

PENGEMBANGAN BUKU AJAR GERAK DASAR LANGKAH KAKI PADA AKTIVITAS RITMIK UNTUK SISWA KELAS III SD

Arista Ervina Maulidiya
Siti Nurrochmah
Febrita Paulina Heynoek
Universitas Negeri Malang
Jl. Semarang no. 5 Malang
e-mail: aristaervianam@yahoo.co.id

Abstract: This study aims to develop basic motion footsteps on learning rhythmic activity that comes with the book ajar. Teknik data analysis using descriptive analysis techniques of qualitative and quantitative form of a percentage. Results of analysis of data obtained in small group trial by 75.23%, while for testing large groups of 90.26%. Based on the analysis of data from large groups such trials, research and development is concluded that the product is in the form of textbook development basic motion footsteps rhythmic activity for third grade students of Beji Public Elementary School I, Beji District Pasuruan of it fit for use.

Key words: development, textbook, walking motion basic steps, rhythmic activity.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan mengembangkan gerak dasar langkah kaki pada pembelajaran aktivitas ritmik yang dilengkapi dengan buku ajar. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif kualitatif dan kuantitatif berupa persentase. Hasil analisis data yang diperoleh pada uji coba kelompok kecil sebesar 75,23%, sedangkan untuk uji coba kelompok besar 90,26%. Berdasarkan hasil analisis data dari uji coba kelompok besar tersebut, penelitian dan pengembangan ini disimpulkan bahwa produk pengembangan ini berupa buku ajar gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik untuk siswa kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan ini layak digunakan.

Kata kunci: Pengembangan, buku ajar, gerak dasar langkah kaki, aktivitas ritmik.

Pendidikan merupakan investasi yang paling penting untuk Bangsa dan Negara. Salah satu indikator kemajuan suatu bangsa adalah daya saing sumber daya manusia (*human capital*) baik secara Nasional maupun Internasional. Daya saing suatu bangsa sangat ditentukan oleh kualitas sumber daya manusia (SDM), sedangkan kualitas SDM hanya akan terwujud melalui pendidikan yang berkualitas. Pendidikan diperoleh dalam bentuk formal, informal maupun nonformal. Pendidikan merupakan suatu konsep yang menyeluruh yang terdiri atas kumpulan atau koleksi proses-proses yang digunakan seseorang dalam mengembangkan kemampuan-kemampuan, sikap, dan perilaku lain yang mengandung nilai positif dalam masyarakat (Dwiyogo, 2010:3). Pemerintah melalui sistem pendidikan telah berusaha dengan sebaik mungkin untuk menciptakan iklim pendidikan yang, mampu mengembangkan kemampuan, sikap, dan perilaku positif. Salah satunya adalah dengan

selalu melakukan pengkajian dan pengembangan kurikulum. Kumpulan dari matapelajaran dan materi sengaja dengan jeli dipilih dan disusun untuk mencapai tujuan pendidikan Nasional. Salahsatu unsur dalam kurikulum tersebut adalah matapelajaran Pendidikan Jasmani dan kesehatan.

Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan salahsatu sarana untuk membentuk karakter bangsa (*National Character Building*), menciptakan manusia yang sehat baik jasmani dan rohani serta membentuk pola hidup sehat sehingga dapat mencetak sumber daya manusia yang berkualitas untuk membangun bangsa dan negara Indonesia. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan (BSNP, 2006:486) menyatakan bahwa: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran

jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengetahuan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang dirancang secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Menurut Mardiana (2010:1.7) menyatakan bahwa “pendidikan jasmani merupakan usaha dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terlambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan yang bertujuan untuk mengembangkan kawasan organik, *neuromuscular*, intelektual dan sosial”. Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spiritual dan sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. menurut Bucher (1983:13) adalah Jasmani dan Kesehatan adalah bagian integral dari seluruh proses pendidikan yang bertujuan untuk perkembangan fisik, mental, emosi dan sosial melalui aktifitas jasmani yang telah dipilih untuk mencapai hasilnya.

Pendidikan jasmani mempunyai suatu tujuan, Menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (2006:648) sebagai berikut: (1) Mengembangkan keterampilan pengolahan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih; (2) meningkatkan pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis yang lebih baik; (3) meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar; (4) meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung didalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan; (5) mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis; (6) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan; (7) memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dilingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan

kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Tujuan pendidikan jasmani mencakup tiga aspek yakni ranah kognitif (pengetahuan), ranah afektif (sikap) dan ranah psikomotorik (keterampilan). Ranah psikomotorik dalam pendidikan jasmani lebih ditekankan pada penggunaan otot-otot dan syaraf-syaraf yang ada dalam tubuh yang dimaksudkan untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar dan pemeliharaan kebugaran jasmani, meningkatkan pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis yang lebih baik sehingga menghasilkan suatu gerakan yang baik. Pendidikan jasmani adalah suatu media untuk melaksanakan aktivitas motorik atas dasar pengetahuan. Aktivitas motorik didapatkan oleh peserta didik pada pembelajaran gerak. Gerak merupakan faktor penting bagi organ tubuh dikarenakan dapat mengakibatkan rangsangan tubuh agar tetap terpeliharanya kesehatan dan kebugaran tubuh manusia. Hal ini juga dapat dilihat pada perkembangan seorang anak yang tidak dapat dipisahkan dari gerak. Makin banyak anak bergerak akan makin banyak pula model gerakan yang akan mereka ketahui dan miliki. Letzelter (dalam Sahara, 2005: 1.45) menyatakan “melalui gerakan akan menimbulkan rangsangan yang mengakibatkan terjadinya proses adaptasi”.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan telah tercantum pada Badan Standart Nasional Pendidikan (BSNP) Tahun 2006 dan dimuat dalam Standard Kompetensi (SK) dan Kompetensi Dasar (KD) dalam kurikulum yang berlaku Tahun 2004, sehingga proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sesuai apa yang ada dalam SK dan KD. Cakupan materi pembelajaran pendidikan jasmani menurut Badan Standart Nasional Pendidikan meliputi sebagai berikut: (1) Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, *rounders*, *kippers*, sepakbola, bolabasket, bolavoli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya; (2) Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya; (3) Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya; (4) Aktivitas ritmik me-

liputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya; (5) Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya; (6) Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung; (7) Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

Diantara cakupan materi tersebut, terdapat materi aktivitas ritmik yang juga diajarkan di sekolah pada saat proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Aktivitas ritmik dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan dapat dipergunakan sebagai alat untuk mengembangkan orientasi gerak tubuh, mempelajari gerakan dan meningkatkan keterampilan gerak. Pada materi aktivitas ritmik peserta didik banyak mengetahui gerak dasar. Gerak dasar fundamental yang perlu dikembangkan dalam aktivitas ritmik menurut Gabbard, Leblanc, dan Lowy, (dalam Sahara, 2006: 1,30) "keterampilan gerak dasar dikategorikan ke dalam tiga kelompok yaitu: (1) gerak lokomotor; (2) gerak non-lokomotor; (3) gerak manipulatif". Menurut Asim (2001:37) tentang keterampilan gerak dasar adalah sebagai berikut: (a) gerak lokomotor adalah perilaku motorik memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain atau memperoyeksikan tubuh ke atas. Misalnya, jalan, lari, dan loncat; (b) gerak non-lokomotor (gerakan tidak berpindah tempat) adalah perilaku motorik anggota bagian tubuh mengitari porosnya dan pelaku tetap pada tempatnya. Misalnya: *push up*, *sit up*, peregang, berdiri satu kaki, (c) manipulatif adalah suatu keterampilan yang memerlukan koordinasi mata tangan atau bagian tubuh yang lain untuk mensiasati benda atau tempat untuk bergerak, dimana ada sesuatu yang digerakkan. Misalnya, melempar, menangkap bola kasti, menggiring bola.

Materi aktivitas ritmik perlu diajarkan dan dikenalkan kepada anak-anak sekolah dasar

agar peserta didik memperoleh pengalaman belajar gerak dan membantu setiap anak untuk mampu mengelolah keterampilan jasmaninya melalui gerak dan irama, sehingga akan diperoleh nilai estetika gerak yang ditampilkan oleh peserta didik (Nurrochmah, 2013:6). Kemampuan gerak yang indah dan lentur, mendorong peserta didik menjadi percaya diri dan mempunyai keterampilan gerak yang lebih baik. Disamping itu aktivitas ritmik juga berpengaruh meningkatkan daya lentur tubuh agar tubuh tidak tampak kaku. Menurut Simanjuntak (2008:2.2) "Perkembangan gerak dasar merupakan hal penting di masa usia sekolah dasar. Pengembangan gerak dasar adalah merupakan proses untuk memperoleh gerak yang senantiasa berkembang berdasarkan: (a) proses pengembangan syaraf dan otot yang juga dipengaruhi oleh keturunan, (b) akibat dari pengalaman gerak sebelumnya; (c) pengalaman gerak saat ini; (d) gerak yang digambarkan dalam kaitannya dengan pola gerak tertentu". Dari pendapat ahli di atas dapat dijelaskan bahwa pada anak usia sekolah dasar memiliki gerakan-gerakan yang terbatas. Seiring dengan pertumbuhan usia dan seringnya latihan, gerakan-gerakan yang dilakukan sebelumnya dan saat ini semakin sempurna. Gerakan dasar merupakan gerak pengulangan yang dilakukan terus-menerus dari kebiasaan serta menjadikannya sebagai dasar dari pengalaman dan lingkungan mereka. Hal ini dipengaruhi oleh pengembangan syaraf dan otot serta asupan gizi. Pada usia anak sekolah dasar, anak sudah dapat mengendalikan gerakan yang kasar. Gerakan gerak dasar langkah kaki melibatkan bagian badan yang dapat digunakan untuk berjalan, berlari dan melompat.

Pembelajaran aktivitas ritmik di sekolah dasar harus disesuaikan dengan karakteristik peserta didik. Bagi peserta didik sekolah dasar kelas tiga ke atas, di samping kegiatan aktivitas ritmik yang bebas sesuai dengan keinginan mereka, sudah dapat pula diberikan aktivitas ritmik yang terstruktur, maksudnya yaitu gerakan-gerakan aktivitas ritmik yang sudah ada, dibuat, atau dibakukan tanpa menggunakan alat maupun dengan menggunakan alat. Dalam cabang olahraga dikenal dengan istilah senam ritmik sportif, "senam ritmik sportif, yaitu gerakan yang ditampilkan sudah baku serta harus mengikuti aturan tertentu" (Sahara, 2006:1.20). Pelaksanaan-

nya dalam pendidikan jasmani aturannya bisa dibuat dan disesuaikan, sehingga tidak menjadi kaku dan tidak membosankan. Materi gerakan yang dipilih adalah materi gerakan yang tidak terlalu sulit seperti gerakan dasar.

Pada pembelajaran aktivitas ritmik penggunaan media musik, akan menghidupkan suasana belajar pendidikan jasmani di sekolah dasar menjadi lebih menarik dan menyenangkan bagi anak untuk melakukan berbagai gerakan dengan kreasi gerak secara bebas. Dalam pembelajaran aktivitas ritmik, irama musik harus selalu mengiringi gerakan yang dilakukan oleh peserta didik dan musik yang dipakai pada pembelajaran aktivitas ritmik yaitu lembut dan dinamis, sehingga dapat dinikmati selama melakukan gerakan. Menurut Mahendra (dalam Suharjana, 2010:10) “melibatkan anak dalam aktivitas yang bernuansa ritmis dan berikan penekanan pada bagaimana mereka mengalaminya dengan suasana riang dan gembira”.

Didalam aktivitas ritmik pendidik pendidikan jasmani dapat mengembangkan kesadaran pola gerak pada peserta didiknya bertujuan untuk menambah perbendaharaan gerak bagi peserta didik, sehingga peserta didik mampu memiliki model gerak yang tertata dengan baik dan benar. Aktivitas ritmik bertujuan untuk meningkatkan kepekaan peserta didik terhadap irama. Menurut Suharjana (2010:10) cara-cara untuk memperkenalkan irama salah satunya adalah pola langkah. Pola langkah yang dapat dipergunakan oleh pendidik untuk memperkenalkan irama kepada peserta didik adalah: (1) Pola langkah yaitu langkah yang selalu jatuh pada hitungan satu seperti pada langkah biasa; (2) Pola langkah 2, yaitu gerakan melangkah yang selalu ditutup pada hitungan kedua; (3) Pola langkah 3, yaitu gerak langkah dengan tiga hitungan dengan ketentuan langkah pertama biasa ke depan, sedangkan langkah kedua dan ketiga langkah ditempat sebagai penutup.

Untuk dapat menguasai ketrampilan gerak melalui pola langkah, peserta didik memerlukan gerakan latihan secara berulang-ulang, Gerakan tersebut melibatkan bagian badan yang dapat digunakan untuk berjalan, berlari dan melompat. Selain itu dalam pembelajaran gerak yang diberikan pada peserta didik pendidik harus mempunyai acuan, pada umumnya untuk aktivitas ritmik/senam irama mengacu pada sistem Austria. Menurut Abdoellah (1981: 314) “Dasar senam pada sistem austria

adalah paedagogis, pshychologis, biologis dan prestasi. Tujuannya adalah untuk kesehatan dan menguatkan badan”. Latihan pada sistem Austria mencakup (a) latihan pemanasan; (b) Latihan tubuh terdiri dari 1) Latihan Normalisasi; 2) Latihan keseimbangan; 3) Latihan Kekuatan dan Ketangkasan; 4) Latihan Jalan/Lari; 5) Latihan lompat/loncat; (c) Latihan Penenangan. Selain prinsip gerakan-gerakan tersebut senam irama ditekankan pada (a) irama, (b) kelentukan tubuh dalam gerakan (fleksibilitas), (c) kontinuitas pada gerakan (Abdoellah, 1981:313).

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani tidak terlepas dari peran media pembelajaran yang digunakan oleh pendidik untuk menyampaikan materi dan informasi pada peserta didik karena pada dasarnya Pengertian media mengarah pada sesuatu yang mengantar/meneruskan informasi (pesan) antar sumber (pemberi pesan) dan penerima pesan. Menurut Sadiman, dkk (2011:7) “media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan pengirim ke penerima sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat serta perhatian siswa sedemikian rupa sehingga proses belajar terjadi”.

Jenis media dalam pembelajaran banyak macamnya akan tetapi media cetak adalah media yang sederhana termasuk media visual yang berfungsi untuk menyalurkan pesan dari sumber ke penerima pesan melalui indera pengelihatan. Pesan yang disampaikan berupa simbol-simbol komunikasi visual. Selain itu ada fungsi lain dari media cetak yaitu untuk menarik perhatian, memperjelas sajian ide, mengilustrasikan data menghiasi fakta yang mungkin akan cepat dilupakan atau diabaikan bila tidak digrafiskan. Selain sederhana dan mudah pembuatannya media cetak termasuk media relatif murah ditinjau dari segi biaya (Dwiyoogo, 2010:231).

Media cetak seperti bentuk buku ajar sangatlah dibutuhkan oleh pendidik. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani materi aktivitas ritmik sangat efisien dan efektif untuk penyampaian materi seperti materi aktivitas ritmik. Menurut Dwiyoogo (2010:259) menyatakan bahwa “buku ajar adalah buku yang secara cermat, sistematis disusun oleh ahli bidang studi tertentu atau profesi guru/dosen/widya iswara untuk mencapai tujuan pembelajaran”. Buku ajar memberikan informasi yang relative operasional bagi proses peng-

olahan pembelajaran, karena penyediaan dan pemanfaatan buku ajar sebagai sumber belajar dapat diupayakan melalui pengembangan proses pembelajaran yang berpusat pada aktivitas belajar pebelajar dan penataan kondisi belajar yang disesuaikan karakteristik pebelajar.

Dengan melalui buku ajar dapat melakukan aktivitas belajar secara mandiri karena telah tersedia petunjuk teknis sehingga aktivitas belajar lebih terarah dan tersusun secara sistematis pada sasaran yang dituju. Kedudukan buku ajar dalam pembelajaran menurut Gagne, Briggs dan Wager (1979: 4 - 5), fungsi penting buku ajar dalam pembelajaran adalah: *“first, aiding the learning of the individual, second, instructional design has phases that are both immediate and longrange, third, systematically designed instructional can greatly affect individual human development, fourth, idea to be given prominence is that instructional design should be conducted by means of a system approach, fifth and final point to be expended in the next section, and also throughout the book is that designed instruction must be based on knowledge of how human beings learn”*

Dari pernyataan di atas mengandung makna bahwa: (1) Membantu belajar pebelajar secara perorangan (individual); (2) Memberikan keluasan penyiapan pembelajaran yang bersifat segera, jangka pendek dan jangka panjang; (3) Buku ajar yang dirancang secara sistematis dapat memberikan pengaruh yang positif bagi peningkatan kualitas sumber daya manusia secara perorangan; (4) Buku ajar memudahkan pengelolaan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan yang sistemik, (5) Buku ajar memudahkan belajar pebelajar karena dirancang berdasarkan pengetahuan tentang bagaimana seharusnya manusia belajar.

Berdasarkan pandangan tersebut, maka dalam pembelajaran aktivitas ritmik, pendidik seyogyanya mampu berkreasi dalam merancang suatu latihan gerak dasar aktivitas ritmik yang dilengkapi dengan buku ajar seperti melakukan inovasi terhadap variasi pembelajaran yang diberikan pada peserta didik. Kenyataan di lapangan terdapat beberapa pendidik yang belum mampu mengembangkan keterampilan gerak dasar pada pembelajaran aktivitas ritmik secara optimal ketika

menyelenggarakan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah.

Peneliti telah melakukan pengamatan pada kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan. Observasi awal dengan cara mengikuti jalannya pembelajaran selama 2 kali pertemuan dan diikuti dengan pemberian angket yang terdiri dari sejumlah pertanyaan yang diberikan kepada pendidik dan peserta didik kelas III tentang pembelajaran aktivitas ritmik di SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan. Pendidik Dikjasorkes di SDN Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan ini pernah memberikan materi aktivitas ritmik hanya sebatas pengertian dan sejarah dari aktivitas ritmik, Pendidik Dikjasorkes di SDN Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan tidak pernah memberikan materi aktivitas ritmik khususnya gerak dasar langkah kaki. Pada kenyataannya materi aktivitas ritmik sudah tercantum dalam SK dan KD Sekolah Dasar atau Madrasah Ibtidayah. Pendidik Dikjasorkes kesulitan mengajarkan gerak ritmik yang khususnya mengenai gerak dasar langkah kaki pada pembelajaran aktivitas ritmik kepada peserta didiknya dikarenakan tidak menguasai materi dan kurang paham mengenai materi aktivitas ritmik. Gerak dasar langkah kaki merupakan gerakan yang mendasar dari aktivitas ritmik dan sarana memperkenalkan irama pada peserta didik. Pendidik Dikjasorkes hanya menggunakan Lembar Kerja Siswa (LKS) dan satu buku paket dari sekolah, Pendidik Dikjasorkes belum memiliki buku panduan yang berupa buku ajar untuk menunjang pembelajaran aktivitas ritmik yang lebih spesifik untuk pembelajaran penjas di sekolah, Pendidik Dikjasorkes membutuhkan media pembelajaran yang berupa buku ajar untuk menunjang kegiatan pembelajaran tentang aktivitas ritmik terutama pada gerak dasar langkah kaki.

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan yang dilakukan peneliti melalui penyebaran angket kepada peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan diperoleh hasil sebagai berikut: sebanyak 30 orang (100%) dari 30 orang peserta didik menyatakan senang dengan mata pelajaran dikjasorkes, 26 orang (86%) dari 30 orang peserta didik menjawab pernah diberikan materi tentang aktivitas ritmik pada mata pelajaran dikjasorkes disekolah hanya

sebatas pengertian dan sejarah, 30 orang (100%) dari 30 orang peserta didik belum pernah di ajarkan tentang materi aktivitas ritmik khususnya tentang gerak dasar langkah kaki, 26 orang (88%) dari 30 orang peserta didik menjawab kurang dan tidak mengetahui tentang materi gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik, 28 orang (94%) dari 30 orang peserta didik menyatakan sangat penting untuk mengetahui gerak dasar langkah kaki dari aktivitas ritmik pada mata pelajaran pendidikan jasmani disekolah. Selain itu dari angket yang telah diisi oleh peserta didik bahwa 28 orang (94%) dari 30 orang peserta didik menyatakan kurang dan tidak mengetahui media buku ajar tentang pelajaran gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik, 29 orang (97%) dari 30 orang peserta didik menjawab sangat setuju apabila dalam pembelajaran aktivitas ritmik diberikan dalam bentuk media buku ajar gerak dasar langkah kaki, 29 orang (97%) dari 30 orang peserta didik menyatakan sangat berminat melakukan gerak dasar langkah kaki pada pembelajaran aktivitas ritmik di sekolah.

Terkait dengan hasil analisis kebutuhan tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa pendidik dan peserta di SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan membutuhkan buku ajar gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar pada aktivitas ritmik. Selain itu kegiatan latihan yang bervariasi akan menghindarkan peserta didik dari kebosanan. Gerakan dasar yang diberikan pada peserta didik haruslah sistematis dan berulang-ulang dengan keadaan yang menyenangkan bagi peserta didik. Akan tetapi latihan yang diberikan juga harus memperhatikan tentang prinsip-prinsip gerak irama. Menurut Abdoellah (1981:313) prinsip-prinsip gerak irama meliputi (a) irama; (b) kelentukan tubuh dalam gerakan (fleksibilitas); (c) kontinuitas dari pada gerakan. Selain itu pendidik harus mempunyai acuan sistem yang dianut. Gerak dasar khususnya langkah kaki dengan variasi gerakan dan diiringi musik atau nyanyian yang riang dan bersemangat dapat mengatasi kebosanan dan kejenuhan peserta didik dalam pembelajaran. Menurut Mahendra (2008) "melibatkan anak dalam aktivitas yang bernuansa ritmis dan berikan penekanan pada bagaimana mereka mengalaminya dengan riang dan gembira.

Berdasarkan paparan masalah yang dijelaskan di atas, peneliti telah melakukan pengkajian melalui penelitian dan pengembangan

terkait dengan media pembelajaran bentuk buku ajar.

Penelitian ini dilakukan dengan cara peneliti merancang buku ajar gerak dasar langkah kaki yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak pada pembelajaran aktivitas ritmik dan menghindarkan peserta didik dari kebosanan dan kejenuhan. Pada buku ajar ini diterapkan enam gerakan dasar langkah kaki terdiri dari (a) latihan pemanasan yaitu gerak langkah biasa; (b) latihan inti terdiri dari empat gerak langkah yaitu gerak langkah pantul, gerak langkah lingkaran, gerak langkah silang, gerak loncat ayun silang; (c) latihan pene-nangan yaitu gerak langkah rapat.

Tujuan penelitian dan pengembangan ini adalah untuk mengembangkan gerakan aktivitas ritmik yaitu gerak dasar langkah kaki bagi peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan dalam rangka meningkatkan keterampilan gerak dasar aktivitas ritmik. Pengembangan gerak dasar langkah kaki ini dikemas dalam bentuk bahan ajar berupa buku ajar gerak dasar langkah kaki pada aktivitas ritmik untuk peserta didik kelas III SDN Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan. Oleh karena itu, penelitian dan pengembangan ini diharapkan dapat membantu peserta didik dalam gerak dasar langkah kaki pada pembelajaran aktivitas ritmik di Sekolah Dasar khususnya di SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan. Bagi pendidik SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru dalam melakukan pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik untuk peserta didiknya sehingga materi yang disampaikan dapat tersampaikan sesuai dengan kompetensi dasar yang ada. Bagi peneliti dapat menambah pengetahuan peneliti dalam menyusun gerakan dasar pada aktivitas ritmik yang variatif sehingga, dapat bermanfaat bagi diri sendiri maupun orang lain. Untuk menambah referensi bagi jurusan yang berhubungan dengan pengembangan variasi gerak dasar aktivitas ritmik dan bagi mahasiswa jurusan pendidikan jasmani dan kesehatan, disamping itu pengembangan ini dapat dijadikan acuan untuk mengembangkan media pembelajaran yang sejenis untuk menjadi acuan bagi mahasiswa atau mahasiswi lembaga jurusan Pendidikan Jasmani, dan Kesehatan FIK UM yang akan melakukan penelitian dan pengembangan.

METODE

Dalam penelitian ini model penelitian dan pengembangan tentang Buku Ajar Gerak Dasar Langkah Kaki Aktivitas Ritmik Untuk Peserta Didik Kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan menggunakan model procedural. Model prosedural yaitu model yang bersifat deskriptif, yaitu menggariskan langkah-langkah yang harus diikuti untuk menghasilkan produk (Tim Universitas Negeri Malang, 2010).

Mengacu pada tujuan penelitian dan pengembangan yang telah dipaparkan, maka penelitian ini termasuk jenis penelitian dan pengembangan (*Research and Development (R&D)*). Sejalan dengan model yang digunakan berupa model procedural, maka langkah-langkah penelitian dan pengembangan ini merujuk pada pendapat Borg and Gall (1983:774-775). Merujuk langkah-langkah penelitian dan pengembangan dari Borg and Gall, peneliti telah memodifikasi langkah-langkah Borg and Gall menjadi tujuh langkah yang sederhana. Menurut Ardhana (2002: 9) "Setiap pengembangan tentu saja dapat memilih dan menentukan langkah-langkah yang paling tepat bagi peneliti dengan mempertimbangkan kondisi yang dihadapi dalam proses pengembangan". Dalam pengembangan buku ajar gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik untuk peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan peneliti menggunakan tujuh langkah dari sepuluh langkah yang dikemukakan oleh Borg and Gall.

Penelitian ini diawali dengan melakukan survei untuk analisis kebutuhan (*need assessment*) terhadap pendidik dan peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan. Peneliti telah menyebarkan angket dan diisi secara tertulis kepada 30 orang peserta didik dan satu pendidik. Pemberian angket untuk mengetahui tanggapan kesesuaian terhadap pemberian latihan gerak dasar langkah kaki dibutuhkan oleh peserta didik dan pendidik.

Subjek yang terlibat dalam penelitian dan pengembangan tentang Buku Ajar Gerak Dasar Langkah Kaki Aktivitas Ritmik Untuk Peserta Didik Kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan meliputi: (1) Subjek pendidik 1 orang yang berperan pada waktu penelitian awal (analisis kebutuhan) dan peserta didik kelas III SDN Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan berjumlah 30 orang; (2)

Subjek ahli terdiri dari seorang ahli pembelajaran pendidikan jasmani, seorang ahli senam, dan seorang ahli media; (3) Subjek uji coba (kelompok kecil) adalah 8 peserta didik kelas III SDN Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan; (4) Subjek uji lapangan (kelompok besar) adalah 24 peserta didik kelas III SDN Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan.

Jenis data yang diperoleh dari penelitian dan pengembangan ini berupa jenis data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dari tinjauan para ahli yang berupa saran, masukan, dan evaluasi. Data kuantitatif diperoleh dari penelitian awal (*need assessment*) terhadap peserta didik untuk mengetahui kebutuhan produk yang akan dikembangkan, dari para ahli serta dari data uji coba kelompok kecil dan uji lapangan (kelompok besar). Instrumen yang digunakan dalam proses pengumpulan data menggunakan instrumen nontest berupa angket dan observasi, peneliti menggunakan instrumen angket sebagai instrumen yang di sebarakan kepada satu orang ahli pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, satu orang ahli senam, satu orang ahli media, satu orang pendidik pendidikan jasmani, dan peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan. Instrumen observasi digunakan untuk memperoleh data awal sebagai upaya memperoleh data yang akan digunakan sebagai langkah untuk analisis kebutuhan. Setelah data di peroleh kemudian di lakukan analisis data untuk setiap subjek ujicoba, yang meliputi peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan saat uji coba kelompok kecil dan kelompok besar.

Dengan pertimbangan jenis data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian dan pengembangan ini adalah berupa angket yang diberikan kepada para ahli, maka teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif berupa persentase. Teknik analisis data deskriptif kuantitatif digunakan untuk menganalisis data kuantitatif yang diperoleh dari hasil kuisioner yang menggunakan empat pilihan jawaban yaitu jawaban A mendapat nilai "4". Jawaban B mendapat nilai "3", jawaban C mendapat nilai "2", dan jawaban D mendapat nilai "1". Disamping teknik analisis deskriptif kuantitatif juga menggunakan teknik analisis deskriptif kualitatif. Teknik analisis data deskriptif kualitatif digunakan untuk menganalisis data dari ahli yaitu hasil masukan atau saran-saran tentang keberadaa gerak dasar

langkah kaki aktivitas yang dikembangkan dalam penelitian ini.

HASIL

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan yang diperoleh peneliti terhadap pendidik pendidikan jasmani dan kesehatan yang diberikan pada tanggal 19 Desember 2013 pada kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan (1) Pendidik Dikjasorkes di SDN Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan ini pernah memberikan materi aktivitas ritmik hanya sebatas pengertian dan sejarah dari aktivitas ritmik; (2) Pendidik Dikjasorkes di SDN Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan tidak pernah memberikan materi aktivitas ritmik khususnya gerak dasar langkah kaki. Pada kenyataannya materi aktivitas ritmik sudah tercantum dalam SK dan KD Sekolah Dasar atau Madrasah Ibtidayah; (3) Pendidik Dikjasorkes kesulitan mengajarkan gerak ritmik yang khususnya mengenai gerak dasar langkah kaki pada pembelajaran aktivitas ritmik kepada peserta didiknya dikarenakan tidak menguasai materi dan kurang paham mengenai materi aktivitas ritmik; (4) Pendidik Dikjasorkes hanya menggunakan Lembar Kerja Siswa (LKS) dan satu buku paket dari sekolah; (5) Pendidik Dikjasorkes belum memiliki buku panduan yang berupa buku ajar untuk menunjang pembelajaran aktivitas ritmik yang lebih spesifik untuk pembelajaran penjas disekolah; (6) Pendidik Dikjasorkes membutuhkan media pembelajaran yang berupa buku ajar untuk menunjang kegiatan pembelajaran tentang aktivitas ritmik terutama pada gerak dasar langkah kaki.

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan yang dilakukan kepada peserta didik melalui pengisian angket yang diisi oleh 30 orang peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan bahwa 30 orang (100%) dari 30 orang peserta didik menyatakan senang dengan mata pelajaran dikjasorkes, 26 orang (86%) dari 30 orang peserta didik menjawab pernah diberikan materi tentang aktivitas ritmik pada mata pelajaran dikjasorkes disekolah hanya sebatas pengertian dan sejarah, 30 orang (100%) dari 30 orang peserta didik belum pernah di ajarkan tentang materi aktivitas ritmik khususnya tentang gerak dasar langkah kaki, 26 orang (88%) dari 30 orang peserta didik menjawab kurang dan tidak mengetahui tentang materi gerak dasar langkah

kaki aktivitas ritmik, 28 orang (94%) dari 30 orang peserta didik menyatakan sangat penting untuk mengetahui gerak dasar langkah kaki dari aktivitas ritmik pada mata pelajaran pendidikan jasmani disekolah. Selain itu dalam hal pengetahuan gerak dasar langkah kaki 28 orang (94%) dari 30 orang peserta didik menyatakan kurang dan tidak mengetahui media buku ajar tentang pelajaran gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik, 29 orang (97%) dari 30 orang peserta didik menjawab sangat setuju apabila dalam pembelajaran aktivitas ritmik diberikan dalam bentuk media buku ajar gerak dasar langkah kaki, 29 orang (97%) dari 30 orang peserta didik menyatakan sangat berminat melakukan gerak dasar langkah kaki pada pembelajaran aktivitas ritmik disekolah.

Peneliti mengembangkan bahan ajar berupa buku ajar yang berisikan gerak dasar langkah kaki. Untuk sikap awal terdapat dua macam yaitu: (1) sikap lengan lurus; dan (2) sikap menekuk siku melalui gerakan mengoper atau merentangkan kedua tangan. Selain itu ada dua macam sikap kaki yaitu: sikap tegak langkah dan sikap tegak lanjut. Pada gerak dasar langkah kaki terdapat 9 macam gerak dasar langkah kaki akan tetapi berdasarkan saran dari ahli senam yang dipakai untuk penelitian dan pengembangan ini hanya ditentukan 6 macam gerak dasar langkah kaki disesuaikan dengan karakteristik siswa kelas III, yaitu: (1) langkah biasa; (2) langkah pantul; (3) langkah lingkaran; (4) langkah silang, (5) loncat ayun silang; dan (6) langkah rapat, sebab untuk peserta didik kelas III hanya gerakan yang sederhana dan mudah untuk dilakukan. Latihan gerakan gerak dasar langkah kaki tersebut sebagai produk awal dalam penelitian ini. Selanjutnya latihan gerakan gerak dasar langkah kaki tersebut dievaluasi oleh para ahli yang bertujuan menyempurnakan produk yang dibuat oleh peneliti sebelum digunakan dalam penelitian dan materi pembelajaran pada kegiatan pembelajaran aktivitas ritmik di sekolah.

Hasil rata-rata persentase evaluasi ahli pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, terhadap pengembangan buku ajar gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik pada peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten adalah 92,04%. Berdasarkan kriteria yang ditetapkan, dapat dikatakan bahwa gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yang dikembangkan telah memenuhi kriteria baik sekali/digunakan (80-

100%) sehingga produk ini dapat digunakan sebagai bahan materi pembelajaran aktivitas ritmik pada peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan.

Hasil rata-rata persentase evaluasi ahli senam, terhadap pengembangan buku ajar gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik pada peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten adalah 85,57%. Berdasarkan kriteria yang ditetapkan, dapat dikatakan bahwa gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yang dikembangkan telah memenuhi kriteria baik sekali/digunakan (80-100%) sehingga produk ini dapat digunakan sebagai bahan materi pembelajaran aktivitas ritmik pada peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan.

Hasil rata-rata persentase evaluasi ahli media, terhadap pengembangan buku ajar gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik pada peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten adalah 64,18%. Berdasarkan kriteria yang ditetapkan, dapat dikatakan bahwa gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yang dikembangkan telah memenuhi kriteria baik sekali/digunakan (56-66%) sehingga produk ini dapat digunakan sebagai bahan materi pembelajaran aktivitas ritmik pada peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan.

Telah dilakukan uji coba kelompok kecil pada responden berjumlah 8 orang peserta didik menggunakan instrumen angket, responden merespon 20. Hasil kemenarikan produk pengembangan gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yakni sebesar 76,055%, hasil kemudahan produk pengembangan gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yakni sebesar 73,96%, hasil kesesuaian produk pengembangan gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yakni sebesar 75,52%, hasil kemampuan gerak dasar untuk meningkatkan keterampilan gerak yakni sebesar 71,0%, hasil kemampuan gerak dasar untuk menghilangkan kejenuhan dan kebosanan yakni sebesar 81,3%. Hasil rata-rata presentase adalah 75,32%. Berdasarkan data rata-rata hasil uji coba kelompok kecil pengembangan gerakan gerak dasar langkah kaki pada aktivitas ritmik adalah 75,32%. Dengan demikian hasil persentase yaitu antara 80-100% tergolong dalam klasifikasi baik sekali (digunakan). Dan dari penilaian tersebut dapat disimpulkan bahwa gerakan gerak dasar langkah kaki pada akti-

vititas ritmik yang diujicobakan dapat menarik antusiasme peserta didik dan sesuai untuk diterapkan pada pembelajaran aktivitas ritmik.

Telah dilakukan uji coba kelompok kecil pada responden berjumlah 24 orang peserta didik menggunakan instrumen angket, responden merespon 20. Hasil kemenarikan produk pengembangan gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yakni sebesar 93,4%, hasil kemudahan produk pengembangan gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yakni sebesar 90,38%, hasil kesesuaian produk pengembangan gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yakni sebesar 91,14%, hasil kemampuan gerak dasar untuk meningkatkan keterampilan gerak yakni sebesar 83,33%, hasil kemampuan gerak dasar untuk menghilangkan kejenuhan dan kebosanan yakni sebesar 84,37%. Hasil rata-rata presentase adalah 90,26%. Berdasarkan data rata-rata hasil uji coba kelompok kecil pengembangan gerakan gerak dasar langkah kaki pada aktivitas ritmik adalah 90,26%. Dengan demikian hasil persentase yaitu antara 80-100% tergolong dalam klasifikasi baik sekali (digunakan). Dan dari penilaian tersebut dapat disimpulkan bahwa gerakan gerak dasar langkah kaki pada aktivitas ritmik yang diujicobakan dapat menarik antusiasme peserta didik dan sesuai untuk diterapkan pada pembelajaran aktivitas ritmik.

Berpijak dari hasil yang diperoleh dalam penelitian uji coba kelompok besar yang dilakukan oleh peneliti, diharapkan produk yang berupa bukua ajar gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik dapat dikembangkan lagi oleh pendidik maupun pembaca lain sehingga produk yang dirancang peneliti akan berkembang lebih jauh lagi.

PEMBAHASAN

Telah dilakukan penelitian dan pengembangan tentang gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yang bertujuan untuk memperoleh pengalaman belajar gerak dan membantu setiap anak untuk mampu mengelola keterampilan jasmaninya melalui gerak dan irama mengembangkan orientasi gerak tubuh dan meningkatkan keterampilan gerak dasar pada peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan. Dalam upaya untuk memperbanyak pengetahuan tentang gerak dasar aktivitas ritmik yang nantinya

akan disampaikan kepada peserta didik, diharapkan pendidik-pendidik kreatif dengan memiliki banyak pengetahuan tentang gerak dasar aktivitas ritmik seperti gerakan macam-macam langkah gerakan kaki.

Berdasarkan data hasil uji coba kelompok kecil pada responden berjumlah 8 orang peserta didik menggunakan instrumen angket, responden merespon 20 pertanyaan. Hasil persentase sebesar 75,32%. Hasil tersebut tergolong antara 80-100% yaitu klasifikasi baik sekali (digunakan). Selain itu juga berdasarkan hasil uji coba kelompok besar pada responden 24 orang peserta didik menggunakan instrument angket, responden merespon 20 pertanyaan, maka data rata-rata pengembangan gerakan gerak dasar langkah kaki pada aktivitas ritmik yang diperoleh adalah 90,26%. Dengan demikian hasil persentase yaitu antara 80-100% tergolong dalam klasifikasi baik sekali (digunakan). Dari hasil ujicoba kelompok kecil dan kelompok besar tersebut dapat disimpulkan bahwa gerakan gerak dasar langkah kaki pada aktivitas ritmik yang diujicobakan dapat menarik antusiasme peserta didik dan sesuai untuk diterapkan pada pembelajaran aktivitas ritmik serta untuk menambah wawasan dan pengetahuan baru dalam melakukan pembelajaran gerak untuk pendidik dan peserta didik.

Terkait dengan hasil ujicoba kelompok kecil dan kelompok besar bahwa pembelajaran gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik yang diberikan pada peserta didik mengacu pada sistem Austria. Menurut Abdoellah (1981: 314) "Dasar senam pada sistem Austria adalah paedagogis, *psychologis*, biologis dan prestasi. Tujuannya adalah untuk kesehatan dan menguatkan badan". Latihan pada sistem Austria mencakup: (a) latihan pemanasan; (b) Latihan tubuh terdiri dari 1) Latihan Normalisasi; 2) Latihan keseimbangan; 3) Latihan Kekuatan dan Ketangkasan; 4) Latihan Jalan/Lari; 5) Latihan lompat/loncat; (c) Latihan Pene-nangan. Selain itu untuk memberikan latihan gerak dasar langkah kaki pendidik juga harus memperhatikan tentang prinsip-prinsip gerak irama. Menurut Abdoellah (1981:313) prinsip-prinsip gerak irama meliputi (a) irama; (b) kelentukan tubuh dalam gerakan (fleksibilitas); (c) kontinuitas pada gerakan.

Gerak dasar khususnya langkah kaki dengan variasi gerakan dan diiringi music atau nyanyian yang riang dan bersemangat karena dapat mengatasi kebosanan dan kejenuhan

peserta didik dalam pembelajaran. Menurut Mahendra (2008) "melibatkan anak dalam aktivitas yang bernuansa ritmis dan berikan penekanan pada bagaimana mereka mengalaminya dengan riang dan gembira". Dalam pembelajaran aktivitas ritmik pola langkah yang dapat dipergunakan oleh pendidik untuk memperkenalkan irama kepada peserta didik. Menurut Suharyana (2010:10) cara-cara untuk memperkenalkan irama salah satunya adalah pola langkah. Macam-macam dari pola langkah tersebut adalah: (1) Pola langkah 1 yaitu langkah yang selalu jatuh pada hitungan satu seperti pada langkah biasa; (2) Pola langkah 2, yaitu gerakan melangkah yang selalu ditutup pada hitungan kedua; (3) Pola langkah 3, yaitu gerak langkah dengan tiga hitungan dengan ketentuan langkah pertama biasa ke depan, sedangkan langkah kedua dan ketiga langkah ditempat sebagai penutup.

Terkait dengan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani materi aktivitas ritmik khususnya gerak dasar langkah kaki, tidak terlepas dari peran media pembelajaran yang digunakan oleh pendidik untuk menyampaikan materi dan informasi pada peserta didik. Media pembelajaran mengarah pada sesuatu yang mengantar/meneruskan informasi (pesan) antar sumber (pemberi pesan) dan penerima pesan. Menurut Sadiman, dkk (2011:7) "media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan pengirim ke penerima sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat serta perhatian siswa sedemikian rupa sehingga proses belajar terjadi". Peran media pembelajaran dalam proses belajar mengajar antara pendidik dan peserta didik membantu memberikan pengalaman belajar yang sulit diperoleh dengan cara lain dan memungkinkan peserta didik belajar sendiri menurut kemampuannya (Dwiyogo, 2010:230)

Media cetak berupa buku ajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani sangat efisien dan efektif untuk penyampaian materi aktivitas ritmik. Menurut Dwiyogo (2010:259) menyatakan bahwa "buku ajar adalah buku yang secara cermat, sistematis disusun oleh ahli bidang studi tertentu atau profesi guru/dosen/widya iswara untuk mencapai tujuan pembelajaran". Buku ajar memberikan informasi yang relatif operasional bagi proses pengolahan pembelajaran, karena penyediaan dan pemanfaatan buku ajar sebagai sumber belajar dapat diupayakan melalui pengembangan

proses pembelajaran yang berpusat pada aktivitas belajar pebelajar dan penataan kondisi belajar yang disesuaikan karakteristik pebelajar. Dengan melalui buku ajar dapat melakukan aktivitas belajar secara mandiri karena telah tersedia petunjuk teknis sehingga aktivitas belajar lebih terarah dan tersusun secara sistematis pada sasaran yang dituju.

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan materi aktivitas ritmik khususnya gerak dasar langkah kaki harus memperhatikan prinsip-prinsip gerak irama, dalam pembelajaran aktivitas ritmik memperkenalkan irama salah satunya dengan pola langkah dan irama. Karena dengan irama yang riang dan suasana gembira peserta didik akan belajar bergerak dengan semangat dan hal ini juga mengurangi kebosanan pada peserta didik. Selain itu agar proses pembelajaran berjalan dengan lancar dibutuhkan media pembelajaran untuk menyampaikan pembelajaran kepada peserta didik. Media pembelajaran berupa bahan ajar bentuk buku ajar merupakan media paling efektif dan efisien dikarenakan dengan menggunakan buku ajar pendidik dan peserta didik dapat melakukan aktivitas belajar secara mandiri karena telah tersedia petunjuk teknis sehingga aktivitas belajar lebih terarah dan tersusun secara sistematis pada sasaran yang dituju.

KESIMPULAN

Peneliti telah mengembangkan gerak dasar langkah kaki pada pembelajara aktiktivitas ritmik yang dikemas dalam bentuk buku ajar untuk peserta didik kelas III di SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan yang didalamnya terdapat beberapa model langkah kaki yang sasaran utamanya adalah mengenalkan gerakan dasar terutama langkah kaki dan meningkatkan keterampilan gerak peserta didik pada saat pembelajaran aktivitas ritmik.

Sebelum produk dikembangkan, peneliti melakukan penelitian pendahuluan dengan analisis kebutuhan (*need assessment*) pada seorang pendidik dan 30 peserta didik SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan dengan hasil bahwa pengembangan produk sangat dibutuhkan baik oleh pendidik maupun peserta didik.

Buku ajar gerak dasar langkah kaki yang digunakan sebagai buku pegangan pendidik pendidikan jasmani dan kesehatan dalam pembelajaran aktivitas ritmik sebelumnya telah di evaluasi oleh beberapa ahli yaitu ahli pembelajaran pendidikan jasmani, ahli senam ritmik dan ahli media yang bertujuan untuk menyempurnakan produk yang dirancang oleh peneliti, sehingga produk bisa digunakan untuk pelaksanaan uji coba kelompok kecil dan besar.

Buku ajar gerak dasar langkah kaki aktivitas ritmik untuk siswa kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan ini memiliki kelebihan ditinjau dari empat kriteria yaitu kegunaan, kemudahan, kemenarikan dan keefektifan.

Produk ini telah di uji oleh beberapa ahli, sehingga banyak masukan untuk perbaikan produk untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Produk sangat menarik karena dilengkapi dengan gambar-gambar. Selain beberapa kelebihan, produk pengembangan ini memiliki beberapa kelemahan yakni produk ini masih memerlukan evaluasi dan uji coba pada subyek yang lebih besar atau lebih luas

SARAN

Dalam kajian ini, saran meliputi saran pemanfaatan, saran diseminasi, dan saran pengembangan lebih lanjut. Saran pemanfaatan pengembangan produk buku ajar gerak dasar langkah kaki pada aktivitas ritmik untuk peserta didik kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan adalah digunakan untuk membantu dan meningkatkan daya tarik peserta didik dalam belajar senam aktivitas ritmik.

Peneliti menyadari bahwa produk buku ajar ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti sangat terbuka dengan adanya pengembangan lebih lanjut yang dilakukan peneliti berikutnya, peneliti menyampaikan catatan khusus pada pengembangan produk ini yaitu rendahnya penilaian pada aspek media yang ditandai dengan rendahnya penilaian ahli media dibandingkan dengan dua ahli lainnya. Hal ini mengisyaratkan bahwa media yang dikembangkan meskipun sudah dalam kategori baik, namun perlu dikembangkan lagi. Pengembangan bisa dilakukan dengan menggunakan media lain yang lebih interaktif,

atau dengan media yang sama namun desain yang berbeda.

Pengembangan Produk Buku Ajar Gerak Dasar Langkah Kaki Pada Aktivitas Ritmik Untuk Peserta Didik Kelas III SD Negeri Beji I Kecamatan Beji Kabupaten Pasuruan hanya dilakukan sampai pada revisi setelah ujicoba kelompok besar sehingga peneliti belum mengetahui tingkat efisiensi dari produk ini jika digunakan dalam sampel yang lebih luas. Oleh karena itu meneliti menyarankan sebelum diterapkan di sekolah lain, maka perlu dilakukan studi eksperimen tentang efektifitas produk ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdoellah, Arma. 1981. *Olahraga untuk Perguruan Tinggi*. Jakarta: Sastra Hudaya.
- Ardhana, Wayan. 2002. *Konsep Penelitian Pengembangan Dalam Bidang Pendidikan dan Pembelajaran*. Makalah Disajikan dalam Lokakarya Nasional Angkatan II, Pusat Pendidikan, Malang.
- Asim, 2001. *Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- BNSP. 2006. *Badan Standar Nasional Pendidikan Standar Isi Sekolah Dasar*. Jakarta: Badan Standar Nasional Pendidikan.
- Borg, W. R, and Gall, M.D. 1983. *Education Research An Introduction. Fourth Edition*. New York: Longman.
- Bucher, Charles A, 1983. *Foundation of Physical Education & Sport*. London: The C. V. Mosby Company.
- Dwiyogo, Wasis. 2010. *Dimensi Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olaharaga*. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Gagne, Robert M & Briggs Leslie J. 1979. *Principles of Instructional Design*. Amerika: Florida State University.
- Mardiana, Ade, Dkk. 2010. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Nurrochmah, Siti. 2013. *Pengembangan Media Pembelajaran Bentuk VCD model Gerak Dasar Aktivitas Ritmik Dan Senam Irama Untuk Siswa Sekolah Dasar*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Sadjiman, Arief S. (dkk). 2011. *Media Pendidikan Penelitian, Pengembangan dan pemanfaatannya*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sahara, Sayuti. 2005. *Materi Pokok Senam Dasar*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Simanjuntak, G, Victor. 2008. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Suharjana, 2010. *Aktivitas Ritmik Dalam Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 7(1): 2-15.
- Universitas Negeri Malang. 2010. *Pedoman Karya Ilmiah: Skripsi, Tesis, Disertasi, Artikel, Makalah, Laporan Penelitian*. Edisi kelima, Malang: Universitas Negeri Malang.