



Pengembangan Lembar Kerja Peserta Didik Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Menggantung Menggunakan Pendekatan Problem-Based Learning [Developing Students Worksheet of Hanging Style Long Jump Learning Using The Problem-Based Learning Approach]

Bernaditya Listiono*, Sri Winarni

Universitas Negeri Yogyakarta, Program Studi Ilmu Keolahragaan, Program Pascasarjana, Indonesia

The purpose of this study was to describe the development LKPD with PBL approach that is valid and practical. This study used the research method of developing a 4D model with test subjects in class X APHP 1 and X APL 1 at SMK N 1 Cangkringan, Sleman. The results of the teacher's practicality assessment after the LKPD applied in long jump learning in both classes met the practicality criteria with a very good category. The percentage of students' practicality assessment of LKPD with a minimum category both in both classes fulfilled more than 80%. In class X APHP 1 as many as 100% of students stated that LKPD in the minimum category was good and in class X APL 1 as many as 93.55%. Thus LKPD hanging style long jump learning with PBL approach can be said to be valid and practical.

OPEN ACCESS

ISSN 2548 2254 (online)

ISSN 2089 3833 (print)

*Correspondence:

Bernaditya Listiono
ditya.bd@gmail.com

Received: 10 July 2019

Accepted: 16 August 2019

Published: 20 August 2019

Citation:

Listiono B and Winarni S (2019)
Pengembangan Lembar Kerja Peserta Didik Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Menggantung Menggunakan Pendekatan Problem-Based Learning [Developing Students Worksheet of Hanging Style Long Jump Learning Using The Problem-Based Learning Approach].
PEDAGOGIA: Jurnal Pendidikan. 8:2.
doi: 10.21070/pedagogia.v8i2.2421

Keywords: Developing students worksheet, Hanging Style Long Jump Learning, Problem-Based Learning Approach

Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan pengembangan LKPD dengan pendekatan problem-based learning yang 1) valid dan 2) praktis. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan model 4D dengan subjek uji coba kelas X APHP 1 dan X APL 1 SMK N 1 Cangkringan, Sleman. Hasil penilaian kepraktisan guru setelah LKPD diterapkan dalam pembelajaran lompat jauh di kedua kelas memenuhi kriteria kepraktisan dengan kategori sangat baik. Persentase penilaian kepraktisan peserta didik terhadap LKPD dengan kategori minimal baik di kedua kelas memenuhi lebih dari 80%. Di kelas X APHP 1 sebanyak 100% peserta didik menyatakan LKPD dalam kategori minimal baik dan di kelas X APL 1 sebanyak 93,55%. Dengan demikian LKPD pembelajaran lompat jauh gaya menggantung dengan pendekatan problem-based learning dapat dikatakan valid dan praktis.

Keywords: Pengembangan LKPD, Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Menggantung, Pendekatan PBL

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi demikian diungkapkan oleh [Samsudin \(2008\)](#); [Nitko and Bookhart \(2011\)](#). Keberhasilan pembelajaran Penjas tentunya tidak terlepas pada proses pembelajaran baik perencanaan, pelaksanaan, maupun evaluasi. PP nomor 19 tahun 2005 pasal 19 ayat 3 dengan tegas mengemukakan bahwa setiap satuan pendidikan melakukan proses perencanaan pembelajaran, pelaksanaan proses pembelajaran, penilaian hasil pembelajaran, dan pengawasan proses pembelajaran untuk terlaksananya proses pembelajaran yang efektif dan efisien [Depdiknas \(2005\)](#). Salah satu perencanaan dan pelaksanaan yang dapat dilakukan adalah dengan cara mengembangkan dan menerapkan pendekatan pembelajaran yang didukung sumber belajar yang tepat, misalnya LKPD.

Inovasi pembelajaran dapat dilakukan dengan menerapkan pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan pendidikan abad ke-21 yang berbasis student centered. Hal tersebut tercermin melalui pengembangan perangkat pembelajaran yang sesuai, yaitu LKPD (Lembar Kerja Peserta Didik).

Permasalahan yang terjadi di lapangan dilihat berdasarkan persentase aktivitas dan hasil belajar siswa yang diperoleh pada saat observasi awal di SMK N 1 Cangkringan pada siswa kelas X yang berjumlah 124 orang. Aktivitas siswa saat menerima pelajaran lompat jauh gaya menggantung tergolong rendah ini dapat dilihat dari persentase aktivitas belajar lompat jauh gaya menggantung yang meliputi aktivitas visual, lisan, mendengarkan, metrik, mental dan emosional. Siswa terbagi menjadi 5 kategori, yaitu siswa dalam kategori sangat aktif 7 orang (6,12%), kategori aktif 21 orang (16,33%), kategori cukup aktif 61 orang (48,98%), kategori kurang aktif 35 orang (28,57%), dan siswa dalam kategori sangat kurang aktif tidak ada. Aktivitas belajar siswa dikatakan berhasil minimal berada pada kategori aktif, dilihat dari data hasil persentase di atas secara klasikal yang gaya menggantung secara klasikal tergolong kurang aktif. Dari hasil aktivitas belajar tersebut maka oleh sebab itu aktivitas perlu ditingkatkan lagi serta perlu dilakukan perbaikan dengan penggunaan model pembelajaran yang inovatif, efektif dan relevan dengan tujuan pembelajaran, sehingga aktivitas belajar siswa akan lebih meningkat. Berdasarkan hasil refleksi awal yang peneliti lakukan, masalah umum yang dialami dalam proses pembelajaran adalah rendahnya aktivitas siswa untuk belajar, dan model pembelajaran masih bersifat konvensional dan terpusat pada guru, sehingga peserta didik kurang dilibatkan dalam pembelajaran. Kurang dilibatkannya peserta didik dalam pembelajaran penjasorkes mengakibatkan kurang bermaknanya penjasorkes bagi peserta didik yang berangsur-angsur dapat menurunkan ketertarikan peserta didik terhadap pembelajaran.

LKPD yang digunakan di sekolah juga masih terbatas menyesuaikan pendekatan pembelajaran konvensional. LKPD

kebanyakan hanya berisi soal-soal rutin yang kurang mengasah peserta didik untuk berpikir.

Salah satu materi pembelajaran penjas yang dibahas di SMK adalah Lompat Jauh Gaya Menggantung. Menurut [Suherman \(2001\)](#) prinsip dasar lompat jauh adalah meraih kecepatan awalan yang setinggi-tingginya sambil mampu tetap melakukan tolakan yang kuat ke atas dengan satu kaki untuk meraih ketinggian saat melayang yang memadai sehingga dapat menghasilkan jarak lompatan. Untuk itu kondisi fisik dan teknik yang memadai perlu dimiliki oleh seorang pelompat yang baik. Sebelum peserta didik mempraktekkan teknik yang tepat, pembelajaran perlu diawali dengan pembahasan teori yang didukung dengan LKPD dengan pendekatan yang inovatif.

Untuk mengatasi hal tersebut, guru selaku fasilitator dalam pembelajaran penjasorkes perlu memikirkan LKPD dengan pendekatan pembelajaran yang mencegah pembelajaran yang hanya terpusat pada guru. Pendekatan pembelajaran tersebut selain meningkatkan pemahaman penjasorkes peserta didik terutama lompat jauh, juga diharapkan dapat memberi kebebasan peserta didik dalam berpikir sehingga nantinya dapat melatih kemampuan berpikir peserta didik.

Pembelajaran berbasis masalah merupakan alternatif pembelajaran yang sangat memperhatikan kemampuan berpikir peserta didik. Pembelajaran berbasis masalah dirancang untuk membantu peserta didik mengembangkan keterampilan berpikir, keterampilan menyelesaikan masalah, dan keterampilan intelektualnya; mempelajari peran-peran orang dewasa dengan mengalaminya melalui berbagai situasi riil atau situasi yang disimulasikan; dan menjadi pembelajar yang mandiri dan otonom [Arends \(2013\)](#).

Adanya fitur kolaborasi dalam pembelajaran berbasis masalah memungkinkan peserta didik bekerja sama dengan peserta didik lain. Adanya kerja sama di antara peserta didik akan memberikan motivasi untuk keterlibatan secara berkelanjutan dalam tugas-tugas kompleks [Arends \(2013\)](#). Selain itu, [Tan \(2009\)](#) menjelaskan "problem based learning optimizes on goal, need and the motivation that drives learning." Adanya kerjasama dan kerlibatan peserta didik akan mendorong peserta didik menyukai pembelajaran.

Dalam pembelajaran Penjas, PBL diharapkan dapat mengatasi kurang dilibatkannya peserta didik dalam pembelajaran dan menjadi terobosan pendekatan abad ke-21. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh [Yunanto \(2015\)](#) bahwa penerapan pembelajaran berbasis masalah dapat meningkatkan aktivitas belajar dan hasil belajar Penjas. Berkaitan dengan materi lompat jauh, model PBL terbukti dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik dalam materi lompat jauh [Jojo et al. \(2019\)](#). Penerapan pembelajaran berbasis masalah yang optimal perlu didukung oleh Lembar Kerja Peserta Didik yang sesuai. LKPD yang disusun dapat dirancang dan dikembangkan sesuai dengan kondisi dan situasi kegiatan pembelajaran yang akan dihadapi. [Arends and Kilcher \(2010\)](#) menyatakan bahwa sebagai salah satu seatwork, LKPD (standard worksheet) akan membantu peserta didik

agar tertarik dan menikmati pembelajaran. Keberadaan LKPD memberi pengaruh yang cukup besar dalam proses belajar mengajar, sehingga penyusunan LKPD harus memenuhi berbagai persyaratan selain ditinjau dari isi, yaitu syarat didaktik, syarat konstruksi, dan syarat teknik [Darmodjo and Kaligis \(1992\)](#).

Pengembangan LKPD menggunakan pendekatan pembelajaran berbasis masalah diharapkan dapat menjadi inovasi pembelajaran penjas yang sesuai dengan pendidikan abad ke-21, student-centered, melatih peserta didik berpikir, dan meningkatkan ketertarikan peserta didik. Hal ini sesuai dengan pendapat [Nitko and Bookhart \(2011\)](#) bahwa penerapan Pembelajaran berbasis masalah diharapkan akan mengoptimalkan sikap peserta didik terhadap pembelajaran karena sikap adalah karakteristik dari seseorang yang menggambarkan perasaan positif dan negatif mereka terhadap obyek, situasi, institusi, seseorang atau ide tertentu. pada tujuan, kebutuhan, dan motivasi yang mendorong belajar.

Walaupun Pembelajaran Berbasis Masalah dipercaya dapat mengoptimalkan pembelajaran lompat jauh, namun demikian belum ada penelitian yang mengupas mengenai pengembangan LKPD dengan memanfaatkan pendekatan PBL. Dengan pertimbangan tersebut maka diadakan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan kevalidan dan kepraktisan pengembangan LKPD (Lembar Kerja Peserta Didik) menggunakan pendekatan problem-based learning (PBL) pada pembelajaran lompat jauh gaya menggantung.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan model 4D. Model 4D terdiri dari tahap 1)define, 2)design, 3)develop, dan 4)disseminate. Jumlah subjek penelitian berjumlah 63 orang yang terbagi dalam dua yaitu kelas X jurusan APHP 1 dan kelas X APL1 TA 2017/2018, SMK Negeri 1 Cangkringan, Sleman. Instrumen yang digunakan untuk kevalidan LKPD adalah instrumen lembar kevalidan. Aspek penilaian kevalidan terdiri dari 1)kesesuaian materi, 2)kesesuaian dengan syarat didaktik, 3)kesesuaian dengan syarat konstruksi, dan 4)kesesuaian dengan syarat teknis. Untuk data kepraktisan diperoleh dari instrumen lembar keterbacaan, lembar kepraktisan guru, dan lembar kepraktisan peserta didik setelah diterapkan LKPD dalam pembelajaran dengan pendekatan PBL. Analisis data kevalidan dan kepraktisan dilakukan secara deskriptif. Tahap yang dilakukan adalah menjumlahkan setiap skor yang diperoleh dari hasil lembar kevalidan, lembar keterbacaan guru, lembar keterbacaan peserta didik, lembar kepraktisan guru, dan lembar kepraktisan peserta didik kemudian total skor dikonversi dengan bantuan konversi tabel kategori berikut.

[Table 1 about here.]

Kualitas LKPD materi lompat jauh gaya menggantung menggunakan pendekatan problem-based learning yang dikem-

bangkan dalam penelitian ini akan dilihat kevalidan dan kepraktisannya. LKPD dikatakan valid jika kevalidan yang dicapai minimal dalam kategori baik.

Kriteria kepraktisan dilihat dari hasil keterbacaan dan hasil penilaian kepraktisan. LKPD dikatakan praktis jika 1) hasil penilaian keterbacaan guru memenuhi kategori minimal baik, 2) hasil penilaian keterbacaan peserta didik memenuhi kategori minimal baik, 3) hasil penilaian kepraktisan guru memenuhi kategori minimal baik, dan 4) paling sedikit 80% peserta didik menyatakan kepraktisan LKPD yang digunakan berkategori minimal baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pengembangan LKPD mengikuti tahapan 4D. Pada tahap develop dilakukan proses validasi untuk mendapatkan data kevalidan LKPD. Masukan hasil validasi oleh 2 orang ahli (dosen) digunakan sebagai dasar untuk memperbaiki LKPD sebelum diberikan kepada 2 guru mitra dan 6 peserta didik berkemampuan tinggi, sedang, dan rendah untuk mendapatkan data keterbacaan. Hasil keterbacaan mendukung data kepraktisan. Masukan hasil proses keterbacaan digunakan untuk memperbaiki LKPD sebelum digunakan di kelas uji coba. Setelah uji keterbacaan dilakukan uji coba lapangan sebagai tahap develop sekaligus disseminate. Dari uji coba lapangan diperoleh data penilaian kepraktisan guru dan peserta didik yang mendukung data kepraktisan LKPD.

Hasil penilaian 2 orang ahli yaitu dosen Penjas terhadap kevalidan LKPD diperoleh bahwa LKPD memenuhi kriteria valid dengan kategori Sangat Baik. Masukan validator digunakan untuk perbaikan LKPD untuk selanjutnya dilakukan penilaian keterbacaan 2 guru dan 6 peserta.

Kepraktisan LKPD yang dikembangkan dilihat dari hasil uji keterbacaan guru, keterbacaan peserta didik, penilaian kepraktisan guru dan penilaian kepraktisan peserta didik. Hasil uji keterbacaan guru diperoleh bahwa LKPD memenuhi kategori sangat baik. Sedangkan hasil uji keterbacaan peserta didik diperoleh bahwa LKPD dalam kriteria cukup baik. Hasil ini dikarenakan LKPD masih memerlukan perbaikan. Saran dari peserta didik adalah banyaknya animasi yang malah mengganggu oleh karena itu perlu direvisi sebelum LKPD digunakan untuk ujicoba lapangan.

Uji coba lapangan dilakukan dengan cara menerapkan LKPD menggunakan pendekatan problem-based learning pada materi lompat jauh gaya menggantung di kelas X APHP 1 dan X APL 1. Setelah pembelajaran selesai, guru dan peserta didik pada masing-masing kelas diberi lembar penilaian kepraktisan untuk mendukung data kepraktisan. Hasil kepraktisan guru dan peserta didik dapat dilihat pada tabel berikut.

[Table 2 about here.]

Hasil penilaian kepraktisan guru pada tabel di atas mendukung bahwa LKPD dikatakan praktis dengan kategori sangat baik

ditinjau dari penilaian kepraktisan guru.

[Table 3 about here.]

Hasil yang sama juga diperoleh dari hasil kepraktisan peserta didik. Hasil kepraktisan peserta didik diperoleh bahwa minimal 80% peserta didik menyatakan LKPD dapat digunakan dengan kategori minimal baik. Oleh karena itu, hasil penilaian kepraktisan peserta didik mendukung bahwa LKPD yang dikembangkan memenuhi kriteria kepraktisan.

Dari hasil tersebut diperoleh bahwa LKPD menggunakan pendekatan Pembelajaran Berbasis Masalah dapat digunakan dalam pembelajaran lompat jauh gaya menggantung. Hal ini mendukung penelitian sebelumnya bahwa model Pembelajaran Berbasis Masalah memberikan pengaruh yang positif terhadap pembelajaran lompat jauh yang dilihat dari hasil belajar Jojo et al. (2019). Dengan hasil ini, pengembangan LKPD dengan pendekatan problem-based learning dapat menjadi temuan baru baik dilihat dari jenis penelitian pengembangan LKPD maupun dari segi pendekatan yang digunakan. Penelitian yang akan datang dapat dikembangkan LKPD dengan pendekatan yang sama untuk materi yang lain pada pembelajaran Penjas.

REFERENSI

- Arends, R. I. (2013). *Learning to Teach: Belajar Untuk Mengajar* (9th ed). 1, In *Terjemahan Helly Prajitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto* (Salemba Humanika: Salemba Humanika).
- Arends, R. I. and Kilcher (2010). *Teaching for Student Learning* (New York: Routledge).
- Darmodjo, H. and Kaligis (1992). *Pendidikan IPA II* (Jakarta: Depdikbud).
- Depdiknas (2005). *Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Nasional Pendidikan*.
- Jojo, I., Simanjuntak, V. G., and Hidasari, F. P. (2019). Pengaruh Metode Pembelajaran Problem Based Learning Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Siswa SMK Imanuel 2. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa* 8.
- Nitko, A. and Bookhart, S. (2011). *Educational assessment of students* (6th ed.) (Boston, MA: Pearson Education, Inc).
- Samsudin (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTs* (Jakarta: Litera).
- Suherman, A. (2001). *Pembelajaran Atletik Pendekatan Permainan & Kompetisi Untuk Siswa SMU/SMK* (Jakarta: Depdiknas).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. LKPD yang dikembangkan memenuhi kriteria kevalidan dengan kategori sangat baik.
2. LKPD diterapkan dalam pembelajaran lompat jauh di kedua kelas memenuhi kriteria kepraktisan dengan kategori sangat baik.
3. Persentase penilaian kepraktisan peserta didik terhadap LKPD dengan kategori minimal baik di kedua kelas memenuhi lebih dari 80%. Di kelas X APHP 1 sebanyak 100% peserta didik menyatakan LKPD dalam kategori minimal baik dan di kelas X APL 1 sebanyak 93,55%. Dengan demikian LKPD pembelajaran lompat jauh gaya menggantung dengan pendekatan problem-based learning dapat dikatakan valid dan praktis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tak lupa kami ucapkan terimakasih kepada pembimbing dan rekan-rekan prodi Ilmu Keolahragaan angkatan 2013 Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta sehingga dapat terselesaikannya artikel ini.

Tan, O.-S. (2009). *Problem-based Learning and Creativity* (Singapore: Cengage Learning).

Yunanto, T. F. (2015). Penerapan model pembelajaran Problem Based Learning (PBL) untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar mata pelajaran PJOK pada materi budaya hidup sehat di kelas VIII MTs Nurul Huda Banjarsari Selorejo Blitar.

Conflict of Interest Statement: The authors declare that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

Copyright © 2019 Listiono and Winarni. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.

LIST OF TABLES

1 Konversi Penilaian Kualitas LKPD 262
2 Penilaian Kepraktisan Guru 263
3 Penilaian Kepraktisan Peserta Didik 264

TABEL 1 | Konversi Penilaian Kualitas LKPD

Interval Penilaian LKS					
Kevalidan	Keterbacaan Guru	Keterbacaan Peserta Didik	Kepraktisan Guru	Kepraktisan Peserta Didik	Kategori
$X > 160$	$X > 56$	$X > 360$	$X > 28$	$X > 57,5$	Sangat Baik
$133,3 < X \leq 160$	$46,6 < X \leq 56$	$300 < X \leq 360$	$23,3 < X \leq 48$	$47,5 < X \leq 57,5$	Baik
$106,6 < X \leq 133,3$	$37,3 < X \leq 46,6$	$240 < X \leq 300$	$18,6 < X \leq 23,3$	$37,5 < X \leq 47,5$	Cukup Baik
$80 < X \leq 106,6$	$28 < X \leq 37,3$	$180 < X \leq 240$	$14 < X \leq 18,67$	$27,5 < X \leq 37,5$	Kurang Baik
$X \leq 80$	$X \leq 28$	$X \leq 180$	$X \leq 14$	$X \leq 27,5$	Tidak Baik

TABEL 2 | Penilaian Kepraktisan Guru

Guru 1	Guru 2
Kategori	Kategori
Sangat baik	Sangat baik

TABEL 3 | Penilaian Kepraktisan Peserta Didik

Kategori	X APHP 1 (N = 32)		APL 1 (N = 31)	
	n	%	n	%
Sangat Baik	14	43,75	15	48,39
Baik	18	56,25	14	45,16
Cukup Baik	0	0	2	6,45
Kurang Baik	0	0	0	0
Tidak Baik	0	0	0	0