

**SILABUS  
TES DAN PENGUKURAN OLAHRAGA  
JK 512 / 2 SKS**

**Oleh  
Drs.Mudjihartono,M.Pd**

**Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
Bandung, Maret 2010**

# Silabus

## 1. Identitas Mata Kuliah :

Nama Mata Kuliah	:	Tes dan Pengukuran Olah Raga Kesehatan dan Rekreasi
Nomor Kode / SKS	:	JK 512 / 2 SKS
Kelompok Mata Kuliah	:	MKK Program Studi
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi – S1
Status Mata Kuliah	:	Wajib
Semester	:	6 (enam)
Prasyarat	:	Telah Lulus Mata Kuliah Statistika
Nama Dosen / Pengajar	:	1 Drs. Andi Suntoda S M.Pd 2.. Drs. Mudjihartono, M.Pd.

## 2. Tujuan Pembelajaran :

- Selesai mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan memiliki pengetahuan dan mampu :
- melaksanakan tes dan pengukuran keolahragaan serta menafsirkan hasil pengukuran.
  - menyusun tes keterampilan olahraga dan tes pengetahuan.
  - menganalisis butir-butir tes dan seluruh tes.
  - menerapkan berbagai pendekatan acuan penilaian dan sistem penilaian.

## 3. Deskripsi Isi :

Proses belajar mengajar dilaksanakan secara teori dan praktik. Dalam proses belajar mengajar (PBM) dan pelatihan, tes dan pengukuran merupakan suatu bagian yang tak terpisahkan dalam kegiatan Evaluasi. Tes merupakan suatu alat yang digunakan untuk memperoleh data dari suatu objek yang akan diukur, sedangkan pengukuran merupakan suatu proses untuk memperoleh data. Data yang diperoleh dari hasil pengukuran merupakan data objektif, yang dapat dijadikan dasar dalam melakukan penilaian. Bahan ajar dari mata kuliah Tes dan Pengukuran ini berbentuk Modul, yang terdiri dari 7 Modul sebagai berikut :

**Modul 1** akan membahas tentang : ***Pengertian Tes dan Pengukuran, Kebutuhan Tes dan Pengukuran, Prinsip-Prinsip, Fungsi Tes dan Pengukuran, Kriteria memilih Tes.*** Penguasaan terhadap pokok bahasan tersebut

merupakan hal yang amat penting bagi guru penjas ataupun pelatih cabang olahraga, yang dapat digunakan sebagai suatu alat ukur proses Evaluasi dalam kegiatan belajar mengajar dan pelatihan.

**Modul 2** membahas tentang : ***Tes Anthropometrik, Tes Cardiovascular, Tes Kesegaran Jasmani, Tes General Motor Ability, dan Tes Motor Educability.*** Program Pengukuran Modern telah menggunakan varietas yang lebih besar untuk berbagai pengukuran berkenaan dengan individu / seseorang atau program latihan yang diberikan. Oleh karena itu telah terjadi peningkatan dalam penggunaan dan penyelidikan terhadap alat-alat ukur seperti tes untuk teknik olahraga, skala-skala bernilai untuk mengukur objek-objek, program yang lebih mutlak, pemilihan pengukuran-pengukuran fitness yang cocok , dan tes-tes diagnostik yang meliputi kecakapan gerakan secara umum dan olahraga pada khususnya.

**Modul 3** membahas tentang : ***Pengukuran Kekuatan dan Daya Tahan, Pengukuran Kecepatan dan Power, Pengukuran Kelenturan, Kelincahan, dan Koordinasi, serta Pengukuran Keseimbangan dan Reaksi.*** Pengukuran dan Penilaian dalam bidang keolahragaan pada zaman sekarang ini merupakan suatu cara yang sangat penting dalam rangka modernisasi peningkatan prestasi olahraga. Tanpa menggunakan pengukuran serta penilaian sebagai alat kontrol, maka segala kekurangan dan kemajuan hasil belajar / latihan yang dilakukan sukar untuk diketahui secara objektif.

**Modul 4** terdiri dari : ***Tes Keterampilan Sepak Bola, Tenis Meja, Bola Voli, Bulutangkis, Bola Basket, Soft Ball, Bola Tangan dan Tenis Lapangan.*** Tes Keterampilan cabang olahraga merupakan suatu tes yang akan mengukur kemampuan seseorang dalam penguasaan teknik dasar suatu cabang olahraga. Mengetahui dan memahami serta mampu melaksanakan tes keterampilan cabang olahraga amatlah penting bagi seorang guru penjas dan pelatih cabang olahraga.

**Modul 5** membahas tentang : ***Jenis-jenis Tes Pengetahuan, Kriteria Penyusunan Tes Pengetahuan, Penyusunan dan Pembuatan bentuk-bentuk soal Tes Essay dan Obyektif, Analisis butir soal yang meliputi indeks kesukaran, Daya Pembeda, Validitas dan Reliabilitas tes.*** Untuk mengetahui kualitas dari butir-butir tes dan keseluruhan tes, maka perlu diadakan analisis butir tes yang mencakup indeks kesukaran, keberfungsian jawaban, daya pembeda, serta validitas dan reliabilitas tes. Kemampuan menyusun tes pengetahuan dan menganalisis butir-butir tesnya sangat diperlukan bagi seorang guru penjas untuk mengevaluasi materi ajar yang telah diberikan.

**Modul 6** membahas tentang : ***Kriteria menyusun Tes Keterampilan, dan Prosedur Penyusunan Tes Keterampilan.*** Penyusunan tes keterampilan yang baik dan cocok dengan kemampuan objeknya merupakan kemampuan yang harus dimiliki bagi para guru penjas dan pelatih cabang olahraga.

**Modul 7** membahas tentang : ***Pendekatan Acuan Penilaian dan Sistem Penilaian yang terdiri dari Penilaian Acuan Norma, Penilaian Acuan Patokan, dan Penilaian Acuan Gabungan.*** Penilaian merupakan salah satu komponen

penting dalam proses belajar mengajar, sehingga merupakan kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang guru penjas dalam upaya mengevaluasi hasil kegiatan pengajaran dan perkembangannya.

#### 4. Pendekatan dan Media Pembelajaran :

Pelaksanaan kuliah menggunakan pendekatan pembelajaran dalam bentuk metode ceramah, tanya-jawab, diskusi dan pemecahan masalah serta demonstrasi, yang dilengkapi dengan penggunaan OHP, Video, LCD, dan alat ukur laboratorium tes dan pengukuran lainnya.

#### 5. Tugas dan Latihan :

- Latihan diberikan pada setiap pertemuan yang disesuaikan dengan materi ajar, bisa berupa tanya-jawab, diskusi atau berupa praktik, sesuai dengan bahan ajar yang bersangkutan.
- Tugas diberikan secara mandiri ataupun kelompok berupa makalah, penyajian dan diskusi serta membuat laporan dari hasil uji coba ke lapangan dengan orang coba anggota kelompoknya atau pada hasil kunjungan ke top organisasi olahraga yang diinginkan, sehingga mahasiswa mampu dalam mengukur, menganalisis dan menafsirkan data yang telah diperoleh.

#### 7. Evaluasi :

Absensi kehadiran mahasiswa 80%. Kegiatan Evaluasi didasarkan pada prestasi mahasiswa yang diindikasikan dengan kemampuannya dalam Ujian Tengah Semester, Ujian Akhir Semester, hasil diskusi, serta penyelesaian tugas mandiri maupun tugas kelompok. Bobot dari masing-masing kegiatan tersebut adalah : UTS 20%, UAS 55%, Tugas Mandiri 15%, dan Tugas Kelompok 10%. Bobot pada setiap kegiatan bisa menutupi bobot yang lainnya, kecuali bobot yang “ **Gagal** “

#### 8). Buku Sumber :

Utama:

Baumgartner, Ted A., Jackson, Andrew S., (1982), *Measurement for Evaluation in Physical Education and Exercise Science*, Fifth Edition, Printed in the United States of America,

Kirkkendall, (1980), Don R., Gruber, Joseph J., Johnson, Robert E., *Measurement and Evaluation for Physical Education*, IOWA,

Nurhasan, (2000), *Tes dan Pengukuran Olahraga*, FPOK-UPI, Bandung,

Rujukan:

Johnson , Barry L., and Nelson, Jack K., (1959), *Practical Measurement for Physical Education*, IOWA,

Masidjo, Ign., (1995), *Penilaian Pencapaian Hasil Belajar Siswa Di Sekolah*, Kanisius, Yogyakarta.

Scott, M. Gladys, and French, Easther, (1959), *Measurement and Evaluation in Physical Education*, IOWA,

Slameto, (1988), *Evaluasi Pendidikan*, Bina Aksara.

**9). Rincian Materi Perkuliahan Tiap pertemuan :**

Pertemuan 1 : Pengantar, Kegunaan Tes dan Pengukuran serta Kriteria Tes.

Pertemuan 2 – 3 : Macam-macam / Jenis Tes Keolahragaan.

Pertemuan 4 – 5 : Pengukuran Unsur-unsur Gerak dalam Olahraga.

Pertemuan 6 – 7 : Tes Keterampilan Cabang Olahraga.

Pertemuan 8 : Ujian Tengah semester ( U T S ).

Pertemuan 9 – 10 : Tes Pengetahuan.

Pertemuan 11 – 13 : Penyusunan Tes keterampilan Cabang Olahraga dan Batrei Tes.

Pertemuan 14 – 15 : Pendekatan Acuan dan Sistem Penilaian.

Pertemuan 16 : Ujian Akhir Semester ( U A S ).

