

## **PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN MATERI LEMPAR LEMBING**

**Surono Nasution**

Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan

### **ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan model pembelajaran gerak dasar lempar lembing dengan permainan bagi siswa SMP kelas VIII. Selain itu, penelitian dan pengembangan ini dilakukan untuk memperoleh informasi secara mendalam tentang: pengembangan dan penerapan model pembelajaran materi lempar lembing dengan permainan bagi siswa sekolah SMP kelas VIII dan mengetahui efektivitas, efisiensi dan daya tarik hasil pengembangan pembelajaran gerak dasar lempar lembing dengan permainan bagi siswa sekolah SMP kelas VIII. Penelitian dan pengembangan ini menggunakan pendekatan kualitatif serta menggunakan metode Penelitian pengembangan Research & Development (R & D). Subyek dalam penelitian dan pengembangan ini adalah siswa kelas VIII di 3 sekolah yaitu SMP N 14, SMP N 35, dan SMP N 27 Medan yang berjumlah 30 orang dari tiap – tiap sekolah. Serta hasil dari penelitian ini berupa buku pegangan guru untuk pembelajaran lempar lembing yang berisikan sembilan bentuk, adapun bentuk – bentuknya adalah (1) Lesang; (2) Lending; (3) Lakar ; (4) Lembet; (5) Lemsar; (6) Lemsar Hulahof; (7) Lempas Lembing dengan 3 Langkah; (8) Lempas Lembing dengan 5 Langkah (Laleb Lila); (9) Lempas Lembing dengan Keseluruhan Gerak

Kata kunci : **pengembangan, lempas lembing, model pembelajaran lempas lembing**

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, *neuromuscular*, intelektual dan emosional melalui aktivitas jasmani/fisik. Inti dari pembelajaran Pendidikan Jasmani adalah aktivitas jasmani/fisik yaitu gerak. Inovasi yang bisa dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani sangat banyak cara dan metodenya, baik inovasi dalam hal sarana prasarana belajar, metode dalam mengajar, pendekatan dalam proses pembelajaran, dan lain sebagainya.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pasal 1 ayat 1 menjelaskan bahwa “keolahragaan adalah

segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pembelajaran, pembinaan, pengembangan, dan pengawasan”. Sistem yang menjelaskan bahwa keolahragaan meliputi 3 (tiga) ruang lingkup yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. Pendidikan Jasmani berada dalam lingkup pendidikan, yang juga memiliki peran untuk membantu pencapaian tujuan pendidikan nasional yang didalamnya dapat memungkinkan guru dan anak didik dapat bekerja bersama untuk membangun pengetahuan dan tindakan yang berguna bagi hidup mereka.

Perlunya Pendidikan Jasmani dalam mengembangkan tumbuh kembang peserta didik merupakan tugas seorang guru pendidikan jasmani untuk dapat mencapai tujuan dari Pendidikan Jasmani. Kemampuan guru pendidikan harus dapat berkreasi dan berinovasi dalam mengajarkan Pendidikan Jasmani kepada peserta didik. Kreasi dan Inovasi dalam dunia pendidikan harus dilakukan secara terus menerus agar berbagai kegiatan dalam dunia pendidikan khususnya dalam kegiatan pembelajaran selalu meningkat kualitasnya. Ruang lingkup pendidikan jasmani menjadi menyempit seolah-olah terbatas pada program memperkenalkan anak pada cabang-cabang olahraga formal, seperti olahraga permainan, senam, atletik, renang, serta beladiri. Akibatnya, aktivitas jasmani yang tidak termasuk ke dalam kelompok olahraga (*sport*) mulai menghilang, seperti tarian, gerak-gerak dasar fundamental, serta berbagai permainan sederhana yang sering dikelompokkan sebagai *low-organized games*.

Dalam lingkup mikro pembelajaran, terjadi juga pergeseran cara dan gaya mengajar guru, yaitu dari cara dan model pengasuhan serta pengembangan nilai-nilai yang diperlukan sebagai penanaman rasa cinta gerak dalam ajang sosialisasi, berubah menjadi pola penggemblengan fisik dan menjadikan anak terampil berolahraga. Umumnya, guru lebih berkonsentrasi pada pengajaran teknik dasar dari cabang olahraga yang diajarkan (pendekatan teknis), sambil melupakan pentingnya mengangkat suasana bermain yang bisa menarik minat mayoritas anak. Wajar jika guru melupakan premis dasar Pendidikan Jasmani bahwa Pendidikan Jasmani adalah untuk semua anak, sehingga tidak benar-benar dilandaskan pada prinsip pemberian tugas yang disesuaikan dengan kemampuan anak atau DAP (*Developmentally Appropriate Practice*). Hal lain yang juga turut

terimbas oleh paradigma pembelajaran adalah menghilangnya suasana paedagogis dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Pendidikan Jasmani yang seharusnya menjadi wahana yang strategis untuk mengembangkan *self esteem* anak, pada gilirannya justru berubah menjadi pemaksaan atau penekanan terhadap sebuah latihan olahraga<sup>66</sup> kepercayaan diri anak. Banyak bukti yang mendukung alur pemikiran demikian, terutama ketika hakikat tentang bagaimana anak belajar dalam psikologi belajar modern sudah semakin diyakini kebenarannya.

Ketika guru menggeser pola pembelajaran menjadi pola pelatihan, maka tugas gerak dan ukuran-ukuran keberhasilannya akan bergeser menjadi keterampilan dengan kriteria yang formal, kaku, dan tidak disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan anak. Dalam kondisi tersebut, guru hanya menetapkan satu kriteria keberhasilan, yaitu ketika gerakan yang dilakukan anak sesuai dengan kaidah-kaidah teknik dasar yang sudah dibakukan. Hanya sedikit anak yang biasanya mampu menguasai keterampilan dengan kriteria tersebut, sehingga anak yang lain masuk ke dalam kelompok yang gagal.

Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) untuk program SMP mencantumkan bahwa program Pendidikan Jasmani pembelajaran atletik diberikan pada kelas VIII salah satunya pembelajaran lempar lembing. Mempraktikkan variasi gerak dasar atletik, serta menilai sikap percaya diri, sportivitas dan kejujuran.

Proses pendidikan jasmani dalam pembelajaran atletik di Sekolah SMP merupakan salah satu materi pembelajaran yang kurang disenangi oleh anak-anak, disebabkan karakteristik olahraga atletik sangat monoton saat mengikuti proses pembelajaran, apalagi jika materi pembelajarannya adalah lempar, baik itu lempar cakram, lempar lembing, maupun tolak peluru. Kondisi ini kurang baik jika guru menuntut anak didiknya harus bisa melempar lembing sejauh-jauhnya untuk mendapatkan nilai yang bagus. Tuntutan pembelajaran seperti ini tentunya tidak tepat, karena dalam pendidikan jasmani yang diutamakan adalah proses bukan hasil, yakni dalam melakukan materi lempar lembing, yang diperhatikan dan dinilai adalah prosesnya (tahap awalan,, lemparan, serta tahap sikap akhir, bukannya menilai jauhnya lemparan.

Berdasarkan paparan diatas, diperlukan upaya untuk dapat membuat model pembelajarn lempar lembing yang baik dan inovatif agar siswa dapat termotivasi dan keberhasilan pembelajaran lempar lembing

### **Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani menekankan pada aspek pendidikan yang bersifat menyeluruh (kesehatan, kebugara jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan social, penalaran dan tindakan moral).

Pendidikan jasmani menurut Menteri Negara Olahraga RI (dalam Thomas Riyanto 2009:12) “pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan perkembangan watak.” Samsudin (2008:2) Pendidikan jasmani merupakan “bagian integral dari pendidikan keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani, yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual, dan emosional

### **Kurikulum**

Menurut Dakir (2004:3) kurikulum itu memuat semua program yang dijalankan untuk menunjang proses pembelajaran. Program yang dituangkan tidak terpancang dari segi administrasi saja tetapi menyangkut keseluruhan yang digunakan untuk proses pembelajaran Menurut Suryobroto dalam bukunya “Manajemen pendidikan di sekolah” (2002:13), menerangkan, bahwa kurikulum adalah segala pengalaman pendidikan yang diberikan oleh sekolah kepada seluruh anak didiknya, baik dilakukan di dalam sekolah maupun di luar sekolah. memandang semua sarana prasarana dalam pendidikan yang berguna untuk anak didik merupakan kurikulum

## **Atletik**

Atletik merupakan salah satu materi pembelajaran dalam pendidikan jasmani, yang wajib diajarkan kepada siswa SMP, dengan berbagai kreasi dan inovasi, untuk dapat memberikan variasi gerak dalam pembelajarannya. Menurut Hafid dan Rithaudin (2011:189). Menjelaskan bahwa atletik merupakan olahraga perseorangan yang terdiri atas olahraga lari, lompat, lempar atau tolak. Pada zaman sekarang, mengikuti olahraga atletik dilakukan untuk mencapai prestasi bukan hanya untuk hobi, kesenangan, atau hanya meningkatkan kesegaran jasmani.

Menurut Muhajir, (2007:35) menyatakan bahwa atletik adalah “olahraga yang tubuh dan berkembang bersamaan dengan kegiatan alami manusia. Berlari, melompat, dan melempar adalah bagian tak terpisahkan dari sejarah panjang kehidupan manusia”. Olahraga atletik berkembang menjadi cabang olahraga lainnya sehingga atletik disebut *mother of sport*, yaitu ibu dari segala cabang olahraga lainnya. Pada zaman Yunani Kuno, juga diadakan dengan tujuan mencari orang yang terkuat, tercepat, dan tertinggi (portius, atletis, situs). Atletik diperlombakan di Olimpiade modern tahun 1896 di kota Athena Yunani. Dapan (2011:1), atletik merupakan aktivitas jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan harmonis, yaitu jalan, lari, lompat, dan lempar. Selain itu, dan menyebutkan bahwa atletik juga merupakan sarana untuk pendidikan jasmani dalam upaya meningkatkan kemampuan motorik, misalnya kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelenturan, koordinasi, dan sebagainya.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan pengertian atletik sebagai salah satu cabang olahraga, dan merupakan salah satu materi pelajaran dalam matapelajaran pendidikan jasmani yang di dalamnya terdapat berbagai nomor pertandingan dan pembelajarannya seperti lari, lompat, loncat, lempar, tolak dan lontar, serta penilaian terhadap proses gerak dan pengetahuan.

## **Lempar Lembing**

Pengertian lempar menurut Mochamad Djumidar A.Widya (2004:121), lempar adalah “suatu yang menyalurkan tenaga pada suatu benda yang menghasilkan daya pada benda tersebut dengan memiliki kekuatan kedepan atau

keatas”. lempar lembing merupakan salah satu bagian dari atletik yang diajarkan didalam pembelajaran pendidikan jasmani dimana dalam pembelajarannya guru harus mampu memberikan atau menyampaikan banyak variasi gerak didalam pembelajaran lempar lembing agar tujuan dari pendidikan jasmani dapat tercapai.

Sejarah lempar lembing berawal dari kegiatan manusia zaman dahulu dalam berburu binatang yang sering menggunakan lembing dalam memburu mangsanya. Hal ini dilakukan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dengan memakan binatang hasil buruannya. Tetapi zaman modren sekarang ini, lempar lembing menjadi olahraga yang dipertandingkan.

Berdasarkan uraian dan pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa lempar lembing adalah benda yang berbentuk lembing yang dilemparkan sejauh – jauhnya dalam perlombaan, dan merupakan bagian dari atletik yang digunakan untuk media pembelajaran.

Ada beberapa karakteristik gerak dasar dalam melakukan lempar lembing yaitu sebagai berikut:

Menghadap arah lemparan:

Saat menghadap ke arah lemparan, bahu dan pinggul lurus kedepan. Lembing mengarah ke arah lemparan. Siswa menggerakkan lembing ke belakang dengan tangan lurus di mana ujung lembing diangkat ke sudut lintasan. Bahu berputar  $90^0$  kekanan dan pinggul tetap menghadap arah lemparan.

Langkah menyilang:

Kaki kanan melangkah menyilang di depan kaki kiri. Ini membantu menggerakkan kaki mendahului badan, memiringkan tubuh dan membawa bahu dan tangan yang memegang lembing sejauh mungkin ke belakang.

Posisi Melempar:

Kaki kiri melangkah ke luar dengan posisi melempar dengan tumit menyentuh permukaan tanah terlebih dahulu. Pinggul berputar ke kanan sehingga pinggul kiri diarahkan ke arah lemparan. Kaki yang berada di belakang ditekuk pada lutut dan diputar ke samping luar. Tubuh dimiringkan ke belakang dan tangan yang melempar diluruskan sepenuhnya.

Lemparan:

Lutut kanan diputar dengan kuat ke arah lemparan dan memaksa pinggul bergerak ke arah yang sama. Pinggul diikuti oleh dada, didorong ke depan dengan paksa sehingga tubuh menjadi seperti busur. Tangan yang memegang lembing sekarang bertindak sebagai ujung pecut yang ditarik ke depan pada kecepatan tinggi di atas bahu. Tubuh digerakan keatas kaki kiri yang lurus, dan lembing dilepaskan di depan kepala siswa.

Sikap akhir:

Setelah lembing dilepaskan, siswa terus bergerak ke depan dengan membawa kaki kanan ke depan dan menempatkannya di depan kaki kiri. Gerakan ini menahan geakan maju dan mencegah siswa melakukan pelanggaran.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan (Research and Development). Menurut Borg & Gall ( didalam Sugiono, 2008:408) Penelitian pengembangan suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pembelajaran. Penelitian dan pengembangan dalam pembelajaran. Penelitiannya untuk membuat produk – produk pembelajaran dan atauran baru, kemudian dilakukan uji coba lapangan secara sistematis, terevaluasi, dan terstruktur sehingga penelitian menemukan kreteria yang terspesifikasi menurut keefektipan, kualitas, atau standar yang serupa.

Uji coba skala kecil dilaksanakan pada bulan September 2017 di SMP N 14 Medan dan uji coba kelompok besar dilaksanakan di bulan Nopember 2017 di SMP N 35, dan 27 Medan

Subjek uji coba dalam penelitian pengembangan ini adalah siswa SMP. Uji coba skala kecil dilaksanakan di SMP Negeri 14 Medan berjumlah 30 anak dan uji coba skala besar dilaksanakan di SMP Negeri 27 dan 35 Medan berjumlah 90 anak.

## **Prosedur Penelitian dan Pengembangan**

Ada 10 tahap dalam melakukan prosedur penelitian dan pengembangan adalah sebagai berikut :

## **Studi Pendahuluan**

Peneliti melakukan kajian awal menganalisis kebutuhan, melakukan informasi lebih lanjut dengan melakukan studi pendahuluan baik dengan cara studi pustaka maupun wawancara langsung dengan guru, dan siswa. Hal yang dilakukan dalam studi pustaka yaitu dengan mengumpulkan bahan mengenai teori – teori, data, dan hasil penelitian yang yang terkait dengan penelitian ini.

Melakukan Analisis terhadap informasi yang telah dikumpulkan

Pada tahap ini peneliti memulai menetapkan rancangan model untuk memecahkan masalah yang telah ditemukan pada tahap awal. Hal yang direncanakan antara lain : menetapkan model pembelajaran, merumuskan tujuan secara bertahap, mengidentifikasi kegiatan – kegiatan yang dilakukan pada setiap tahap penelitian.

## **Pengembangan Draf Awal**

Setelah menganalisis terhadap masalah yang dikumpulkan berdasarkan studi pendahuluan, kemudian dilanjutkan dengan mengembangkan model – model pembelajaran lempar lembing dengan menyusun butir – butir instrumen berdasarkan indikator yang telah ditentukan dalam standar kompetensi dasar didalam kurikulum SMP.

## **Validasi Draf Awal**

Setelah penyusunan butir tes selesai, dilanjutkan dengan penelitian para ahli materi, yaitu (1) pakar bidang olahraga atletik, dan (2) pakar pendidikan jasmani. Kemudian dilanjutkan dengan penilaian. Pada proses validasi, para ahli materi menilai dan memberikan masukan terhadap produk awal. Berdasarkan hal tersebut, dilakukan revisi terhadap produk awal. Proses revisi ini terus dilakukan sampai produk awal mencapai batas nilai tertentu yang telah ditetapkan, yang menunjukkan bahwa produk awal tersebut valid dan layak diujicoba.

## **Uji Lapangan Skala Kecil**

Uji lapangan skala kecil dilakukan oleh siswa di SMP Negeri 14 Medan dan didokumentasikan didalam draf (buku) yang berisi pelaksanaan pembelajaran lempar lembing yang kemudian diobservasi oleh para pakar beserta guru dan ditindaklanjuti dengan proses revisi produk.

## **Revisi**

Revisi produk yang dilakukan dari hasil uji coba skala kecil, dengan menganalisis kekurangan yang ditemui dalam uji coba skala kecil, masukan yang diterima dari pakar ditindaklanjuti dengan melakukan revisi produk. Revisi hasil uji coba skala kecil diharapkan menjadi tambahan untuk menghadapi uji skala besar.

## **Uji Lapangan Skala Besar**

Uji lapangan skala besar oleh siswa di SMP Negeri 27 dan 35 Medan, serta didokumentasikan dalam draf (buku). Buku ini berisikan pelaksanaan pembelajaran lempar lembing yang kemudian diobservasi oleh pakar dan ditindaklanjuti dengan proses revisi produk. Proses yang dilakukan pada tahap uji lapangan skala besar serupa dengan proses yang dilakukan pada uji lapangan kecil. Hal yang membedakan hanya jumlah subjek.

## **Revisi Akhir**

Proses revisi produk dilakukan untuk mendapat masukan dari para ahli materi agar menghasilkan produk final, langkah ini merupakan penyempurnaan produk yang dikembangkan agar produk akhir lebih akurat. Pada tahap ini sudah didapatkan suatu produk berupa draf (buku) pengembangan model pembelajaran lempar lembing untuk siswa Siswa Menengah Pertama (SMP)

## **Pembuatan Produk Final**

Setelah melalui berbagai proses revisi, kemudian dilakukan penyusunan dari hasil pengembangan setelah melakukan uji lapangan skala kecil dan besar, yaitu pembuatan produk akhir atau produk final berupa buku panduan pembelajaran model pembelajaran lempar lembing untuk siswa SMP. Produk final ini yang nantinya akan dipergunakan.

## **Desain Uji Coba**

Uji Coba produk atau draf model dilakukan sebanyak dua kali, yaitu uji coba skala kecil dan uji coba skala besar. Sebelum dilaksanakan uji coba lapangan, produk penelitian berupa draf model pembelajaran lempar lembing untuk siswa SMP. Selanjutnya dimintakan validasi terlebih dahulu kepada pakar yang telah ditunjuk, dalam tahap tersebut selain validasi para pakar juga akan

diberikan penilaian terhadap draf model yang telah disusun, sehingga akan diketahui apakah model yang disusun layak untuk diujicobakan di lapangan. Kemudian dalam tahap uji coba di lapangan peran dari para pakar adalah untuk mengobservasi kelayakan draf model yang telah disusun dengan kenyataan di lapangan. Setelah uji coba skala besar maka akan menghasilkan sebuah model yang benar – benar valid.

### **Subjek Coba**

Subjek coba dalam penelitian ini adalah SMP Negeri 14 Medan, SMP Negeri 27, dan SMP Negeri 35 Medan. Sesuai dengan tahapan penelitian, maka akan dilaksanakan beberapa tahapan proses pengambilan data. Dalam penelitian ini dilakukan uji coba model di lapangan, yaitu uji coba skala kecil dan besar. Dimana uji coba skala kecil 30 siswa dan uji coba skala besar 90 siswa.

### **Jenis Data**

Jenis data yang diperoleh dalam penelitian dan pengembangan ini yaitu data kualitatif dan data kuantitatif. Data kualitatif berasal dari : a. hasil wawancara dengan guru SMP, b. catatan lapangan. dan c. data masukan ahli materi dan guru pelaku uji coba terhadap model pembelajaran lempar lembing. Data kuantitatif diperoleh dari : penilaian ahli materi terhadap model pembelajaran lempar lembing, dan penilaian guru terhadap keefektifan model pembelajaran lempar lembing.

### **Instrumen Pengumpulan Data**

#### **Wawancara**

Pedoman umum wawancara berisi daftar pernyataan yang merupakan garis besar tentang hal mendasar yang akan ditanyakan. Pewawancara berhak mengembangkan pertanyaan untuk memperdalam informasi. Pelaksanaan wawancara dilakukan secara terbuka hingga informan menjadi salah satu sumber informasi.

### Skala nilai

Instrumen pengumpul data kedua yang digunakan yaitu skala nilai. Skala nilai digunakan untuk menilai kelayakan model pembelajaran lempar lembing yang dikembangkan sebelum melakukan uji coba kecil, setelah para ahli menilai bahwa pembelajaran lempar lembing sudah sesuai dengan unsur – unsur dalam skala nilai, model dapat diuji cobakan dengan skala kecil. Sistem penilaian dalam format penilaian terdiri dari dua kriteria penilaian yaitu “ya” mendapat nilai 1 dan “tidak” mendapat nilai 0.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data deskriptif. Ada dua macam teknis analisis data deskriptif yang dilakukan, pertama analisis deskriptif kuantitatif, analisis ini dilakukan untuk menganalisis data hasil observasi para ahli pembelajaran penjas, ahli olahraga atletik, dan guru terhadap kualitas draf model yang disusun dan dianalisis oleh para ahli, yang kedua deskriptif kualitatif, analisis ini dilakukan terhadap data hasil observasi para ahli pembelajaran penjas, pakar olahraga atletik, dan guru dalam memberikan saran ataupun masukan serta revisi terhadap model yang disusun terutama dalam tahap uji coba lapangan baik kecil atau besar

Draf pengembangan pembelajaran dianggap layak untuk diujicobakan dalam skala kecil apabila ahli materi pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga atletik memberi validasi dan menyatakan bahwa semua item klasifikasi dalam skala nilai “sesuai” dengan memberi tanda centang pada kolom sesuai. Dalam hal ini terdapat dua jenis nilai, yaitu hasil penilaian “sesuai” terdapat nilai satu(1) dan hasil penilaian “tidak sesuai” mendapat nilai (0). Jika para ahli materi berpendapat bahwa item klasifikasi tidak sesuai (nilai nol). Maka dilakukan pengkajian ulang terhadap model permainan yang dapat ditindaklanjuti dengan proses revisi.

Untuk data hasil observasi para ahli materi terhadap model, hasil observasi “ya” mendapat nilai 1 dan hasil observasi “tidak” mendapat nilai 0. Hasil penilaian terhadap item-item observasi dijumlahkan, lalu total nilainya dikonversikan untuk mengetahui berapa kategorinya.

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini terdapat 9 model yang dikembangkan antara lain :

1. Model 1 Lempar Berpasangan (Lesang)
2. Model 2 Lempar Dinding (Lending)
3. Model 3 Lempar Melingkar (Lakar)
4. Model 4 Lempar Bola Estafet (Lobet)
5. Model 5 Lempar Sasaran (Lemsar)
6. Model 6 Lempar Sasaran Hulahof (Lemsar Hulahof)
7. Model 7 Lempar Lembing dengan 3 Langkah (Laleb Tilang)
8. Model 8 Lempar Lembing dengan 5 Langkah (Laleb Lila)
9. Model 9 Lempar Lembing dengan Keseluruhan Gerak

## KESIMPULAN

Dari hasil penilaian para ahli materi dan guru terhadap model pembelajaran yang dikembangkan dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran lempar lembing ini layak untuk digunakan dan diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk membantu penyampaian materi atletik nomor lempar lembing siswa SMP.

Produk dari penelitian pengembangan ini berupa buku panduan pembelajaran lempar lembing yang terdiri dari 9 model yaitu : Lesang, Lending, Lakar, Lobet, Lemsar, Lemsar Hulahof, Laleb Tilang, Laleb Lila, Lempar Lembing dengan Keseluruhan Gerak

## DAFTAR PUSTAKA

- Ateng, Abdulkadir. 1992, *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan..
- Ateng, Abdulkadir. 1993, *Pendidikan Olahraga*, Jakarta IKIP Jakarta
- Azwar Saifuddin, 2014, *Reliabilitas dan Validitas*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar
- Bowerman, J. William dan William H. Freeman. 1991, *High Performance Training for Track and Field*. United State of America: Human Kinetics Publisher, Inc.

- Bravo, Bravo *Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan (Educational Research & Development)*. 2009. <[http://www.google./blogsamosir bravo.com](http://www.google./blogsamosir%20bravo.com)>. Diakses tanggal 11 Oktober 2011.
- Brooks dan Elliot. *Definisi Bermain*. 1971. <[http://carapedia.com/pengertian definisi bermain info2105.html](http://carapedia.com/pengertian_definisi_bermain_info2105.html)>, diakses 2 Januari 2012.
- Coker, A Cheryl. 2004, *Motor Learning and Control Practitioners*. New Mexico: McGrawHill..
- Danim, Sudarwan. 2010, *Perkembangan Peserta didik*. Bandung: Alfabeta..
- Desmita. 2010, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya..
- Didin Budiman, *Karakteristik Siswa Sekolah Dasar*. 2010. <[http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA//](http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA//)>. Diakses tanggal 30 November 2011.
- Djaali dan Muljono Pudji, 2008, *Pengukuran Dalam Bidang Pendidikan*, Jakarta, Gramedia Widya Sarana Indonesia
- Gallahue, L David and John C. Ozmun. *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*. New York: McGraw-Hill. 2006.
- Hadisasmata, Yusuf & Aip Syarifuddin. 2006, *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Jakarta: Depdiknas..
- Husdarta dan Nurlan Kusmaedi, 2010, *Pertumbuhan dan Perkembangan (Olahraga dan Kesehatan)*. Bandung: Alfabeta..
- H Husdarta JS dan Saputra Yudha, 2010, *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Bandung, Alfabeta
- Jarver, Jess. 2008, *Belajar dan Berlatih Atletik*. Bandung: Pionir Jaya.
- Kemeneppora. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005; Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Kemeneppora. 2007.
- Lutan Rusli, 2001, *Pembaruan Pendidikan Jasmani di Indonesia*, Jakarta Pusat, Direktorat Jenderal Olahraga
- Matakupan J. 1995, *Teori Bermain*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan DIRJEN Pendidikan Dasar dan Menengah

- Magill, Richard A 1985, *Motor Learning Concepts and Application*, C Brown  
Publisier
- Musdalifah, 2008, *Aetik Cabang Lempar*, Semarang, Aneka Ilmu
- M. A.Widya Djumidar, 2004, *Belajar Berlatih Gerak-gerak dasar Atletik Dalam Bermain*, Jakarta, Raja Grafindo Prasada
- Muklis, 2007, *Olahraga Kegemaranku Atletik*, Kelaten, Intan Pariwara
- Papalia E. Diane, Sally Wendkos, and Duskin Feldman. 2009. *Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Punaji Setyosari. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Perkembangan Pembelajaran Gerak Modul 7-12*. Jakarta: Depdikbud Universitas Terbuka..
- Riyanto Yatim, 2010, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Surabaya, SIC
- Rahyubi Heri, 2012, *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*, Majalengka, Nusa Media
- Sugiyono, 2013, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung, Alfabeta Bandung
- Setyosari Punaji, 2013, *Metode Penelitian Pendidikan & Pengembangan*, Jakarta, Kencana Prenadamedia Group
- Suherman Adang, 2009, *Revitalisasi Pengejaran dalam Pendidikan Jasmani*, Bandung, Bintang Warli Artika
- Saputra, M. Yudha. *Dasar-dasar Keterampilan Atletik Pendekatan Bermain untuk Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama*. Jakarta: Depdiknas.
- Samsudin. 2008 *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta: Litera Prenada Media Group,.
- Sardiman, Arif. S. 2003. *Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatan*. Jakarta: Pustekom Dikbud.
- Sidik, Zafar Dikdik. 2010. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Slameto. 2003, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudjana. 1990 *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remadja Fosdakarya..

- Sugiyanto dan Sudjarwo 1991. *Perkembangan dan Belajar Gerak Modul 1-6*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti..
- Suherman, Adang, Yudha Saputra, dan Yudha Hendrayana. 2001 *Pembelajaran Atletik Pendekatan Permainan & Kompetisi untuk siswa SMU/SMK*. Jakarta Direktorat Jenderal Olahraga,
- Sukintaka. 1992, *Teori Bermain*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan DIRJEN Pendidikan Tinggi Proek Pembinaan Tenaga Kependidikan,.
- Sukmadinata. 2005 *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PPs UPI dan PT Remaja Rosdakarya..
- Suherman. Adang, 2000. *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta:Depdikbud Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah..
- Syarifuddin, Aip, 1992. *Atletik*. Jakarta: Depdikbud Dirjendikti.
- Tedjasaputra, S. Mayke, 2001. *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia,.
- Thomas, R Terry and Katherin T. Thomas. 2008, *Pysical Education Methods for Elementary Teachers*. United States of America: human kinetics.
- Trianto, *Model Pembelajaran Terpadu dalam Teori dan Praktek* (Surabaya: Pustaka Ilmu, 2007),.