



## PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN LEMPAR CAKRAM MENGUNAKAN PENDEKATAN BERMAIN

Jinnan Wahyudi Amin<sup>1✉</sup>, Ari Wibowo Kurniawan

Universitas Negeri Malang

1<sup>st</sup> [jinnanwahyudi250202@gmail.com](mailto:jinnanwahyudi250202@gmail.com) / 2<sup>nd</sup> [ari.wibowo.fk@um.ac.id](mailto:ari.wibowo.fk@um.ac.id)

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*

Diterima: April-2024

Disetujui: Mei-2024

Dipublikasikan : Juni-2024

*Kata Kunci:*

pembelajaran, lempar cakram,  
bermain.

### Abstrak

Pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain merupakan fasilitas yang akan berguna untuk menyempurnakan atau membantu pendidik pada saat pembelajaran khususnya lempar cakram yang bervariasi. Tujuan dari studi pengembangan ini yaitu untuk mengembangkan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain untuk peserta didik kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Pademawu Kabupaten Pamekasan. Metode pengembangannya didasarkan pada sebuah metode yang sesuai dengan milik Borg and Gall. Pengembangan ini menghasilkan sebuah modul ajar yang berisikan permainan-permainan yang sudah dikembangkan berupa delapan permainan yang berkaitan dengan pembelajaran lempar cakram. Hasil dari validasi ahli pembelajaran atletik memperoleh skor keseluruhan 121 atau 94,5% dari skor maksimal 128, sedangkan hasil dari validasi ahli media memperoleh skor keseluruhan 110 atau 91,7% dari skor maksimal 120. Penilaian percobaan kelompok kecil memperoleh skor keseluruhan 1503 atau 89,46% dari skor maksimal 1680, sedangkan penilaian dari percobaan kelompok besar memperoleh skor keseluruhan 3047 atau 90,68% dari skor maksimal 3360.

### Abstract

*The aim of this development research is to develop a discus throwing learning model using a play approach for class VIII students at State Junior High School 1 Pademawu, Pamekasan Regency. The development method is based on a method consistent with that of Borg and Gall. The results from the athletic learning expert validation obtained an overall score of 121 or 94.5%, while the results from the media expert validation obtained an overall score of 110 or 91.7%. The assessment of small group trials obtained an overall score of 1503 or 89.46%, while the assessment of large group trials obtained an overall score of 3047 or 90.68%.*

© 2024 Universitas Negeri Malang

✉ Alamat korespondensi: [jinnanwahyudi250202@gmail.com](mailto:jinnanwahyudi250202@gmail.com)  
E-mail: [pjk.journal@um.ac.id](mailto:pjk.journal@um.ac.id)

## PENDAHULUAN

Penelitian pengembangan merupakan studi yang memiliki tujuan untuk menciptakan suatu produk baru atau mengembangkan lebih lanjut produk ke rentang kata kunci produk yang lebih luas, yang keefektifannya diuji (Pranopik, 2017). Penelitian pengembangan adalah penelitian yang didasarkan pada penciptaan produk yang efektif, dimulai dari analisis kebutuhan, mengembangkan produk, dan menguji produk. Secara sederhana, penelitian dan pengembangan dikenal sebagai "R&D", yaitu metode penelitian yang sistematis dan disengaja. Tujuan penelitian dan pengembangan adalah untuk menemukan, menguraikan, melakukan perbaikan, mengembangkan, memproduksi dan menguji efektivitas produk, desain, sarana, layanan serta proses tertentu yang baru dan lebih baik, efektif, dan bermanfaat (Mahfud & Fahrizqi, 2020). Sedangkan menurut Sahir, (2021 : 1) Penelitian merupakan rangkaian kegiatan yang mencari kebenaran yang diawali dengan suatu gagasan membentuk hipotesis awal dan membangkitkan suatu masalah melalui penelitian pendahuluan dan observasi untuk mengolah dan menganalisis, yang dimana pada akhirnya mengarah pada suatu kesimpulan. Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan penelitian pengembangan ialah studi yang memiliki tujuan untuk menciptakan produk baru yang diawali dengan analisis kebutuhan untuk memperoleh data dari analisis kebutuhan tersebut. Setelah memperoleh data tersebut, maka dilanjutkan dengan pengembangan produk. Dalam studi pengembangan ini, peneliti mengembangkan produk pembelajaran lempar cakram yang dikembangkan dengan menggunakan pendekatan bermain.

Model pembelajaran merupakan gambaran suatu desain pembelajaran, mulai dari desain yang dipilih oleh instruktur/pengajar, proses pembelajaran dan pembelajaran ulang, serta atribut-atribut terikat yang digunakan secara langsung ataupun tidak langsung dalam sebuah desain pembelajaran (Asyafah, 2019). Menurut Kaban, Anzelina, Sinaga, & Silaban, (2021) Model pembelajaran adalah langkah-langkah pembelajaran yang diterapkan dan dilaksanakan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Sedangkan menurut Nurjanah, (2019) Model pembelajaran adalah suatu metode atau teknik penyajian sistematis yang digunakan guru untuk mengorganisasikan pengalaman proses pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Dapat disimpulkan dari beberapa pendapat diatas bahwa model pembelajaran adalah rencana atau langkah-langkah pembelajaran yang digunakan guru untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Model adalah suatu rencana atau penjelasan yang menggambarkan suatu objek, sistem, atau konsep, sering kali dinyatakan dalam bentuk penyederhanaan (Nurjanah, 2019). Maka dari itu pengembangan ini menggunakan modul ajar sebagai rencana awal guru untuk menerapkan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain yang terdapat unsur kegembiraan dan beberapa tantangan gerak dasar yang berhubungan dengan lempar cakram yang bertujuan untuk memperluas pengetahuan siswa secara efektif, efisien, melalui kegiatan yang terstruktur dan secara bebas, spontan, serta memiliki aturan dan tujuan yang jelas.

Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang mempengaruhi proses pendidikan di sekolah karena dapat membantu siswa memperoleh keterampilan yang lebih baik seperti meningkatkan sikap dan kemampuan psikomotorik mereka (Wintoro, Wiguno, Kurniawan, & Mu'arifin, 2021). Namun, pembelajaran tentang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak sama dengan mata pelajaran pada umumnya yang hanya dilaksanakan di dalam kelas saja. Hal-hal yang diperlukan untuk pembelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan adalah keterampilan dan kemampuan yang khusus dalam aktivitasnya. Salah satu tantangan yang ada pada saat pelaksanaan pembelajaran selain menghadapi karakteristik siswa dengan berbagai kemampuan dan keinginan yang tidak sama pada saat pembelajaran, seorang guru juga harus mengetahui keadaan cuaca yang tidak menentu karena aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani ini tidak sedikit dilakukan di luar kelas, sehingga seorang pendidik harus mampu dalam memilah model pembelajaran yang cocok pada

saat akan melaksanakan pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi cuaca serta situasi lapangan (Hidayat & Tri Juniar, 2020). Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani sering kali dianggap sebagai proses pembelajaran yang membosankan sehingga menyebabkan semangat siswa menurun pada saat mengikuti pembelajaran. Hal tersebut dikarenakan kegiatan pembelajaran yang disampaikan kurang menarik perhatian siswa. Pada permasalahan tersebut guru hendaknya menggunakan metode yang baik sehingga dapat menarik minat siswa (Kurniawan, Surya, & Kurniawan, 2022).

Materi atletik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diajarkan seperti nomor lempar, lompat, lari dan jalan. Pada nomor-nomor tersebut merupakan gerakan keseharian semua manusia dalam kehidupan sehari-harinya, maka atletikpun disebut juga sebagai cabang olahraga tertua atau ibu dari semua cabang olahraga. Menurut Aditya, Helmi, & Usman, (2019) atletik adalah cabang olahraga yang mewujudkan cabang olahraga lain seperti teknik gerak atletik berjalan, berlari, melempar dan melompat. Semua gerakan dalam cabang olahraga atletik ini mencakup seluruh gerak tubuh cabang olahraga lain, contohnya adalah bolavoli memerlukan gerakan melompat dan berlari, bola tangan membutuhkan gerakan berlari dan melempar, serta cabang olahraga sepakbola yang menggunakan gerak berlari. Menurut Galina Gennadevna, n.d. (2021) Atletik merupakan olahraga yang menggabungkan aktivitas fisik secara alami yang melekat pada seseorang seperti berjalan, berlari, melompat, melempar. Sedangkan menurut Puspitasari, (2016) Atletik adalah induk dari semua cabang olahraga di negeri ini. Itu tidak mengherankan dikarenakan sebagian besar gerakan dalam atletik juga dilakukan dalam olahraga lainnya. Kualifikasi yang dibutuhkan seorang guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yaitu harus mampu membekali siswanya dengan baik dalam dasar-dasar pendidikan jasmani. Atletik dibagi menjadi kelompok utama, yaitu: Lari, lompat dan lempar. Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa atletik merupakan olahraga yang memiliki banyak nomor untuk dipertandingkan, serta gerak pada olahraga ini bisa dijadikan latihan cabang olahraga lain seperti gerak teknik melompat, melempar, dan berlari.

Pembelajaran lempar cakram sama halnya dengan pembelajaran di cabang olahraga atletik lainnya yang tidak banyak pelajar minat pada pembelajarannya. Menurut Amiruddin & Kurniawan (2021) Guru mempunyai peranan yang sangat penting dalam perubahan budaya di lingkungan sekolah, terutama dalam melakukan interaksi antara siswa dengan bahan ajar dan sumber belajar, yang bertujuan untuk mencapai hasil yang diinginkan siswa. Mengingat guru dan siswa merupakan anggota yang penting dan tidak dapat dipisahkan dalam proses pembelajaran, maka harus terjalin interaksi yang baik antara guru dan siswa agar tujuan belajar mengajar dapat tercapai secara maksimal. Maka dari itu, guru atau pendidik harus mengembangkan model pembelajaran lempar cakram ini supaya mendorong siswa untuk berpartisipasi lebih antusias dalam pembelajaran lempar cakram ini. Lempar cakram ialah nomor lomba lempar dari cabang olahraga atletik yang bisa dilombakan dari tingkat kedaerahan sampai internasional. Namun, pada perlombaan atletik *indoor* lempar cakram ini tidak diperlombakan. Menurut Andriyani, Hamdy, & Wakidi, (2015) lempar cakram merupakan *skill* lempar yang membutuhkan koordinasi gerakan antara rotasi tubuh dengan kaki. Lempar cakram ini olahraga yang menggunakan suatu alat yang disebut cakram dengan bentuk hampir sama dengan dua buah piring plastik kecil yang digabung menjadi satu. Menurut Takanashi, Fujimori, & Koikawa, (2021) lempar cakram adalah olahraga dimana menggunakan rotasi tubuh yang berfokus pada jarak jauhnya lemparan tersebut. Lempar cakram adalah gerak keterampilan lempar yang menggunakan suatu benda dengan target jarak. Cakram terbuat dari kayu atau bahan lain yang sesuai dengan badan cakram, serta cakram ini terbuat dari logam yang membulat. Cakram tersebut memiliki bentuk yang bulat, pipih dan cembung ke arah tengah serta penampang dari pinggiran cakram berbentuk lingkaran sempurna dengan jari-jari sekitar 6 mm (Basuki, 2015). Dari beberapa pendapat di atas peneliti menyimpulkan bahwa lempar cakram adalah olahraga yang

memerlukan koordinasi gerakan antara rotasi tubuh dan kaki dan memiliki fokus jauhnya jarak lemparan.

Bermain adalah tempat untuk anak menunjukkan segala segala macam perilaku yang menyenangkan dan tidak dilakukan secara terpaksa. Menurut Rohmah, (2016) bermain merupakan aktivitas yang paling dasar bagi anak-anak untuk melakukannya secara mandiri dengan pendidik, keluarga, teman maupun orang tua dimana kegiatannya dilakukan secara sukarela sehingga menciptakan suasana yang menyenangkan, dan tanpa paksaan. Menurut Ardiyanto, (2017) bermain bukan hanya sekadar untuk mengisi waktu luang, tetapi juga bisa dijadikan media untuk anak belajar. Sedangkan menurut Wahyuni & Azizah, (2020) bermain sebuah cara bagi anak-anak untuk menyalurkan energi yang luar biasa mereka sehingga menemukan hal-hal baru dengan cara menyenangkan yang belum pernah mereka ketahui. Bermain memberi anak waktu untuk mengeksplorasi apa yang mereka rasakan dan pikirkan. Peneliti dapat mengambil kesimpulan dari berbagai pendapat yang disebutkan di atas bahwa bermain adalah aktivitas menyenangkan yang memiliki pengaruh positif terhadap perkembangan anak dalam menemukan hal baru yang belum pernah mereka ketahui.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, produk pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini mempunyai kelebihan yaitu dikemas dalam buku panduan atau buku ajar pembelajaran lempar cakram yang berisikan materi lempar cakram, kegiatan pembelajaran menggunakan pendekatan bermain, penilaian alternatif terhadap pembelajaran lempar cakram, dan latihan soal. Untuk kegiatan pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain sudah disertakan barcode video di dalam buku tersebut sehingga mempermudah guru atau peserta didik pada saat ingin mengaksesnya. Dengan produk pengembangan ini, guru diharapkan mendapat perhatian dari siswa sehingga mereka lebih bersemangat mengikuti kegiatan belajar mengajar.

Berdasarkan *need assesment* yang sudah dilakukan sebagai observasi awal penelitian di SMP Negeri 1 Pademawu Kabupaten Pamekasan, peneliti melakukan wawancara terhadap guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan serta menyebarkan angket berupa *google form* kepada peserta didik kelas VIII sehingga menemukan permasalahan yaitu peserta didik tidak senang dengan pembelajaran lempar cakram yang diajarkan dan ketersediaan alat cakram memiliki dua buah media saja untuk pembelajaran, satu buah cakram untuk putra dan satu buah cakram untuk putri. Maka dari itu, peneliti mengembangkan pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain dan memodifikasi cakram menggunakan piring plastik sebagai media pembelajaran yang lebih bervariasi.

*Need assesment* dilakukan dengan cara menyebarkan kusioner (*Google Form*) kepada seluruh siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Pademawu Kabupaten Pamekasan yang berjumlah 95 siswa, sehingga menghasilkan data sebagai berikut. Sebanyak 87 siswa menjawab senang terhadap mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Sebanyak 55 siswa menjawab pernah mendapatkan pembelajaran lempar cakram. Sebanyak 63 siswa menjawab tidak ada alat cakram yang digunakan pada saat pembelajaran khususnya lempar cakram. Sebanyak 65 siswa menjawab tidak ada cakram yang digunakan selama pembelajaran khususnya lempar cakram. Sebanyak 60 siswa menjawab tidak senang terhadap materi pembelajaran atletik khususnya lempar cakram yang diajarkan. Sebanyak 51 siswa menjawab belum pernah melempar cakram dengan menggunakan cakram yang standart/modifikasi. Sebanyak 78 siswa menjawab mau melempar cakram menggunakan cakram yang sudah di modifikasi. Sebanyak 89 siswa menjawab setuju apabila lempar cakram dengan menggunakan pendekatan permainan di SMP Negeri 1 Pademawu Kabupaten Pamekasan. Sebanyak 91 siswa menjawab setuju pembelajaran lempar cakram menggunakan alat cakram yang sudah di modifikasi di SMP Negeri 1 Pademawu Kabupaten Pamekasan. Sebanyak 88 siswa menjawab suka pembelajaran lempar cakram yang ada unsur bermainnya. Sebanyak 88 siswa

menjawab lebih suka melempar menggunakan cakram yang sudah dimodifikasi daripada yang belum yang dimodifikasi.

Dari beberapa penjelasan di atas terdapat beberapa permasalahan yaitu, siswa tidak senang terhadap pembelajaran lempar cakram yang diajarkan dan tidak ada cakram yang digunakan pada saat pembelajaran. Maka dari itu penelitian dan pengembangan ini dilakukan karena pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain dapat membuat anak-anak senang sehingga lebih mudah untuk mengeksplor gerakan teknik dasar lempar cakram. Penelitian ini juga memodifikasi alat cakram menggunakan piring plastik sebagai media dalam pembelajaran lempar cakram, dikarenakan piring plastik hampir sama wujudnya dengan cakram aslinya apabila dua buah piring tersebut disatukan serta mudah didapatkan di pasar-pasar tradisional.

## METODE

Penelitian dan pengembangan ini menggunakan model konseptual, dikarenakan kegiatan pengembangan adalah usaha menjabarkan teori ke dalam suatu produk sebagai bentuk pemecahan masalah, sehingga tahapan dalam penelitian dan pengembangan ini mengacu pada tahapan pengembangan Borg & Gall, (1983 : 775) yang hanya menggunakan tujuh tahapan dari sepuluh. Tujuh tahapah tersebut diantaranya, 1) melakukan observasi lapangan, wawancara terhadap guru PJOK, dan analisis kebutuhan awal kepada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Pademawu Kabupaten Pamekasan, 2) mengembangkan rancangan produk awal, 3) catatan atau penilaian oleh ahli pembelajaran atletik dan ahli media, 4) percobaan produk awal (kelompok kecil) dengan jumlah peserta didik yang terlibat 15 orang, 5) revisi produk awal sesuai dengan hasil yang diperoleh dari percobaan produk awal pada kelompok kecil, 6) percobaan lapangan (kelompok besar), dan 7) revisi produk akhir sesuai dengan hasil yang diperoleh dari percobaan kelompok besar dengan jumlah peserta didik yang terlibat 30 orang dengan perolehan hasil akhir berupa produk pengembangan (produk yang teruji). Peneliti memakai tujuh dari sepuluh tahapan dikarenakan peneliti tidak melakukan penelitian dan pengembangan hingga wilayah yang luas dan jumlah orang yang lebih besar, serta tidak melakukan uji efektivitas melalui penelitian eksperimen. Data yang diperoleh sebagai bagian dari studi dan pengembangan ini dibagi menjadi dua data yaitu data kualitatif dan data kuantitatif, dimana untuk data kualitatif didapatkan dari hasil evaluasi ahli pembelajaran atletik dan ahli media sedangkan untuk data kuantitatif didapatkan dari persentase hasil evaluasi para ahli dan percobaan kelompok kecil percobaan kelompok besar.



**Gambar 1. Bagan Runtutan Penelitian dan Pengembangan Model Pembelajaran Lempar Cakram Menggunakan Pendekatan Bermain Bagi Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Pademawu**

Dalam menghitung data, diperlukan hasil yang sudah di analisis oleh para ahli, percobaan kelompok kecil dan percobaan kelompok besar. Hasil analisis data kuantitatif tersebut dihitung menggunakan rumus yang merujuk pada:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

- P = Persentase hasil percobaan
- f = Jumlah yang dicari persentasenya
- N = Jumlah keseluruhan
- 100% = Tetapan

Untuk melakukan analisis persentase kelayakan produk yang dicapai, ditentukan analisis persentase berdasarkan tabel berikut:

**Tabel 1. Persentase Kualitas Kelayakan Produk**

| Persentase | Kualifikasi  | Kriteria        |
|------------|--------------|-----------------|
| 80%-100%   | Valid        | Layak Digunakan |
| 60%-79%    | Cukup Valid  | Layak Digunakan |
| 50%-59%    | Kurang Valid | Diperbaiki      |
| < 50%      | Tidak Valid  | Diperbaiki      |

Sumber: Mahfud & Fahrizqi, (2020)

## HASIL

### Hasil Produk

Dalam produk ini mengembangkan pembelajaran menggunakan pendekatan bermain sebagai media ajar untuk pembelajaran yang menyenangkan sehingga siswa lebih antusias pada saat mengikuti pembelajaran. Permainan pada produk ini tidak menggunakan cakram standart melainkan menggunakan cakram yang terbuat dari piring plastik dengan berat 56 gram untuk permainan eskram (estafet cakram), permainan melari (memegang cakram berlari), permainan cambang (cakram keseimbangan), dan permainan kucing (kucing-kucingan cakram). Sedangkan untuk permainan lempur (lempar dan mengukur), permainan pasar (ketepatan sasaran), dan permainan volkram (voli cakram) menggunakan cakram yang terbuat dari piring plastik yang diberi isian kain perca dengan berat 186 gram.



**Gambar 2. Sampul Depan dan Belakang Produk Buku Pengembangan Model Pembelajaran Lempur Cakram Menggunakan Pendekatan Bermain**

Produk pengembangan ini dikemas berupa buku ajar yang dibuat dengan beberapa bab di dalamnya yaitu, bab I berisikan materi lempar cakram (pengertian lempar cakram, lapangan lempar cakram, cara memegang cakram, lempar cakram gaya menyamping, lempar cakram gaya memutar, cara pembuatan cakram modifikasi menggunakan piring plastik), bab II berisikan delapan permainan lempar cakram menggunakan pendekatan bermain, bab III berisikan penilaian-penilaian alternatif untuk pembelajaran lempar cakram (penilaian psikomotorik, penilaian kognitif dan penilaian afektif), bab IV membahas berisikan latihan soal materi lempar cakram, bab V penutup, serta yang terakhir adalah riwayat hidup penulis.

**Hasil Data**

Data yang didapatkan dari riset ini diantaranya adalah: 1) validasi ahli pembelajaran atletik, 2) validasi ahli media, 3) percobaan kelompok kecil, dan yang terakhir 4) data yang didapatkan dari percobaan kelompok besar. Untuk data yang akan didapatkan dari para ahli berupa instrumen yang berisikan 32 soal pertanyaan untuk ahli pembelajaran atletik dan 30 soal pertanyaan untuk ahli media. Sedangkan untuk data yang akan didapatkan dari percobaan kelompok kecil dan percobaan kelompok besar peneliti menyebarkan angket kepada 15 peserta didik kelompok kecil, 30 peserta didik kelompok besar yang berisikan 28 soal pertanyaan pada angket tersebut.

Pertama, hasil data yang akan disajikan adalah data kuantitatif berdasarkan pengisian instrumen yang sudah dilakukan oleh ahli pembelajaran atletik berisikan 32 pertanyaan mengenai produk pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain yang akan ditunjukkan pada tabel dibawah ini.

**Tabel 1. Data Hasil Evaluasi Ahli Pembelajaran Atletik**

| Aspek Produk           | Nilai      | Nilai Maksimal | %            |
|------------------------|------------|----------------|--------------|
| Isi Materi             | 65         | 68             | 95,59%       |
| Capaian Pembelajaran   | 7          | 8              | 87,50%       |
| Tujuan Pembelajaran    | 8          | 8              | 100%         |
| Manfaat                | 14         | 16             | 87,5%        |
| Kegiatan Pembelajaran  | 8          | 8              | 100%         |
| Soal Latihan           | 8          | 8              | 100%         |
| Penggunaan Bahasa      | 4          | 4              | 100%         |
| Ketepatan Pembelajaran | 3          | 4              | 75%          |
| Keefektifan            | 4          | 4              | 100%         |
| <b>Total Skor</b>      | <b>121</b> | <b>128</b>     | <b>94,5%</b> |



**Gambar 3. Diagram Persentase Justifikasi Ahli Pembelajaran Atletik**

Berdasarkan hasil evaluasi ahli pembelajaran atletik terhadap pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini, memperoleh hasil akhir data

kuantitatif dalam bentuk persentase kelayakan produk dengan total skor 121 atau 94,5% sehingga termasuk dalam kualifikasi valid dengan kriteria layak digunakan.

Kedua, hasil data yang akan disajikan adalah data kuantitatif berdasarkan pengisian instrumen yang sudah dilakukan oleh ahli media berisikan 30 pertanyaan mengenai produk pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain yang akan ditunjukkan pada tabel dibawah ini

**Tabel 2. Data Hasil Evaluasi Ahli Media**

| Aspek Produk                   | Nilai      | Nilai Maksimal | %            |
|--------------------------------|------------|----------------|--------------|
| Desain Sampul ( <i>cover</i> ) | 6          | 8              | 75%          |
| Proporsi Warna                 | 3          | 4              | 75%          |
| Desain Gambar                  | 30         | 32             | 93,75%       |
| Desain Video                   | 28         | 32             | 87,5%        |
| Kesesuaian Font                | 8          | 8              | 100%         |
| Penempatan Halaman             | 4          | 4              | 100%         |
| Kelengkapan Materi             | 8          | 8              | 100%         |
| Soal Latihan                   | 7          | 8              | 87,5%        |
| Penggunaan Bahasa              | 8          | 8              | 100%         |
| Manfaat                        | 8          | 8              | 100%         |
| <b>Total Skor</b>              | <b>110</b> | <b>120</b>     | <b>91,7%</b> |



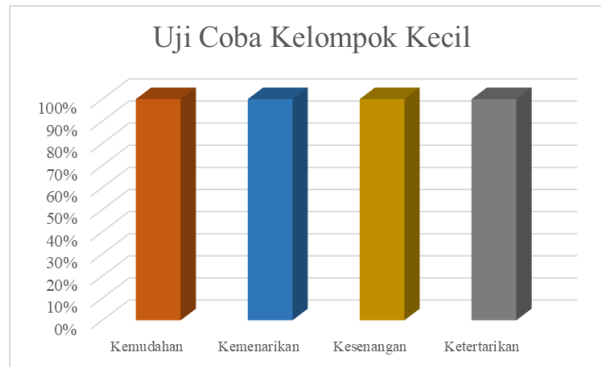
**Gambar 4. Diagram Persentase Justifikasi Ahli Media**

Berdasarkan hasil evaluasi ahli media terhadap pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini, memperoleh hasil akhir data kuantitatif dalam bentuk persentase kelayakan produk dengan total skor 110 atau 91,7% sehingga termasuk dalam kualifikasi valid dengan kriteria layak digunakan.

Ketiga, hasil data yang akan disajikan adalah data kuantitatif berdasarkan pengisian instrumen yang diberikan kepada 15 peserta didik kelas VIII sebagai calon pengguna mengenai pengembangan model pembelajaran lempar cakram dari percobaan kelompok kecil ditunjukkan pada tabel berikut.

**Tabel 3. Data Hasil Percobaan Kelompok Kecil**

| Aspek Produk      | Nilai       | Nilai Maksimal | %             |
|-------------------|-------------|----------------|---------------|
| Kemudahan         | 370         | 420            | 88,09%        |
| Kemenarikan       | 375         | 420            | 89,28%        |
| Kesenangan        | 380         | 420            | 90,47%        |
| Ketertarikan      | 378         | 420            | 90%           |
| <b>Total Skor</b> | <b>1503</b> | <b>1680</b>    | <b>89,46%</b> |



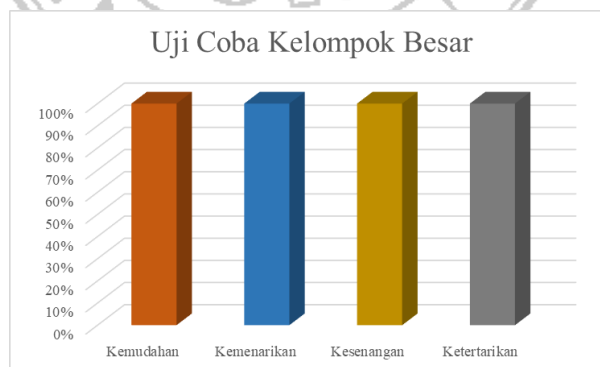
**Gambar 5. Diagram Hasil Percobaan Kelompok Kecil**

Berdasarkan hasil percobaan kelompok kecil terhadap pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini, memperoleh hasil akhir data kuantitatif dalam bentuk persentase kelayakan produk dengan total skor 1503 atau 89,46% sehingga termasuk dalam kualifikasi valid dengan kriteria layak digunakan dan dapat dilanjutkan untuk menguji dengan kelompok besar.

Keempat, hasil data yang akan disajikan adalah data kuantitatif berdasarkan pengisian instrumen yang diberikan kepada 30 peserta didik kelas VIII sebagai calon pengguna mengenai pengembangan model pembelajaran lempar cakram dari percobaan kelompok besar ditunjukkan pada tabel dibawah ini.

**Tabel 4. Data Hasil Percobaan Kelompok Besar**

| Aspek Produk      | Nilai       | Nilai Maksimal | %             |
|-------------------|-------------|----------------|---------------|
| Kemudahan         | 765         | 840            | 91,07%        |
| Kemenarikan       | 772         | 840            | 91,90%        |
| Kesenangan        | 768         | 840            | 91,42%        |
| Ketertarikan      | 763         | 840            | 90,83%        |
| <b>Total Skor</b> | <b>3068</b> | <b>3360</b>    | <b>91,31%</b> |



**Gambar 6. Diagram Hasil Percobaan Kelompok Besar**




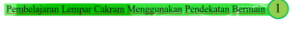
Berdasarkan hasil percobaan kelompok besar terhadap pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini, memperoleh hasil akhir data kuantitatif dalam bentuk persentase kelayakan produk dengan total skor 3068 atau 91,31% sehingga termasuk dalam kualifikasi valid dengan kriteria layak digunakan untuk peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Pademawu Kabupaten Pamekasan.

**PEMBAHASAN**

Pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini dikemas dalam bentuk buku panduan dan sudah melewati proses validasi oleh dua orang ahli yaitu, satu orang ahli pembelajaran atletik dan satu orang ahli media. Hasil penilaian validasi ahli pembelajaran atletik pada aspek isi materi mendapatkan persentase dengan jumlah 95,59%, aspek capaian pembelajaran mendapatkan persentase dengan jumlah 87,50%, aspek tujuan pembelajaran mendapatkan persentase dengan jumlah 100%, aspek manfaat mendapatkan persentase dengan jumlah 87,5%, aspek kegiatan pembelajaran mendapatkan persentase dengan jumlah 100%, aspek soal latihan mendapatkan persentase dengan jumlah 100%, aspek penggunaan bahasa mendapatkan persentase dengan jumlah 100%, aspek ketepatan pembelajaran mendapatkan persentase dengan jumlah 75% dan aspek keefektifan mendapatkan persentase dengan jumlah 100%, sehingga jumlah persentase keseluruhan memperoleh 94,5%. Berdasarkan hasil penilaian dari validasi ahli pembelajaran atletik terdapat beberapa saran yang harus direvisi mengenai produk pengembangan ini yaitu, penambahan variasi latihan atau permainan dimana pada saat sebelum di revisi hanya ada empat variasi latihan atau permainan pada produk buku pengembangan model pembelajaran lempar cakram dan setelah direvisi peneliti menambahkan tiga variasi latihan atau permainan pada buku tersebut.

Sedangkan hasil penilaian validasi ahli media pada aspek desain sampul (*cover*) mendapatkan persentase dengan jumlah 75%, aspek proporsi warna mendapatkan persentase dengan jumlah 75%, aspek desain gambar mendapatkan persentase dengan jumlah 93,75, aspek desain video mendapatkan persentase dengan jumlah 87,5%, aspek kesesuaian font mendapatkan persentase dengan jumlah 100%, aspek penempatan halaman mendapatkan persentase dengan jumlah 100%, aspek kelengkapan materi mendapatkan persentase dengan jumlah 100%, aspek soal latihan mendapatkan persentase dengan jumlah 87,5%, aspek penggunaan bahasa mendapatkan persentase dengan jumlah 100%, dan aspek manfaat mendapatkan persentase dengan jumlah 100%, sehingga jumlah persentase keseluruhan memperoleh 91,7%. Berdasarkan hasil penilaian dari validasi ahli media, terdapat revisi mengenai produk pengembangan lempar cakram yang akan dipaparkan pada tabel dibawah ini:

**Tabel 5. Hasil Penilaian dari Ahli Media**

| No. | Saran  | Sebelum Revisi  | Setelah Revisi  |
|-----|--|---|---|
| 1.  | Cover/sampul depan pada buku ajar dapat dioptimalkan dengan gambar atau foto yang lebih atraktif   |  |  |
| 2.  | Header atau footer, diberi teks judul buku (dengan fontsize kecil)   |  |  |
| 3.  | Dalam media, harap disertakan link dari sumber-sumber lainnya, misal dari youtube, untuk menguatkan pengetahuan & pemahaman siswa atau audiens | Hanya diberikan Qr yang dibuat dari link video youtube milik pribadi                | Ditambahkan link video youtube milik orang lain                                       |

Sebelum peneliti melakukan penelitian, telah terdapat penulisan sejenis dengan judul judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Cakram Pada Siswa/I Kelas VII SMP Negeri 27 Medan Tahun Ajaran 2016-2017”. Penelitian tersebut membahas tentang model pembelajaran lempar

cakram menggunakan pendekatan bermain. “Dalam penelitian tersebut dijelaskan beberapa permasalahan yaitu, terdapat guru yang melakukan kesalahan pada saat membuka kegiatan pembelajaran, mengelola kelas, kegiatan inti pembelajaran, dan pada saat mengakhiri pembelajaran, sehingga siswa cepat bosan pada saat mengikuti pembelajaran lempar cakram dikarenakan pembelajarannya tidak memiliki unsur bermain, serta minimnya pengetahuan siswa mengenai maksud dan tujuan pembelajaran lempar, maka dari itu semua siswa belum antusias untuk beraktivitas pada saat pembelajaran (Sihite, 2017).

Selanjutnya, terdapat penulisan sejenis milik Lumbantoruan, (2021) yang berjudul “Meningkatkan Efektivitas Pembelajaran Lempar Cakram Dengan Menggunakan Modifikasi Piring Plastik”. Penelitian tersebut membahas tentang masalah kurang tersedianya cakram dalam keadaan yang ideal, di mana tidak semua sekolah dapat memenuhinya. Penelitian tersebut memodifikasi cakram menggunakan media piring plastik dikarenakan ada beberapa alasan yaitu, Melihat dari segi wujud, piring plastik terlihat kemiripannya dengan wujud cakram standart dan sangat mudah sekali untuk mendapatkannya di pasar-pasar tradisional dengan harganya yang murah. Bertolak dari permasalahan di atas, peneliti berkeinginan menerapkan pendekatan media modifikasi cakram plastik dalam pembelajaran lempar cakram. Modifikasi cakram plastik digunakan sebagai media pendekatan untuk meningkatkan keefektifan pembelajaran cakram pada siswa kelas V SD Negeri 12 Pintusona Kecamatan Pangururan Kabupaten Samosir.

Buku panduan pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini sangat cocok untuk dijadikan sebagai bahan ajar maupun sumber belajar karena menurut Mudzakir, (2020) bermain merupakan aktivitas yang sangat melekat dengan kalangan anak-anak, remaja maupun dewasa. Bermain juga sangat penting dikarenakan dapat memperluas pengalaman dan pengetahuan (Munendra & Lumintuarso, 2015). Melihat dari isi materi, buku ajar ini sangat sesuai karena seluruh materi yang tercantum di dalamnya sudah sesuai dengan capaian pembelajaran. Sementara dari segi kesesuaian media, pengembangan pembelajaran ini juga sangat layak digunakan karena media cakram yang digunakan adalah cakram piring plastik yang sudah dimodifikasi. Menurut Cahyono, Yarmani, & Arwin, (2018) Penggunaan modifikasi alat termasuk dalam salah satu ciri model pembelajaran yang dapat diterapkan. Dengan menggunakan modifikasi alat, siswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuannya dan memiliki berbagai keterampilan yang berbeda pada saat proses pembelajaran teknik dasar lempar cakram.

Setelah diuji cobakan pada kelompok kecil ada permasalahan mengenai berat modifikasi cakram plastik yang terlalu ringan apabila digunakan pada permainan lempar (lempar dan mengukur), permainan pasar (ketepatan sasaran), dan permainan volkram (voli cakram) karena cakram yang digunakan pada permainan tersebut memiliki berat 56 gram, sehingga peneliti menemukan solusi untuk permainan yang sudah disebut menggunakan cakram modifikasi yang lebih berat dari sebelumnya. Sedangkan pada percobaan kelompok besar tidak ada permasalahan. Namun, ada temuan yaitu siswa lebih maksimal dalam melakukan lempar cakram menggunakan pendekatan bermain dan tidak menggunakan cakram yang standar.

Dalam pembelajaran lempar cakram, siswa terlebih dahulu harus menguasai teknik dasar lempar cakram. Menurut Sofyan et al., (2022) Pendekatan bermain yang mencakup semua format, metode, aturan dan aktivitas fisik memungkinkan siswa mengembangkan keterampilan gerak dasar mereka secara maksimal. Bahkan dianjurkan untuk memperbolehkan bermain selama pembelajaran agar hasil belajar yang baik tercapai. Dengan kata lain, ini tentang memaksimalkan keterampilan gerak dasar. Maka dari itu, peneliti mengembangkan pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain dengan jumlah delapan variasi permainan yang menggunakan cakram modifikasi sebagai media lemparnya. Dari delapan variasi pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain tersebut memiliki tujuan yaitu menstimulasi siswa agar terbiasa

dalam penggunaan cakram (memegang cakram) dan melatih keseimbangan saat akan melempar serta siswa mampu melempar dengan benar.

Produk yang didapatkan bisa dipergunakan oleh guru pada saat memberikan materi pembelajaran lempar cakram untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasi belajar pada siswa. Dikembangkannya produk pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini diperlukan bisa mempermudah proses kegiatan belajar mengajar serta bisa memberikan daya tarik dan minat siswa untuk ikut serta dalam pembelajaran lempar cakram. Kelebihan dari produk pengembangan ini yakni dikemas dalam bentuk buku panduan dan disertakan qr *barcode* untuk dikases sehingga guru dan peserta didik mudah pada saat mengaksesnya. Contoh video pelaksanaan lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini di desain secara menarik mungkin. Mengembangkan produk pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini memiliki tujuan untuk mempermudah proses belajar siswa serta bisa memberikan daya tarik kepada siswa untuk mengikuti pembelajaran lempar cakram dengan bersemangat. Adapun kekurangan dari produk pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain adalah membutuhkan akses jaringan internet untuk melihat video contoh pelaksanaan variasi permainannya dan harus ada pengawasan dari guru ataupun pihak terkait agar siswa tetap bisa terpantau dalam penggunaan internet.

## KESIMPULAN

Dengan adanya pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain ini diharapkan dapat membantu guru PJOK SMP Negeri 1 Pademawu Kabupaten Pamekasan dalam pembelajaran lempar cakram yang bervariasi sehingga siswa pada saat mengikuti pembelajaran lempar cakram lebih antusias dalam mengikutinya. Berdasarkan dari simpulan tersebut, bisa disimpulkan bahwa produk pengembangan model pembelajaran lempar cakram menggunakan pendekatan bermain pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Pademawu Kabupaten Pamekasan layak untuk digunakan sebagai bahan ajar maupun sumber belajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, R., Helmi, B., & Usman, K. (2019). of Athletic Equipment Modifications In PJOK Learning Elementary School. *Journal of Midwifery and Nursing*, 2(1), 153–158. Retrieved from <http://iocscience.org/ejournal/index.php/JMN/article/view/466%0Ahttp://iocscience.org/ejournal/index.php/JMN/article/download/466/280>
- Amiruddin, M. F., & Kurniawan, A. W. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran Terapi Masase Berbasis Aplikasi Articulate Storyline. *Sport Science and Health*, 3(7), 533–542. <https://doi.org/10.17977/um062v3i72021p533-542>
- Andriyani, Y., Hamdy, M. R., & Wakidi. (2015). Penerapan Pembelajaran Lempar Cakram Gaya Menyamping Menggunakan Metode Sitektif Dalam Rangka Menumbuhkan Minat Dan Kreativitas Gerak Siswa Kelas Xi Akuntansi 1 Smk Negeri 1 Nanga Pinoh. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Rekreasi (Penjaskesrek)*, 47–56. Retrieved from <http://jurnalstkipmelawi.ac.id/index.php/JPJKR/article/view/69/147>
- Ardiyanto, A. (2017). Bermain Sebagai Sarana Pengembangan Kreativitas Anak Usia Dini. *Jendela Olahraga*, 2(2), 230–238. <https://doi.org/10.26877/jo.v2i2.1700>
- Asyafah, A. (2019). Menimbang Model Pembelajaran (Kajian Teoretis-Kritis atas Model Pembelajaran dalam Pendidikan Islam). *Tarbiyah: Indonesian Journal of Islamic Education*, 6(1), 19–32. <https://doi.org/10.17509/t.v6i1.20569>
- Basuki, A. N. W. (2015). Analisis Gerak Lempar Cakram Gaya Menyamping (Studi Kasus Pada Atlet Lempar Cakram Jawa Timur). *Jurnal Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya*, Vol.3(No I), 220–236. Retrieved from <https://core.ac.uk/download/pdf/230789271.pdf>

- Borg, W. R., & Gall, M. D. (1983). *Educational Research An Introduction* (Fourth Edi; J. Matthews, ed.). Longman, New York.
- Cahyono, C., Yarmani, Y., & Arwin, A. (2018). Meningkatkan Teknik Dasar Lempar Cakram Dalam Proses Belajar Mengajardengan Menggunakan Media Modifikasi. *Kinestetik*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i1.9180>
- Galina Gennadevna, K. (n.d.). *Interdisciplinary Conference of Young Scholars in Social Sciences 143 Athletics in the System of Physical Education of Student Youth*. 143–145. Retrieved from <https://www.openconference.us/index.php/ysc/article/download/44/42>
- Hidayat, C., & Tri Juniar, D. (2020). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. (CV BudiUtama) Anggota IKAPI (076/DIY/2012). Retrieved from [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=hwvyDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=pendidikan+jasmani&ots=hukLxIyYMy&sig=hIgnyPpJsRbAggkU2TTULIpD8sM&redir\\_esc=y#v=onepage&q=pendidikan+jasmani&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=hwvyDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=pendidikan+jasmani&ots=hukLxIyYMy&sig=hIgnyPpJsRbAggkU2TTULIpD8sM&redir_esc=y#v=onepage&q=pendidikan+jasmani&f=false)
- Kaban, R. H., Anzelina, D., Sinaga, R., & Silaban, P. J. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran PAKEM terhadap Hasil Belajar Siswa di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(4), 5877–5889. Retrieved from <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i4.1230>
- Kurniawan, A. W., Surya, K. K. H., & Kurniawan, R. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran Aktivitas Kebugaran Jasmani Unsur Kelentukan Berbasis Multimedia Interaktif di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Patriot*, 4(1), 25–35. <https://doi.org/10.24036/patriot.v4i1.831>
- Lumbantoruan, M. (2021). Meningkatkan Efektivitas Belajar Lempar Cakram Dengan Menggunakan Modifikasi Piring Plastik. *Jurnal Global Edukasi*, 4(4). Retrieved from <http://jurnal.goretanpena.com/index.php/JGE/article/view/591/528>
- 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>
- Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Belajar Dalam Pembelajaran Penjas Kelas V Sekolah Dasar Negeri Dadap 2 Indramayu. *Jurnal MAENPO: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 10(1), 44–49. <https://doi.org/10.35194/jm.v10i1.941>
- Munendra, A. W., & Lumintuarso, R. (2015). Pengembangan Model Pembelajaran Lempar Lembing Untuk Siswa Sekolah Menengah Pertama(Smp). *Jurnal Keolahragaan*, 3, 127–138. Retrieved from <http://journal.uny.ac.id/index.php/jolahraga/article/view/6224>
- Nurjanah, T. (2019). Model-Model Pembelajaran Ilmu Fara'idh. *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 7(2), 225. <https://doi.org/10.36667/jppi.v7i2.365>
- Pranopik, M. R. (2017). Pengembangan Variasi Latihan Smash Bola Voli. *Jurnal Prestasi*, 1(1), 31–33. <https://doi.org/10.24114/jp.v1i1.6495>
- 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. Retrieved from <https://journal.trunojoyo.ac.id/pgpaustrunojoyo/article/view/3478>
- Rohmah, N. (2016). Bermain Dan Pemanfaatannya Dalam Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Tarbawi*, 13(2), 27–35. Retrieved from <http://ejournal.unisnu.ac.id/JPIT/article/view/590>
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. Banguntapan, Bantul-Jogjakarta (Kantor I): KBM Indonesia. Retrieved from [https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/16455/1/E-Book Metodologi Penelitian Syafrida.pdf](https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/16455/1/E-Book%20Metodologi%20Penelitian%20Syafrida.pdf)
- Sihite, P. (2017). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Cakram Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa/i Kelas VII SMP Negeri 27 Medan Tahun Ajaran 2016/2017*. 13(1), 104–116. Retrieved from <http://digilib.unimed.ac.id/26600/>
- Sofyan, D., Fauzi, R. S., Sahudi, U., Rustandi, E., Priyono, A., & Indrayogi, I. (2022). Alternatif Meningkatkan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar: Pendekatan Bermain. *Jurnal*

- Cakrawala Pendas*, 8(2), 438–448. <https://doi.org/10.31949/jcp.v8i2.2260>
- Takanashi, Y., Fujimori, N., & Koikawa, N. (2021). An investigation into the relationship between throw performance and maximum weight in weight training of female discus throwers. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(1), 226–234. <https://doi.org/10.14198/jhse.2021.161.20>
- Wahyuni, F., & Azizah, S. M. (2020). Bermain dan Belajar pada Anak Usia Dini. *Al-Adabiya: Jurnal Kebudayaan Dan Keagamaan*, 15(01), 161–179. <https://doi.org/10.37680/adabiya.v15i01.257>
- Wintoro, Y. P., Wiguno, L. T. H., Kurniawan, A. W., & Mu'arifin, M. (2021). Pengembangan Perangkat Pembelajaran Gerak Dasar Lempar Berbasis Aplikasi Articulate Storyline. *Sport Science and Health*, 3(7), 543–555. <https://doi.org/10.17977/um062v3i72021p543-555>

