

## Tinjauan Manfaat Modifikasi Olahraga Dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat

**Lisa April, Edwarsyah, Hendri Neldi**

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

[lisaapril099@gmail.com](mailto:lisaapril099@gmail.com) [edwarsyahfik@gmail.com](mailto:edwarsyahfik@gmail.com) [hendrineldi62@fik.unp.ac.id](mailto:hendrineldi62@fik.unp.ac.id)

**Kata Kunci : Modifikasi Pembelajaran**

**Abstrak** : SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh adalah salah satu sekolah yang melaksanakan Modifikasi dalam pembelajaran Penjasorkes, namun pelaksanaan pembelajaran tersebut belum terlaksana dengan baik. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengungkapkan tentang gambaran Manfaat Modifikasi dalam pembelajaran Penjasorkes. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan November- Desember 2022. Tempat penelitian adalah SD Negeri 26 Payakumbuh. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Purposive sampling*, dengan jumlah 56 orang. Instrumen yang digunakan 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 Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa berada pada klasifikasi baik, dengan hasil penelitian adalah sebesar 76,1 %, 2). Tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa berada pada klasifikasi baik, dengan hasil penelitian adalah sebesar 66 %, 3). Tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat, adalah sebesar 76 %, itu artinya bahwa tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran Penjasorkes berada pada klasifikasi sangat baik.

**Keywords : Learning Modification**

**Abstract** : SDN 26 Payakumbuh, West Payakumbuh District, Payakumbuh City is one of the schools that implements Modifications in Physical Education learning, but the implementation of this learning has not been carried out properly. The purpose of this study is to reveal the description of the benefits of modification in Physical Education learning. This type of research is descriptive. When the research was carried out in November-December 2022. The research location was SD Negeri 26 Payakumbuh. Sampling was carried out by purposive sampling technique, with a total of 56 people. The instrument used is a questionnaire or questionnaire using the Guttman scale. Data were analyzed using the frequency distribution formula in the form of a percentage. From the data analysis, the following research results were obtained: 1). The level of achievement of the benefits of sports modification in increasing student motivation and enjoyment is in the good classification, with the results of the study being 76.1%, 2). The achievement level of the benefits of sports modification in increasing student learning activities is in a good classification, with the results of the study being 66%, 3). The level of achievement of the benefits of sports modification in increasing student learning activities at SD 26 Payakumbuh, West Payakumbuh District, is 76%, which means that the level of achievement of the benefits of sport modification in improving student learning outcomes in Physical Education learning is in a very good classification.

## **PENDAHULUAN**

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 bahwa "Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian dari integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek Kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikiran kritis, keterampilan sosial, penalaran dan stabilitas emosional".

Kurikulum PJOK yang disajikan disekolah dasar sesuai dengan tujuan kurikulum (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 spikis 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 pisik yang sempurna pola hidup sehat dan kebugaran, keterampilan serta memiliki sikap yang positif.

Bidang studi PJOK 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 PJOK 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. Untuk mencapai tujuan kurikulum diatas, materi pokok dalam pembelajaran PJOK sesuai dengan kurikulum SD meliputi : atletik, senam, permainan dan pendidikan kesehatan sedangkan, materi pilihan yang disediakan meliputi: renang, pencak silat, tennis meja, tennis dan sepak takraw. Dengan sarana dan prasarana yang kurang memadai, guru PJOK diharuskan kreatif untuk bisa memodifikasi sarana prasarana yang diperlukan. Seperti, lapangan, net, gawang, ring, bola, raket dan lain sebagainya.

Kemampuan yang dimiliki guru untuk memodivikasi suatu pembelajaran dapat berjalan sebagaimana mestinya. Dengan adanya modifikasi sarana dan prasarana maka pembelajaran agar terlaksana dengan baik. Adanya motifikasi sarana dan prasarana ditentukan dari kreatifitas masing-masing guru. Penyajian materi PJOK sesuai dengan kurikulum, sering kali sulit dilaksanakan, dikarenakan kurangnya sarana dan prasarana. Terkadang ada guru yang kurang reatif dan kurang memberikan inovasi baru untuk memodivikasi sarana prasarana guna media pembelajaran. Kurangnya peran guru merupakan salah satu factor kurangnya pembelajaran pada materi pilihan. Sesuai dengan tujuan kurikulum diharapkan pembelajaran PJOK di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh dapat terlaksana dengan

baik sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Minimnya sarana dan prasarana PJOK SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh menuntut guru PJOK lebih kreatif untuk menciptakan suatu yang baru atau memodifikasi sesuatu yang sudah ada, untuk disajikan dengan cara yang lebih menarik. Guru PJOK dapat merekayasa dan memanfaatkan kondisi lingkungan yang dimiliki sekolah sebagai sarana media atau alat bantu untuk menunjang pembelajaran PJOK.

## METODE

Penelitian ini tergolong pada penelitian deskriptis yang bertujuan untuk mengungkapkan “Bagaimana manfaat modifikasi olahraga dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh sebagaimana adanya. Sudjana (1986:64) mengemukakan “penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskritifkan suatu gejala dan kejadian di masa sekarang atau untuk meneliti masalah-masalah actual sebagaimana adanya pada saat penelitian dilakukan. Penelitian ini diadakan di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, pengambilan data dilakukan bulan November – Desember 2022. Sampel menurut Arikunto (2006:131) adalah “sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Memperhatikan jumlah anggota populasi cukup besar. Maka penarikan sampel

dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yakni kelas IV dan V yang berjumlah 57 orang, sedangkan kelas I, II, dan III tidak diikuti. Adapun alasan pengambilan sampel ini didasarkan atas pertimbangan bahwa kelas I, II, dan III belum bisa menganalisa bentuk tes yang akan dilakukan, sedangkan kelas VI sedang persiapan ujian sekolah, untuk itu penulis membatasi penelitian ini hanya kelas IV dan V saja dengan alasan karena keterbatasan peneliti dan jumlah sampel yang terbanyak berada pada kelas IVc dan Vb.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Manfaat Modifikasi Dalam Meningkatkan Motivasi Siswa dan Kesenangan Siswa

Untuk melihat Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, penulis memberikan 10 butir pertanyaan. Adapun hasil dari jawaban responden terhadap pertanyaan mengenai Manfaat Modifikasi olahraga dalam pembelajaran penjasorkes disajikan dalam tabel di bawah ini.

### Tabel 1. Manfaat Modifikasi Dalam Meningkatkan Motivasi dan Kesenangan Siswa

Per nyataan	Ya		Tidak		Kategori
	F	%	F	%	
1	56	100	0	0	Sangat Baik
2	22	39,3	34	60,7	Cukup
3	54	96,4	2	3,6	Sangat Baik
4	46	82,1	10	17,9	Sangat Baik
5	51	91,1	5	8,9	Sangat Baik
6	31	55,4	25	44,6	Cukup
7	51	91,1	5	8,9	Sangat Baik
8	21	37,5	35	62,5	Kurang
9	45	80,4	11	19,6	Baik
10	49	87,5	7	12,5	Sangat Baik
<b>Jumlah</b>	<b>426</b>	<b>760,7</b>	<b>134</b>	<b>239,3</b>	<b>Baik</b>
<b>Ratarata</b>	<b>76,1</b>		<b>23,9</b>		

Pada Tabel 1 dapat dilihat Secara keseluruhan tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, yang diperoleh dari 56 orang responden untuk 10 butir pernyataan adalah sebesar 76,1 %, itu artinya bahwa tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, berada pada klasifikasi baik. Orientasi pembelajaran modifikasi olahraga kedalam penjasorkes yaitu: kesenangan (*gym fun*), yang tentu akan membawa dampak pada motivasi siswa dalam melakukan penajorkes. Dampak dari modifikasi lapangan. Alat-alat yang digunakan serta aturan yang ada tentu akan memberikan kesempatan kepada siswa untuuk 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 (*Culmination activities*) yang berisi kompetisi, kegiatan penutup yang berisi kegiatan rilek tentu akan membawa pengaruh terhadap motivasi siswa dalam mengikuti penjasorkes.

## 2. Manfaat Modifikasi Dalam Meningkatkan Aktivitas Belajar Siswa

Untuk melihat Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, penulis memberikan 8 butir pertanyaan. Adapun hasil dari jawaban responden terhadap pertanyaan mengenai Manfaat Modifikasi olahraga dalam pembelajaran penjasorkes disajikan dalam tabel di bawah ini.

**Tabel 2. Hasil Penelitian tentang Manfaat Modifikasi Dalam Meningkatkan Aktivitas Belajar Siswa**

Per tanyaan	Ya		Tidak		Kategori
	F	%	F	%	
1	42	75	14	25	Baik
2	43	76,8	13	23,2	Baik
3	27	48,2	29	51,8	Cukup
4	30	53,6	26	46,4	Cukup
5	50	89,3	6	10,7	Sangat Baik
6	37	66,1	19	33,9	Baik
7	31	55,4	25	44,6	Cukup
8	34	60,7	22	39,3	Cukup
<b>Jumlah</b>	<b>294</b>	<b>525,0</b>	<b>154</b>	<b>275</b>	<b>Baik</b>
<b>Ratarata</b>		<b>66</b>		<b>34</b>	

Pada tabel 2 dapat dilihat Secara keseluruhan tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan

aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, yang diperoleh dari 56 responden untuk 8 butir pernyataan adalah sebesar 66 %, itu artinya bahwa tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, berada pada klasifikasi baik.

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.

### 3. Manfaat Modifikasi Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa

Untuk melihat Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, penulis memberikan 7 butir pertanyaan.

Adapun hasil dari jawaban responden terhadap pertanyaan mengenai Manfaat Modifikasi olahraga dalam pembelajaran penjasorkes disajikan dalam tabel di bawah ini.

**Tabel 3. Hasil Penelitian tentang Manfaat Modifikasi Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa**

Pertanyaan	Ya		Tidak		Kategori
	F	%	F	%	
1	39	69,6	17	30,4	Baik
2	48	85,7	8	14,3	Sangat Baik
3	30	53,6	26	46,4	Cukup
4	47	83,9	9	16,1	Sangat Baik
5	44	78,6	12	21,4	Baik
6	41	73,2	15	26,8	Baik
7	48	85,7	8	14,3	Sangat Baik
<b>Jumlah</b>	<b>297</b>	<b>530,4</b>	<b>95</b>	<b>169,6</b>	<b>Baik</b>
<b>Rata- rata</b>	<b>76</b>		<b>24</b>		

Pada Tabel 3 dapat dilihat Secara keseluruhan tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, yang diperoleh dari 56 orang responden untuk 7 butir pernyataan adalah sebesar 76 %, itu artinya bahwa tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, berada pada klasifikasi

baik. Hal ini sejalan dengan pendapat 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, (4) meningkatkan hasil belajar siswa.

Untuk meningkatkan kualitas pembelajaran penjasorkes, guru harus menengokkan 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”.

## KESIMPULAN

Dari hasil dan pembahasan penelitian dapat disimpulkan bahwa pada indikator Tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, adalah sebesar 76,1 %, itu artinya bahwa tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan motivasi dan kesenangan siswa berada pada

klasifikasi baik. Tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, adalah sebesar 66 %, itu artinya bahwa tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes, berada pada klasifikasi baik. Tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes pada di SD Negeri 26 Payakumbuh Kecamatan Payakumbuh Barat Kota Payakumbuh, adalah sebesar 76 %, itu artinya bahwa tingkat capaian Manfaat Modifikasi olahraga dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjasorkes, berada pada klasifikasi baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambra, Qalbi. 2004. *Konstibusi Motivasi Berprestasi dan Persepsi tentang Kemampuan Profesional Pelatih terhadap Prestasi atlet Sumatera Barat (tesis)*. Padang : PPS UNP.
- 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, Sudibyo. 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.