

BENTUK PEMBELAJARAN BERMAIN UNTUK SISWA SEKOLAH DASAR

Oleh:

Agus, Sumhendartin Suryobroto

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan antara bentuk pembelajaran bermain dan bentuk pembelajaran konvensional, serta dampaknya terhadap hasil belajar senam dasar untuk siswa sekolah dasar. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *cluster random sampling*, dan sebagai sampel adalah siswa sekolah dasar di Bantul. Instrumen penelitian menggunakan baterai tes yang terdiri atas enam macam tes yang disusun oleh peneliti. Metode penelitian menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian dan analisis data menggunakan Anava faktorial 2x2. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa untuk pembelajaran senam dasar kelas satu dan kelas dua sekolah dasar lebih efektif dengan menggunakan bentuk pembelajaran bermain dari pada bentuk pembelajaran konvensional. Adanya interaksi antara bentuk pembelajaran dengan kemampuan awal siswa. Siswa yang memiliki kemampuan awal tinggi lebih efektif dengan menggunakan bentuk pembelajaran konvensional. Siswa yang memiliki kemampuan awal rendah lebih efektif dengan menggunakan bentuk pembelajaran bermain.

Kata kunci : pembelajaran bermain; siswa sekolah dasar

Pendahuluan

Dalam SK Mendikbud nomor 413/U/1987 telah dijelaskan bahwa nama mata pelajaran olahraga dan kesehatan di sekolah dasar hingga sekolah menengah diubah menjadi pendidikan jasmani dan kesehatan, yang titik berat pembelajarannya untuk siswa sekolah

dasar adalah pada cabang olahraga senam. Hal ini sangat tepat, karena anak usia sekolah dasar otot-ototnya masih luwes dan mudah dibentuk. Sebab dalam cabang olahraga senam, keluwesan (*fleksibilitas*) otot sangat memegang peranan, selain unsur-unsur fisik lainnya, seperti kekuatan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, koordinasi, dan daya tahan.

Adanya program wajib belajar sembilan tahun, maka sekolah, terutama pendidikan dasar, merupakan wahana bagi anak untuk mengembangkan kemampuan dan kepribadiannya. Untuk itu perlu kiranya pendidikan dasar mendapatkan perhatian yang khusus dan sungguh-sungguh dari berbagai pihak, terutama dari Depdikbud. Dalam proses pembelajaran hendaknya tidak hanya memenuhi tuntutan wajib belajar dan kurikulum saja, melainkan lebih mengutamakan pelaksanaan proses pendidikan dan kualitas yang akan dicapai.

Usia sekolah dasar sangat tepat untuk pemberian dasar-dasar gerak olahraga yang benar, agar nantinya dapat memperoleh keterampilan gerak untuk pertumbuhan dan perkembangan, dari gerak yang kasar dan sederhana menuju gerak yang halus dan kompleks. Berdasarkan kenyataan yang ada, bahwa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya senam di sekolah dasar, tampak dalam penyajiannya, guru kurang memperhatikan karakteristik anak dan kurang memperhatikan tingkat pertumbuhan dan perkembangan gerak anak, karena guru hanya menggunakan bentuk pembelajaran konvensional saja. Hal ini kurang memperhatikan minat dan motivasi anak terhadap proses pembelajaran. Materi yang ada dalam Garis-garis Besar Program Pengajaran

(GBPP) disampaikan apa adanya tanpa memperhatikan karakteristik anak, sehingga tidak tercapai tujuan pembelajaran yang diinginkan.

Penelitian ini mencoba untuk mengembangkan sebuah model pembelajaran senam dasar dalam bentuk bermain, dan membandingkannya dengan pembelajaran senam dasar dengan menggunakan bentuk pembelajaran konvensional yang selama ini dilakukan oleh para guru di sekolah dasar. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat perbedaan antara bentuk pembelajaran bermain dan bentuk pembelajaran konvensional dalam pembelajaran senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar? Disamping itu apakah terdapat perbedaan antara bentuk pembelajaran bermain dan bentuk pembelajaran konvensional, bagi siswa yang memiliki kemampuan awal tinggi maupun bagi siswa yang memiliki kemampuan awal rendah? Selanjutnya adakah interaksi antara bentuk pembelajaran dengan kemampuan awal siswa, terhadap hasil belajar senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar?

Hipotesisnya adalah bentuk pembelajaran bermain lebih efektif dari pada bentuk pembelajaran konvensional dalam pembelajaran senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar. Siswa yang memiliki kemampuan awal tinggi lebih efektif dengan menggunakan bentuk pembelajaran konvensional dari pada bentuk pembelajaran bermain. Siswa yang memiliki kemampuan awal rendah lebih efektif dengan bentuk pembelajaran bermain dari pada bentuk pembelajaran konvensional. Disamping itu adanya interaksi antara bentuk pembelajaran dengan kemampuan awal siswa, terhadap hasil belajar senam dasar untuk kelas satu dan kelas dua sekolah dasar.

Dunia anak merupakan dunia bermain, sehingga bagi anak yang sehat pasti menyukai dengan permainan atau bermain. Jika anak yang tidak tidur dan tidak melakukan aktivitas lainnya, mereka tidak bermain atau diam, hal itu merupakan ketidakwajaran atau mungkin anak tersebut sedang sakit. Sehingga bagi anak yang sehat akan menggunakan waktunya untuk bermain dalam bentuk apapun. Orang tua atau guru sekolah dasar harus benar-benar mengetahui apa yang paling disukai oleh anak-anak, sehingga akan lebih tepat untuk memberikan aktivitas kepada anak-anak tersebut.

Seorang guru pendidikan jasmani harus mengetahui karakteristik siswa, apalagi siswa usia sekolah dasar, agar apa yang diberikan dan bagaimana cara memberikannya tidak salah. Menurut Hurlock (1991), bahwa anak-anak usia sekolah dasar, bermain dianggap sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan, sehingga anak didorong untuk selalu bermain, tanpa memperdulikan status sosial ekonomi keluarga mereka. Selanjutnya Abdulkadir Ateng (1992) berpendapat bahwa pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar khususnya kelas satu dan kelas dua, yang paling tepat adalah dalam bentuk bermain. Hal ini dikuatkan oleh Ki Hadjar Dewantara (1977) bahwa anak-anak usia sekolah dasar pada umumnya sangat menyukai bentuk-bentuk bermain, bahkan apabila anak tidak tidur atau tidak melakukan aktivitas lainnya, maka anak selalu bermain-main dengan temannya.

Telah dikemukakan (Cowell dan Hazelton, 1956) bahwa untuk membawa anak kepada tujuan pendidikan secara umum dan pendidikan secara khusus, maka perlu adanya usaha peningkatan keadaan jasmani, sosial, mental, dan moral anak yang optimal.

Selanjutnya dinyatakan bahwa untuk memperoleh peningkatan tersebut, maka anak perlu dibantu dengan permainan atau bermain. Hal ini karena anak dapat menampilkan dan memperbaiki keterampilan jasmani, rasa sosial, percaya diri, peningkatan moral, dan spiritual lewat bermain secara jujur, sopan, dan berjiwa olahraga.

Sukintaka (1992) berpendapat bahwa bermain merupakan peristiwa atau kegiatan yang dilakukan dengan sungguh-sungguh. Sedangkan Bruner (Hurlock, 1991) berpendapat bahwa bermain pada masa anak-anak merupakan kegiatan pokok pada masa anak-anak tersebut, dan bermain juga merupakan sarana untuk improvisasi dan kombinasi melalui kendali-kendali budaya menggantikan sifat anak yang dikuasai oleh dorongan-dorongan kekanak-kanakan.

Permainan anak-anak sebenarnya sudah lama menarik dan menjadi pusat perhatian para ahli pendidikan di seluruh dunia. Apabila kita amati bahwa gerak-gerik anak dan menilik segala sikapnya, kesedihan, kesenangan, tingkah lakunya, maka dapat dilihat bahwa semuanya nampak di dalam suatu permainan atau bermain. Semua anak yang sehat pasti senang dengan permainan atau bermain, sehingga apabila anak tidak senang dengan permainan atau bermain berarti anak itu sedang sakit, baik jasmani maupun rohaninya. Sesuai dengan pendapat para ahli tersebut di atas, bahwa usia anak sekolah dasar identik dengan usia bermain, maka bentuk pembelajaran bermain merupakan bentuk pembelajaran yang paling tepat untuk anak usia sekolah dasar, khususnya anak usia kelas satu dan kelas dua sekolah dasar.

Cara Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain penelitian eksperimen faktorial 2×2 . Siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar se Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan populasinya. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*, sedang sampelnya adalah siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar Wiyoro dan sekolah dasar Sekarsuli I ranting Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Banguntapan Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta. Dari jumlah 60 siswa SD Wiyoro dan 60 siswa SD Sekarsuli I, masing-masing diberi tes awal dengan baterai tes, untuk menentukan 27 persen kelompok awal tinggi dan 27 persen kelompok awal rendah. Selanjutnya menjadi empat kelompok, tiap-tiap kelompok terdiri atas 16 siswa. Empat kelompok tersebut untuk menentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil dari pengacakan menunjukkan bahwa SD Sekarsuli I sebagai kelompok eksperimen mendapatkan bentuk pembelajaran bermain, dan SD Wiyoro sebagai kelompok kontrol mendapatkan bentuk pembelajaran konvensional.

Kelompok SD Sekarsuli I mendapatkan bentuk pembelajaran bermain dengan paket pembelajaran yang disusun sendiri oleh peneliti, dan SD Wiyoro mendapatkan bentuk pembelajaran konvensional dengan paket pembelajaran yang ada pada buku pedoman senam untuk SD dari Depdikbud. Masing-masing SD setiap minggu mendapatkan pembelajaran tiga kali, setiap hari Selasa, Kamis, dan Sabtu. Setiap pertemuan selama 60 menit, dan setelah dua bulan kemudian diadakan tes akhir dengan baterai tes seperti pada waktu tes awal.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah rangkaian baterai tes yang disusun oleh peneliti yang terdiri atas: tes keseimbangan statis, tes lari 30 meter, tes lompat jauh tanpa awalan, tes angkat tubuh selama 30 detik, tes dorong tubuh selama 30 detik, dan tes lempar bola kasti. Instrumen tersebut telah diujicobakan kepada 54 sampel dengan hasilnya cukup valid dan reliabel.

Uji normalitas data dilakukan dengan teknik Lillifors, dan hasilnya semua normal. Uji reliabilitas dengan menggunakan teknik Alpha dari Cronbach dan telah diperoleh koefisien reliabilitas totalnya = 0,7913 signifikan pada taraf 0,05.

Paket pembelajaran bentuk bermain dengan sistematika pembelajaran sebagai berikut: latihan pemanasan, latihan inti, dan latihan pendinginan. Latihan pemanasan dengan menggunakan permainan hijau hitam dan permainan membentuk jumlah tertentu dengan waktu seluruhnya enam menit. Latihan inti dengan menggunakan permainan laba-laba, permainan V-rope, permainan perantara orang buta, dengan waktu keseluruhan lima menit. Latihan pendinginan dengan menggunakan permainan menyanyi, dengan waktu

Analisis data dengan menggunakan anava satu Data yang dianalisis di akhir, namun sebelum normalitas dan uji homogenitas dengan menggunakan uji sesuai dengan pendapat Sudjana,

Kelas	awal	akhir	
		Pt	
		0,61*	0,05

varians diuji dengan menggunakan uji Bartlett, sesuai dengan pendapat Sudjana (1994), semuanya pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil pengujian hipotesis pertama menunjukkan bahwa bentuk pembelajaran bermain lebih efektif dari pada bentuk pembelajaran konvensional dalam pembelajaran senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar (lihat Tabel 1). Hasil pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa bentuk pembelajaran konvensional lebih efektif dari pada bentuk pembelajaran bermain dalam pembelajaran senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar, bagi siswa yang memiliki kemampuan awal tinggi (lihat Tabel 2). Hasil pengujian hipotesis ketiga menunjukkan bahwa bentuk pembelajaran bermain lebih efektif dari pada bentuk pembelajaran konvensional dalam pembelajaran senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar, yang memiliki kemampuan awal rendah (lihat Tabel 3). Hasil pengujian hipotesis keempat menunjukkan bahwa terdapat interaksi antara bentuk pembelajaran dengan kemampuan awal terhadap hasil belajar senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar (lihat Tabel 1).

Tabel 1.
Rangkuman Hasil Penghitungan Anava Faktorial 2 x 2

Sumber variasi	dk	JK	KT	Fo	Ft
Rata-rata	1	718674,391	718674,391		
Perlakuan					
A	1	1472,641	1472,641	10,88*	4,0
B	1	14490,141	14490,141	107,09*	4,0
AB	1	99461,391	99461,391	375,07*	4,0
Kekeliruan	60	8118,437	135,307		
Jumlah	64	5842117			

Keterangan : * = signifikan pada taraf 0,05

Tabel 2.
Rangkuman Hasil Penghitungan Anava Satu Arah
Untuk Kelompok Siswa Yang Memiliki Kemampuan Awal Tinggi

Sumber variasi	dk	JK	KT	Fo	Ft
Rata-rata	1	2768304,5	2768304,5		
Perlakuan	1	19012,5	19012,5	105,61*	0,05
Kekeliruan	30	5401	180,03		
Jumlah	32	2792718			

Keterangan : * = signifikan pada taraf 0,05

Tabel 3.
Rangkuman Hasil Penghitungan Anava Satu Arah
Untuk Kelompok Siswa Yang Memiliki Kemampuan Awal Rendah

Sumber variasi	dk	JK	KT	F _o	F _t
Rata-rata	1	2951842,531	2951842,531		
Perlakuan	1	94939,032	94939,032	1048,61*	0,05
Kekeliruan	30	2717	90,581		
Jumlah	32	3049499			

Keterangan : * = signifikan pada taraf 0,05

Sesuai dengan karakteristik anak usia kelas satu dan kelas dua sekolah dasar yang senang dengan bermain, terbukti bahwa bentuk pembelajaran bermain lebih efektif dari pada bentuk pembelajaran konvensional. Bentuk pembelajaran bermain merupakan bentuk pembelajaran yang sangat efektif, jika diberikan kepada anak usia sekolah dasar khususnya kelas satu dan kelas dua. Hal ini karena bentuk pembelajaran bermain tidak bersifat elementer, melainkan menyeluruh dan semata-mata tidak hanya mempelajari unsur per unsur saja, serta sangat menyenangkan, sehingga anak tidak bosan.

Untuk siswa yang memiliki kemampuan awal tinggi cenderung lebih efektif apabila menggunakan bentuk pembelajaran konvensional, karena siswa yang memiliki kemampuan awal tinggi tidak harus memerlukan motivasi atau dorongan dari luar. Mereka yang memiliki

kemampuan awal tinggi meskipun tanpa diberi motivasi dari luarpun akan belajar seoptimal mungkin. Oleh sebab itu mereka akan lebih efektif, apabila menggunakan bentuk pembelajaran konvensional, namun juga tidak salah apabila dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, para guru pendidikan jasmani menggunakan bentuk pembelajaran bermain.

Untuk siswa yang memiliki kemampuan awal rendah cenderung lebih efektif apabila menggunakan bentuk pembelajaran bermain, karena siswa yang memiliki kemampuan awal rendah masih memerlukan motivasi atau dorongan dari luar. Mereka yang memiliki kemampuan awal rendah, apabila tidak diberi motivasi dari luar, maka belajarnya kurang minat dan kurang gairah, sehingga hasilnya akan lebih jelek. Oleh sebab itu mereka akan lebih efektif, apabila menggunakan bentuk pembelajaran bermain sebagai motivasinya. Di sini guru pendidikan jasmani dituntut untuk kreatif dalam menciptakan bentuk-bentuk pembelajaran bermain dalam pendidikan jasmani, meskipun itu bukan cabang permainan.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar khususnya kelas satu dan kelas dua, sebaiknya metode yang dipergunakan adalah dengan bentuk bermain, karena sesuai dengan karakteristik siswa yang senang dengan bentuk-bentuk bermain atau permainan. Hal ini agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal. Untuk itu guru pendidikan jasmani di SD dituntut kreativitasnya dalam menyampaikan materi yang ada dalam GBPP, agar tidak sekedar menyampaikan saja. Proses pembelajaran

merupakan hal yang sangat penting dan harus dipahami oleh setiap guru pendidikan jasmani, khususnya di sekolah dasar. Bagaimana guru menentukan tujuan untuk mencapai hasil yang diharapkan, materi yang sesuai dengan GBPP dan kondisi sekolah, metode untuk mencapai tujuan, dan pengelolaan agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan tertib, lancar dan selamat, semuanya merupakan tugas guru pendidikan jasmani.

Bagi kelompok kemampuan awal tinggi dan kemampuan awal rendah hasilnya bertolak belakang, sehingga dalam analisisnya terdapat interaksi antara bentuk pembelajaran dan kemampuan awal siswa dengan hasil belajar senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar. Berarti sudah terbukti secara jelas bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk pembelajaran bermain lebih efektif dari pada bentuk konvensional dalam pembelajaran senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar.

Untuk mengoptimalkan hasil pembelajaran senam dasar di SD, maka para guru pendidikan jasmani sangat perlu memperhatikan karakteristik siswa sesuai dengan usia. Hal itu dilakukan sebelum guru tersebut menentukan bentuk pembelajaran yang akan digunakan, karena setiap usia dan materi tidak sama dalam menentukan bentuk pembelajarannya.

Kesimpulan

Dalam pembelajaran senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar, dengan menggunakan bentuk pembelajaran

bermain lebih efektif dari pada bentuk pembelajaran konvensional. Bagi siswa yang memiliki kemampuan awal tinggi, dengan menggunakan bentuk pembelajaran konvensional lebih efektif dari pada bentuk pembelajaran bermain. Bagi siswa yang memiliki kemampuan awal rendah, bentuk pembelajaran bermain lebih efektif dari pada bentuk pembelajaran konvensional. Adanya interaksi antara bentuk pembelajaran dan kemampuan awal siswa terhadap hasil belajar senam dasar untuk siswa kelas satu dan kelas dua sekolah dasar.

Daftar Pustaka

- Abdulkadir Ateng. (1992). *Azas dan landasan pendidikan jasmani*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Corbin. Charles, B. (1980). *A textbook of motor development*. Dubuque, Iowa : Wm.C. Brown Company Publisher.
- Cowell, C.C. & Hazelton, H.W. (1956). *Human development and learning*. New York: American Book Co.
- Hurlock. Elizabeth, B. (1991). Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (Alih bahasa oleh Istiwidayanti dkk.). Jakarta: Erlangga.
- Ki Hadjar Dewantara. (1977). *Pendidikan*. Yogyakarta: Majelis Luhur Persatuan Taman Siswa.
- Sudjana. (1992). *Metoda statistika*. Bandung: Tarsito.

