

PENGEMBANGAN MODUL PEMBELAJARAN DAN LATIHAN GULAT BERBASIS GERAK MULTILATERAL DI KABUPATEN KARO

Jan Bobby Nesra Barus¹⁾, Julius Boy Nesra Basgimata Barus²⁾

¹⁾²⁾ Universitas Quality Berastagi, Jl. Peceren Berastagi

Email : bobbybarusbb@gmail.com

Abstrak

Olahraga gulat merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang memerlukan program latihan spesialisasi, namun sebelum mencapai hal itu maka lebih penting mempersiapkan pondasi dasar pegulat muda dengan cara merancang program latihan yang mencakup perkembangan secara menyeluruh atau dikenal dengan program latihan yang berbasis multilateral. Penelitian ini bertujuan untuk pengembangan modul pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral di Kabupaten Karo. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis data kualitatif, sedangkan analisis angket, validasi produk, dan uji coba terhadap atlet langkah-langkahnya meliputi: mengubah data kualitatif menjadi kuantitatif, tabulasi semua data yang diperoleh pada tiap aspek, menghitung skor rata-rata, dan mengubah skor rata-rata menjadi kategori. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas modul pembelajaran yang di kembangkan berdasarkan penilaian ahli materi "baik", ahli media "baik", ahli bahasa "cukup". Besarnya rerata skor pada penilaian ahli materi adalah 3,93, besarnya rerata skor pada penilaian ahli media adalah 3,81, sedangkan besarnya rerata skor ahli bahasa adalah 3,33. Sedangkan secara keseluruhan penilaian modul pembelajaran termasuk dalam kriteria baik yaitu dengan nilai 3,86

Kata Kunci : R&D, Pengembangan, Latihan, Multilateral, Gulat

Abstract

Wrestling is one of the sports of achievement that requires a specialized training program, but before achieving that it is more important to prepare the basic foundations of young wrestlers by designing a training program that includes overall development or what is known as a multilateral-based training program. This study aims to develop a multilateral motion-based wrestling learning and training module in Karo District. Data analysis was carried out using qualitative data analysis techniques, while questionnaire analysis, product validation, and testing of athletes included: changing qualitative data to quantitative, tabulating all data obtained in each aspect, calculating the average score, and changing the score. average into categories. The results showed that the quality of the developed learning modules based on the evaluation of material experts were "good", media experts were "good", linguists were "sufficient". The average score on the material expert's assessment was 3.93, the mean score on the media expert's assessment was 3.81, while the average score for linguists was 3.33. While the overall assessment of the learning module is included in good criteria, namely with a value of 3.86

Keywords: R&D, Development, Exercise, Multilateral, Wrestling

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan bentuk dari kebudayaan oleh manusia yang dilakukan secara dinamis serta mengikuti perkembangan zaman. Teknologi pendidikan merupakan pengembangan, penerapan dan menilai terhadap sistem-sistem yang telah ada, teknik dan alat bantu yang dipergunakan dalam memperbaiki serta mampu meningkatkan kegiatan belajar oleh manusia. Menurut (Muldiyana, Ibrahim, Muslim, 2018), pendidikan adalah sistem pendidikan seperti input, proses dan output. Maksud dari input yaitu terdiri dari pendidikan berdasarkan tingkat, proses yaitu guru, media, modul/buku, kurikulum sarana dan prasarana yang didasari pada karakteristik.

Pendidikan pada jasmani lebih berfokus pada pengembangan fisik dan juga keterampilan pada peserta didik dengan menggunakan cabang-cabang olahraga untuk dapat mencapai tujuan dari pendidikan jasmani secara nasional. Mata pelajaran yang diajarkan pada tiap jenjang sekolah yang ada akan berbeda satu sama lain. Tujuan dari pendidikan jasmani dan kesehatan pada dasarnya tidak berbeda dengan pendidikan secara umum, yaitu untuk mampu dalam meningkatkan kemampuan terhadap kognitif, afektif, psikomotor dan juga terhadap nilai-nilai sosial pada peserta didik (Sukadiyanto, 2011).

Gulat merupakan jenis olahraga yang juga ada didalam cabang olahraga dan memiliki peminat diberbagai penjuru dunia termasuk di Indonesia. Jika dilihat dari dahulu, bahwa olahraga gulat identik dengan olahraga yang sering dilakoni oleh para pria. Akan tetapi, seiring dengan perkembangan zaman, olahraga gulat juga dimainkan oleh wanita (Nur dan Sari, 2016). Prestasi yang diukir oleh pegulat di Indonesia belum begitu menunjukkan kebanggaan jika dibandingkan dengan olahraga lainnya. Tentunya hal ini dapat dikarenakan

berbagai permasalahan yang terjadi dilapangan, salah satunya modul yang dikhususkan untuk olahraga gulat yang masih tergolong minim untuk diberbagai daerah. Padahal modul sangat diperlukan, agar atlet dapat belajar mengenai teknik yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan agar dapat lebih berkembang.

Modul adalah perangkat bahan ajar yang dikemas secara utuh dan sistematis yang di dalamnya dimuat seperangkat pengalaman belajar yang terencana dan didesain untuk membantu siswa menguasai tujuan belajar (Al Azka, Setyawati, Albab, 2019). Modul sebagai suatu sistem yang dalam penyampaian telah dipilih untuk usaha pengembangan pada sistem pendidikan yang dianggap lebih efisien, relevan, dan juga efektif.

Modul berfungsi sebagai alat dalam kegiatan pembelajaran meliputi bahan ajar mandiri belajar, sebagai pengganti fungsi pendidik (pelatih), alat evaluasi dan bahan rujukan. Adapun unsur-unsur yang terdapat didalam modul seperti petunjuk guru, adanya rumusan tujuan instruksional eksplisit dan spesifik, lembar kegiatan dan lembar kerja siswa, kunci lembar kerja, lembar dan kunci jawaban evaluasi.

Pada penggunaan bahan ajar bagi guru yaitu mengarahkan pada aktivitas dalam proses pembelajaran dan sebagai substansi kompetensi yang harus diberikan pada siswa, yang berguna sebagai pedoman untuk mengarahkan semua aktivitas siswa selama melakukan proses pembelajaran dan substansi kompetensi yang seharusnya dipelajari serta dikuasai siswa dengan menggunakan modul sebagai alat evaluasi pencapaian dan penguasaan hasil pembelajaran pada siswa (Hamdunah et al. 2017).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti, bahwa atlet gulat di Kabupaten Karo bentuk modul yang dipegang oleh pelatih gulat dalam

memberikan pelatihan belum dalam bentuk modul pembelajaran untuk gulat yang sesuai dengan kondisi dan jenjang atlet. Menurut (barus, 2019), dalam proses latihan kebanyakan dari pelatih gulat belum dapat menyesuaikan program latihan yang dirancang dengan karakteristik atlet pemula itu sendiri.

Kebanyakan pelatih gulat dalam menerapkan program latihannya, memperlakukan atlet gulat usia pemula, seperti melatih atlet gulat jenjang lanjutan atau senior. Alangkah baiknya bila seorang pelatih gulat dalam memberikan materi latihan melihat proses dan merekayasa suatu aktivitas latihan yang menyenangkan, sesuai dengan karakteristik usia pemula. Dengan tujuan dapat mempengaruhi kebiasaan atlet dalam melakukan teknik dasar yang benar. Sehingga dibutuhkan modul yang tepat agar atlet gulat dapat belajar latihan teknik gulat yang tepat.

Dalam metode latihan multilateral pengembangan keterampilan dan kebugaran dilakukan secara bersama dan bentuk latihan dirancang untuk mencapai tujuan tersebut. Semua ini dimaksudkan untuk mencari solusi dalam perbaikan kualitas latihan fisik atlet usia dalam pembentukan kebugaran dengan berlandaskan perkembangan dan fisik. Berdasarkan latar belakang maka peneliti melakukan penelitian mengenai pengembangan modul pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral di Kabupaten Karo.

METODE PENELITIAN

Pengambilan data penelitian dilakukan pada bulan Mei sampai Agustus 2020 pada atlet gulat di Kabupaten Karo Provinsi Sumatera Utara. adapun jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 15 orang atlet gulat pemula.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan yang diadopsi (Borg & Gall, 1983) (Research

and Development) atau disebut juga dengan R&D. pada penelitian pengembangan ini, peneliti melakukan pengembangan terhadap modul pembelajaran latihan gulat berbasis gerak multilateral di Kabupaten Karo.

Validasi dilakukan untuk mengetahui menghasilkan modul pembelajaran yang valid. Modul pembelajaran akan dilakukan validasi oleh tiga orang ahli yaitu ahli bahasa, ahli media dan ahli materi. Validator akan mengisi instrument berupa angket validasi yang telah disediakan oleh peneliti sebagai masukan terhadap modul yang akan dikembangkan. menurut (Sugiyono, 2014) skala pengukuran validasi bahan ajar modul yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Likert. Untuk menentukan validitas produk yang dihasilkan digunakan perhitungan skala model Likert yang dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1.
Indikator Variabel Skala Model
Likert

No	Indikator	Skor
1.	Sangat Setuju	5
2.	Setuju	4
3.	Netral	3
4.	Tidak Setuju	2
5.	Sangat Tidak Setuju	1

Teknik analisis pada penelitian ini yaitu dengan mengubah data kuantitatif kedalam bentuk persentase dimana untuk melakukan pengujian terhadap kelayakan modul yang akan dikembangkan. Jika hasil analisis terhadap modul menunjukkan hasil valid, maka modul tersebut layak untuk dipergunakan. Namun, jika hasil analisis diperoleh hasil yang tidak valid, maka perlu dilakukan revisi atau perbaikan lebih lanjut sampai akhirnya menjadi valid. Pada analisis data ini, digunakan persamaan yang akan

dipergunakan dalam analisis kuantitatif seperti berikut ini.

$$P = \frac{\sum x}{\sum xi} \times 100\%$$

Keterangan:

- P = Persentase
 Σx = Jumlah jawaban responden dalam 1 item
 Σxi = Jumlah skor ideal dalam item
 100% = Konstanta (Arikunto, 1997:146)

Untuk mengetahui nilai dan kategori praktikalitas produk yang dihasilkan dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Kategori Modul

No	Pencapaian (%)	Kategori
1.	81-100	Sangat Baik
2.	61-80	Baik
3.	41-60	Cukup
4.	21-40	Kurang
5.	0-20	Sangat Kurang

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Tahap Pendahuluan

Tahap pendahuluan dilakukan dengan dengan cara observasi, wawancara kepada pelatih-pelatih gulat, mencari referensi dalam bentuk buku, mencari video-video latihan gulat yang berkaitan dengan gerak multilateral gulat, membuat desain modul dengan menyatukan gerakan pada setiap latihan dengan menggunakan produk yang akan dilakukan pengembangan. Adapun temuan dari analisis kebutuhan, adalah sebagai berikut :

- Pelatih menyatakan perlunya modul pembelajaran dan latihan gerak multilateral untuk atlet gulat pemula
- Pelatih menyatakan perlu dikembangkan media pembelajaran dan latihan gulat melalui produk

berupa modul dilengkapi gambar dan keterangan pelaksanaan atlet tertarik untuk mempelajari sendiri/mandiri, dan bermanfaat juga untuk pelatih sebagai kontrol untuk melatih gulat.

Tahap Pengembangan

Pada tahap pengembangan dilakukan rancangan yang terdiri dari delapan tahapan yaitu (1) tujuan pengembangan produk; (2) penyusunan instrument untuk mengukur kelayakan dan validasi modul; (3) pembuatan bahan ajar; (4) analisis indikator pada modul pembelajar; (5) penyusunan bahan ajar; (6) penyusunan modul pembelajaran; (7) pemilihan format; dan (8) desain awal modul.

Tahap Uji Lapangan

Pada tahap uji lapangan terdiri dari hasil uji coba ahli, uji terbatas dan uji lapangan. Uji coba ahli dilakukan untuk melakukan evaluasi modul pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral yang telah dikembangkan yaitu berupa penilaian, saran dan juga masukkan yang telah dijadikan pedoman untuk merevisi produk awal modul. Setelah itu produk yang telah direvisi dilakukan uji coba kepada siswa yang dikelompokkan pada kelompok kecil

Data Hasil validasi ahli materi

Adapun ahli materi pada penelitian ini adalah ahli Materi yang menjadi validator dalam penelitian ini adalah Ihsan Idris Silalahi, S.Pd.,M.Pd. beliau adalah guru PJOK SMAN 1 Tigalingga sekaligus pelatih di lingkungan Pengurus Persatuan Gulat Seluruh Indonesia Provinsi Sumatera Utara. Peneliti memilih beliau sebagai ahli materi karena kompetensinya di bidangnya.

Pengambilan data diperoleh dengan cara memberikan produk awal modul pembelajaran dan latihan gulat

berbasis gerak multilateral beserta lembar evaluasi yang berupa kuesioner. Peneliti dan ahli materi berdiskusi tentang kualitas modul pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral yang sedang dikembangkan. Ahli materi menilai dan memberikan masukan baik tertulis maupun lisan. Kuesioner berisi aspek kualitas materi, aspek isi dan aspek kebenaran materi dan isi. Hasil evaluasi berupa nilai untuk aspek kualitas materi pembelajaran dan isi dengan menggunakan skala lima yaitu, 1 sampai 5, sedangkan aspek kebenaran materi pembelajaran dan isi berupa komentar dan saran perbaikan. Evaluasi dari ahli materi dilakukan melalui dua tahap. Deskripsi data dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Validasi Ahli Materi

Aspek	Skala	Kategori
1. Kebenaran isi/konsep	4	Baik
2. Kedalaman materi	4	Baik
3. Kecapaian materi untuk pencapaian kompetensi	4	Baik
4. Kejelasan materi/konsep	4	Baik
5. Aktualisasi materi	3	Cukup
6. Sistematis penyajian logis	4	Baik
7. Materi sesuai dengan kebutuhan Siswa	4	Baik
8. Ketepatan pemilihan gambar untuk menjelaskan materi	3	Cukup
9. Materi disajikan secara sederhana dan jelas	4	Baik
10. Materi disajikan secara runtut	4	Baik

Jika dibuatkan dalam bentuk distribusi frekuensi terhadap penilaian aspek pembelajaran oleh ahli materi yang akan ditampilkan pada Tabel 4. Menurut (Juhani, 2012), pada atlet gulat, yang harus dimiliki oleh atlet adalah teknik dasar. Hal ini dikarenakan untuk dapat berprestasi tinggi perlu penguasaan teknik dasar menjadi syarat mutlak yang harus dikuasai.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Oleh Ahli Materi

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat baik	0	0,00
Baik	8	80,00
Cukup	2	20,00
Kurang	0	0,00
Sangat Kurang	0	0,00
Jumlah	10	100,00

Tabel 4 menunjukkan bahwa pada angket yang digunakan untuk mengukur aspek pembelajaran yang dikembangkan berdasarkan hasil validasi ahli materi, modul termasuk dalam kategori baik dengan nilai persentase mencapai 80%, kategori cukup sebesar 20%.

Validasi Ahli Media

Ahli Media yang menjadi validator dalam penelitian ini adalah Drs. Sejahtra, M.Pd beliau adalah dosen Universitas Quality, yang mengampu matakuliah teknologi pembelajaran. Alasan peneliti memilih beliau sebagai ahli media adalah kompetensi dan pengalaman beliau dalam bidang media pembelajaran.

Data dari ahli media diperoleh dengan cara memberikan angket yang berisi aspek tampilan. Pemberian angket dilakukan bersamaan dengan menyerahkan produk awal modul pembelajaran dan latihan gulat yang sedang dikembangkan. Selanjutnya ahli

media menilai dan memberikan saran untuk perbaikan modul pembelajaran pencak silat yang sedang dikembangkan tersebut. Menurut (Mufidah, 2014) bahwa pelaksanaan proses pembelajaran juga diperlukan ketersediaan perangkat pembelajaran, bahan ajar, dan skenario yang diperlukan oleh guru. Perangkat pembelajaran dapat berupa buku siswa, lembar kerja siswa, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), buku tugas, dan sebagainya. Bahan ajar dapat berupa peraga, modul, media, dan sebagainya. Hasil validasi oleh ahli media pada modul pembelajaran dan latihan multilateral dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Validasi Ahli Media

Aspek	Skala	Kategori
1. Ketepatan pemilihan warna cover	5	Sangat Baik
2. Keserasian warna tulisan pada Cover	3	Baik
3. Kemenarikan pemilihan cover	4	Sangat Baik
4. Ketepatan ukuran gambar	4	Baik
5. Kejelasan gambar	4	Baik
6. Gambar dalam modul menarik	4	Baik
7. Relevansi gambar dengan materi (kontekstual)	5	Sangat Baik
8. Gambar nyata sesuai dengan	3	Sangat Baik
9. Konsepnya		
Penempatan gambar	4	Baik
10. Ketepatan pemilihan jenis huruf	4	Baik
11. Kesesuaian jenis dan ukuran huruf	4	Baik
12. Konsistensi ukuran huruf	4	Sangat Baik
13. Jenis dan ukuran huruf mudah dibaca dan sesuai dengan karakteristik siswa	5	Sangat Baik
14. Ketepatan letak teks	3	Baik
15. Ukuran modul	3	Baik

Menurut (Sungkono, 2012), evaluasi media dikelompokkan menjadi dua macam yaitu evaluasi formatif dan

evaluasi sumatif. Tabel 6 bentuk distribusi frekuensi penilaian kelayakan modul pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral berdasarkan aspek penilaian dari ahli media.

Tabel 6.

Distribusi Frekuensi Oleh Ahli Materi

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat baik	3	40,00
Baik	12	60,00
Cukup	0	0,00
Kurang	0	0,00
Sangat Kurang	0	0,00
Jumlah	15	100,00

Tabel 5 dan 6 menunjukkan bahwa modul yang dibuat berdasarkan validasi akhir ahli media termasuk dalam kategori baik (60%), sangat baik (20%). (Hamdi, Halim, & Pontas, 2015) menyatakan bahwa jika hasil yang diperoleh dari validasi ahli media termasuk dalam kategori baik dinyatakan layak dan diuji pada uji coba skala terbatas.

Validasi Ahli Bahasa

Ahli Bahasa yang menjadi validator dalam penelitian ini adalah Eka Oksani, M.Pd beliau adalah dosen Universitas Quality, yang ahli di bidang bahasa. Alasan pengembang memilih beliau sebagai ahli bahasa adalah kompetensi dan pengalaman beliau dalam bidang bahasa.

Data dari ahli media diperoleh dengan cara memberikan kuisioner yang berisi aspek keterbacaan. Pemberian kuisioner dilakukan bersamaan dengan penyerahan produk awal modul pembelajaran dan latihan gulat yang sedang dikembangkan. Hasil validasi oleh ahli bahasa dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7. Hasil Validasi Ahli Bahasa

Aspek	Skala	Kategori
Menggunakan Kaidah bahasa yang baik dan benar	3	Cukup
Menggunakan peristilahan yang sesuai dengan konsep pada pokok bahasan	4	Baik
Bahasa yang digunakan lugas dan mudah dipahami oleh atlet	3	Cukup
Bahasa yang digunakan sudah komunikatif	4	Baik
Ketepatan pemilihan bahasa dalam menguraikan materi	3	Cukup
Kalimat yang dipakai mewakili isi pesan atau informasi yang ingin disampaikan	4	Baik
Kalimat yang dipakai sederhana dan langsung ke sasaran	3	Cukup
Ketepatan ejaan	3	Cukup
Konsistensi penggunaan istilah	3	Cukup
Konsistensi penggunaan symbol atau ikon	3	Cukup

Jika dibuatkan dalam bentuk distribusi frekuensi terhadap penilaian aspek pembelajaran oleh ahli materi yaitu pada Tabel 8.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Oleh Ahli Materi

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat baik	0	0,00
Baik	3	30,00
Cukup	7	70,00
Kurang	0	0,00
Sangat Kurang	0	0,00
Jumlah	10	100,00

Tabel 7 dan 8 berdasarkan hasil validasi ahli bahasa, modul pembelajaran dan latihan multilateral gulat jika dilihat dari hasil distribusi frekuensi dapat disimpulkan bahwa modul termasuk dalam kategori cukup 70% dan kategori baik 30%.

Jika digabungkan secara keseluruhan penilaian ahli media, bahasa dan materi bahwa kualitas modul termasuk dalam kategori baik. Uraian berdasarkan aspek dapat dilihat pada Tabel 9.

Tabel 9. Kualitas Produk Modul Pembelajaran Hasil Validasi Ahli Materi

Aspek Penilaian	Rerata Skor	Kriteria
Aspek Media	3,81	Baik
Aspek Materi/isi	3,93	Baik
Aspek Bahasa	3,33	Cukup
Rerata	3,86	Baik

Adapun bentuk modul pembelajaran setelah di validasi oleh ahli bahasa, media dan materi ditampilkan pada Gambar 1 dan 2 berikut ini.



Gambar 1. Tampilan Depan Modul

DAFTAR ISI		Halaman
KATA PENGANTAR		1
BAB I. GERAK MULTILATERAL		
A. Sejarah Olahraga Gulat		1
B. Pelengkapan Olahraga Gulat		5
C. Gerak Multilateral		6
BAB II GERAK MULTILATERAL KUDA-KUDA		
A. Kuda-kuda Statis		7
B. Kuda-kuda dinamis		21
BAB III GERAK MULTILATERAL MENYUSUP		
A. Gerak Menyusup Tanpa Media		28
B. Gerak Menyusup Menggunakan Media		38
DAFTAR PUSTAKA		49

Gambar 2. Tampilan Daftar Isi Modul

Uji Coba Kelompok Kecil

Uji coba modul yang dikembangkan dilakukan pada kelompok kecil dilakukan pada tanggal 15 Juli 2020 sampai tanggal 30 Juli 2020 kepada 9 atlet di Klub Gulat Masehi Berastagi. Uji coba ini bertujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi berbagai kekurangan yang ada dalam modul karena pada dasarnya produk yang dikembangkan nantinya akan digunakan oleh atlet. Data yang diperoleh dari hasil uji coba ini akan digunakan sebagai dasar untuk melakukan revisi produk modul pembelajaran dan latihan gulat.

Kondisi selama uji coba kelompok kecil saat pengisian angket pelatih memperhatikan penjasalam mengenai tata cara pengisian angket dan mengisi dengan teliti. Hasil angket uji modul pembelajaran dan latihan gulat pada uji coba skala kecil dapat dilihat pada Tabel 10.

Tabel 10, berdasarkan hasil angket mengenai pengembangan modul pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral menunjukkan bahwa untuk penilaian dari 3 atlet dengan kategori “Baik” dan 6 atlet dengan

kategori “Sangat Baik”.

Tabel 10.
Hasil Angket Uji Coba Skala Kecil

No. Respon den	Skor yang diperoleh	Presentase (%)	Kateg ori
1	39	75,00	Baik
2	45	86,53	Sangat Baik
3	49	94,23	Sangat Baik
4	47	90,38	Sangat Baik
5	48	92,30	Sangat Baik
6	51	98,07	Sangat Baik
7	49	94,23	Sangat Baik
8	39	75,00	Baik
9	39	75,00	Baik
Skor total	406	86,74	Sangat Baik

Total penilaian uji kelompok kecil modul pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral menurut responden pelatih sebesar 86,74% dikategorikan “Sangat Baik” yang dapat diartikan bahwa produk tersebut sangat baik dan dilanjutkan dengan uji coba kelompok besar. Sehingga dapat disimpulkan bahwa modul yang diuji pada skala kecil pada atlet gulat termasuk dalam kategori sangat baik, sehingga modul dapat dilakukan pengujian pada kelompok dengan skala yang lebih besar lagi.

Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba skala besar dilakukan pada tanggal 2 Agustus 2020 sampai 4 Agustus 2020 kepada 15 atlet gulat Klub SMAN 1 Barusjahe dan Klub Gulat SMKN 1 Kabanjahe. Kondisi selama uji coba kelompok besar saat pengisian angket pelatih memperhatikan penjasalam mengenai tata cara pengisian angket dan mengisi dengan teliti.

Uji coba kelompok besar bertujuan untuk mengetahui dan mengidentifikasi berbagai kekurangan yang ada dalam

buku setelah revisi uji kelompok kecil karena pada dasarnya produk yang dikembangkan nantinya akan digunakan oleh atlet. Hasil angket uji coba skala besar pada atlet gulat dapat dilihat pada Tabel 11.

Tabel 11.
Hasil Angket Uji Coba Skala Besar

No. Responden	Skor yang diperoleh	(%)	Kategori
1	51	98,07	Baik
2	50	96,15	Sangat Baik
3	44	84,61	Sangat Baik
4	50	96,15	Sangat Baik
5	49	94,23	Sangat Baik
6	52	100	Sangat Baik
7	49	94,23	Sangat Baik
8	52	100	Sangat Baik
9	52	100	Sangat Baik
10	50	96,15	Sangat Baik
11	48	92,30	Sangat Baik
12	47	90,38	Sangat Baik
13	52	100	Sangat Baik
14	50	96,15	Sangat Baik
15	47	90,38	Sangat Baik
Skor total	966	92,88	Sangat Baik

Tabel 11 menunjukkan bahwa hasil angket mengenai pengembangan modul pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral menunjukkan bahwa kategori “Baik” hanya responden 1 dan responden 14. dengan kategori “Sangat Baik”. Total uji kelompok besar pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral dengan presentase sebesar 92,88% dikategorikan “Sangat Baik” dapat diartikan bahwa produk itu

sangat baik dan dapat digunakan sebagai pedoman latihan gulat.

Berdasarkan hasil analisa yang diperoleh dilapangan rata-rata penilaian sebelum (*pre-test*) penggunaan modul pada atlet gulat di Kabupaten Karo adalah 57. Sedangkan nilai sesudah (*post test*) menggunakan modul pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral rata-rata yaitu 81. Berpedoman pada klasifikasi Interpretasi N-Gain yang mana:

$$NGain = \frac{S \text{ post test} - S \text{ Pre test}}{S \text{ Maksimum} - S \text{ Post test}}$$

$$NGain = \frac{81 - 57}{100 - 81}$$

$$NGain = \frac{24}{19}$$

NGain = 1,26 besar interpretasi g > 0,7 (Tinggi)

Adapun susunan kegiatan yang dilakukan dalam analisis data ini pertama yaitu melakukan pretest yang mana dilakukan pada saat proses latihan yang dilakukan oleh pelatih gulat, dimana pelatih tanpa menggunakan modul. Berikut data persentase penilaian pada atlet gulat pemula di Kabupaten Karo.

Tabel 12. Hasil Pre-Test dan Post-Test

Kelas	Rata-rata Pre-test	Rata-rata Post-test	Penin gkata n	(%)
Kontrol	45.14	77.15	35,00	110,2
Eksperim	57.53	81.77	46,81	132,1

Tabel 13. Hasil Uji t Modul Pembelajaran

Kelas	Rerata	Varians (SP)	D (s)	t-hit	t-tabel
Eksperim	80,97	84,28	5,8	4,39	1,57
Kontrol	71,74	45,11	8,4		

Pada Tabel 12 dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan kelas rata-rata pre-test dan post-test dari kelas kontrol yang awalnya 110,19 persen ke dalam kelas eksperimen terjadi peningkatan sebesar 132,05 persen. Sedangkan pada tabel 13, hasil uji modul pembelajaran dimana t-tabel pada pengembangan modul yaitu 1,57. Artinya pengembangan modul pembelajaran dan latihan gulat berbasis gerak multilateral berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan atlet gulat pemula di Kabupaten Karo.

2. Pembahasan

Modul pembelajaran yang berkualitas yaitu dengan memperhatikan komponen-komponen yang ditetapkan oleh Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) yaitu komponen aspek kelayakan isi, aspek bahasa dan gambar, aspek penyajian dan kegrafisan. Adapun hasil dari penilaian terhadap modul untuk beberapa aspek yang telah disebutkan, berdasarkan hasil data, diperoleh bahwa modul pembelajaran pada setiap komponen aspek kelayakan isi, aspek bahasa dan gambar, penyajian bagi atlet gulat pemula layak digunakan termasuk dalam kategori baik. Menurut (Mufidah, 2014) modul dilengkapi dengan petunjuk penggunaan untuk belajar dapat melakukan kegiatan belajar sendiri tanpa kehadiran pengajar secara langsung.

Modul ini juga dapat digunakan bagi atlet gulat pemula dalam berlatih berbasis multilateral. Melalui adanya modul, maka atlet dapat lebih paham mengenai gerakan-gerakan dengan melihat pola gerakan melalui gambar dan mempraktekkan. Dengan adanya panduan tersebut akan memberikan kemudahan pembelajaran dengan penjelasan yang lebih rinci pada isi modul. Dengan adanya modul tersebut, diharapkan nantinya atlet dapat berprestasi lebih baik lagi dan membanggakan dunia olahraga terutama dibidang gulat. (Suastika, 2018),

(Sulianto, 2012) dengan penggunaan modul, akan mampu mengasah diri dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dalam proses pembelajaran.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan produk modul pembelajaran, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kualitas modul pembelajaran yang dikembangkan berdasarkan penilaian ahli materi "baik", ahli media "baik", ahli bahasa "cukup". Besarnya rerata skor pada penilaian ahli materi adalah 3,93, besarnya rerata skor pada penilaian ahli media adalah 3,81, sedangkan besarnya rerata skor ahli bahasa adalah 3,33. Sedangkan secara keseluruhan penilaian modul pembelajaran termasuk dalam kriteria baik yaitu dengan nilai 3,86
2. Produk yang dihasilkan dari penelitian ini yaitu berupa modul pembelajaran latihan gulat berbasis multilateral yang dapat dimanfaatkan oleh atlet gulat pemula sebagai sumber belajar yang dapat membantu atlet gulat dalam mempelajari materi gulat berbasis multilateral.

Saran

Setelah dikembangkan modul pembelajaran ini diharapkan adanya upaya untuk dapat menghasilkan modul-modul pembelajaran gulat yang lain, dikarenakan dapat berguna bagi atlet gulat dengan kualitas modul yang lebih bagus dan menarik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini tidak akan terlaksana tanpa kerjasama dan dukungan pendanaan dari Kementerian Pendidikan Perguruan Tinggi dengan ID Proposal dengan surat keputusan (SK) nomor B/87/E3/RA.00/2020 dan perjanjian No. 256/LL1/PG/2020.

Penulis menyampaikan terimakasih kepada Pemerintah Republik Indonesia atau Kementerian Pendidikan Perguruan Tinggi melalui RISTEK-BRIN atas dukungan pendanaan yang telah diberikan. Terima kasih juga disampaikan kepada Kepala LLDIKTI Wilayah 1, Prof. Drs. Dian Armanto, M.Pd., M.A., M.Sc., Ph.D, Ketua Yayasan Bukit Barisan Simalem, Rektor Universitas Quality Berastagi Drs. Eduard, M.Si, Wakil Rektor Universitas Quality Berastagi Bapak Prof. Dr. Nurdin Bukit, M.Si, Ketua LPPM Universitas Quality Berastagi Bapak Ferdinand Sinuhaji, S.Si.,M.Si.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Azka, H. H., Setyawati, R. D., & Albab, I. U. (2019). Pengembangan Modul Pembelajaran. Imajiner: *Jurnal Matematika Dan Pendidikan Matematika*.
- Barus, J. B. N. (2019). Pengembangan Model Latihan Gerak Dasar Kuda-Kuda Menggunakan Alat Pada Atlet Gulat Kadet. *Jurnal Stindo Profesional*.
- Borg, W., & Gall, M. (1983). *Educational Research: An Introduction 4th Edition Longman Inc.* New York.
- Hamdi, H., Halim, A., & Pontas, K. (2015). Pengembangan Dan Penerapan Modul Pembelajaran Materi Teori Dasar Bentuk Muka Bumi Untuk Meningkatkan Kognitif Mahasiswa Pendidikan Mipa Fkip Unigha Sigli. *Jurnal Pendidikan Sains Indonesia*.
- Hamdunah, H., Suryani, M., & Wijaya, F. I. (2017). Pengembangan Modul Berbasis Realistik pada Materi Lingkaran untuk Siswa Kelas VIII SMP. *Jurnal Pelangi*.
- Juhanis. (2012). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Bantingan Pinggang Pada Olahraga Gulat Mahasiswa Fik Unm Makassar Juhanis. *Jurnal ILARA*.
- Mufidah, C. I. (2014). Pengembangan Modul Pembelajaran Pada Kompetensi Dasar Hubungan Masyarakat Kelas X Apk 2 Di Smkn 10 Surabaya. *Jurnal Administrasi Perkantoran*.
- Muldiyana, M., Ibrahim, N., & Muslim, S. (2018). Pengembangan Modul Cetak Pada Mata Pelajaran Produktif Teknik Komputer Dan Jaringan Di SMK Negeri 2 Watampone. *JTP - Jurnal Teknologi Pendidikan*. <https://doi.org/10.21009/jtp.v20i1.7845>
- Nur, E., & Sari, F. (2016). Survei Tingkat Kelentukan Dan Kelincahan Atlet Gulat Pplpd Kabupaten Malang Tahun 2016. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Vol 26 No 1 April 2016*.
- Suastika, I. K. (2018). Pengembangan Modul Pembelajaran Bilangan Berbasis Tematik Saintifik. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. In METODE PENELITIAN ILMIAH*.
- Sukadiyanto. (2011). *Tori dan Metodologi Melatih Fisik*. In Bandung: Lubuk Agung.
- Sulianto, J. (2012). *Keefektifan Model Pembelajaran Kontekstual dengan pendekatan open ended dalam aspek penalaran dan pemecahan masalah pada materi segitiga di kelas VII*. Malih Peddas (Majalah Ilmiah Pendidikan Dasar).
- Sungkono, S. (2012). *Pengembangan Intrumen Evaluasi Media Modul Pembelajaran*. Majalah Ilmiah Pembelajaran.

