

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN PANAHAN BERBASIS MEDIA PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SDI AMANAH BANGSA BEKASI

Veren Andika Sari,^{1✉} Ferry Yohannes Wattimena², Iwan Setiawan²

¹ Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia.

² Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia.

DOI: 10.21009/jpja.v3i01.15572

Article History

Submitted : -

Accepted : -

Published : Mei 2020

Keywords

Pengembangan model; Panahan; Ekstrakurikuler.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk membuat pengembangan model latihan panahan berbasis media yang berhubungan dengan panahan pada siswa ekstrakurikuler SDI Amanah Bangsa Bekasi. Penelitian ini dilaksanakan di sekolah SDI Amanah Bangsa. Dilihat dari latihan siswa ekstrakurikuler panahan SDI Amanah Bangsa Bekasi dimana siswa melakukan latihan masih menggunakan metode ceramah dan demonstrasi untuk memberikan tehnik latihan gerakan memanah yang benar, tampak terlihat sebagian besar anak-anak kurang senang, anak merasa jenuh dan monoton, anak justru bercanda dengan teman lainnya. pelatih belum pernah menggunakan media untuk menjelaskannya termasuk penggunaan variasi media gambar dalam bentuk face target. Tujuannya agar siswa tidak merasa bosan dan merasa nyaman saat berlatih dan membuat siswa lebih tertarik dan menciptakan suasana yang menyenangkan bagi siswa ekstrakurikuler panahan dalam melakukan latihan memanah. penelitian dilakukan dengan mencari informasi, melakukan observasi dan juga wawancara kepada pelatih terlebih dahulu untuk mengetahui masalah yang ada pada latihan memanah. maka peneliti membuat 12 model latihan berbasis media yang layak kemudian divalidasi oleh 3 orang ahli panahan. Kemudian pengembangan model latihan berbasis media di uji cobakan pada siswa ekstrakurikuler panahan di SDI Amanah Bangsa Bekasi dan teknik analisa data menggunakan validitas ahli. Hasil akhir adalah bahwa pengembangan model latihan panahan berbasis media layak dan efektif digunakan untuk siswa ekstrakurikuler panahan SDI Amanah Bangsa Bekasi.

PENDAHULUAN

Yudik Prasetyo (2018) dalam bukunya menjelaskan bahwa memanah merupakan olahraga yang cukup populer di era sekarang. Sehingga banyak ditemukan disekolah panahan dan tersebar hampir di seluruh kota-kota besar di Indonesia. Memanah bukanlah suatu jenis olahraga yang mudah dipelajari dalam waktu yang singkat. Namun, perlu waktu untuk dapat menguasainya dengan benar.

Panahan merupakan suatu kegiatan menggunakan busur untuk menembakkan anak panah. Olahraga ini memiliki target yang hendak diraih sehingga bisa membuat penasaran apabila kita tidak dapat meraih sasaran terbaik yang diinginkan. Banyak dari kita yang tidak merasa menikmati saat berlatih panahan, missal karena ada rasa pegal, bosan, terburu-buru, dan tidak maksimal. (Defrizal dan Yessy 2015)

Olahraga panahan salah satu dari tiga jenis olahraga yang dianjurkan oleh Rasulullah SAW, sehingga banyak anak-anak yang menyukai olahraga panahan. Panahan menjadi suatu kegiatan olahraga pilihan bagi sebagian masyarakat sebagai olahraga rekreasi dan menjadi alternatif sarana refreshing, ada juga sebagian masyarakat yang menjadikan olahraga panahan menjadi salah satu ajang untuk menuangkan hobi, bahkan kini semakin banyak pula masyarakat yang belajar olahraga panahan sebagai ajang meraih prestasi.

Tehnik memanah bagi pemula pada dasarnya ada sembilan langkah (Damiri, 2010), yaitu; 1) Cara Berdiri, 2) Cara Memasang Ekor Anak Panah, 3) Posisi Setengah Tarikan Atau Set Up, 4) Menarik Tali, 5) Penjangkaran, 6) Menahan Sikap Memanah, 7) Membidik, 8) Melepas Anak Panah, 9) Gerak Lanjut.

Menurut Wiyani (2013), menyatakan bahwa : Kegiatan ekstrakurikuler merupakan

kegiatan yang dilakukan dalam mengembangkan aspek-aspek tertentu dari apa yang ditemukan pada kurikulum yang sedang dijalankan, termasuk yang berhubungan dengan bagaimana penerapan sesungguhnya dari ilmu pengetahuan yang dipelajari oleh peserta didik sesuai dengan tuntutan kebutuhan hidup mereka maupun lingkungan sekitarnya.

Pada Ekstrakurikuler SDI Amanah Bangsa terdapat kegiatan pendidikan diluar jam pelajaran salah satunya adalah panahan yang ditunjukkan untuk membantu perkembangan peserta didik, sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh peserta didik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah.

Peneliti melakukan mencari informasi, melakukan observasi dan juga wawancara kepada pelatih Ekstrakurikuler panahan SDI Amanah Bangsa terlebih dahulu untuk mengetahui masalah yang ada pada latihan memanah. Melihat cara pelatih dimana siswa melakukan latihan masih menggunakan metode ceramah dan demonstrasi untuk memberikan tehnik latihan gerakan memanah yang benar, tampak terlihat sebagian besar anak-anak kurang senang, anak merasa jenuh dan monoton, anak justru bercanda dengan teman lainnya. pelatih belum pernah menggunakan media untuk menjelaskannya termasuk penggunaan variasi media gambar dalam bentuk face target, Oleh karna itu peneliti mencoba menerapkan salah satu pengembangan model latihan yaitu pengembangan model latihan panahan berbasis media pada siswa ekstrakurikuler SDI Amanah Bangsa Bekasi. Tujuannya agar siswa tidak merasa bosan dan merasa nyaman saat

berlatih dan membuat siswa lebih tertarik dan menciptakan suasana yang menyenangkan bagi siswa ekstrakurikuler panahan dalam melakukan latihan.

Media gambar merupakan alat bantu pada kegiatan belajar yang akan memberi pengalaman visual untuk anak supaya lebih mendorong motivasi dan menambah daya tarik siswa. Penggunaan media ini untuk memudahkan proses pembelajaran ekstrakurikuler panahan.

Oleh sebab itu peneliti merencanakan untuk membuat gagasan atau ide-ide menarik untuk mengembangkan model latihan panahan menjadi lebih menarik dan bervariasi. Peneliti juga mengharapkan dengan adanya pengembangan latihan dengan variasi media gambar ini dapat membuat lebih banyak model latihan yang lebih menyenangkan.

Menurut Arief S. Sadiman (2011) Kata media berasal dari bahasa latin medium yang secara harfiah berarti 'tengah', 'perantara', atau 'pengantar' dan merupakan bentuk jamak dari kata medium yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar. Media adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim ke penerima sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat serta perhatian siswa sedemikian rupa sehingga proses belajar terjadi.

Penelitian ini peneliti menggunakan media belajar berupa variasi media gambar dalam bentuk face target untuk agar siswa tidak merasa bosan dan merasa nyaman saat berlatih dan membuat siswa lebih tertarik dan menciptakan suasana yang menyenangkan bagi siswa ekstrakurikuler panahan dalam melakukan latihan.

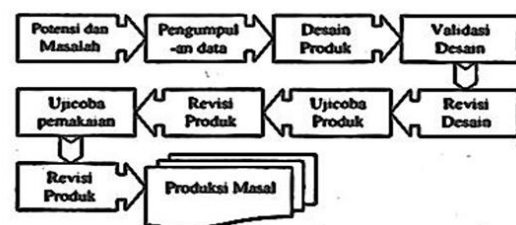
Dalam penelitian ini sebelumnya ada yang meneliti mengenai model latihan panahan

berbasis media oleh Hidayat Humaid 2017 dengan judul Pengembangan model latihan fisik cabang olahraga panahan dengan media alat bantu bosu ball, Di dalam penelitian tersebut dapat diketahui bahwa model latihan panahan menggunakan media dapat di gunakan (Humaid 2017)

Berdasarkan apa yang sudah dijelaskan di atas penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul Model latihan panahan berbasis media pada siswa ekstrakurikuler SDI Amanah Bangsa Bekasi.

METODE

Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode *Research & Development* (Sugiyono 2008) untuk mengembangkan dan memvalidasi produk berupa pengembangan model latihan panahan berbasis media pada siswa ekstrakurikuler SDI Amanah Bangsa. Sugiono dalam bukunya ada sepuluh langkah-langkah dalam penelitian dan pengembangan antara lain: (1) Potensi dan masalah, (2) Pengumpulan data, (3) Desain produk. (4) Validasi desain. (5) Revisi desain. (6) Uji coba produk. (7) Revisi produk. (8) uji coba pemakaian. (9) Revisi produk akhir. (10) Produksi massal (2008).



Gambar 1. Sumber. Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan, (Bandung: ALFABETA, 2008).

Penelitian pendahuluan merupakan cara yang dilakukan agar mendapatkan informasi yang dibutuhkan untuk mengembangkan model latihan . pengamatan yang dilakukan selama proses latihan adalah kondisi siswa saat mengikuti ekstrakurikuler panahan. Oleh karena itu peneliti ingin memberikan acuan tambahan model latihan panahan berbasis media agar latihan memanah tidak monoton dan membosankan. latihan ini diharapkan dapat membuat siswa menjadi lebih antusias, tertarik dan senang dalam mengikuti ekstrakurikuler panahan. Memperoleh informasi dengan cara observasi dilakukan dengan wawancara kepada salah satu pelatih di SDI Amanah Bangsa Bekasi dan pengamatan lapangan. Berdasarkan paparan hasil penelitian awal disimpulkan bahwa perlu untuk membuat model latihan panahan berbasis media pada siswa ekstrakurikuler SDI Amanah Bangsa Bekasi.

Rencana rancangan dalam pembuatan model latihan panahan berbasis media ini menggunakan rancangan model menurut Sugiyono. Setelah mengetahui masalah melalui informasi pengumpulan data, maka untuk menentukan rencana dan langkah-langkah pelaksanaan akan disesuaikan dengan kondisi yang sebenarnya dilapangan.

Perancangan pembuatan model peneliti menyesuaikan dengan langkah-langkah penelitian model latihan panahan berbasis media pada siswa SDI Amanah Bangsa Bekasi yang dipaparkan sesuai dengan kondisi penelitian yang sebenarnya. Pada tahap ini peneliti membuat 12 model latihan panahan berbasis media pada siswa ekstrakurikuler SDI Amanah Bangsa Bekasi.

Telaah yang dilakukan para ahli dalam menyikapi latihan panahan berbasis media sangat bermanfaat agar model dapat dievaluasi dari bagian-bagian yang perlu diperbaiki atau

dihilangkan. Tahap ini dilakukan pada hasil model yang telah dibuat oleh peneliti berupa rancangan tulisan dan gambar model latihan panahan berbasis media pada ekstrakurikuler SDI Amanah Bangsa Bekasi. Beberapa ahli yang terlibat dalam menelaah model ini adalah dua ahli panahan dan pelatih ekstrakurikuler panahan. Hasil evaluasi dari para ahli akan menjadi masukan untuk menyempurnakan rancangan model latihan panahan sebelum diuji cobakan kepada sekala kecil.

Langkah selanjutnya adalah uji coba sekala kecil setelah dievaluasi oleh para ahli dan dianggap layak untuk diaplikasikan, uji coba skala kecil dengan mengambil sample sekolah yang berbeda yaitu SDIT Raudhatul Muttaqin sebanyak 12 siswa. Setelah uji coba skala kecil selanjutnya dilakukan dengan skala besar dan subyek uji coba yang menjadi sasaran penelitian. Langkah uji coba skala besar dengan menjalankan produk yang telah dibuat dengan sample yang sudah ditentukan. Subyek uji coba skala besar adalah 21 orang.

Tujuan dari uji coba ini agar mendapatkan data dengan menganalisis dan melah uji coba mengumpulkan produk setelah diuji coba skala kecil. Dalam mengaplikasikan model agar sesuai dengan tujuan antara lain: a) menjelaskan konsep model kepada subyek. b) mengaplikasikan model latihan panahan berbasis media kepada subyek. c) meminta ahli memberikan tanggapan mengenai produk dengan kuisisioner d) evaluasi dari yang telah dilakukan oleh pakar.

Kesimpulan dari pengaplikasian secara skala besar merupakan titik akhir dari perbaikan agar pada model latihan panahan berbasis media sesuai dengan yang diinginkan. Tanggapan pakar setelah mengaplikasikan model latihan panahan berbasis media secara

langsung akan dijadikan sebagai evaluasi perbaikan model.

Evaluasi tahap ini adalah akhir dari evaluasi model latihan berbasis media, setelah telaah dan masukan dari uji lapangan, maka model latihan panahan berbasis media dianggap layak untuk diproduksi masal atau digunakan.

Implementasi produk hasil akhir berupa model latihan panahan berbasis media pada siswa ekstrakurikuler SDI Amanah Bangsa dan dapat diimplementasikan pada saat ekskul memanah. model ini dapat dipergunakan dalam beberapa waktu sesuai dengan kebutuhan para pelatih di Sekolah Dasar. Model latihan panahan berbasis media ini dapat dikembangkan kembali dan dijadikan bahan baru.

Data pada penelitian ini digunakan data kuantitatif sesuai dengan keadaan dan kondisi yang hanya digambarkan untuk latihan ekstrakurikuler panahan dan instrumen yang digunakan berupa angket untuk analisis kebutuhan, kuisisioner evaluasi para ahli sebelum dan pada saat uji skala besar . Berdasarkan model yang peneliti temukan dan sempurnakan dengan menggunakan analisis kebutuhan, kuisisioner para ahli. Diharapkan dari kuisisioner mendapatkan informasi dari pelatih atau siswa yang merasakan langsung dilapangan dan dapat mengatasi kendala yang sering dirasakan dan mengetahui model latihan seperti apa yang diinginkan. Berdasarkan temuan model, peneliti menemukan 12 model latihan panahan berbasis media pada siswa ekstrakurikuler SDI Amanah Bangsa Bekasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari produk yang dikembangkan berupa buku model latihan panahan menggunakan Media. Media yang dimaksud

yaitu variasi media gambar dalam bentuk face target. Model yang digunakan adalah model pengembangan menurut Sugiyono.

pengembangan model latihan panahan berbasis media dilakukan secara berkelompok maupun perorangan di setiap modelnya. setiap model media disajikan dalam bentuk yang sama tetapi langkah-langkah yang berbeda di setiap model media serta mudah diterapkan dalam proses berlatih panahan agar nantinya diharapkan dapat mencapai tujuan yang sesuai.

Hasil Analisis Kebutuhan

Analisis kebutuhan pada penelitian model latihan panahan berbasis media bertujuan untuk menganalisis kebutuhan pengembangan model latihan panahan berbasis media. Adapun hasil analisis kebutuhan dalam penelitian ini menggunakan data wawancara dengan pelatih ekskul panahan di SDI Amanah Bangsa pada tanggal 25 oktober 2019. Berikut penjabaran hasil analisis kebutuhan yang di peroleh peneliti.

Tabel 1. Instrument penelitian

NO	Butir Soal	Temuan
1	Apakah anak-anak disini sudah mahir dalam memanah?	Belum mahir secara maksimal
2	Media apa saja yang digunakan untuk latihan panahan?	Media yang digunakan hanya menembak dengan busur barebow, cagrakan, bantalan, dan target yang itu-itu saja
3	Bagaimana antusiasme siswa dalam mengikuti latihan panahan?	Pada awal latihan siswa antusias dalam mengikuti latihan memanah, akan tetapi kurangnya variasi materi latihan menyebabkan siswa bosan dan kurang mengikuti instruktur pelatih
4	Apakah terdapat sarana dan prasarana yang memadai?	Untuk sarana prasarana sudah cukup memadai namun kurang

		kreatifitas untuk materinya yang kurang begitu variasi
5	Apakah siswa bersemangat dalam melakukan latihan memanah?	Cukup bersemangat namun sering bercanda teman sebaya dan bosan dikarenakan model latihan masih minim variasi

8. Rebut Botolnya
9. Score Beregu
10. Mendengarkan Penjumlahan
11. Angka Berkelompok
12. Point Pada Target

Efektifitas Model

Uji kelayakan di atas berdasarkan hasil telaah para ahli menyatakan dari 12 model latihan layak untuk diujicobakan. Dari penilaian yang ditelaah oleh para ahli adapun kritik dan saran pada beberapa model latihan yang layak agar menjadikan model yang dikembangkan dan diciptakan ini lebih baik lagi. Langkah selanjutnya adalah uji coba skala kecil setelah dievaluasi oleh para ahli dan dianggap layak untuk diaplikasikan, uji coba skala kecil dengan sampel 12 siswa SDIT Raudhatul Muttaqin. Produk ini tidak hanya membuat pengembangan model latihan panahan berbasis media tetapi memberikan instrumen berupa angket untuk siswa. Hasil ini didapat dari data kemudahan dan kemenarikan model pada pengembangan model latihan panahan berbasis media yang diberikan kepada responden yaitu siswa SDIT Raudhatul Muttaqin Bekasi. Pengambilan data ini dengan cara memberikan angket kuisioner pada responden dan data diperoleh dengan menghitung rata-rata presentase dari jumlah keseluruhan jawaban.

Tabel 2. Hasil Validasi Ahli

NO	Model	Keterangan
1	Model 1	Layak
2	Model 2	Layak
3	Model 3	Layak
4	Model 4	Layak
5	Model 5	Layak
6	Model 6	Layak
7	Model 7	Layak
8	Model 8	Layak
9	Model 9	Layak
10	Model 10	Layak
11	Model 11	Layak
12	Model 12	Layak

Model Final

Dari beberapa model yang sudah melawati telaah para ahli terdapat 12 model yang layak untuk diujicobakan dan digunakan dalam pengembangan model latihan sebagai berikut:

1. Habiskan Anak Panahnya
2. Habiskan Hewan Yang Berbeda
3. Mendengarkan Angka
4. Berpacu Dalam Warna
5. Reaksi Mendengarkan
6. Berpacu Pada Lingkaran Tengah
7. Tiga Warna Yang Berbeda

Tabel 3. Uji coba Skala Kecil

No	Variabel	Skor Hasil	Skor Maksimal	%	Keterangan
1.	Kemudahan	452	576	78 %	Baik
2.	Kemenarikan	490	576	85 %	Sangat Baik

Berdasarkan tabel tersebut hasil yang didapatkan 78 % untuk data kemudahan dan

dinyatakan baik. Serta data kemenarikan yang diperoleh 85 % dinyatakan sangat baik.

Setelah uji coba skala kecil selanjutnya dilakukan revisi sebelum pada uji coba skala besar dan subyek uji coba yang menjadi sasaran penelitian. Langkah uji coba skala besar dengan menjalankan produk yang telah dibuat dengan *sample* yang sudah ditentukan.

Adapun masukan dari pelatih panahan:

Petunjuk Pelaksanaan model latihan panahan berbasis media harus dibuat secara jelas supaya mudah untuk dipahami.

Tujuan dari setiap model latihan panahan berbasis media harus dijelaskan secara terperinci.

Setelah uji coba skala kecil dan Revisi produk, selanjutnya dilakukan dengan skala besar dan subyek uji coba yang menjadi sasaran penelitian. Langkah uji coba skala besar dengan menjalankan produk yang telah dikembangkan dengan *sample* yang sudah ditentukan. Subyek uji coba skala besar adalah 21 siswa SDI Amanah Bangsa Bekasi.

Tujuan dari uji coba ini agar mendapatkan data dengan menganalisis dan menyempurnakan produk setelah uji coba skala kecil.

model latihan panahan berbasis media di SD dapat diteruskan untuk uji coba skala yang lebih besar. Kesimpulan dari pengaplikasian secara skala besar merupakan titik akhir dari perbaikan agar pada pengembangan model latihan panahan berbasis media sesuai dengan yang diinginkan. Evaluasi tahap ini adalah akhir dari evaluasi pembuatan pengembangan model latihan panahan berbasis media, setelah telaah dan masukan dari uji lapangan, maka pengembangan model latihan panahan berbasis media dianggap layak untuk diproduksi masal atau digunakan.

SIMPULAN

Model latihan panahan berbasis media adalah konsep latihan berupa media gambar yang berhubungan dengan panahan dan layak serta dapat digunakan untuk siswa SDI Amanah Bangsa Bekasi, sebanyak 12 Model latihan.

Tabel 4. Uji Coba Skala Besar

N o	Variabel	Skor Hasil	Skor Maksimal	%	Keterangan
1.	Kemudahan	787	1008	78 %	Baik
2.	Kemenarikan	831	1008	82 %	Sangat Baik

Berdasarkan tabel tersebut hasil yang didapatkan 78 % untuk data kemudahan dan dinyatakan baik. Serta data kemenarikan yang diperoleh 82 % dinyatakan sangat baik. Dengan demikian dinyatakan bahwa pengembangan

DAFTAR PUSTAKA

- Arief S. Sadiman, Media Pendidikan, Jakarta:PT RajaGrafindo, 2011.
- Defrizal Siregar, Yessy Yanita Sari, Membidik Karakter Hebat, Jakarta Gema Insan,2017.
- Humaid Hidayat, Pengembangan Model Latihan Fisik Cabang Olahraga Panahan Dengan Media Alat Bantu Bosu.JurnalUniversitas Negeri Jakarta, 2017.
- Noor Yanti, "Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Dalam Rangka Pengembangan Nilai-Nilai Karakter Siswa Untuk Menjadi Warga Negara Yang Baik Di Sma Korpri Banjarmasin", Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan: Volume 6, Nomor 11, Mei 2016.
- Samsudin, Pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, Jakarta: Litera Media Group, 2008.
- Sugiyono , Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan kuantitatif, kualitatif , dan R&D ,Bandung: Alfabeta, 2008.
- Yudik Prasetyo, Teknik Dasar Panahan Trik Jitu Memanah Akurat dan Tepat Sasaran Thema Publishing, 2018.