

## **PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI MENGGUNAKAN MEDIA *E-LEARNING* UNTUK SISWA SMP NEGERI SE-KECAMATAN PAGAK, KABUPATEN MALANG**

**Sri Purnami<sup>1</sup>, I Nengah Sudjana<sup>2</sup>**

Universitas Negeri Malang

*sripurnami1952@gmail.com*

### **Abstrak**

Tujuan penelitian dan pengembangan ini adalah mengembangkan model pembelajaran senam lantai yang efektif untuk siswa SMP Negeri se-Kecamatan Pagak, Kabupaten Malang dengan menggunakan media e-learning yang dapat membuat siswa senang dan serius dalam mengikuti pembelajaran di sekolah. Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan dari Borg and Gall (1983:775), dan peneliti tidak menggunakan keseluruhan tetapi hanya menggunakan 7 langkah. Adapun 7 langkah yang dipilih oleh peneliti adalah sebagai berikut: (1) pengumpulan informasi, (2) rancangan produk awal, (3) evaluasi ahli, (4) uji coba tahap I, (5) revisi produk (6) uji coba tahap II, (7) revisi dan produk akhir. Dari hasil uji coba kelompok kecil diperoleh hasil 73,1%, sehingga pengembangan pembelajaran senam lantai menggunakan media e-learning cukup valid digunakan dengan revisi kecil. Dari uji coba kelompok kecil diperoleh masukan tombol pada multimedia dibuat lebih baik. Dari uji coba kelompok kecil diperoleh catatan bahwa; (1) video disa dibuat layar penuh supaya dapat terlihat dengan jelas, (2) tulisan pada video diperjelas warnanya. Dari hasil uji coba kelompok besar diperoleh hasil 85,76%, sehingga ini sangat valid dan digunakan tanpa revisi. Dari hasil uji coba kelompok besar di peroleh catatan yaitu music pada *e-learning* dibuat bervariasi agar tidak membosankan.

**Kata Kunci:** Senam Lantai, *E-Learning*.

Dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di sekolah, memiliki beberapa materi yang salah satu materinya adalah materi senam lantai. Materi senam lantai ini adalah untuk melatih tubuh seseorang tidak hanya jasmani saja tetapi juga rohani. Dalam melakukan latihan atau pembelajaran senam lantai diperlukan suatu metode yang efektif, efisien, menyenangkan dan aman. Sehingga siswa mampu mengembangkan kepribadian dan kebugaran jasmani secara baik melalui pembelajaran senam lantai.

Pembelajaran senam lantai di sekolah jarang diberikan pada saat proses pembelajaran, mengingat media dan aktivitas pembelajaran yang menunjang untuk

---

<sup>1</sup> Sri Purnami; Dosen PJKR FIK Universitas Negeri Malang

<sup>2</sup> I Nengah Sudjana; Dosen PJKR FIK Universitas Negeri Malang

terlaksananya pembelajaran belum memadai dan tidak terlalu banyak, padahal senam lantai dapat mempengaruhi kinerja siswa untuk dapat beraktivitas lebih bagus dan untuk meningkatkan kualitas fisik. Sehingga diperlukan kreativitas seorang guru untuk mengembangkan model pembelajaran dan media untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai keterampilan senam lantai. Gagne dan Briggs dalam Dwiyogo (2010:229) berpendapat bahwa “media pembelajaran adalah alat yang digunakan untuk penyampaian isi pengajaran (media yang dimaksud disini, misalnya buku, *tape-recorder*, kaset, film, video, slede televisi, dan lain-lain)”. Menurut AECT dalam Sadiman, dkk (2003:19) "media pembelajaran adalah perangkat lunak (software) berisi pesan atau informasi pendidikan yang biasanya disajikan dengan mempergunakan peralatan.

Hasil observasi awal yang dilakukan di sekolah-sekolah SMP Negeri se-Kecamatan Pagak Kabupaten Malang, bahwa guru pendidikan jasmanai, olahraga dan kesehatan belum maksimal dalam menerapkan pembelajaran senam lantai, ini salah satunya diakibatkan karena model pembelajaran yang diberikan ke siswa masih kurang dalam menerapkan ilmu pengetahuan dan teknologi (iptek). Oleh sebab itu penggunaan Iptek dalam peningkatan kemampuan siswa saat ini harus dilakukan.

Berdasarkan buku siswa yang digunakan pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk pedoman pembelajaran kurikulum 2013 bagi SMP/Mts, terdapat materi senam lantai, meliputi: roll depan, roll belakang, meroda, loncat harimau dan guling lenting (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2014: 151). Berdasarkan observasi dan pengamatan di SMP Negeri se-Kecamatan Pagak diperoleh temuan bahwa metode pembelajaran yang digunakan guru yaitu, memberi contoh gerakan salah satu materi senam lantai secara keseluruhan selanjutnya siswa langsung disuruh untuk mencoba menirukan gerakan tersebut di atas matras senam. Ada sebagian siswa takut/tidak berani untuk melakukan senam lantai yang diajarkan, dan kebanyakan siswa masih salah melakukan teknik materi senam lantai.

Menurut peneliti strategi yang dilakukan guru tersebut kurang sesuai digunakan untuk menyampaikan materi senam lantai. Maka dari itu diperlukan suatu strategi agar siswa berani melakukan dan tidak merasa takut dengan adanya tahapan-tahapan dan teknik menolong siswa, karena strategi pembelajaran adalah bentuk kegiatan yang

dilakukan guru untuk menyampaikan pesan atau materi kepada siswa, akan semakin menarik minat siswa untuk aktif berperan dalam aktivitas belajar pendidikan jasmani menggunakan variasi dalam pembelajaran (Widijoto, 2010:07). Pernyataan tersebut diperjelas oleh Annarino (1980: 176) bahwa karakteristik anak Sekolah Menengah Pertama kelas tujuh dan delapan adalah keinginan yang kuat untuk belajar keterampilan dan ketertarikan pada mata pelajaran teknik.

Dari pengalaman peneliti selama menjadi pengajar, siswa yang biasanya belum benar dalam melakukan gerakan-gerakan teknik senam lantai tersebut harus diberikan strategi khusus untuk memberikan teknik-teknik pembelajaran yang benar dimulai dari tingkat yang paling mudah. Selanjutnya, hasil wawancara kepada siswa, menurut siswa, selama ini mereka belum pernah melihat tayangan pembelajaran senam lantai dengan multimedia interaktif *e-learning* dan rata-rata semuanya menyatakan perlu dibuat atau dikembangkan pembelajaran senam lantai dengan multimedia interaktif tersebut, karena dengan adanya pengembangan tersebut akan dapat membantu dan mempermudah siswa dalam mempercepat penguasaan teknik atau gerakan senam lantai, dengan melihat tayangan pembelajaran dahulu, agar siswa memiliki pemahaman dan konsep sehingga mereka dapat mengikuti ujian/penilaian tanpa memerlukan waktu latihan yang lama.

Untuk itu dengan adanya teknologi yang sedang dikembangkan ini dapat membantu siswa dan guru untuk menguasai keterampilan senam lantai dengan belajar sendiri yang dibantu dengan *e-learning* pembelajaran senam lantai yang secara lengkap akan dikemas, agar dapat memudahkan siswa.

Oleh sebab itu, tujuan penelitian dan pengembangan ini adalah mengembangkan model pembelajaran senam lantai yang efektif untuk siswa SMP Negeri se-Kecamatan Pagak, Kabupaten Malang dengan menggunakan media e-learning yang dapat membuat siswa senang dan serius dalam mengikuti pembelajaran di sekolah.

Setyosari (2011:33) *e-learning* adalah sebagai suatu format pembelajaran yang disajikan melalui komputer melalui CD-ROM, internet, atau intranet dengan memperhatikan fitur isi yang relevan dengan tujuan belajar, menggunakan metode belajar, menggunakan unsur-unsur media. Pendapat lain menurut Sutopo (2013:143) *e-learning* adalah metode pembelajaran baru berupa perpaduan antara teknologi jaringan dan multimedia yang dikawinkan dengan pedagogi dan andragogy.

Materi pengajaran dan pembelajaran yang disampaikan melalui media ini mempunyai teks, grafik, animasi, simulasi, audio dan video. *E-learning* juga harus menyediakan kemudahan untuk ‘*discussion group*’ dengan bantuan profesional dalam bidangnya. Rosenberg dalam Sutopo (2013:28) menekankan bahwa *e-learning* merujuk pada penggunaan teknologi internet untuk mengirimkan serangkaian solusi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan.

## **METODE**

Dalam penelitian pengembangan model pembelajaran senam lantai dengan media *e-learning* untuk siswa SMP Negeri se-Kecamatan Pagak ini, peneliti menggunakan model penelitian pengembangan dari Borg and Gall (1983:775) yang terdiri dari 10 langkah yaitu: (1) *Research and information collecting* (melakukan penelitian dan pengumpulan informasi), (2) *Planning* (melakukan perencanaan) (3) *Develop preliminary form of product* (mengembangkan bentuk produk awal), (4) *Preliminary field testing* (melakukan uji lapangan permulaan), (5) *Main product revision* (melakukan revisi terhadap produk utama), (6) *Main field testing* (melakukan uji lapangan utama), (7) *Operational product revision* (melakukan revisi produk), (8) *Operational field testing* (uji lapangan), (9) *Final Product Revision* (revisi produk akhir), (10) *Dissemination and implementation* (membuat laporan mengenai produk dan jurnal, bekerja dengan penerbit yang dapat melakukan distribusi secara komersial).

Menurut Ardana (2002:09) setiap pengembangan tentu saja dapat memilih dan menentukan langkah-langkah yang paling tepat bagi dirinya berdasarkan kondisi khusus yang dihadapinya dalam proses pengembangan. Oleh karena itu tidak semua langkah-langkah penelitian dan pengembangan Borg and Gall dilakukan. Dari paparan tersebut peneliti melakukan modifikasi dari langkah-langkah penelitian dan pengembangan Borg and Gall. Karena dilihat dari penyesuaian waktu dan dimana tempat melakukan penelitian pengembangan. Modifikasi yang dilakukan peneliti sebagai berikut: (1) Pengumpulan informasi, (2) Menyusun produk awal, (3) Evaluasi para ahli, (4) Uji coba tahap I, (5) Revisi Produk, (6) Uji coba tahap II, (7) Revisi dan produk akhir.

## **HASIL**

Hasil penelitian analisis kebutuhan melalui angket kepada guru diperoleh hasil bahwa guru belum pernah menggunakan media yang berupa *e-learning* untuk melakukan pembelajaran senam lantai, Guru setuju bila diadakan penelitian pengembangan pembelajaran senam lantai dalam bentuk *e-learning*.

Hasil analisis kebutuhan (melalui observasi dan angket) yang dilaksanakan pada bulan Maret di kabupaten Malang dengan jumlah sampel 45 siswa diperoleh hasil (1) 94% siswa menyukai multimedia yang berupa *e-learning*, (2) 82% siswa menyatakan bahwa guru belum pernah melakukan pembelajaran dengan media pembelajaran bahkan *e-learning*, (3) 97% siswa menyatakan siswa bisa mengoperasikan komputer atau laptop, (4) 100% siswa setuju bila dilakukan sebuah pengembangan media *e-learning* untuk pembelajaran senam lantai.

Dari hasil pengamatan saat pembelajaran bahwa metode pembelajaran yang digunakan guru yaitu, memberi contoh gerakan salah satu materi senam lantai secara keseluruhan selanjutnya siswa langsung disuruh untuk mencoba menirukan gerakan tersebut di atas matras senam. Ada sebagian siswa takut/tidak berani untuk melakukan senam lantai yang diajarkan, dan kebanyakan siswa masih salah melakukan teknik materi senam lantai.

Sedangkan validasi produk diperoleh hasil sebagai berikut; (1) Dari validasi ahli pembelajaran diperoleh hasil 100%, sehingga sangat valid bisa digunakan tanpa revisi, (2) Dari validasi ahli senam diperoleh hasil 94,43%, sehingga sangat valid bisa digunakan tanpa revisi, (3) Dari validasi ahli media pembelajaran diperoleh hasil 90,68%, sehingga sangat valid bisa digunakan tanpa revisi. Dari evaluasi ahli diperoleh masukan bahwa, (1) video dibuat layar penuh dan diberi tulisan pada setiap tahapan, Dari evaluasi ahli media diperoleh masukan bahwa (1) font dibuat lebih menarik agar tidak monoton, (2) font pada video diperjelas supaya mudah dibaca, (3) background untuk menu-menu dibuat lebih bagus (diberi gambar), (4) music bisa dimatikan.

Dari hasil uji coba kelompok kecil diperoleh hasil 73,1% , sehingga pengembangan pembelajaran senam lantai menggunakan media *e-learning* cukup valid digunakan dengan revisi kecil. Dari uji coba kelompok kecil diperoleh masukan tombol pada multimedia dibuat lebih bagus. Dari uji coba kelompok kecil diperoleh catatan

bahwa, (1), video disa dibuat layar penuh supaya dapat terlihat dengan jelas, (2) tulisan pada video diperjelas warnanya Dari hasil uji coba kelompok besar diperoleh hasil 85,76% , sehingga ini sangat valid dan digunakan tanpa revisi. Dari hasil uji coba kelompok besar di peroleh catatan yaitu music pada *e-learning* dibuat bervariasi agar tidak membosankan.

## **PEMBAHASAN**

Produk pengembangan model pembelajaran senam lantai ini dituangkan dalam bentuk multimedia interaktif berupa *E-learning*. Dalam *E-learning* ini terdapat panduan pembelajaran senam lantai, yang berisi tentang langkah-langkah yang dapat mempermudah pembelajaran senam lantai.

Agar siswa antusias dalam pembelajran senan lantai, *E-learning* dibuat semenarik mungkin. Agar pembelajaran dapat berjalan dengan lancer. *E-learning* dibuat semudah mungkin untuk dioperasikan untuk siswa SMP/Mts. Supaya anak lebih mudah dan memahami tahapan yang di terangkan pada Multimedia *E-learning*.

Pada *E-learning* ini terdapat berbagai langkah-langkah dalam memudahkan siswa belajar senam lantai gerakan guling ke depan (*forward roll*), guling ke belakang (*backward roll*), loncat harimau, meroda, guling lenting, dan kombinasi gerakan senam lantai, mulai dari tahapan pembelajaran yang sederhana dilanjutkan dengan yang lebih kompleks.

Dari hasil uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar, telah diketahui bahwa produk pengembangan pembelajaran senam lantai menggunakan media multimedia interaktif (*e-learning*) untuk siswa smp negeri di kecamatan pagak ini, dianggap memenuhi syarat untuk diaplikasikan pada pembelajaran senam lantai di smp negeri di kecamatan pagak kabupaten malang.

Berdasarkan hasil validasi ahli, pengembangan pembelajaran meroda sudah sesuai dan layak untuk digunakan. Namun perlu ada revisi agar lebih sempurna, yaitu: (1) ahli senam, menyarankan video di buat ukuran penuh atau nanti tulisan di perjelas supaya siswa mudah memahami gerakan demi gerakan, (2) tulisan pertahapan di tampilkan pada layar agar siswa mudah memahai maksut dari gerakan, (3) font dibuat lebih menarik agar tidak monoton, (4) font pada video diperjelas supaya mudah dibaca, (5)

background untuk menu-menu dibuat lebih bagus (diberi gambar), (6) music bisa dimatikan. Berdasarkan hasil validasi uji coba kelompok kecil pengembangan pembelajaran senam lantai sudah sesuai dan layak untuk digunakan. Namun perlu ada revisi agar lebih sempurna, yaitu: (1) dari uji coba kelompok kecil diperoleh masukan bahwa penambahan media *e-learning* lain, seperti sepak bola, atletik dan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Berdasarkan hasil uji coba kelompok besar semua aspek sudah memenuhi standar dan layak untuk digunakan. Walaupun ada saran disekolah yang masih kurang, seperti matras dan aula senam.

## **SIMPULAN**

Produk pengembangan ini adalah *e-learning* yang berisi tentang senam lantai gerakan guling ke depan (*forward roll*), guling ke belakang (*backward roll*), loncat harimau, meroda, guling lenting, dan kombinasi gerakan senam lantai, mulai dari tahapan pembelajaran yang sederhana dilanjutkan dengan yang lebih kompleks.yang dirancang dalam bentuk video. Produk ini dapat digunakan untuk menambah variasi pembelajaran dan latihan pada lembaga pendidikan tingkat menengah pertama untuk mengatasi masalah pembelajaran/ latihan yang monoton

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti mengharapkan agar guru dapat menggunakan dan mempraktekkan pembelajaran senam lantai dengan media *e-learning* ini untuk menciptakan pembelajaran senam yang menarik dan efektif. Bagi peneliti lain dapat digunakan sebagai sumber referensi untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan materi pada penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Afriandy. H. *Sejarah E-Learning*. (Online). ([http://www.academia.edu/6437885/Sejarah\\_E-Learning](http://www.academia.edu/6437885/Sejarah_E-Learning)), diakses 3 November 2014.
- Ardhana, Wayan. 2002. *Konsep Penelitian Pengembangan Dalam Bidang Pendidikan dan Pembelajaran*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Arsyad Azhar, 2002. *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Borg. W. R & Gall, M. D, 1983. *Educational Research An Introduction*. New York: Longman

- Depdikbud, 1995. *Tes Kesegaran Jasman Indonesia* Untuk Remaja 13-15 Tahun. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani Dan Rekreasi.
- Dwiyogo, D. Wasis, 2002. "*Langkah-langkah Penelitian Pengembangan*" Disajikan dalam Lokakarya Nasional Angka II, Metodologi Penelitian Pengembangan Bidang Pendidikan dan Pembelajaran. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Dwiyogo, D. Wasis, 2004. "*Konsep Penelitian & Pengembangan*", Disajikan pada Lokakarya Metodologi Penelitian Jurusan Kepembelajaran Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Kemendiknas, 2003. *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Kemendiknas.
- Lastopo. Pengertian Media Pembelajaran. p.1, 2009 (online) ([http://students.blog.unnes.ac.id/lastopo/2009/05/02/media-audiovisual/diakses 2 Mei 2009](http://students.blog.unnes.ac.id/lastopo/2009/05/02/media-audiovisual/diakses%202%20Mei%202009))
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SMP Kelas VIII*. Jakarta: Yudhistira.
- Prastati, T. 2001. *Media Sederhana*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sadiman, Arif. S, 2003. *Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya*. Jakarta: Pustekom Dikbud.
- Setyosari, P. (2011). *Pembelajaran Berbasis Elektronik*.
- Sutopo, A.H. (2012) *Teknologi Informasi dan Komunikasi dalam Pendidikan*. Graha Ilmu.
- Widijoto, H. 2009. *Kajian Pengembangan Kemampuan fisik Motorik anak usia dini*. Makalah Disajikan Dalam perkuliahan S1 PG PAUD.