pembelajaran melalui bermain atau permainan adalah metode pembelajaran yang dapat diterapkan pada pembelajaran karena dengan permainan akan membuat peserta didik merasa tertarik, senang , dan menambah motivasi untuk ikut dalam pembelajaran. Secara umum, peserta didik cenderung lebih tertarik pada kegiatan permainan yang menyenangkan, tetapi tetap dapat mendorong kinerja fisik mereka (Bile et al., 2021). Salah satu alternatif pelaksanaan pembelajaran dengan melalui permainan bertujuan agar mempermudah peserta didik dalam menerima materi, memahami materi yang diberikan oleh guru sehingga hasil belajar peserta didik dapat meningkat.

Dari hasil pemaparan masalah di atas pelaksanaan pembelajaran PJOK di SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu untuk materi atletik nomor tolak khususnya tolak peluru belum diberikan kepada siswa. Sehingga peserta didik belum mencapai capaian pembelajaran pada materi tolak peluru. Oleh karena itu dibutuhkan mengembangkan variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru untuk siswa kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu yang dalam pelaksanaanya menggunakan modifikasi alat berupa bola tennis sebagai pengganti peluru besi. Dalam variasi permainan ini terdapat peraturan-peraturan yang sudah dijelaskan serta mengandung unsur yang menyenangkan sehingga dapat membuat peserta didik merasa tertarik.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian dan pengembangan dari Borg and Gall (1983), hanya dengan menggunakan sampai pada 7 langkah karena penelitian ini tidak dilakukan hingga wilayah luas dan jumlah orang yang lebih besar dana yang besar serta waktu yang cukup lama. Ketujuh langkah yang dilakukan adalah seperti berikut ini:



Gambar 1. Langkah Dalam Penelitian

Langkah yang pertama adalah *research and information collecting* dengan melakukan observasi, wawancara terhadap guru PJOK serta analisis kebutuhan terhadap siswa kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu. Langkah yang kedua adalah perencanaan *(planning)*. Langkah yang ketiga adalah pengembangan produk awal dan juga melakukan validasi produk kepada 3 ahli yaitu ahli atletik, ahli pembelajaran PJOK, dan juga ahli media. Langkah keempat dilakukan uji coba lapangan awal berupa pelaksanaan variasi permainan pada pembelajaran yang melibatkan 12 orang. Langkah kelima merevisi produk sesuai dengan hasil uji coba produk awal *(product revision)*. Langkah keenam dilakukan uji coba lapangan yang melibatkan 40 orang. Langkah ketujuh dilakukan revisi produk berupa penyempurnaan produk setelah dilakukan uji coba lapangan akhir.

Instrumen yang digunakan di penelitian ini selain dengan melakukan observasi, wawancara juga melalui analisis kebutuhan dengan dilakukan pemberian kepada peserta didik kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu berupa kuisioner pada saat analisis kebutuhan. Pemberian kuisioner dilakukan pada 52 peserta didik kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu dengan jumlah pertanyaan sebanyak 41 butir pertanyaan yang diberikan setelah dilakukan uji coba produk. Selain kuisioner yang diberikan kepada peserta didik, kuisioner juga diberikan kepada 3 ahli yaitu ahli atletik, ahli pembelajaran PJOK, dan ahli media. Pada ahli atletik jumlah butir pertanyaan pada kuisioner sebanyak 40 yang terdiri dari beberapa indikator, yaitu kegunaan permainan, kesesuaian permainan dengan kemampuan peserta didik, kemenarikan alat dan permainan, dan kemudahan permainan. Pada ahli pembelajaran PJOK jumlah butir pertanyaan pada kuisioner sebanyak 23 yang terdiri dari beberapa indikator, yaitu kelayakan

isi atau materi, kebahasaan, kemenarikan, dan kemudahan permainan. Pada ahli media jumlah butir pertanyaan pada kuisioner sebanyak 28 yang terdiri dari beberapa indikator, yaitu desain cover, desain isi, kesesuaian materi, kemenarikan, desain video, penyajian soal.

Perolehan data pada penelitian ini berupa data kuantitatif yang dianalisis dari data kuisioner disajikan dalam bentuk deskriptif kuantitatif berdasarkan skala Likert dengan perolehan nilai yaitu antara 1 sampai dengan 4 yang dijabarkan pada table di bawah ini:

Tabel 1. Skala Penilaian Instrumen

Skor	Kategori	Kriteria
4	A	Sangat Setuju
3	B	Setuju
2	C	Kurang Setuju
1	D	Tidak Setuju

Seluruh hasil kuisioner baik dari peserta didik maupun para ahli kemudian dihitung dan disajikan dalam bentuk presentase yang merujuk pada (Sugiyono, 2017):

$$P = \frac{\mathrm{f}}{N}\ x\ 100\%$$

Keterangan :

P : Angka berupa persentase

f : Jumlah yang sedang dicari persentasennya

N : *Number of Cases* (jumlah keseluruhan/total individu)

100% : Bilangan Konstanta (Tetapan)

Hasil presentase yang didapatkan kemudian dilakukan analisis kelayakan produk dengan kriteria seperti berikut ini:

Tabel 2. Analisis Presentase Tingkat Kelayakan Produk

Presentase	**Keterangan**	**Makna**
80 – 100 %	Valid	Layak Digunakan
60 – 79 %	Cukup Valid	Digunakan
50 – 59 %	Kurang Valid	Diperbaiki

<50 %	Tidak Valid	Diperbaiki

Sumber : (Mahfud & Fahrizqi, 2020)

HASIL

Produk hasil penelitian dan pengembangan yang dilakukan ini berupa pengembangan variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru yang dikemas dalam bentuk buku ajar agar proses pembelajaran menjadi lebih menarik dan menyenangkan serta oleh guru dapat dijadikan referensi dalam memberikan pembelajaran tolak peluru.

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan dengan melakukan wawancara kepada guru PJOK SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu bahwa materi pembelajaran atletik tolak peluru belum pernah dilakukan karena keterbatasan sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah. Selain melakukan observasi berupa wawancara kepada guru PJOK, juga memberikan kuisioner kepada peserta didik kelas V. Dari hasil kuisioner didapatkan hasil sebanyak 80% peserta didik setuju jika pembelajaran PJOK materi tolak peluru dilakukan dengan melalui permainan.

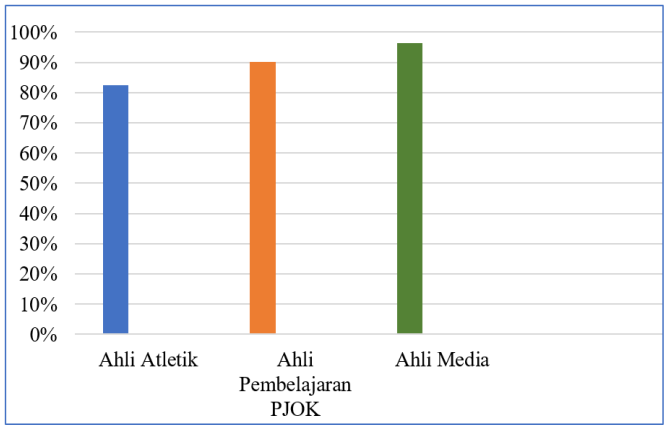
Berdasarkan hasil analisis kebutuhan melalui wawancara dan juga kuisioner, dilakukan perancangan desain produk berupa permainan tolak peluru. Permainan di dalam produk ini menggunakan media bola tennis sebagai pengganti dari peluru besi. Adapun jumlah permainan ada 12, yaitu: 1) permainan damen peluru (dasar menolak peluru), 2) permainan *rolling the ball*, 3) permainan *rolling the ball backwards*, 4) permainan *running shot put* (tolak peluru berlari**,** 5) permainan *shot put cross rope* (lintas tali peluru), 6) permainan *bullet target circle* (lingkaran target peluru), 7) permainan bowling peluru**,** 8) permainan kucing-kucingan peluru. 9) permainan kerapu (keranjang peluru), 10) permainan lingkaran angka. 11) permainan lempar tangkap peluru ceria, 12) permainan sos peluru. Seluruh produk pengembangan dikemas dalam bentuk buku ajar disertai dengan *barcode* video permainan tolak peluru yang dikembangkan agar dapat membantu mempermudah guru dan peserta didik dalam pelaksanaan pembelajaran tolak peluru.

Gambar 2. Sampul Buku

Hasil data validasi ahli didapatkan dari kuisioner yang diberikan kepada 3 ahli terdiri dari 1 ahli atletik, 1 ahli pembelajaran yaitu pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, dan juga 1 ahli media. Hasil keseluruhan dari 3 validasi ahli adalah berikut ini:

Tabel 3. Hasil Validasi Ahli

No	Ahli	Skor Hasil	Skor Maksimal	Presentase	Keterangan
1.	Ahli Atletik	132	160	82,5%	Valid
2.	Ahli Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	83	92	90,21%	Valid
3.	Ahli Media	108	112	96,42%	Valid
	Total	323	364	88,73%	Valid



Gambar 3. Diagram Hasil Validasi Ahli

Dari data yang disajikan di atas, didapatkan hasil yaitu rata-rata nilai hasil validasi dari 3 ahli adalah sebesar 88,73%. Dengan hasil sebesar 88,73% dapat dikatakan bahwa produk berupa buku ajar yang berisikan variasi permainan tolak peluru valid dan layak untuk digunakan dalam pembelajaran tolak peluru.

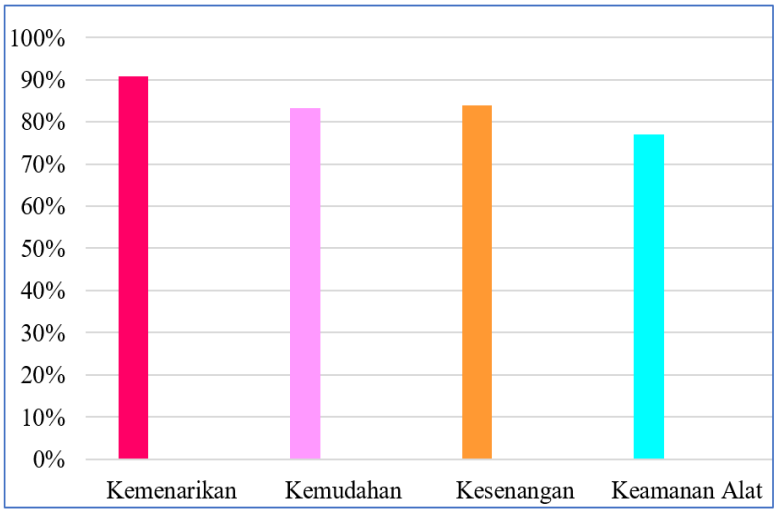
Produk yang dihasilkan didapatkan berdasarkan proses validasi dari 3 orang ahli dan hasil validasi produk berdasarkan saran revisi dari setiap ahli. Hasil saran revisi dari ahli atletik adalah pada produk buku di bagian penjelasan variasi permainan diberikan keterangan yang sesuai dengan karakteristik pembelajaran PJOK kelas V dan 12 variasi permainan disusun ke dalam modul ajar agar pelaksanaan pembelajaran melalui variasi permainan lebih jelas. Hasil saran revisi dari ahli pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah

penambahan gambar pelaksanaan permainan agar mudah untuk dipahami dan pemberian keterangan cara pengaturan peserta didik saat melakukan permainan. Hasil saran revisi ahli media adalah pemberian logo merdeka mengajar pada cover buku, pemberian kata pengantar dalam buku, beberapa gambar yang disajikan dalam buku lebih diperjelas, dan juga pemberian link youtube untuk menguatkan pemahaman tentang tolak peluru.

Selanjutnya pelaksanaan uji coba produk awal kepada 12 peserta didik kelas V A SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu. Setelah produk yang dikembangkan digunakan dalam pembelajaran tolak peluru, kemudian diberikan kuisioner kepada 12 peserta didik. Hasil nilai yang diperoleh dari uji coba produk awal adalah berikut ini:

Tabel 4. Data Hasil Uji Coba Produk Awal 12 Peserta didik

No	Indikator	Skor Hasil	Skor Maksimal	Presentase (%)
1.	Kemenarikan	566	624	90,70%
2.	Kemudahan	519	624	83,17%
3.	Kesenangan	524	624	83,97%
4.	Keamanan Alat	74	96	77,08%
	Total	1683	1968	85,51%



Gambar 4. Diagram Presentase Hasil Uji Coba Awal

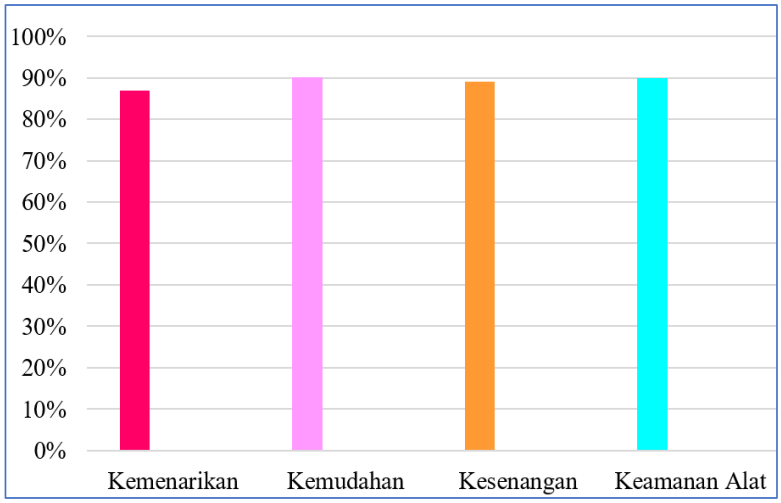
Uji coba produk awal yang melibatkan 12 peserta didik kelas V A SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu yang dilakukan pada proses pembelajaran tolak peluru, didapatkan hasil rata-rata sebesar 85,51% dari pengisian angket kuisioner oleh peserta didik. Peneliti juga mendapatkan saran dari guru mata pelajaran PJOK SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu yaitu pada permainan

kucing-kucingan peluru apabila peserta tidak melakukan gerakan tolakan dengan benar maka peserta didik tersebut bergantian menjadi kucing.

Selanjutnya di langkah uji coba produk akhir yang melibatkan peserta didik kelas V B SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu sejumlah 40 peserta didik. Hasil dari uji coba produk akhir adalah berikut ini:

Tabel 5. Data Hasil Coba Produk Akhir 40 Peserta Didik

No	Indikator	Skor Hasil	Skor Maksimal	Presentase (%)
1.	Kemenarikan	1810	2080	87,01%
2.	Kemudahan	1875	2080	90,14%
3.	Kesenangan	1852	2080	89,03%
4.	Keamanan Alat	288	320	90%
	Total	5825	6560	88,79%



Gambar 5. Diagram Presentase Hasil Uji Coba Akhir

Berdasarkan hasil dari uji coba produk akhir yang melibatkan peserta didik kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu sejumlah 40 peserta didik dan dilakukan pada proses pembelajaran tolak peluru, didapatkan hasil rata-rata sebesar 88,79% dari pengisian angket kuisioner. Pada uji coba produk akhir terdapat saran dari guru PJOK untuk tampilan video pelaksanaan permainan damen peluru (dasar menolak peluru) yang awalnya *landscape* menjadi *potrait* dan dilakukan dari jarak yang dekat dengan kamera agar jelas cara pelaksanaanya.

Hasil yang uji coba produk yang didapat dari uji coba awal yaitu sebesar 85,51% dan uji coba produk akhir sebesar 88,79%. Hasil persentase dari dari uji coba produk berupa uji coba produk awal dan produk akhir dapat dikatakan valid artinya produk pada penelitian pengembangan ini layak untuk digunakan.

PEMBAHASAN

Pendidikan jasmani pada dasarnya adalah bagian integrasi dari sistem pendidikan di Indonesia yang berfokus pada kesehatan fisik peserta didik (Harris, 2019). Salah satu materi dalam pendidikan jasmani yaitu atletik yang bertujuan agar individu memiliki hidup sehat dan menguasai kemampuan fisik serta berperan dalam pengembangan kualitas moral seseorang (Gennadievna, 2022).

Olahraga atletik merupakan olahraga dapat dilakukan oleh seluruh masyarakat tidak hanya atlet saja karena atletik dapat meningkatkan kebugaran jasmani seseorang. Bagi peserta didik, atletik berfungsi sebagai sarana yang dapat mengembangkan keterampilan dan kemampuan motorik yang dimiliki untuk kebutuhan kehidupan sehari-hari (Gennadievna, 2022).

Tolak peluru adalah bagian dari nomor lempar dalam cabang atletik, dimana gerakan yang dilakukan berupa menolak atau mendorong peluru dengan bantuan dari anggota tubuh seperti kaki, bahu, serta pergelangan tangan dan bertujuan untuk mencapai jarak sejauh mungkin (Yuliawan & Sukendro, 2019). Dalam pelaksanaannya, seorang atlet memegang peluru dengan satu tangan dan mendorongnya ke depan sejauh yang mereka bisa (Purnomo, 2017). Peluru merupakan alat utama yang dipakai dalam olahraga ini,

Produk dari pengembangan yang dilakukan ini adalah variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru yang dikemas dalam bentuk buku dengan disertai video pelaksanaan permainan. Pada pelaksanaan pembelajaran PJOK di SDN Mojorejo 1 Kota Batu, untuk materi tolak peluru belum diberikan karena terbatasnya sarana serta prasarana yang ada di sekolah seperti tidak tersedia peluru besi yang merupakan alat utama dalam tolak peluru. Peserta didik belum mengetahui tentang tolak peluru, sehingga merasa tertarik untuk mempelajari tolak peluru melalui permainan-permainan. Produk ini dikembangkan agar peserta didik dapat mempelajari dan mempraktekkan gerakan dalam tolak peluru. Dengan keterbatasan sarana dan prasarana yang dimiliki oleh SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu yaitu tidak memiliki peluru besi, maka peneliti menggunakan bola tennis sebagai alat pengganti dari peluru besi pada pembelajaran tolak peluru. Salah satu cara yang dapat diterapkan dalam pelaksanaan pembelajaran guna untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dalam pembelajaran adalah dengan dilakukan modifikasi alat (Rachman et al., 2023). Selaras dengan penelitian yang telah

dilakukan oleh (Wahyudin, 2021) pada pembelajaran tolak peluru dengan menggunakan modifikasi alat berupa bola tennis dapat meningkatkan kemampuan dan hasil belajar materi tolak peluru peserta didik.

Selain itu, ada juga penelitian yang sudah dilakukan oleh (Darmawan, 2018) pemanfaatan media bola tennis dalam pembelajaran tolak peluru di sekolah MI atau setara dengan jenjang SD dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru peserta didik. Produk berupa 12 variasi permainan dilaksanakan dalam proses pembelajaran materi tolak peluru. Didukung penelitian dari (Rusli, 2023) menyatakan bahwa peningkatan hasil belajar peserta didik pada materi tolak peluru dapat dilakukan dengan bermain permainan. Dari jumlah seluruh 12 variasi permainan yang dikembangkan memiliki tujuan untuk membantu meningkatkan keterampilan teknik dasar tolak peluru dan juga meningkatkan kemampuan gerak dasar yang dimiliki peserta didik sesuai dengan tujuan pembelajaran.

Produk pengembangan berupa variasi permainan yang dikemas dalam buku ajar ini untuk membantu guru dalam pelaksanaan pembelajaran sebagai bahan ajar karena permainan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk menyenangkan hati melalui penggunaan media alat ataupun tidak. Pembelajaran melalui permainan merupakan salah satu alternatif yang bertujuan untuk mempermudah penerimaan serta pemahaman materi oleh peserta didik yang diberikan oleh guru serta peningkatan hasil belajar peserta didik. Selaras dengan penelitian oleh (Sultoni & Ferianto, 2015) bahwa penerapan permainan pada proses pembelajaran tolak peluru membuat peserta didik merasa tertarik dan senang serta dapat secara meningkatkan hasil belajar peserta didik. Produk penelitian pengembangan variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru untuk peserta kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu yang dikemas ke dalam buku ajar dapat digunakan dalam proses pembelajaran tolak peluru serta membuat peserta didik tertarik dan memudahkan dalam mempelajari gerakan tolak peluru melalui variasi permainan.

Kelebihan dari produk pengembangan variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru untuk peserta kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu ini antara lain : 1) Produk pengembangan berupa buku ajar yang di dalamnya berisikan tentang materi tolak peluru, tujuan dan cara pelaksanaan permainan, *barcode* video pelaksanaan permainan tolak peluru, 2) Selain video pelaksanaan permainan, juga terdapat video pelaksanaan teknik dasar tolak peluru yang dikemas dalam bentuk *barcode* dan dapat diakses melalui *smartphone*, 3) Produk pengembangan oleh guru dapat dijadikan referensi dalam memberikan pembelajaran tolak peluru. Disamping kelebihan yang dimiliki, tentunya buku ini juga memiliki kekurangan antara

lain : 1) Produk pengembangan yang berupa variasi permainan harus membutuhkan jaringan internet untuk mengakses video pelaksanaan permainan, 2) Di dalam buku ajar hanya terbatas pada materi tolak peluru dan juga hanya untuk peserta didik kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu.

KESIMPULAN

Berdasarkan pemaparan hasil dan pembahasan di atas, produk pengembangan variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru untuk peserta didik kelas V SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu layak digunakan dalam pelaksanaan pembelajaran tolak peluru. Produk yang dihasilkan dikemas dalam buku ajar yang telah melewati uji validasi dan uji produk diharapkan dapat membantu proses pembelajaran tolak peluru di SD Negeri Mojorejo 1 Kota Batu. Saran dari peneliti adalah perlu dilakukan penelitian dan pengembanagan lebih lanjut agar variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru yang dikembangkan menjadi lebih baik dan dapat digunakan untuk lingkup yang lebih luas dan secara maksimal. Untuk penelitian dan pengembangan selanjutnya diharapkan dapat memperbaiki variasi permainan pada pembelajaran tolak peluru agar lebih menarik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang membantu dalam penelitian ini. Kepada Universitas Negeri Malang dan juga Fakultas Ilmu Keolahragaan tempat penulis mencari dan menimba ilmu. Penulis ucapkan banyak terima kasih kepada dosen pembimbing serta semua dosen di S1 Departemen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan ilmu kepada penulis. Serta kepada semua subjek penelitian yang telah bersedia membantu dalam proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTKA

Bile, R. L., Tapo, Y. B. O., & Desi, A. K. (2021). Pengembangan Model Latihan Kebugaran Jasmani Berbasis Permainan Tradisional Sebagai Aktivitas Belajar Siswa Dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Penjakora*, *8*(1), 71. https://doi.org/10.23887/penjakora.v8i1.30752

Darmawan, A. D. (2018). Peningkatan Pembelajaran Tolak Peluru Dengan Media Bola Tenis Pada Siswa Kelas Vi Madrasah Ibtida ' Iyah Psm Gambyok. *Jurnal Pendidikan Kahuripan*, *1*(1), 49–56.

Depdiknas. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.* (Vol. 2010, Issue 1). Sinar Grafika.

Fifit, R., Winarno, S. M. E., & Surendra, M. (2016). Model Pembelajaran Teknik Dasar Tolak Peluru Gaya Menyamping Siswa Kelas VII Di SMPN 12 Malang. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, *26*(1), 177–187. http://journal.um.ac.id/index.php/pendidikan-jasmani/article/view/7741

Gennadievna, K. G. (2022). *Metode Pengajaran Teknik Atletik hingga Mahasiswa Fakultas Kebudayaan Jasmani*. 28–38.

Handayani, W. R., Widiada, I. K., & Nisa, K. (2022). *Keterampilan Guru dalam Menggunakan Variasi Pembelajaran di SDN 1 Sakra Selatan*. *7*(4), 2152–2164.

Harris, J. (2019). The case for physical education becoming a core subject in the National Curriculum. *Journal Physical Education Matters*, *13*(2), 9–12.

Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Sport Science and Education Journal*, *1*(1), 31–37. https://doi.org/10.33365/.v1i1.622

Prasmala, L. &. (2020). *Penerapan Permainan Tradisional Tali Karet Untuk Meningkatkan Keterampilan Atletik Lompat Tinggi.*

Purnomo. (2017). Dasar-Dasar Gerak Atletik. In *Alfamedia*.

Puspitasari, R. N. (2016). Pengaruh permainan tradisional karetan terhadap pembelajaran motorik kasar atletik lompat jauh. *Jurnal PG- PAUD Trunojoyo, Volume 3, Nomor 1, April 2016, Hal 1-75 10*, *3*(1), 9–18. https://journal.trunojoyo.ac.id/pgpaudtrunojoyo/article/view/3478

Quennerstedt, M. (2019). Physical education and the art of teaching: transformative learning and teaching in physical education and sports pedagogy. *Sport, Education and Society*, *24*(6), 611–623. https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1574731

Rachman, F., Ramadhan, Z. F., Armanjaya, S., Gumantan, A., Yuliandra, R., & Rifqi, M. (2023). Pelestarian Olahraga Tradisional Melalui Festival Permainan Tradisional Se-Kota Bandar Lampung. *PROFICIO: Jurnal Pengabadian Kepada Masyarakt*, *4*(No.2), 2.

Rusiadi. (2020). Variasi Metode Dan Media Pembelajaran. *Jurnal Alwatzikhoebillah: Kajian Islam*, *6*(2), 10–21.

Rusli, M. (2023). *Peningkatan Hasil Belajar Tolak Peluru Melalui Metode Bermain*. *6*, 73–80.

Sugiyono. (2017). *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta.

Sultoni, I., & Ferianto, B. (2015). Pengaruh Penerapan Modifikasi Permainan Terhadap Efektivitas Pembelajaran Tolak Peluru Studi Pada Siswa Kelas V SDN Wonoplintahan I / 276 Prambon Kabupaten Sidoarjo. *Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, *1*, 193–200.

Wahyudin, D. (2021). *Pengaruh Modifikasi Alat Bola Tenis Terhadap Kemampuan dasar Tolak Peluru Gaya Ortodoks Siswa Sekolah Menengah Pertama*. *7*(5). https://doi.org/10.5281/zenodo.5494303

Yuliawan, E., & Sukendro. (2019). Dasar-Dasar Atletik. In *Salim Media*.