



The Effect of Jumping Game Modification on Jumping Learning Outcomes in Elementary School

Pengaruh Modifikasi Permainan Lompat terhadap Hasil Belajar Lompat Jangkit di Sekolah Dasar

Yusrina Salsabiila^{1*}, Doni Andrijanto¹, Feri Johanis²

¹Universitas Negeri Surabaya

²SD Negeri Gading 1 Surabaya

*Correspondence: 2300103913220076@mhs.unesa.ac.id

ABSTRACT

PE learning in schools will be optimal if the available facilities and infrastructure are adequate. However, at the research site where I conducted, the facilities for PE are limited. Therefore, this study aims to increase students' movement experience through game modification. It is hoped that this activity can improve student learning outcomes, both in cognitive and psychomotor aspects. This study aims to determine the effect of game modification on basic movement learning outcomes in grade 5 students of SDN Gading 1 Surabaya. This study uses the purposive sampling method, where samples are selected based on certain criteria to suit the research objectives. The sample used was 30 5B grade students of SDN Gading 1 Surabaya. Data was collected through knowledge and skill tests with treatment in the form of game modifications. Data analysis was carried out using descriptive statistics, including averages, standard deviations, and variances, as well as inferential statistics with normality tests, t-tests, and improvement measurements. The results showed that game modification had an influence of 30% on psychomotor tests and 45% on students' cognitive tests.

Keywords: *Game Modifications, Triple Jump, Learning Outcomes*

ABSTRAK

Pembelajaran PJOK di sekolah akan optimal jika sarana dan prasarana yang tersedia memadai. Namun, di lokasi penelitian yang saya lakukan, fasilitas untuk PJOK terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menambah pengalaman gerak siswa melalui modifikasi permainan. Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan hasil belajar siswa, baik dalam aspek kognitif maupun psikomotor. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi permainan terhadap hasil belajar gerak dasar pada siswa kelas 5 SDN Gading 1 Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode purposive sampling, di mana sampel dipilih berdasarkan kriteria tertentu agar sesuai dengan tujuan penelitian. Sampel yang digunakan adalah 30 siswa kelas 5B SDN Gading 1 Surabaya. Data dikumpulkan melalui tes pengetahuan dan keterampilan dengan perlakuan berupa modifikasi permainan. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, meliputi rata-rata, standar deviasi, dan varians, serta statistik inferensial dengan uji normalitas, uji t-test, dan pengukuran peningkatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa modifikasi permainan memberikan pengaruh sebesar 30% pada tes psikomotor dan 45% pada tes kognitif siswa.

Kata Kunci: *Modifikasi Permainan, Lompat Jangkit, Hasil Belajar*

This is an open access article under the [CC - BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.



PENDAHULUAN

Pendidikan yang bertujuan mengembangkan ranah psikomotor sebagai fokus utama, serta ranah afektif dan kognitif, merupakan tujuan dari mata pelajaran PJOK. Pembelajaran PJOK sangat penting bagi anak agar mereka memiliki kondisi fisik, intelektual, serta mental spiritual yang baik, dan dapat berkembang sesuai dengan potensinya. Mata pelajaran PJOK di sekolah bertujuan untuk mengembangkan beberapa aspek, seperti kebugaran jasmani, keterampilan gerak, kemampuan berpikir kritis, sikap sosial, pengetahuan tentang pola hidup sehat, serta wawasan sosial, termasuk pengetahuan tentang narkoba dan pendidikan seks (Mashud, 2018).

Gerak dasar merupakan kemampuan yang, jika dikuasai dengan baik sejak masa kanak-kanak, akan

mendukung perkembangan gerak lebih lanjut yang bermanfaat bagi kesehatan, motorik, kognitif, sosial, dan emosional anak (Syahril, 2015). Berdasarkan penelitian (Nugraha et al., 2018), hasil observasi awal menunjukkan bahwa hanya 42% siswa kelas 5 yang memiliki nilai di atas KKM dalam pola gerak manipulatif, yang mengindikasikan kemampuan manipulatif siswa tergolong rendah. Setelah diberikan treatment, persentase meningkat menjadi 49%, meskipun masih berada di kategori yang kurang.

Siswa umumnya menyukai tantangan atau permainan baru, sehingga guru perlu menghadirkan materi yang menyenangkan dan menantang. Namun, dalam pembelajaran atletik, antusiasme siswa sering rendah karena kurangnya fasilitas dan materi yang kurang menarik. Hal ini berdampak pada kebosanan dan menurunnya kebugaran jasmani. Oleh karena itu, pembelajaran yang menggunakan model permainan dengan alat sederhana sebagai media dapat lebih menarik minat siswa. Mengingat karakter siswa SD yang mudah bosan, guru perlu memberikan pembelajaran yang bervariasi dan menyenangkan. Guru sebagai fasilitator harus kreatif dalam memodifikasi permainan agar siswa tertarik dan materi dapat diterima dengan baik. Pendekatan bermain menjadi metode belajar yang memberikan kebebasan kepada siswa untuk mengekspresikan kemampuan mereka secara kompetitif (Prasetyo, 2016).

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pengalaman gerak dan pengetahuan tentang kombinasi gerak dasar lompat, di mana penggunaan modifikasi permainan diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar lompat jangkit pada siswa serta memperkaya pengalaman gerak siswa, khususnya pada materi kelas 5 yang mencakup kombinasi gerak jalan, lari, lompat, dan lempar. Berdasarkan permasalahan di SDN Gading 1 Surabaya, penelitian ini disusun dengan judul "Pengaruh Modifikasi Permainan Lompat Terhadap Hasil Belajar Lompat Jangkit di Sekolah Dasar".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen karena melibatkan perlakuan atau treatment. Menurut (Maksum, 2018), penelitian ini dikategorikan sebagai eksperimen semu (quasi-experiment) karena subjek penelitian adalah satu kelompok utuh yang tidak dapat dipecah atau dipindahkan demi menghindari keberatan dari pihak sekolah terkait pengacakan atau perubahan kelas yang sudah ada. Rancangan penelitian ini menggunakan metode purposive sampling, di mana sampel dipilih berdasarkan kriteria tertentu agar sesuai dengan tujuan penelitian, yakni siswa kelas 5B SDN Gading 1 Surabaya.

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data meliputi dua jenis instrumen untuk mengukur pengetahuan dan keterampilan siswa. Instrumen Penilaian Pengetahuan atau Kognitif melibatkan soal tertulis terkait konsep gerak dasar dan gerak kombinasi. Siswa diberikan 10 soal pilihan ganda, dengan skor dihitung berdasarkan jumlah jawaban yang benar (10 x jumlah soal yang dijawab benar).

Untuk tes keterampilan, penilaian gerak dasar lompat dilakukan melalui lompat jangkit dengan target. Siswa diminta untuk melakukan lompat jangkit dengan langkah yang dimulai dengan dua kaki yang sama, berganti ke satu kaki lainnya, dan diakhiri dengan lompatan ke depan. Hasil lompat ini kemudian diukur. Tanda berupa kerucut atau mistar digunakan untuk menandai awal dan akhir lompatan, dan skor ditentukan dari perolehan jarak lompatan yang dicapai oleh setiap siswa. Hasil perolehan poin lompatan ditampilkan dalam tabel.

Tabel 1. Instrumen Penilaian Lompat Jangkit dengan Target

No	Hasil Lompatan	Poin
1	≤ 170 cm	1
2	171 cm – 190 cm	2
3	191 cm – 210 cm	3
4	211 cm – 230 cm	4
5	231 cm – 250 cm	5
6	Setiap jarak lompatan +20 cm	Poin bertambah 1

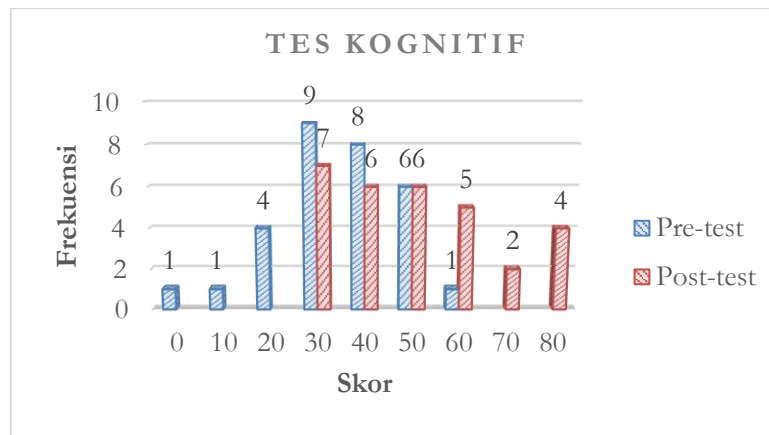
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan dari pre-test dan post-test pada siswa SDN Gading 1 Surabaya kelas 5B menggunakan *one group pre-test post-test design* yaitu hanya menggunakan satu kelompok eksperimen dengan memberikan *pre-test* kemudian *treatment* dan dilakukan *post-test*. Data perolehan dari hasil *pre-test* dan *post-test* diolah untuk mengetahui hasil dari mean, standar deviasi (SD), dan varian. Hasil analisis statistik deskriptif *pre-test* dan *post-test* pengaruh modifikasi permainan terhadap hasil belajar lompat jangkit dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Penilaian Kognitif

	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Nilai Tertinggi	60	80
Nilai Terendah	0	30
<i>Mean</i>	35	50
Standar Deviasi	13.322	16.914
Varian	177.471	286.092
T-test Sampel Sejenis (Uji Beda)	0.000	
Persentase Peningkatan	45%	

Berikut ini data hasil pre-test dan post-test kognitif:



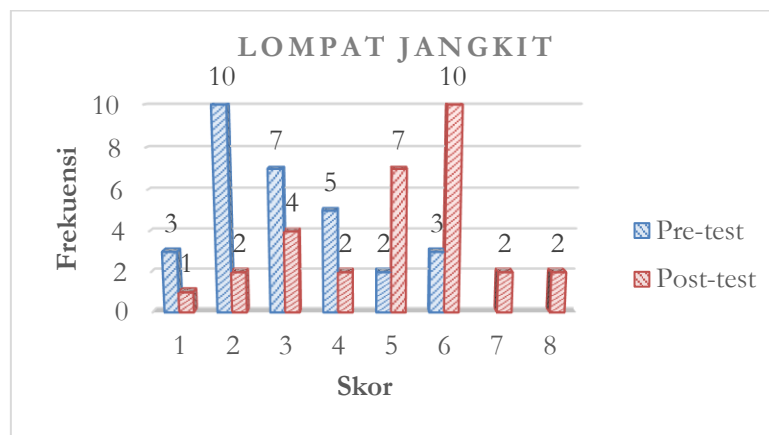
Gambar 1. N. Tes Kognitif

Pada data hasil nilai pre-test dan post-test adanya pengaruh pada hasil belajar lompat jangkit siswa sekolah dasar melalui modifikasi permainan dan terdapat peningkatan yang sebesar 45% pada hasil tes pengetahuan atau kognitif siswa.

Tabel 3. Hasil Penilaian Psikomotor

	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Nilai Tertinggi	6	8
Nilai Terendah	1	1
<i>Mean</i>	3	4
Standar Deviasi	1.461	1.742
Varian	2.133	3.034
T-test Sampel Sejenis (Uji Beda)	0.000	
Persentase Peningkatan	30%	

Berikut ini data hasil pre-test dan post-test kognitif:



Gambar 2. N. Tes Lompat Jangkit

Dapat disimpulkan bahwa hasil Persentase peningkatan hasil belajar keterampilan pada hasil belajar lompat jangkit melalui modifikasi permainan yaitu sebesar 30%. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan one-

sample kolmogorov smirnov test dengan program SPSS versi 26. Pada uji prasyarat penelitian ini berdistribusi normal karena $p > 0,5$ sehingga hipotesis diterima.

Tabel 4. Hasil Penilaian Psikomotor

Data		P	Sig	Keterangan
Kognitif	<i>Pre-test</i>	0.106	0.05	Normal
	<i>Post-test</i>	0.010	0.05	Normal
Psikomotor	<i>Pre-test</i>	0.011	0.05	Normal
	<i>Post-test</i>	0.707	0.05	Normal

Berdasarkan hasil dari tabel di atas, terlihat bahwa hasil pre-test dan post-test siswa kelas 5 SD Islam Mufidah Surabaya memiliki nilai $p(\text{Sig.}) > 0,5$, yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Uji normalitas ini menggunakan menu exact, dan hasil yang dipakai adalah exact Sig. (2-tailed) karena jumlah sampel yang digunakan relatif kecil, sebagaimana dijelaskan dalam buku SPSS oleh (Mehta, C.R., and Patel, 2007). Menurut (Tafonao, 2018), penggunaan media dalam pembelajaran dapat menyalurkan pesan dan merangsang pikiran, perasaan, serta minat peserta didik, sehingga media yang baik dapat memotivasi siswa untuk belajar, baik di dalam maupun di luar kelas.

Peran guru dalam menerapkan pembelajaran PJOK sangat penting dalam menentukan keberhasilan proses pembelajaran. Selain itu, metode pengajaran, kurikulum, serta ketersediaan sarana dan prasarana juga sangat berpengaruh dalam mendukung peran guru, sebagaimana diungkapkan oleh (Prayadi & Putra, 2022). Dengan demikian, sarana dan prasarana yang baik mampu menunjang proses pembelajaran yang efektif bagi guru dan siswa.

Modifikasi permainan dalam pembelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan) merupakan pendekatan yang digunakan untuk membuat aktivitas fisik lebih menarik, menantang, dan disesuaikan dengan kebutuhan serta kemampuan siswa. Modifikasi ini mencakup perubahan dalam aturan, alat, atau cara bermain sehingga materi lebih mudah dipahami dan diaplikasikan oleh siswa. Tujuannya adalah meningkatkan minat belajar, memperkaya pengalaman gerak, serta mendukung perkembangan fisik, kognitif, dan sosial-emosional siswa. Modifikasi permainan yaitu suatu perubahan yang memberikan dampak bagi siswa pada saat proses pembelajaran agar permainan lebih mudah dipelajari dan menarik sehingga metode yang digunakan untuk belajar mampu menciptakan suasana yang santai dan menyenangkan (Masgumelar et al., 2019).

Selain itu, menurut (Prayoga et al., 2022) modifikasi permainan juga dapat mendorong minat siswa dalam mengikuti pembelajaran sehingga siswa akan merasa lebih senang karena tidak adanya peraturan yang ketat dalam melakukan aktivitas dalam pembelajaran PJOK. Modifikasi permainan membantu guru menciptakan pembelajaran yang bervariasi dan menyenangkan, sehingga siswa lebih antusias dan tidak cepat bosan dalam mengikuti pelajaran. Penggunaan permainan yang dimodifikasi memungkinkan siswa belajar melalui aktivitas fisik yang kompetitif dan ekspresif, sambil tetap fokus pada pencapaian tujuan pembelajaran, seperti penguasaan keterampilan gerak dasar (seperti lompat, lari, dan lempar) serta pola hidup sehat.

Menurut (Hanafi & Hartati, n.d.) tujuan utama dari pembelajaran PJOK yaitu siswa dapat menunjukkan kemampuan atau keterampilan manipulatif, lokomotor, dan lokomotor mereka dengan baik agar siswa dapat memahami aktivitas jasmani dengan memberikan peluang agar siswa mendapatkan kesenangan, menyatakan diri pribadi, dan komunikatif. Dalam pembelajaran PJOK, modifikasi permainan dapat menjadi metode alternatif yang efektif, karena mampu mengembangkan aspek kebugaran jasmani, kemampuan berpikir kritis, serta sikap sosial siswa, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan hasil belajar secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa modifikasi permainan memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil belajar lompat jangkit siswa kelas 5 SDN Gading 1 Surabaya, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima. Modifikasi permainan terbukti meningkatkan hasil belajar lompat jangkit dengan persentase peningkatan sebesar 30% setelah dua kali pertemuan menggunakan treatment tersebut. Modifikasi permainan ini juga dapat menjadi alternatif yang efektif dalam pembelajaran, karena materi lebih mudah dipahami oleh siswa, dan pengalaman gerak mereka meningkat. Selain itu, guru juga dapat mengevaluasi hasil belajar siswa dari aspek kognitif dan psikomotor.

Terdapat peningkatan yang signifikan pada hasil belajar lompat jangkit siswa melalui modifikasi permainan, yang dibuktikan dengan nilai signifikansi uji t, di mana t hitung pada tes tulis sebesar 5,470 lebih besar dari t tabel 1,697, dan pada tes lompat jangkit t hitung sebesar 6,911 juga lebih besar dari t tabel 1,697. Selain itu, nilai Sig. (2-tailed) pada seluruh rangkaian tes adalah 0,000, yang menunjukkan signifikansi pengaruh modifikasi permainan

terhadap hasil belajar.

Daftar Pustaka

- Hanafi, I., & Hartati, S. C. Y. (n.d.). Penerapan Modifikasi Permainan Terhadap Hasil Belajar Shooting Pada Permainan Futsal (Studi Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 28 Surabaya). *Penerapan Modifikasi Permainan Terhadap Hasil Belajar Shooting Pada Permainan Futsal (Studi Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Smp Negeri 28 Surabaya)*, 189–194.
- Maksum, A. (2018). Metodologi Penelitian Dalam Olahraga. *Jawa Barat: CV Jejak*, 1(1), 113–213.
- Masgumelar, N. K., Dwiyo, W. D., & Nurrochmah, S. (2019). Modifikasi Permainan Menggunakan Blended Learning Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(7), 979. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v4i7.12645>
- Mashud. (2018). *Analisis Masalah Guru PJOK dalam Memwujudkan Analysis od PJOK Teacher Problems in Realizing Physical*. 17(2), 77–85.
- Mehta, C.R., and Patel, N. R. (2007). SPSS Exact Tests. *SPSS16.0 Manual*, 1(1), 11–29.
- Nugraha, L., Mahendra, A., & Herdiyana, I. (2018). Penerapan Model Pendidikan Gerak Dalam Pengembangan Pola Gerak Dasar Manipulatif Melalui Kerangka Analisis gerak (Movement Analysis Framework). *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 1(2), 24–26. <https://doi.org/10.17509/tegar.v1i2.11935>
- Prasetyo, K. (2016). Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 6(3), 196–205. <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2016.v6.i3.p196-205>
- Prayadi, H. Y., & Putra, H. D. C. (2022). Peran Guru PJOK dalam Upaya Meningkatkan Minat dan Pelaksanaan Pembelajaran Atletik Nomor Lompat Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(1), 48–56. <https://doi.org/10.21831/jpji.v18i1.49136>
- Prayoga, G. A. N., Heynoek, F. P., & Yudasmara, D. S. (2022). Pengembangan Model Pembelajaran Kebugaran Jasmani Dengan Modifikasi Permainan Pada Siswa Kelas VIII. *Sport Science and Health*, 2(10), 500–510. <https://doi.org/10.17977/um062v2i102020p500-510>
- Syahrial, B. (2015). Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak. *Unp Press*, 1(1), 16–18.
- Tafonao, T. (2018). Peranan Media Pembelajaran Dalam Meningkatkan Minat Belajar Mahasiswa. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 2(2), 103–105. <https://doi.org/10.32585/jkp.v2i2.113>