



**e-ISSN : 2477-3379**

**JURNAL PENELITIAN PEMBELAJARAN**

**JURNAL**



**SPORTIF**

<b>Volume</b>	<b>Nomor</b>	<b>Halaman</b>	<b>Mei</b>
<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1 - 112</b>	<b>2016</b>

**Diterbitkan Oleh :**  
**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**  
**UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

**JL. KH ACHMAD DAHLAN NO 76 KEDIRI**  
**Website: [ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk](http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk)**  
**Email: [jurnal.sportif@unpkediri.ac.id](mailto:jurnal.sportif@unpkediri.ac.id)**

# **JURNAL SPORTIF**

## **Jurnal Penelitian Pembelajaran**

**Volume 2 Nomor 1 Halaman 1-112 Mei 2016**

Terbit dua kali setahun pada bulan Mei dan November berisi naskah hasil penelitian, kajian teori, gagasan konseptual mengenai pembelajaran di bidang olahraga.

---

### **Penanggung Jawab**

Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.

### **Pemimpin Umum**

Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.

### **Pemimpin Redaksi**

Yulingga Nanda Hanief, M.Or.

### **Anggota Redaksi**

Drs. Sugito, M.Pd.

Drs. Setyo Harmono, M.Pd.

Wasis Himawanto, M.Or.

Ardhi Mardiyanto Indra P., M.Or.

Abdian Asgi Sukmana, S.Pd., M.Or.

### **Mitra Bestari**

Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd.

(Dosen Pascasarjana UNS Surakarta)

Dr. M. Muhyi Faruq, M.Pd.

(Dosen UNIPA Surabaya)

### **Redaksi Pelaksana**

Chandra Surya, S.Pd.

Widya Irma

### **ALAMAT REDAKSI**

Kantor Penjasokesrek Kampus I UNP Kediri, Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 Kediri  
64113. Telp. (0354) 771503, Fax. (0354) 771576

Website: [efektor.unpkediri.ac.id/index.php/pjk](http://efektor.unpkediri.ac.id/index.php/pjk)

Email: [jurnal.sportif@unpkediri.ac.id](mailto:jurnal.sportif@unpkediri.ac.id)

## DAFTAR ISI

---

<b>UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SERVIS BAWAH BOLA VOLIMELALUI PENGGUNAAN MODIFIKASI BOLA</b> <i>Aba Sandi Prayoga, M.Or.</i>	1 - 12
<b>MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE <i>TEAM GAME TOURNAMENT</i> (TGT) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR <i>SMASH</i>NORMAL BOLAVOLI PADA SISWAKELAS XI SMA NEGERI COLOMADU KARANGANYAR TAHUN AJARAN 2015/2016</b> <i>Andri Arif Kustiawan, M.Or.</i>	13 - 35
<b>PENGARUH METODE PEMBELAJARAN <i>GUIDE DISCOVERY LEARNING</i> TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA <i>SCHNEPPER</i></b> <i>Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or.<sup>1</sup>, Nur Ahmad Muharram, M.Or.<sup>2</sup>, Muhammad Habi Burasyid<sup>3</sup></i>	36 - 47
<b>MENINGKATKAN KETRAMPILAN <i>SHOOTING</i> SEPAKBOLA DENGAN PERMAINAN MODIFIKASI (Studi Pada Siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio)</b> <i>Budiman Agung Pratama, M.Pd.</i>	48 - 58
<b>UPAYA MENINGKATKAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK DENGAN PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF STAD PADA SISWA KELAS IV SDN BATOKERBUY 5 KABUPATEN PAMEKASAN TAHUN PELAJARAN 2015/2016</b> <i>Masdiyo, S.Pd.</i>	59 - 64
<b>UPAYA MENINGKATKAN KECEPATAN LARI <i>SPRINT</i> MELALUI MEDIA VIDEO COMPACT DISK PADA SISWA KELAS VI SDN KADUARA BARAT III KABUPATEN PAMEKASAN TAHUN AJARAN 2015/2016</b> <i>Suliwati, S.Pd.</i>	65 - 71

<b>PENINGKATAN KETERAMPILAN MEMBERI UMPAN BALIK GURU PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN KECAMATAN TAMAN KABUPATEN SIDOARJO</b> Muhammad Yanuar Rizky M.Pd. <sup>1</sup> , Irwan Setiawan, M.Pd. <sup>2</sup>	<b>72 - 86</b>
<b>UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN DRIBBLE BOLA DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA DENGAN METODE <i>STUDENT TEAMS ACHIEVEMENT DIVISION</i> PADA SISWA KELAS IV DAN V SDN BLUMBUNGAN 1 PAMEKASAN TAHUN AJARAN 2015-2016</b> <i>Sadik, S.Pd.</i>	<b>87 - 92</b>
<b>UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SERVIS ATAS PERMAINAN BOLA VOLI DENGAN PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA KELAS VI SDN BATOKERBUY 2 TAHUN AJARAN 2015/2016</b> <i>Sanur, S.Pd.</i>	<b>93 - 100</b>
<b>PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK DENGAN JIWA <i>SPORTIF</i> MELALUI PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN</b> <i>Dhedhy Yuliawan, M.Pd.</i>	<b>101 - 112</b>

# UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SERVIS BAWAH BOLA VOLI MELALUI PENGGUNAAN MODIFIKASI BOLA

**Aba Sandi Prayoga, M.Or.**  
Penjaskesrek STKIP MODERN Ngawi  
*aba\_sandy@yahoo.com*

## Abstrak

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni tahun pelajaran 2015/2016.

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Sumber data penelitian ini adalah siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni tahun pelajaran 2015/2016 berjumlah 32 anak. Teknik pengumpulan data dengan observasi dan penilaian hasil belajar servis bawah bola voli. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif yang didasarkan pada analisis kuantitatif dengan prosentase.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh fakta penggunaan modifikasi bola dapat meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni tahun pelajaran 2015/2016. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari pra siklus, siklus I dan siklus II. Hasil belajar servis bawah bola voli pada pra siklus dalam katagori tuntas adalah 50% atau 16 anak siswa. Hasil belajar servis bawah bolavoli pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 78% atau 25 siswa, dan hasil belajar servis bawah bolavoli pada siklus II dalam kategori tuntas adalah 88% atau 28 siswa.

Kesimpulan dari penelitian ini ialah penerapan pembelajaran model inovatif yaitu modifikasi bola dapat meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni tahun pelajaran 2015/2016.

**Kata Kunci:** Hasil Belajar, Servis Bawah Bola Voli, Modifikasi Bola

## PENDAHULUAN

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat

penting yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Penjasorkes merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Berdasarkan jenis materi penjasorkes dibedakan menjadi 2 yaitu materi pokok dan materi pilihan. Materi pokok merupakan materi yang wajib diberikan kepada siswa mencakup atletik, senam dan permainan. Sedangkan materi pilihan adalah materi yang dapat dipilih dengan kemampuan dan situasi serta kondisi sekolah masing-masing.

Penjasorkes menjadi salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah dari jenjang pendidikan dasar sampai jenjang pendidikan menengah atas melalui aktivitas fisik, selain itu penjasorkes juga dapat menarik perhatian siswa untuk melakukan pola hidup sehat. Cabang olahraga yang menjadi salah satu materi yang diajarkan di sekolah menengah pertama (SMP) adalah Bolavoli. Sekolah merupakan salah satu tempat yang tepat untuk bisa belajar tentang permainan bolavoli dengan teknik-teknik yang benar.

Teknik dasar permainan bolavoli harus benar-benar menguasai terlebih dahulu agar dapat mengembangkan untuk pertandingan yang lancar dan teratur. Penguasaan teknik-teknik dasar yang baik merupakan awal dari taktik permainan yang baik pula. Teknik dasar bolavoli yang harus dikuasai oleh setiap pemain adalah teknik dasar servis, teknik dasar *passing*, teknik dasar *smash*, dan teknik dasar *blocking*.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMP Negeri 1 Kedungwuni Pekalongan melalui wawancara dan diskusi dengan salah satu guru penjasokes dan juga melalui survei sarana prasarana yang dimiliki sekolah tersebut, diperoleh informasi bahwa di SMP Negeri 1 Kedungwuni khususnya kelas VII G, minat siswa dalam mengikuti pelajaran penjasorkes masih kurang, dimana siswa merasa takut mengalami sakit atau cedera dan kondisi atau kesiapan seperti kekuatan belum cukup untuk melakukan servis bawah bolavoli. Sehingga mengakibatkan hasil belajar servis bawah sebagian besar tidak tuntas. Berdasarkan jumlah siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni tahun pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 32 siswa, siswa yang tuntas materi servis bawah bolavoli berjumlah 14 atau 43,75% sedangkan 18 siswa atau 56,25% lainnya tidak tuntas. Siswa dikatakan tuntas apabila mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) yaitu 75.

Bermula dari data hasil belajar servis bawah kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni tahun pelajaran 2015/2016, maka perlu solusi yang tepat untuk memudahkan siswa dalam pembelajaran servis bawah, salah satunya dengan menggunakan modifikasi bola alat bantu pembelajaran. Alat bantu pembelajaran adalah alat-alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan materi pembelajaran. Alat bantu pembelajaran berfungsi untuk membantu dan mempraktikkan sesuatu dalam proses pendidikan pengajaran. Penggunaan alat bantu sebagai bentuk pembelajaran yang bersifat pembelajaran aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan (PAIKEM) sangat diperlukan, misalnya alat bantu berupa bola lunak yang terbuat dari plastik yang berspon. Alat bantu tersebut dirancang sebagai media berlatih gerakan servis bawah, dengan alat bantu bola lunak tersebut dapat mengubah suasana menjadi lebih santai dan menyenangkan. Keadaan ini akan membantu menumbuhkan motivasi dan antusiasme siswa terhadap materi ajar servis bawah karena para siswa cenderung lebih menyukai suasana kelas yang santai dari pada yang serius. Alat bantu pembelajaran dapat dimanfaatkan oleh guru untuk



menambah sarana olahraga yang dimiliki oleh sekolah sehingga tidak banyak siswa yang mengantri untuk bergantian menggunakan sarana yang tersedia. Namun dalam praktiknya jarang ada guru penjasorkes yang menggunakan alat bantu pembelajaran servis bawah begitu pula saat mengamati proses belajar mengajar dikelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni tahun pelajaran 2015/2016, guru tidak menggunakan alat bantu apapun untuk mempermudah siswa dalam belajar.

Hasil belajar siswa dengan metode lama membuat siswa kurang tertarik dan mencoba untuk melakukan gerakan servis bawah tersebut sehingga banyak siswa yang belum memenuhi batas kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang telah ditetapkan oleh sekolah atau guru. Maka proses pembelajaran yang digunakan guru dalam proses belajar mengajar perlu dievaluasi untuk dapat mencapai hasil belajar yang diinginkan/diharapkan.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian Tindakan Kelas ini akan dilaksanakan di lapangan olahraga SMP Negeri 1 Kedungwuni Pekalongan.

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini akan dilaksanakan pada bulan Mei sampai bulan Juni 2015. Untuk lebih jelasnya rincian waktu dan jenis kegiatan penelitian sebagai berikut:



Tabel 3.1 Rician Kegiatan Waktu dan Jenis Kegiatan Penelitian

No	Rencana Kegiatan (2015)	April	Mei	Juni	Juli	Agt	Sep	Okt	Nov
1.	Persiapan								
a.	Observasi	■	■						
b.	Identifikasi Masalah	■	■						
c.	Penentuan Tindakan	■	■						
d.	Pengajuan Judul	■	■						
e.	Penyusunan Proposal		■	■	■				
f.	Pengajuan Izin Penelitian				■				
2.	Pelaksanaan								
a.	Seminar Proposal					■			
b.	Pengumpulan Data Penelitian					■	■		
3.	Penyusunan Laporan								
a.	Penulisan Laporan							■	■

### Metode dan Rancangan Penelitian

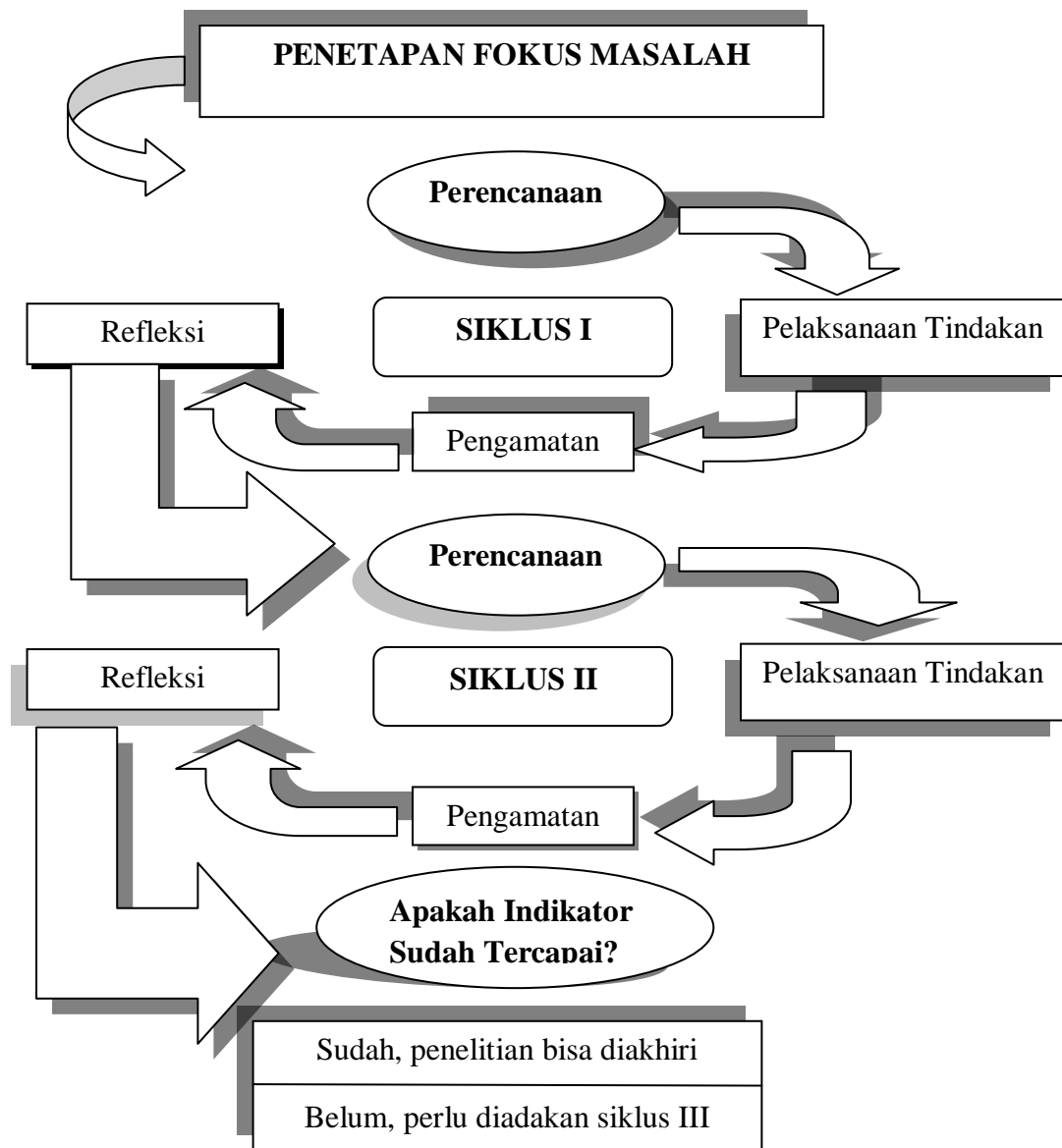
Untuk menentukan ketercapaian dalam pembelajaran maka perlu dirumuskan indikator keberhasilan tindakan. Persentase indikator pencapaian keberhasilan penelitian di sajikan pada tabel berikut:

Tabel 3.3 Persentase Target Capaian

Aspek Yang Diukur	Persentase Target Pencapaian		Cara Mengukur
	Siklus I	Siklus II	
Afektif	70%	80%	Diamati saat proses pembelajaran berlangsung
Psikomotor	70%	80%	Tes teknik servis bawah bolavoli
Kognitif	70%	80%	Tes Tulis
Ketuntasan Hasil Belajar	70%	80%	Rata-rata hasil penjumlahan (aspek afektif, kognitif, psikomotor)

Metode penelitian adalah metode yang harus dilakukan dalam menerapkan metode dalam penelitian. Dalam Penelitian Tindakan Kelas ini akan dilakukan tindakan yang berlangsung secara terus menerus kepada subjek penelitian.

Perbaikan pembelajaran dilaksanakan melalui proses pengkajian berdaur, yang terdiri dari empat tahap yaitu merencanakan (*planning*), melakukan tindakan (*acting*), mengamati (*observing*) dan refleksi (*reflecting*). Hasil refleksi terhadap tindakan yang dilakukan akan digunakan kembali untuk merevisi rencana pembelajaran jika ternyata tindakan yang di lakukan belum berhasil memecahkan masalah, seperti gambar di bawah ini:



Gambar 3.4 Siklus Penelitian Tindakan Kelas  
(Buku Pedoman Penulisan Skripsi, 2012)

### Sampel Peneliti

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni Pekalongan, tahun pelajaran 2015/2016. Jumlah siswa adalah 32 anak, dengan rincian 17siswi dan 15 siswa.

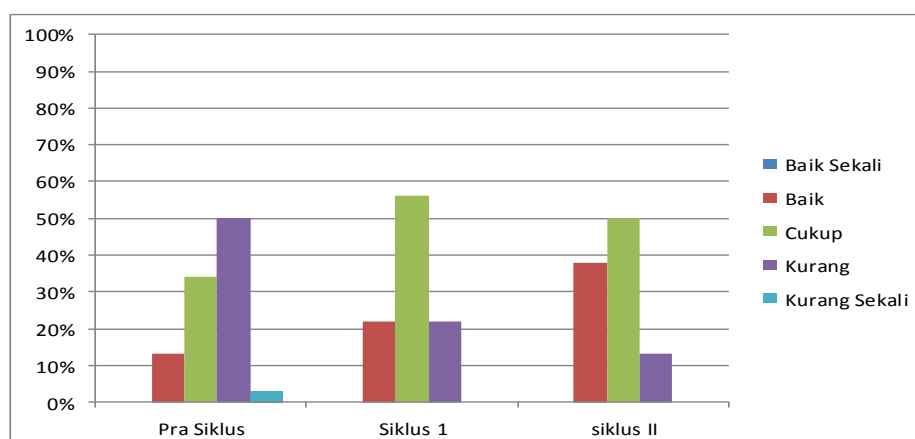
## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan pada siklus I dan II dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pembelajaran servis bawah siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni Pekalongan tahun pelajaran 2015/2016.

Tabel 7. Perbandingan Hasil Belajar Servis bawah Bolavoli Siklus I dan Siklus II

Rentang Nilai	Keterangan	Prosentasi		
		Data Awal	Siklus I	Siklus II
>94	Baik Sekali	0%	0%	0%
85 – 94	Baik	13%	22%	38%
75 – 84	Cukup	34%	56%	50%
65 – 74	kurang	50%	22%	13%
< 65	Kurang Sekali	3%	0%	0%

Melalui tabel perbandingan hasil belajar diatas apabila didistribusikan dalam grafik perbandingan, disajikan sebagai berikut:



Gambar 8. Perbandingan Hasil Belajar Servis bawah Bolavoli

Melalui grafik perbandingan hasil belajar servis bawah siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni Pekalongan tahun pelajaran 2015/2016.terjadipeningkatan prestasi belajar siswa mulai dari data awal kemudian Siklus I dan siklus II.

## **KESIMPULAN**

### **Simpulan**

Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni Pekalongan tahun pelajaran 2015/2016, dilaksanakan dalam dua siklus. Dalam siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, diperoleh simpulan bahwa:

Penerapan pembelajaran model inovatif yaitu memantulkan bola ke net dapat meningkatkan penguasaan servis bawah bolavoli siswa kelas VII G SMP Negeri 1 Kedungwuni Pekalongan tahun pelajaran 2015/2016.Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. Hasil belajar servis bawah bolavoli pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 78% atau 25 siswa, dan Hasil belajar servis bawah bolavoli pada siklus II dalam kategori tuntas menjadi adalah 88% atau 28 siswa.

### **Implikasi**

Berdasarkan simpulan penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diketahui bahwa penerapan pembelajaran modifikasi bola merupakan cara yang efektif untuk meningkatkan penguasaan servis bawah bolavoli. Dengan demikian, implikasi penelitian tindakan kelas ini adalah:

- 1) Penelitian ini memberikan suatu gambaran yang jelas bahwa keberhasilan proses pembelajaran tergantung pada beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut berasal dari pihak guru maupun siswa serta

alat/media pembelajaran yang digunakan. Faktor dari pihak guru yaitu kemampuan guru dalam mengembangkan materi, kemampuan guru dalam menyampaikan materi, kemampuan guru dalam mengelola kelas, metode yang digunakan guru dalam proses pembelajaran, serta teknik yang digunakan guru sebagai sarana untuk menyampaikan materi. Sedangkan faktor dari siswa yaitu minat dan motivasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran.

- 2) Memberikan deskripsi yang jelas bahwa dengan pembelajaran inovatif dapat meningkatkan prestasi belajar siswa (baik proses maupun hasil), sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu pertimbangan bagi guru yang ingin menggunakan media pengajaran dengan pembelajaran.
- 3) Penerapan model pembelajaran modifikasi bola untuk meningkatkan prestasi belajar siswa terhadap pembelajaran servis bawah, sehingga siswa memperoleh pengalaman baru dan berbeda dalam proses pembelajaran penjasorkes. Pembelajaran Penjasorkes yang pada awalnya membosankan bagi siswa, menjadi pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa.

### **Saran**

Sesuai dengan simpulan dan implikasi hasil penelitian, serta dalam rangka ikut menyumbangkan pemikiran bagi guru dalam meningkatkan penguasaan belajar, khususnya bidang studi penjasorkes, maka dapat disampaikan saran-saran:

1. Untuk Guru
  - a) Dalam proses pembelajaran harusnya guru memperhatikan kondisi siswa dan menggunakan strategi mengajar yang bervariasi. Dengan demikian motivasi dan keaktifan siswa akan meningkat pada mata pelajaran pendidikan jasmani.
  - b) Guru hendaknya lebih inovatif dalam menerapkan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran.

- c) Kepada guru yang belum menerapkan model pembelajaran dengan pendekatan-pendekatan hendaknya mencoba teknik tersebut dalam pembelajaran Penjas sehingga nantinya dapat bermanfaat untuk meningkatkan prestasi belajar anak didiknya.
2. Untuk Siswa
- a) Siswa harus siap untuk mengikuti pembelajaran dengan strategi pembelajaran apapun yang diberikan guru dan selalu bersedia dengan kesadaran sendiri untuk mengikuti petunjuk dan arahan yang diberikan guru.
- b) Siswa perlu lebih meningkatkan berbagai aktivitas dan mengembangkan berbagai metode belajar sekaligus sebagai sarana memperluas pengetahuan dan wawasannya dan belajar secara mandiri, mengerjakan tugas-tugas dari guru untuk berlatih untuk mempraktikkan teknik dan gerakan yang ada dalam pelajaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Kristiyanto. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Alwi, Hasan. (2003). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Dimiyati dan Mudjiono.(2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- H.J. Gino, Suwarni, Suropto, Maryanto, dan Sutijan.1998. *Belajar dan Pembelajaran II*. Surakarta: UNS Press.
- Marta Dinata. (2004). *Belajar Bolavoli*. Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya.
- Munasifah.(2009). *Bermain Bolavoli*. Semarang: CV. Aneka Ilmu.
- M. Yunus. (1992). *Bola Voli Olahraga Pilihan*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Yogyakarta: Era Pustaka Utama.



*Pedoman Penulisan Skripsi.* (2012). Surakarta: FKIP UNS

Rusli Lutan dan Adang Suherman. (2000). *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes.* Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Dan Menengah Bagian Proyek.

Suharno, H.P (1993). *Metodologi Pelatihan Olahraga. Makalah disajikan dalam Penataran Pelatihan Senam Tingkat Lanjutan.* Pusat Pendidikan dan Penataran. Jakarta, 1993 November.

Toto Subroto. (1994). *Pengembangan Media Pengajaran Penjaskes.* Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional

\_\_\_\_\_(2003). *Pengembangan Keterampilan dan Konsep Olahraga di Sekolah Dasar Sebuah Pendekatan Permainan Taktis.* Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Menengah.

**MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE *TEAM GAME TOURNAMENT* (TGT) UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *SMASH* NORMAL BOLAVOLI PADA SISWAKELAS XI SMA NEGERI COLOMADU KARANGANYAR TAHUN AJARAN 2015/2016**

**Andri Arif Kustiawan, M.Or.**  
Penjaskesrek STKIP MODERN Ngawi  
*Andrigww3m@gmail.com*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT) dapat meningkatkan hasil belajar *smash* normal bolavoli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dalam dua siklus. Subjek penelitian adalah peserta didik Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar yang berjumlah 32 peserta didik yang terdiri dari 15 peserta didik putra dan 17 peserta didik putri. Sumber data berasal dari guru, peserta didik dan peneliti. Teknik pengumpulan data adalah dengan tes dan observasi. Validitas data menggunakan teknik triangulasi data. Analisis data menggunakan teknik deskriptif yang didasarkan pada analisis kualitatif dengan presentase. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan hasil belajar *smash* normal bolavoli pada siklus I siswa yang dinyatakan tuntas mencapai 56,25% atau sebanyak 18 siswa dari total 32 siswa. Peningkatan hasil belajar *smash* normal bolavoli juga terjadi pada siklus II dengan prosentase sebesar 87,50% atau sebanyak 28 siswa yang tergolong kriteria tuntas hasil belajar, yang tuntas di KI1, KI2, KI3 dan KI4. Adapun 4 siswa lainnya tergolong dalam kategori belum tuntas. Berdasarkan analisis data yang dilakukan dan pembahasan yang telah diungkapkan pada Bab IV, simpulan penelitian ini adalah hasil penelitian ini menunjukkan bahwa melalui penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Team Game Tournament* (TGT) dapat meningkatkan hasil belajar *smash* normal bolavoli pada peserta didik Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 dari prasiklus ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II.

**Kata kunci** : Model pembelajaran kooperatif tipe *Team Game Tournament* (TGT), Hasil Belajar, *Smash Normal Bolavoli*.

## PENDAHULUAN

Permainan Bolavoli merupakan salah satu materi yang diajarkan dalam aspek permainan dan olahraga. Didunia pendidikan, bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu terdiri atas enam orang pemain, dipisahkan oleh sebuah net, dimainkan di atas lapangan berbentuk empat persegi panjang berukuran 18 meter x 9 meter. Teknik dasar yang diajarkan meliputi servis, *passing*, *smash* dan *block*. Smash merupakan suatu gerakan memukul bola dengan keras dan mematikan. Berdasarkan jenisnya smash bolavoli dibedakan menjadi 3 macam yaitu *smash* normal, semi *smash* dan *push smash*.

Ada sisi menarik dari permainan bolavoli yaitu terjadinya *smash* yang keras dan tajam serta variatif. Seorang pemain bolavoli akan terlihat menonjol apabila mampu melakukan gerakan *smash*. Sering dijumpai dalam pembelajaran bolavoli, sebelum pembelajaran dimulai para siswa seringkali melakukan pukulan smash meskipun smasnya kurang baik. Hal ini menunjukkan bahwa, smash merupakan salah satu teknik dasar bolavoli yang digemari oleh siswa. Namun pada kenyataannya para siswa belum mengetahui jenis-jenis smash dan teknik *smash* yang baik dan benar. *Smash* normal merupakan salah satu jenis *smash* yang mudah dan sederhana dilakukan. Hal ini karena, *smash* normal memiliki ciri lambungan bola cukup tinggi diatas net. Lambungan bola yang cukup tinggi diatas net akan memberi kemudahan bagi siswa saat melakukan gerakan *smash*.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan saat menjadi guru bantu di SMA Negeri Colomadu Karanganyar secara berkolaborasi dengan guru penjasorkes pada saat pra penelitian yang dilakukan peneliti di Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar siswa-siswi di kelas tersebut masih mengalami kesulitan dalam melakukan teknik dasar *smash* normal. Ada beberapa siswa terlambat saat melakukan lompatan, bolanya

tidak sampai pada daerah permainan lawan, bolanya menyangkut net dan minat siswa untuk mengikuti proses belajar mengajar pun sangat kurang yang mengakibatkan hasil belajar siswa rendah dan tidak maksimal. Tetapi ada juga siswa yang mampu melakukan *smash* dengan baik dan benar. Total jumlah siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar adalah sebanyak 32 siswa, yang terdiri dari 15 siswa putra dan 17 siswa putri. Dengan data kondisi awal (observasi pra penelitian) dari jumlah siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 sebanyak 32 siswa yang mencakup aspek afektif/keaktifan, kognitif/pengetahuan dan kemampuan unjuk kerja/psikomotor dengan nilai KKM untuk KI 1 & KI 2 adalah 3,00 sedangkan untuk ketuntasan KI 3 & KI 4 adalah 2,66. Diperoleh hanya 7 atau (21,87%) yang benar atau tuntas melakukan gerakan *smash* normal bolavoli.

Dalam hal itu dikarenakan guru pendidikan jasmani memiliki kecenderungan menggunakan cara yang sama untuk mengajar pendidikan jasmani, jadi guru tidak memiliki inisiatif maupun tindakan terhadap siswa yang kurang memperhatikan apa yang sedang diajarkan saat pembelajaran berlangsung. Selain itu juga dikarenakan proses belajar mengajar hanya didominasi oleh beberapa siswa saja, ini menunjukkan kurang efektifnya suatu proses belajar dan kurangnya tingkat partisipasi siswa dalam proses pembelajaran. Akibatnya hanya sebagian siswa saja yang secara aktif mengikuti proses pembelajaran, sedangkan beberapa siswa masih asik bercanda, ngobrol dengan teman, atau bermain sendiri di lapangan tanpa menghiraukan apa yang dijelaskan oleh guru. Oleh karena itu diperlukan suatu tindakan yang mampu melibatkan partisipasi siswa dan sekaligus dapat digunakan untuk mempermudah siswa dalam mengikuti proses pembelajaran demi tercapainya tujuan pembelajaran yang direncanakan.

Permasalahan yang dihadapi siswa dalam belajar *smash* bolavoli menuntut seorang guru penjas harus memiliki kreatifitas dalam membelajarkan *smash* bolavoli metode konvensional masih mendominasi

kegiatan pembelajaran siswa sering merasa jenuh, kurangnya penggunaan media pembelajaran khususnya mata pelajaran penjasorkes, kurangnya minat belajar siswa dalam mengikuti pelajaran penjasorkes ditunjukkan dari sikap siswa yang tidak memperhatikan guru saat menjelaskan, siswa kurang aktif dalam pembelajaran ditunjukkan dari sikap siswa yang tidak aktif melakukan aktifitas fisik dan lebih banyak duduk saat pembelajaran di lapangan. Tidak adanya perlakuan pembelajaran yang disesuaikan dengan permasalahan siswa tersebut sehingga membuat pembelajaran kurang efektif. Untuk itu guru dalam hal ini harus memiliki kemampuan untuk menerapkan model pembelajaran yang tepat bagi siswa agar keterampilan yang hendak diajarkan sesuai dengan tingkat perkembangan anak. Kesulitan-kesulitan yang dihadapi siswa harus dicarikan solusi yang tepat, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Dalam rangka mencapai tujuan tersebut, pembelajaran yang dilakukan antara guru dan siswa hendaknya mengacu pada peningkatan aktifitas dan partisipasi siswa. Guru tidak hanya melakukan kegiatan penyampaian pengetahuan, keterampilan dan sikap kepada siswa akan tetapi guru diharapkan mampu membawa siswa untuk aktif dalam berbagai bentuk pembelajaran. Penggunaan tipe TGT (*Team Game Tournament*) akan menuntut kreatifitas dan inisiatif guru penjas untuk menciptakan kegiatan belajar mengajar yang menyenangkan, disisi lain pembelajaran tersebut bertujuan untuk memotivasi siswa supaya saling mendukung dan membantu satu sama lain dalam menguasai kemampuan yang diajarkan oleh guru.

Berdasarkan observasi yang dilakukan dan dari masalah umum yang dihadapi guru penjas dalam menyampaikan materi khususnya teknik dasar *smash* normal bolavoli, maka peneliti tertarik untuk melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan judul "Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Team Game Tournament* (TGT) Untuk

Meningkatkan Hasil Belajar *Smash* Normal Bolavoli Pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016”.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka masalah yang ada dapat dirumuskan sebagai berikut : Bagaimanakah model pembelajaran kooperatif tipe TGT (*Team Game Tournament*) dapat meningkatkan hasil belajar *smash* normal bolavoli pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 ?.

Definisi operasional variabel :

1. Model pembelajaran kooperatif tipe TGT (*Team Game Tournament*) dalam pembelajaran *smash* normal bolavoli

Guru memberikan materi pembelajaran *smash* normal bolavoli dengan cara membagi siswa dalam beberapa kelompok belajar yang beranggotakan 5 sampai 6 siswa yang memiliki kemampuan yang berbeda. TGT mempunyai lima komponen utama yaitu : presentasi kelas/penyampaian materi, *teams*, *games*, *tournaments*, penghargaan.

2. Hasil belajar *smash* normal bolavoli

yang dimaksud adalah penilaian yang diperoleh melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe TGT (*Team Game Tournament*) tentang pertumbuhan dan perkembangan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran *smash* normal bolavoli yang mencakup aspek kognitif, afektif maupun psikomotor.

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar *smash* normal bolavoli melalui model pembelajaran kooperatif tipe TGT (*Team Game Tournament*) pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016.

Setelah penelitian ini selesai, diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Bagi Siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar :
  - a. Dapat meningkatkan motivasi dan minat belajar siswa

- b. Menciptakan suasana pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif, efektif, dan menyenangkan.
  - c. Membina rasa tanggung jawab dalam bekerja sama dan saling tolong menolong melalui pembelajaran dalam kelompok.
  - d. Meningkatkan hasil belajar *smash* normal bolavoli
2. Bagi Guru Penjas kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar :
- a. Sebagai masukan guru pendidikan jasmani dalam memilih alternatif pembelajaran yang akan dilakukan.
  - b. Meningkatkan kreatifitas guru disekolah dalam membuat dan mengembangkan model pembelajaran.
3. Bagi SMA Negeri Colomadu Karanganyar:
- a. Penelitian ini memberikan kontribusi bagi sekolah dalam rangka perbaikan pembelajaran di dalam maupun luar kelas, sehingga akan meningkatkan kualitas sekolah yang telah diteliti.
  - b. Memberikan daya tarik siswa dengan suasana belajar yang menyenangkan sehingga dapat menjadi promo sekolah

## **METODE PENELITIAN**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas (PTK) ini terdiri dari: tes dan observasi.

1. Tes dipergunakan untuk mendapatkan data tentang hasil *smash* normal bolavoli yang dilakukan siswa.
2. Observasi dipergunakan sebagai teknik teknik untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa dan guru selama kegiatan belajar dan mengajar saat penerapan model pembelajaran kooperatif tipe TGT (*Team Game Tournament*) dilaksanakan.



## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Deskripsi Pra Tindakan

Sebelum melaksanakan proses PTK, terlebih dahulu peneliti melakukan kegiatan observasi awal untuk mengetahui keadaan nyata yang ada dilapangan. Hasil observasi antara peneliti dan guru tersebut dimaksudkan untuk mengetahui kondisi nyata keadaan kelas saat proses belajar mengajar materi *smash* normal berlangsung pada kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar. Sebelum melakukan pelaksanaan tindakan maka peneliti utama dan kolaborator berkolaborasi untuk mendeskripsikan kondisi awal keadaan kelas sebelum diberikan tindakan.

Adapun deskripsi data yang diperoleh adalah dari ketuntasan seluruh aspek yaitu, KI 1 dan KI 2 berupa sikap afektif (*spiritual dan sosial*), serta KI 3 dan KI 4 berupa keterampilan gerak (*psikomotor*) dan pemahaman konsep gerak (*kognitif*), serta pengamatan pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016.

Kondisi hasil belajar *smash* normal bolavoli Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 sebelum diberikan tindakan penggunaan model pembelajaran kooperatif disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 4. Deskripsi Data Awal Hasil Belajar *Smash* Normal Bolavoli Sebelum Diberikan Tindakan.

Aspek	Keterangan	Prosentase	Jumlah Siswa
Hasil belajar <i>smash</i> bolavoli	Tuntas	21,87%	7 siswa
	BelumTuntas	78,13%	25 siswa
<b>Jumlah</b>			<b>32 Siswa</b>

Berdasarkan hasil belajar data awal sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas siswa kelas XI SMA Negeri

Colomadu Karanganyar belum menunjukkan hasil yang baik, prosentase ketuntasan belajar 21,87% yaitu sebanyak 7 siswa yang tuntas dan 25 siswa lainnya belum tuntas. Melalui deskripsi data awal yang telah diperoleh tersebut menunjukkan kriteria keberhasilan pembelajaran yang kurang sekali. Maka akan dilakukan tindakan dalam rangka untuk memperbaiki dan meningkatkan hasil belajar siswa dalam proses pembelajaran *smash* normal bolavoli pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016, dengan menggunakan model pembelajaran Kooperatif Tipe *Team Game Tournament* (TGT). Pelaksanaan tindakan akan dilakukan sebanyak 2 siklus, yang masing-masing siklus terdiri dari 4 tahap yaitu; (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan Tindakan, (3) Observasi, (4) Refleksi.

### **Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus**

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, siklus I terdiri dari tiga kali pertemuan dan siklus II terdiri dari dua kali pertemuan. Setiap pertemuan alokasi waktu 3 x 45 menit. Adapun hasil dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Siklus 1**

Berdasarkan data kondisi pratindakan hasil belajar *smash* normal pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun pelajaran 2015/ 2016, maka prosentase perlu ditingkatkan dengan pembelajaran yang tepat yaitu membuat siswa tertarik dan mudah melakukannya. Salah satunya yaitu dengan cara menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT) pada pembelajaran *smash* normal bolavoli, dalam penelitian ini yaitu dengan membentuk kelompok atau tim. Bentuk model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* pada materi *smash* normal bolavoli siklus 1 ini yaitu: materi *smash* bolavoli yang disusun dengan penyampaian materi terlebih dahulu, membentuk

kelompok atau tim yang terdiri dari 5 - 6 siswa, melakukan permainan atau *game*, melakukan kompetisi dan pemberian penghargaan atau rekognisi.

#### **a. Rencana Tindakan Siklus I**

Kegiatan perencanaan tindakan I dilaksanakan pada hari Kamis, 29 Oktober 2015 di SMA Negeri Colomadu Karanganyar. Peneliti dan guru penjas yang bersangkutan (mitra kolaboratif) mendiskusikan rancangan tindakan yang akan dilakukan dalam proses penelitian ini, seluruh rencana tindakan pada siklus I termuat dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus I. Melalui RPP siklus I tersebut maka disepakati bahwa pelaksanaan tindakan pada siklus I diadakan selama dua kali pertemuan. Peneliti dan guru merancang rencana pelaksanaan tindakan I sebagai berikut:

- 1) Guru dan peneliti melakukan analisis dalam silabus untuk mengetahui materi dan kompetensi dasar yang akan disampaikan kepada siswa dalam pembelajaran penjasorkes.
- 2) Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dengan mengacu pada tindakan (*treatment*) yang diterapkan dalam PTK, yaitu *smash* bolavoli dengan menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT).
- 3) Mempersiapkan alat pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran *smash* normal bolavoli, yaitu: bolavoli, bola gabus, tali rafia, net, kun dan hollahop.
- 4) Peneliti dan guru menyusun media pembelajaran yakni berupa tes dan non tes. Instrumen tes dinilai berdasarkan tes keterampilan (*psikomotor*). Unsur-unsur yang dinilai dalam tes keterampilan adalah kesempurnaan melakukan gerakan dan ketepatan melakukan gerakan. Sedangkan instrumen non tes dinilai berdasarkan pedoman observasi yang dilakukan oleh peneliti dan guru dengan mengamati keaktifan dan sikap siswa selama proses belajar mengajar berlangsung dan

melalui formulir penilaian / rubrik penilaian siswa yang tercantum dalam RPP.

- 5) Menyusun instrument *smash* normal bolavoli dan lembar observasi atau pengamatan pembelajaran melalui rubrik penilaian yang tercantum pada RPP.
- 6) Peneliti dan kolaborator menentukan lokasi untuk melakukan tindakan 1 yaitu di lapangan bolavoli SMA Negeri Colomadu Karanganyar.

#### **b. Observasi dan Interpretasi Tindakan Siklus I**

Observasi dan interpretasi tindakan siklus I dilakukan selama Tindakan siklus I berlangsung. Dalam melakukan observasi dan interpretasi tindakan siklus I peneliti berkolaborasi dengan guru yang bersangkutan sebagai pengelola kelas, adapun pelaksanaan tindakan siklus I, yakni :

- 1) Peneliti mengamati proses pembelajaran *smash* normal bolavoli dengan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT) untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016. Pada pertemuan pertama (Kamis, 29 Oktober 2015 selama 3 x 45 menit), peneliti dan guru mengajarkan teknik dasar *smash* normal bolavoli yang dimulai dengan dari membentuk siswa ke dalam kelompok – kelompok yang heterogen berdasarkan kemampuan dan jenis kelamin. Selanjutnya disajikan permainan yang kemudian dikompetisikan antar kelompok siswa. Permainan pertama yaitu permainan melemparkan bola voli dengan tangan kanan mula – mula secara bertahap pertama dari belakang garis serang, tengah – tengah antara garis serang dengan garis lebar lapangan bolavoli dan yang terakhir dari belakang garis lebar lapangan bolavoli, permainan kedua yaitu lari loncat ambil bola tenis untuk kemudian dari masing – masing permainan dikompetisikan. Pada pertemuan kedua (Kamis, 5 November 2015 selama 3 x 45 menit) peneliti dan kolaborator memberikan materi

lanjutan teknik dasar servis atas bolavoli yaitu melakukan serangkaian gerakan teknik dasar *smash* normal bolavoli dengan ketinggian net yang mudah hingga ketinggian net sesungguhnya dalam melakukan *smash* normal bolavoli yang selanjutnya dikompetisikan sama seperti pada pertemuan pertama. Pada pertemuan ketiga (Kamis, 12 November 2015 selama 3 x 45 menit), peneliti dan kolaborator mengadakan tes dan evaluasi untuk memperoleh data perkembangan hasil belajar siswa pada siklus I. Penilaian untuk aspek psikomotor dengan tes praktik *smash* normal bolavoli sebanyak lima kali kesempatan setiap siswa. Aspek afektif dinilai dari observasi selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Aspek kognitif dinilai dari soal yang diberikan pada siswa.

- 2) Sebelum pembelajaran dilangsungkan peneliti dan guru bersangkuatan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), sebagai pedoman atau acuan dalam proses pelaksanaan pembelajaran.
- 3) Sebelum tindakan siklus I dilaksanakan peneliti dan guru melakukan observasi sebagai bahan acuan dalam membandingkan keadaan awal dengan perkembangan proses sampai siklus pertama berakhir.
- 4) Peneliti dan kolaborator melakukan proses pembelajaran dengan menggunakan model instruksi langsung, dalam hal ini peneliti mengacu pada sintaks (alur pembelajaran) pada model pembelajaran langsung, yakni adanya penjelasan materi, demonstrasi / unjuk kerja contoh, serta pelaksanaan instruksi secara langsung oleh siswa.
- 5) Peneliti dan guru memberikan motivasi kepada siswa agar mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Sebelumnya peneliti dan guru memberikan contoh permainan dengan benar. Siswa dengan semangat melakukan apa yang di perintah oleh guru.
- 6) Peneliti bersama guru melakukan penilaian melalui lembar observasi siswa, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa dalam menerima pembelajaran *smash* normal bolavoli melalui

penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT).

Berdasarkan hasil pengamatan / observasi selama pelaksanaan Tindakan siklus I berlangsung, berdasarkan hasil pekerjaan siswa dapat diidentifikasi:

- a) Setelah Tindakan I dilakukan menunjukkan hasil dari keseluruhan aspek diantaranya, KI 1 (aspek spiritual) diperoleh ketuntasan sebesar 68,75%, KI 2 (aspek sosial) diperoleh ketuntasan sebesar 68,75%, KI 3 (*psikomotor*) diperoleh ketuntasan sebesar 53,13%, dan KI 4 (*kognitif*) dengan ketuntasan 56,25%. Untuk batas ketuntasan minimal KI 1 dan KI 2 adalah 3,00, untuk KI 3 dan KI 4 adalah 2,66.
- b) Dilihat dari ketuntasan seluruh aspek KI1, KI 2, KI 3, dan KI 4 diperoleh hasil belajar *smash* normal bolavoli dengan sejumlah 16 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 16 siswa Belum Tuntas.

Berdasarkan hasil Deskripsi siklus pertama, hasil belajar siswa kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 setelah diberikan tindakan siklus I adalah; KI 1 dengan prosentase 68,75%, KI 2 dengan prosentase 68,75%, KI 3 sebesar 53,13% dan KI 4 dengan prosentase 56,25%. Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) untuk KI 1 dan KI 2 yaitu 3,00 untuk KI 3 dan KI 4 sebesar 2,66. Dilihat dari ketuntasan seluruh aspek diperoleh hasil belajar *smash* normal bolavoli dengan 16 siswa telah mencapai kriteria Tuntas sedangkan 16 siswa belum tuntas.

#### **a. Rencana Tindakan Siklus II**

Kegiatan perencanaan Tindakan Siklus II dilaksanakan pada hari Kamis, 19 November 2015, di SMA Negeri 7 Colomadu Karanganyar. Peneliti dan guru penjas yang bersangkutan (mitra kolaboratif) mendiskusikan rancangan tindakan yang akan dilakukan dalam proses penelitian ini, seluruh rencana tindakan pada siklus II, mengacu pada hasil analisis dan refleksi tindakan I yang termuat dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus II.

Melalui hasil pengukuran tersebut maka Peneliti dan Guru merancang rencana pelaksanaan tindakan Siklus II sebagai berikut :

- 1) Peneliti bersama guru merancang skenario pembelajaran *smash* normal bolavoli dengan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT), untuk meningkatkan hasil belajar siswa yang mencakup tiga aspek yaitu sosial dan spiritual (*afektif*), *psikomotor*, dan *kognitif*. Dengan alur pembelajaran sebagai berikut :
  - a) Guru menjelaskan tujuan pembelajaran, informasi latar belakang pelajaran, pentingnya pelajaran, mempersiapkan siswa untuk belajar.
  - b) Guru mendemonstrasikan keterampilan dengan benar, atau menyajikan informasi tahap demi tahap.
  - c) Peneliti dan guru mengamati apakah siswa telah berhasil melakukan tugas dengan baik, dan saling memberikan evaluasi.
  - d) Peneliti dan guru melihat apakah siswa telah berhasil melakukan tugas dengan baik, memberi umpan balik.
- 2) Peneliti dan guru penyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II *smash* normal bolavoli dengan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT).
- 3) Peneliti dan guru menyiapkan media, serta menyiapkan sarana yang akan digunakan seperti; bola voli, bola gabus, net standar, tali rafia, hollahop, kapur dan kun.
- 4) Peneliti dan guru menyusun instrumen pembelajaran yakni berupa tes dan non tes. Instrumen tes dinilai dari tes keterampilan *smash* normal bolavoli(aspek *psikomotor*). Sedangkan instrumen non tes dinilai berdasarkan pedoman observasi yang dilakukan oleh guru dan peneliti dengan mengamati keaktifan dan sikap siswa selama kegiatan pembelajaran berlangsung dan melalui formulir penilaian / rubrik penilaian siswa yang tercantum dalam RPP.
- 5) Peneliti dan guru menyusun standar penilaian pada penguasaan teknik dasar *smash* normal bolavoli. Peneliti dan guru menentukan



lokasi pelaksanaan tindakan II, yakni pada lapangan olahraga SMA Negeri Colomadu Karanganyar.

#### **b. Observasi dan Interpretasi Tindakan Siklus II**

Observasi dan interpretasi tindakan siklus II dilakukan selama Tindakan II berlangsung. Dalam melakukan observasi dan interpretasi tindakan II peneliti berkolaborasi dengan guru yang bersangkutan sebagai pengelola kelas, adapun pelaksanaan Tindakan siklus II, yakni :

- 1) Peneliti mengamati proses pembelajaran *smash* normal bolavoli melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT) pada siswa kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016.
- 2) Sebelum pembelajaran dilangsungkan peneliti dan guru bersangkutan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus II, sebagai pedoman atau acuan dalam proses pelaksanaan pembelajaran.
- 3) Peneliti melakukan proses pembelajaran dengan penggunaan model instruksi langsung, dalam hal ini peneliti mengacu pada sintaks (alur pembelajaran) pada model pembelajaran langsung, yakni adanya penjelasan materi, demonstrasi / unjuk kerja contoh, serta pelaksanaan instruksi secara langsung oleh siswa.
- 4) Peneliti dan guru memberikan motivasi kepada siswa agar mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Sebelumnya peneliti dan guru memberikan contoh teknik dasar gerakan *smash* normal bolavoli dengan benar. Siswa dengan semangat melakukan apa yang diperintah oleh guru. Berdasarkan hasil pengamatan terhadap proses belajar mengajar diperoleh gambaran tentang motivasi dan aktivitas siswa selama kegiatan belajar mengajar berlangsung, yaitu siswa yang aktif selama pemberian materi *smash* normal bolavoli sebesar 80,00%, sedangkan 20,00% lainnya masih memberikan respon yang kurang serius terhadap materi. Dari hasil wawancara dengan siswa yang kurang aktif selama kegiatan belajar mengajar berlangsung,

diperoleh penjelasan bahwa diantara mereka ada yang kurang bisa melakukan unjuk kerja praktik servis atas bolavoli karena *timing* memukul bolanya kurang tepat dan ada beberapa siswa yang merasa kesulitan menyesuaikan perkenaan bola dengan permukaan tangan, kebanyakan mereka tangannya mengepal dan terlambat saat melompat untuk melakukan pukulan *smash* sehingga bolanya tidak melewati net dan keluar dari lapangan.

- 5) Peneliti bersama guru melakukan penilaian melalui lembar obeservasi siswa, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa dalam menerima pembelajaran servis atas bolavoli melalui penerapan alat bantu pembelajaran.

Berdasarkan hasil pengamatan / observasi selama pelaksanaan Tindakan II berlangsung, berdasarkan hasil pekerjaan siswa dapat diidentifikasi:

- 1) Dalam materi *smash* normal bolavoli setelah Tindakan Siklus II dilakukan menunjukkan hasil bahwa KI 1 diperoleh ketuntasan 87,50%, KI 2 diperoleh ketuntasan 87,50%, KI 3 diperoleh ketuntasan 84,37%, dan KI 4 diperoleh ketuntasan sebanyak 84,37%.
- 2) Dari ketuntasan seluruh aspek diperoleh hasil belajar *smash* normal bolavoli dengan jumlah 28 siswa mencapai kriteria Tuntas sedangkan 4 siswa Belum Tuntas. Telah memenuhi target dengan capaian berhasil sesuai dengan target diharapkan.

Berdasarkan pelaksanaan Tindakan II terdapat kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolak ukur keberhasilan pelaksanaan tindakan II, adapun kelebihan dan pelaksanaan Tindakan II diantaranya:

- 1) Sebagian siswa telah mampu menunjukkan gerakan *smash* normal bolavoli dengan baik. Walaupun masih ada sebagian kecil siswa yang masih kesulitan dalam melakukan gerakan *smash* normal bolavoli.
- 2) Melalui proses penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT) menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan, sehingga siswa tidak merasa bosan dan dengan

dibantu oleh beberapa teman peneliti dan guru tidak kerepotan dalam proses transfer materi kepada siswa.

Berdasarkan hasil pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 dapat dipaparkan perbandingan hasil tindakan antar siklus sebagai berikut:

**Perbandingan Hasil *Smash* Normal Bolavoli dari Kondisi Pratindakan ke Siklus I.**

Perbandingan hasil belajar *Smash* Normal Bolavoli pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 dari kondisi pratindakan ke siklus 1 disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Perbandingan Hasil Belajar *Smash* Normal Bolavoli dari Kondisi Pratindakan ke Siklus 1.

Tindakan	Siswa Tuntas		Siswa Tidak Tuntas	
	Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase
PraTindakan	7	21,87%	25	78,13%
	18	56,25%	14	43,75%



Gambar 1. Grafik Peningkatan Hasil Belajar *Smash* Normal Bolavoli pada Siswa Kelas X.I SMA Negeri Colomadu Karanganyar Tahun Ajaran 2015/2016 dari Pratindakan ke Siklus I.

Berdasarkan Grafik diatas, menggambarkan hasil belajar *smash* normal bolavoli Kelas X.I SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 mengalami peningkatan. Jumlah siswa yang tuntas pada kondisi pratindakan sebanyak 7 siswa, kemudian diterapkan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT) sehingga ketuntasan hasil belajar menjadi 18 siswa, sehingga peningkatannya yaitu 11.

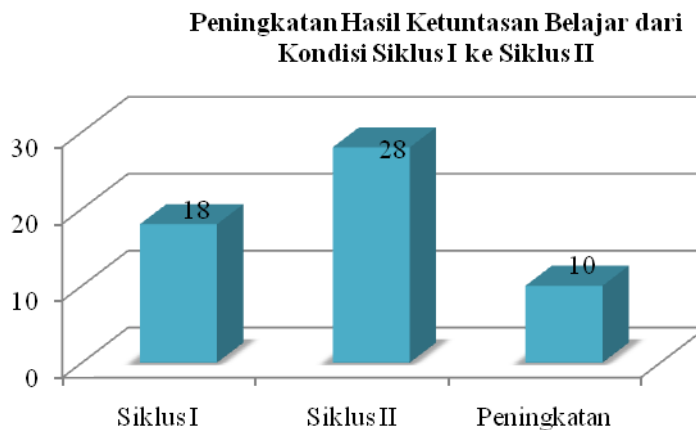
Siswa bisa dikatakan tuntas untuk hasil belajarnya. Apabila tuntas dari 4 aspek spiritual (KI 1), Sosial (KI 2), Kognitif (KI 3) dan Psikomotor (KI 4). Apabila siswa tidak tuntas pada salah satu aspek, siswa itu bisa dikatakan belum tuntas. Dan penyebab peningkatan jumlah siswa yang tuntas dikarenakan pembelajaran yang lebih aktif, efektif, efisien, dan menyenangkan sehingga bisa mendukung suatu proses pembelajaran yang berkualitas.

### **Perbandingan Hasil Belajar *Smash* Normal Bolavoli dari Siklus I ke Siklus II**

Perbandingan hasil belajar *smash* normal bolavoli pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 dari siklus I ke siklus II disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Perbandingan Hasil Belajar *Smash* Normal Bolavoli dari Siklus 1 ke Siklus II.

Tindakan	SiswaTuntas		SiswaTidakTuntas	
	Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase
Siklus I	18	56,25%	14	43,75%
Siklus II	28	87,50%	4	12,50%



Gambar 2. Grafik Peningkatan Hasil Belajar *Smash* Normal Bolavoli pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar Tahun Ajaran 2015/2016 dari Siklus I ke Siklus II.

Berdasarkan gambar 2, menggambarkan hasil belajar *smash* normal bolavoli pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 mengalami peningkatan. Jumlah siswa yang tuntas pada siklus 1 sebanyak 18 siswa, kemudian diterapkan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT) ketuntasan hasil belajar menjadi 28 siswa, sehingga peningkatannya yaitu 10. Siswa bisa dikatakan tuntas untuk hasil belajarnya. Apabila tuntas dari 4 aspek spiritual (KI 1), Sosial (KI 2), Kognitif (KI 3) dan Psikomotor (KI 4). Apabila siswa tidak tuntas pada salah satu aspek, siswa itu bisa dikatakan belum tuntas. Dan terjadi peningkatan disiklus 2 ini dikarenakan dengan pemberian tugas untuk berlatih sendiri, menegur siswa yang banyak bercanda dan lebih mengawasi siswa saat melakukan gerakan teknik dasar *smash* normal bolavoli dan lebih cermat dalam mengoreksi setiap gerakan siswa.

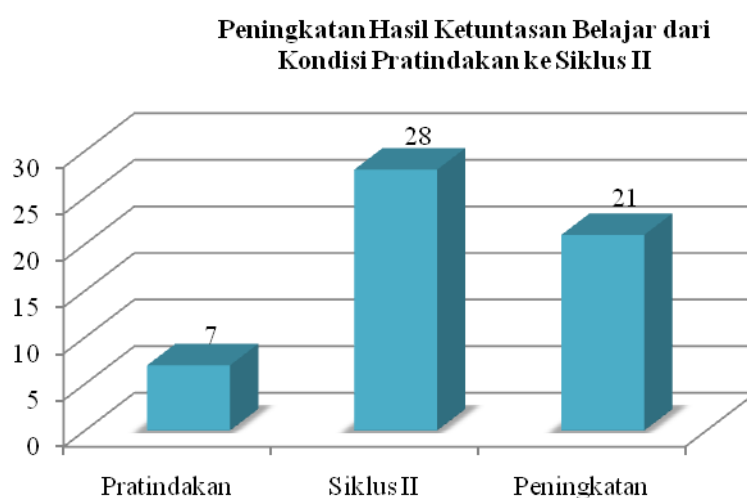
### **Peningkatan Hasil Belajar Ketuntasan *Smash* Normal Bolavoli dari Kondisi Pratindakan ke Siklus II.**

Peningkatan hasil belajar *smash* normal bolavoli pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 dari

kondisi pratindakan ke siklus II disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Peningkatan Hasil Belajar *Smash* Normal Bolavoli dari Kondisi Pratindakan ke Siklus II.

Jumlah Siswa Tuntas Siklus I	Jumlah Siswa Tuntas Siklus II	Peningkatan Siswa Tuntas
18	28	10



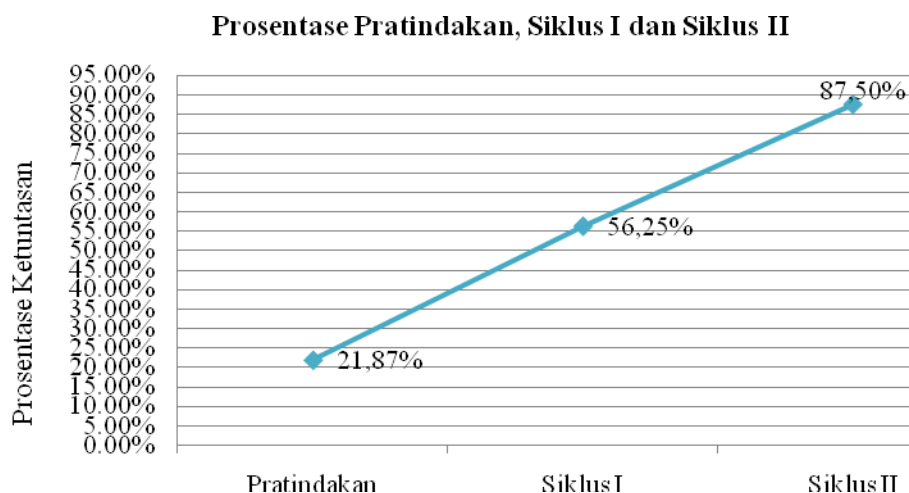
Gambar 3. Grafik Peningkatan Hasil Belajar *Smash* Normal Bolavoli pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar Tahun Ajaran 2015/2016 dari Pratindakan ke Siklus II.

Berdasarkan gambar 3, menggambarkan hasil *smash* normal bolavoli pada siswa Kelas XI SMANegeriColomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 mengalami peningkatan. Jumlah siswa yang tuntas pada kondisi pratindakan sebanyak 7 siswa, kemudian diterapkan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT) ketuntasan hasil belajar menjadi 28 siswa, sehingga peningkatannya yaitu 21. Siswa bisa dikatakan tuntas untuk hasil belajarnya. Apabila tuntas dari 4 aspek spiritual (KI 1), Sosial (KI 2), Kognitif (KI 3) dan Psikomotor (KI 4). Apabila siswa tidak tuntas pada salah satu aspek, siswa itu bisa dikatakan belum tuntas. Dari pratindakan ke siklus II terdapat peningkatan yang cukup signifikan di sebabkan karena adanya pembentukan kelompok secara

heterogen sehingga siswa lebih percaya diri dan tidak malu saat melakukan gerakan smash bolavoli, pengawasan dan koreksi dari peneliti yang lebih detail membenahi kesalahan yang sering dilakukan siswa.

### **Prosentase Peningkatan Hasil Belajar Ketuntasan *Smash* Normal Bolavoli pada Kondisi Pratindakan, Siklus I dan Siklus II.**

Prosentase peningkatan hasil belajar smash norm bolavoli pada siswa Kelas XI SMANegeriColomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 dari kondisi pratindakan, siklus I dan siklus II disajikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 4. Grafik Prosentase Ketuntasan Hasil Belajar *Smash* Normal Bolavoli Kondisi Pratindakan, Siklus I dan Siklus II pada Siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar Tahun Ajaran 2015/2016.

Berdasarkan gambar 4, menggambarkan prosentase hasil belajar *smash* normal bolavoli pada siswa Kelas XI SMA Negeri Colomadu Karanganyar tahun ajaran 2015/2016 mengalami peningkatan. Prosentase ketuntasan pada kondisi pratindakan 21,87%, setelah siklus I menjadi 56,25%, dan diakhiri siklus II sebesar 87,50%. Sehingga peningkatan dari kondisi pratindakan hingga akhir siklus II sebesar 78,12%. Siswa bisa dikatakan tuntas untuk hasil belajarnya apabila tuntas dari 4 aspek spiritual (KI 1), Sosial (KI 2), Kognitif (KI 3) dan Psikomotor

(KI 4). Apabila siswa tidak tuntas pada salah satu aspek, siswa itu bisa dikatakan belum tuntas.

## **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *team game tournament* (TGT), Presentase peningkatan tidak hanya terjadi pada hasil *smash* normal bolavoli saja, namun hasil belajar siswa juga meningkat. Hasil belajar yang diperoleh berdasarkan ranah psikomotor, afektif (sikap, minat, nilai, konsep diri, moral), dan kognitif, terdapat peningkatan yang signifikan dari kondisi pratindakan, siklus 1 dan siklus 2. Hasil belajar *smash* normal bolavoli yang tuntas pada kondisi pratindakan sebanyak 7 siswa atau persentase ketuntasan 21,87%, pada siklus 1 mengalami peningkatan menjadi 18 siswa atau presentase ketuntasan 56,25%. Pada siklus 2 terjadi peningkatan menjadi 28 siswa atau presentase ketuntasan menjadi 87,50% dari jumlah keseluruhan siswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdul Majid. 2013. *Strategi Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Agus, Kristiyanto. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Agus, Suprijono. 2009. *Cooperative Learning Teori & Aplikasi Paikem* : Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Aunurrahman. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Bachtiar. 2002. *Permainan Besar II Bola Volidan Bola Tangan*. Jakarta :Universitas Terbuka.
- Bonnie Robison. 1993. *Bola Voli Bimbingan, Petunjuk Teknik Bermain*. Semarang :Dahara Prize
- Dieter Beutelstahl. 2012. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung : CV Pionir Jaya



- Dimiyati dan Mudjiono.2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : PT Ashadi
- Mahasatya.FKIP. 2012. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Hamdani. 2011. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Husdarta dan Yudha M. Saputra. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional. Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah
- Isjoni. 2012. *Pembelajaran Kooperatif Meningkatkan Kecerdasan Komunikasi Antar Peserta Didik*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- M.Yunus. 1992. *Bola Voli Olahraga Pilihan*. Jakarta : Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Muhajir. 2004. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Bandung:Erlangga
- Nana Sudjana. 2000. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Nuril Ahmadi. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Yogyakarta : Era Pustaka Utama
- Oemar Hamalik. 2008. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Sinargrafika.
- PBVSJ. 2005. *Peraturan Permainan Bola Voli*. Jakarta: FIVB
- Rusman. 2010. *Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesional Guru*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Rusli Lutan. 2000. *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional. Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Slavin, R.E. 2005. *Cooperative Learning Teori Riset dan Praktek*. Terjemahan Yusron, N. Bandung : Nusa Media.
- Suharno, HP. 1974. *Dasar-Dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sunardi dan Kardiyanto.D.W. 2013. *Bolavoli*. Surakarta: UNS Press.

Syaiful Sagala. 2010. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung :  
Alfabeta.

**PENGARUH METODE PEMBELAJARAN *GUIDE DISCOVERY LEARNING* TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA *SCHNEPPER***

**Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo, M.Or.**

**Nur Ahmad Muharram, M.Or.**

**Muhammad Habi Burasyid**

Penjaskesrek Universitas Nusantara PGRI Kediri

*ardhimardiyantoindra@unpkediri.ac.id*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pengaruh metode *Guide Discovery Learning* yang dilihat dari aktivitas mahasiswa, kemampuan pengajar dalam mengajar, dan hasil belajar yang dicapai mahasiswa dalam perkuliahan, serta respons siswa selama berlangsungnya kegiatan perkuliahan. Dari perhitungan uji hipotesis diperoleh  $t_{hitung} = 1,79$  kemudian dibandingkan dengan  $t_{(1-\alpha)}$ . Harga  $t_{(1-\alpha)}$  pada taraf signifikansi 5% dengan  $db = n_1 + n_2 - 2 = 15 + 15 - 2 = 28$  adalah sebesar 1,70. Sehingga  $t_{hitung} > t_{(0,95)}$  atau  $1,79 > 1,70$ . Karena  $t_{hitung}$  tidak jatuh di wilayah diterima  $H_0$ . Kesimpulannya adalah ada pengaruh metode pembelajaran *guide discovery learning* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schnepfer*. Dapat disimpulkan bahwa materi lompat jauh gaya *schnepfer* dapat diajarkan dengan menggunakan pendekatan *Guide Discovery Learning* karena dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam proses pembelajaran.

**Kata kunci** : metode pembelajaran *guide discovery learning*, hasil belajar dan lompat jauh gaya *schnepfer*

**PENDAHULUAN**

Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang terangkum dalam permainan dan olahraga yang wajib diberikan pada mahasiswa ketika mengikuti perkuliahan. Atletik wajib diajarkan kepada mahasiswa, karena gerakan-gerakan dalam cabang olahraga atletik hampir sebagian besar terdapat pada cabang olahraga lainnya. Melalui pembelajaran atletik

diharapkan dapat mendukung gerakan atau ketrampilan cabang olahraga lainnya. Nomor-nomor cabang olahraga atletik yang wajib diajarkan bagi mahasiswa putra meliputi nomor lari, lompat dan lempar.

Hasil kedua gaya menentukan gerak parabola dari titik pusat grafitasi. Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat yang pelaksanaannya dilakukan dengan awalan lari, menolak, melayang diudara dan mendarat. Dalam pelaksanaan lompat jauh terdapat tiga gaya yaitu : gaya jongkok (*sit down in the air*), gaya berjalan diudara (*walking in the air*), dan gaya menggantung (*schepper*). Penggunaan gaya lompat jauh pada prinsipnya bertujuan untuk mencapai jarak lompatan yang sejauh-jauhnya. Dari ketiga gaya lompat jauh tersebut letak perbedaannya pada saat melayang di udara.

Lompat jauh gaya *schnepper* (menggantung) merupakan salah satu gaya lompat jauh yang sulit dan memiliki unsur gerakan yang kompleks, jika dibandingkan dengan gaya jongkok atau gaya melayang diudara sehingga mahasiswa mengalami kesulitan untuk melakukan lompat jauh gaya ini. Biasanya yang dialami mahasiswa pada saat melakukan lompatan gaya *schnepper* terutama pada saat melayang diudara. Pada saat melayang diudara sebagian besar mahasiswa kurang mampu melentingkan badan atau membuat posisi seperti orang menggantung.

Pencapaian hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* secara maksimal tidak terlepas dari model pembelajaran yang diterapkan ketika melakukan pembelajaran. Untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* diperlukan pembelajaran-pembelajaran yang variatif dan inovatif, untuk mengurangi kejenuhan pembelajaran. selama ini pembelajaran yang dilakukan oleh dosen penjasorkes adalah pembelajaran lompat jauh yang masih konvensional dan tradisional. Sehingga diperlukan kreatifitas dari dosen tersebut untuk memodifikasi model pembelajaran lompat jauh gaya *schnepper*.

Model *Guide discovery learning* mengacu kepada teori belajar yang didefinisikan sebagai proses pembelajaran yang terjadi bila pelajar tidak

disajikan dengan pelajaran dalam bentuk finalnya, tetapi diharapkan mahasiswa mengorganisasi sendiri. Pada *Guide discovery learning* lebih menekankan pada ditemukannya konsep atau prinsip yang sebelumnya tidak diketahui. Perbedaan *inkuiri* dan *problem solving* dengan *Guide discovery learning* ialah bahwa pada *guide discovery learning* masalah yang diperhadapkan kepada mahasiswa semacam masalah yang direkayasa oleh dosen. Pembelajaran penemuan atau *guide discovery learning* ini dibedakan menjadi 2 yaitu *free guide discovery learning* dan *guide discovery learning*. Dalam pelaksanaannya *guide discovery learning* ini lebih banyak diterapkan, karena dengan petunjuk dosen, mahasiswa akan bekerja lebih terarah dalam rangka mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Namun pada penerapannya dosen bukanlah menjadi semacam resep yang harus diikuti tetapi hanya merupakan arahan tentang prosedur kerja yang diperlukan. Dalam penelitian ini peneliti juga akan lebih menerapkan *guide discovery learning* sebagai upaya pembelajaran mahasiswa agar mencapai pembelajaran yang lebih baik nantinya.

Lompat jauh merupakan salah satu nomor satu dalam cabang olahraga atletik. Pada dasarnya lompat jauh merupakan suatu gerakan yang diawali dengan lari cepat, menumpu untuk menolak, melayang diudara dan mendarat. Dari tahapan-tahapan lompat jauh tersebut harus dirangkaikan secara baik dan harmonis dalam satu rangkaian gerakan yang utuh dan tidak diputus-putus pelaksanaannya. Berkaitan dengan lompat jauh Aip Syaifudin (1992:90) menyatakan "lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan mengangkat kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin diudara yang dilakukan dengan cepat dan dengan melalui tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya". Menurut Yudha M. Saputra (2001:47) menyatakan "lompat jauh adalah ketrampilan gerak berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya dengan satu kali tolakan kedepan sejauh mungkin". Menurut Adang Suherman dkk., (2001:117) menyatakan "lompat jauh adalah hasil dari kecepatan horisontal yang dibuat sewaktu

awalan dengan daya vertikal yang dihasilkan dari kekuatan kaki menolak. Hasil dari kedua gaya menentukan parabola titik gravitasi”.

Berdasarkan pendapat tersebut menunjukkan bahwa, lompat jauh gaya *schnepper* dapat dicapai secara maksimal merupakan akumulasi dari jarak horisontal antara kaki tolak dengan titik berat badan, jarak horisontal perpindahan titik berat badan atlet selama melayang di udara dan jarak horisontal antara titik berat badan atlet dengan tumit yang menyentuh bak pasir. Ketiga hal tersebut harus diperhatikan dalam lompat jauh agar diperoleh lompatan yang semaksimal mungkin.

Belajar dan pembelajaran suatu kegiatan yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Jadi secara umum pengertian belajar merupakan suatu kegiatan yang dapat mengakibatkan terjadinya perubahan tingkah laku. Menurut Sagala (2011:14) mengartikan belajar adalah “suatu proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif”. Dan pembelajaran sendiri adalah proses interaksi yang dilakukan oleh dosen dan murid. Menurut Mulyasa (2003:100) “pembelajaran pada hakekatnya adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan sehingga terjadi perubahan tingkah laku kearah yang lebih baik”. Prinsip-prinsip yang menentukan terciptanya proses belajar dan mengajar yang baik. 1) Perhatian dan motivasi, 2) Keaktifan, 3) Keterlibatan langsung, 4) Pengulangan.

Pengertian Model Pembelajaran dapat diartikan sebagai cara, contoh maupun pola, yang mempunyai tujuan meyakinkan pesan kepada mahasiswa yang harus diketahui, dimengerti, dan dipahami yaitu dengan cara membuat suatu pola atau contoh dengan bahan-bahan yang dipilih oleh para pendidik/dosen sesuai dengan materi yang diberikan dan kondisi di dalam kelas. Suatu model akan mempunyai ciri-ciri tertentu dilihat dari faktor-faktor yang melengkapinya. Menurut Agus supriyono (2010:46) model pembelajaran adalah pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran dikelas maupun tutorial. Sedangkan menurut Joyce dan Weil (1982) mendefinisikan model

pembelajaran sebagai kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan pembelajaran.

Untuk menjalankan proses pendidikan, kegiatan belajar dan pembelajaran merupakan suatu usaha yang amat strategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan (Husdarta dan Yudha, 2000: 1). Hal ini dimaksudkan agar dosen tidak bertindak sebagai seorang diktator yang hanya mendikte, namun juga menggali kemampuan mahasiswa. Dari proses tersebut, diharapkan terjadi sebuah interaksi pembelajaran positif. Model pembelajaran adalah salah satu pendekatan mengajar yang dirancang khusus untuk menunjang proses belajar mahasiswa yang berkaitan dengan pengetahuan deklaratif dan pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik yang diajarkan dengan pola kegiatan yang bertahap, selangkah demi selangkah”.

*Discovery learning* adalah metode belajar yang difokuskan pada pemanfaatan informasi yang tersedia, baik yang diberikan dosen maupun yang dicari sendiri oleh mahasiswa, untuk membangun pengetahuan dengan cara belajar mandiri. Bisa dikatakan sebagai penemuan, penemuan adalah terjemahan dari *discovery*. Menurut Sund “*discovery* adalah proses mental dimana mahasiswa mampu mengasimilasikan suatu konsep atau prinsip”. Dari proses mental tersebut ialah mengamati, mencerna, mengerti, menggolongkan, membuat dugaan, menjelaskan, mengukur, membuat kesimpulan dan sebagainya (Roestiyah, 2001:20). Sedangkan menurut Jerome Bruner “penemuan adalah suatu proses, suatu jalan atau cara dalam mendekati permasalahan bukannya suatu produk atau item pengetahuan tertentu”. Dengan demikian belajar dengan penemuan adalah belajar menemukan, dimana seorang mahasiswa dihadapkan dengan masalah atau situasi yang tampaknya ganjil sehingga mahasiswa dapat mencari jalan pemecahan (Markaban, 2006:9).

## METODE PENELITIAN

Jenis dari penelitian ini adalah penelitian kualitatif menggunakan pendekatan studi eksperimen, dengan peneliti memang sengaja menimbulkan variabel-variabel yang selanjutnya diberikan perlakuan untuk dilihat pengaruhnya terhadap hasil belajar.

Dalam penelitian ini kelompok subjek yang dipilih mendapatkan perlakuan yang sama. Observasi dilakukan dua kali yaitu dilakukan sebelum eksperimen (*pre test*) dan sesudah eksperimen (*post test*). *Pre test* diberikan kepada subjek sebelum mendapat pembelajaran, kemudian baru diberikan perlakuan berupa pembelajaran menggunakan model pembelajaran *guide discovery learning*. Setelah itu dilakukan *post test* untuk mengetahui sejauh mana dan seberapa besar kenaikan hasil belajar setelah akhir dari *treatment* yang diberikan.

Pada tahap *post test* pelaksanaannya menggunakan rubrik penilaian dalam Satuan Acara Perkuliahan (SAP). Hasil belajar ini meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor yang memuat rubrik penilaian. Rubrik penilaian digunakan untuk mengetahui hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* dengan menggunakan model pembelajaran *guide discovery learning*. Hasil belajar yang diinginkan dalam pembelajaran ini adalah : 1) Aspek kognitif, 2) Aspek afektif, 3) Aspek psikomotor.

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester IV Universitas Nusantara PGRI Kediri Kota Kediri pada tahun 2015/2016 yang berjumlah 30 mahasiswa.

Keberhasilan dari sebuah penelitian banyak ditentukan oleh instrumen yang digunakan, sebab data yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan penelitian (masalah) dan menguji hipotesis diperoleh melalui instrumen. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes lompat jauh gaya *schnepper* dan Satuan Acara Perkuliahan (SAP). Lompat jauh gaya *schnepper*, Tes pengukuran ini bertujuan untuk mengukur hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper*. Sedangkan Satuan



Acara Perkuliahan (SAP) merupakan sebuah perangkat pembelajaran yang mendukung seorang dosen dalam melakukan proses kegiatan belajar mengajar dikelas yang memuat Eksplorasi, Elaborasi dan Konfirmasi. Pada rubrik penilaian yang berisi tentang teknik penilaian yang meliputi kognitif, afektif dan psikomotor. Teknik penilaian meliputi serangkaian tes yang meliputi tes praktik, tes tertulis, tes lisan dan tes observasi.

Dalam melakukan uji analisis data dalam penelitian ini, dilakukan penyusunan data dengan mengambil langkah-langkah untuk uji prasyarat analisis. Dengan data sebelumnya diuji dengan uji normalitas menggunakan *kolmogorov-Smirnov*, dan uji homogenitas data dengan *Leven's Test*, kemudian dengan uji keberartian atau menguji apakah penelitian dari hipotesis awal yang sudah diajukan dapat diterima atau tidak, mengetahui apakah ada perbedaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan yaitu dengan menggunakan uji t. Untuk mempermudah penghitungan, peneliti menggunakan program *Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 16.0 for Windows*.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan pada penelitian yang telah dilakukan maka, berikut akan disampaikan data yang terkait dengan hasil penelitian. Deskripsi data dari penelitian ini diperoleh dari rubrik penilaian yang ada dalam Satuan Acara Perkuliahan (SAP). Kemudian data yang dikumpulkan terdiri dari tes awal secara keseluruhan, kemudian dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan perlakuan yang sama. Kemudian data dioleh dan dianalisis dengan statistik *t-test*.

Tabel 1. Deskripsi hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper*

Kelompok	Tes	N	Hasil		Mean	S
			Terendah	Tertinggi		
Eksperimen	Awal	15	46	56	52,09	2,91
	Akhir	15	57	73	64,84	3,83
Kontrol	Awal	15	58	74	66,28	4,36
	Akhir	15	68	78	73,06	2,58

### Uji Normalitas

Hasil uji normalitas data yang dilakukan terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* pada kedua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai berikut :

Tabel 2. Rangkuman hasil uji homogenitas data

Kelompok	N	Mean	S	$X^2_{hitung}$	$X^2_{tabel}$	Keterangan
Eksperimen	15	64,87	3,83	2,98	7,81	Normal
Kontrol	15	73,06	2,58	2,98	7,81	Normal

1. Kelompok eksperimen : Harga  $X^2_{hitung} = 2,98$  kemudian dibandingkan dengan harga  $X^2_{tabel} =$  pada taraf signifikansi 5% dan db = (k=3) = (6-3) sebesar 7,81. Dengan demikian  $X^2_{hitung} < X^2_{tabel}$  atau  $2,98 < 7,81$ . Maka dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen berdistribusi normal.
2. Kelompok kontrol : Harga  $X^2_{hitung} = 2,98$  kemudian dibandingkan dengan harga  $X^2_{tabel} =$  pada taraf signifikansi 5% dan db = (k=3) = (6-3) sebesar 7,81. Dengan demikian  $X^2_{hitung} < X^2_{tabel}$  atau  $2,98 < 7,81$ . Maka dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen berdistribusi normal.

### Uji Homogenitas

Uji homogenitas data antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah sebagai berikut :

Tabel 3. Rangkuman hasil uji homogenitas data

Kelompok	N	dk	S <sup>2</sup>	F <sub>hitung</sub>	F <sub>tabel</sub>	Keterangan
Eksperimen	15	14	14,74	2,21	2,84	Normal
Kontrol	15	14	6,66			Normal

Harga  $F_{hitung} = 2,21$  kemudian dibandingkan dengan harga  $F_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5%, dk pembilang =  $N-1 = 15-1 = 14$  dan dk penyebut =  $N-1 = 15-1 = 14$  adalah sebesar 2,48. Dengan demikian  $F_{hitung} < F_{tabel}$  atau  $2,21 < 2,84$ . Maka dapat disimpulkan bahwa varians kedua kelompok adalah homogen.

### Pengujian Hipotesis

Setelah diketahui data berdistribusi normal dan mempunyai varians yang homogen, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis.

Berikut ini merupakan rangkuman dari hasil uji hipotesis dari kedua kelompok uji.

Tabel 4. Rangkuman hasil uji homogenitas data

Kelompok	N	Mean Pre-tes	Mean post-tes	Beda Mean	db	t <sub>hitung</sub>	t <sub>(1-α)</sub>	Keterangan
Eksperimen	15	52,09	64,87	12,78	28	1,79	1,70	H <sub>0</sub> ditolak
Kontrol	15	66,28	73,06	6,78	28			

Dari perhitungan uji hipotesis diperoleh  $t_{hitung} = 1,79$  kemudian dibandingkan dengan  $t_{(1-\alpha)}$ . Harga  $t_{(1-\alpha)}$  pada taraf signifikansi 5% dengan  $db = n_1 + n_2 - 2 = 15 + 15 - 2 = 28$  adalah sebesar 1,70. Karena  $t_{hitung}$  tidak jatuh diwilayah terima H<sub>0</sub>, maka keputusan yang diambil adalah menolak H<sub>0</sub> dan menerima H<sub>1</sub>. Kesimpulannya adalah ada pengaruh metode pembelajaran *guide discovery learning* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schneeper* pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan

Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester IV Universitas Nusantara PGRI Kediri Kota Kediri pada tahun 2015/2016.

Setelah dilakukan analisis data penelitian, hasil penelitian menunjukkan bahwa metode pembelajaran *guide discovery learning* dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper*. Secara keseluruhan dapat dikatakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini telah diterima dan menjawab permasalahan serta mencapai tujuan dari penelitian ini. Penentuan populasi, sampel, variabel dan pelaksanaan kegiatan penelitian seperti tes awal, pelaksanaan latihan dan tes akhir semuanya didasarkan atas teori dan aturan yang ada sehingga memberikan dasar yang baik untuk penelitian ini. Penentuan metode, instrumen dan langkah penelitian serta pelaksanaan, analisis kemudian pemilihan alat sudah menjadi bukti bahwa penelitian ini memberikan hasil yang baik karena sudah tercapainya penelitian tersebut. Dari hasil uji hipotesis ditarik kesimpulan bahwa menolak  $H_0$  dan menerima  $H_1$ . Maka kesimpulannya adalah ada pengaruh metode pembelajaran *guide discovery learning* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester IV Universitas Nusantara PGRI Kediri Kota Kediri pada tahun 2015/2016.

## **KESIMPULAN**

Dari pengujian data yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh metode pembelajaran *guide discovery learning* terhadap hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester IV Universitas Nusantara PGRI Kediri Kota Kediri pada tahun 2015/2016.
2. Ada perbedaan yang nyata bahwa hasil belajar lompat jauh gaya *schnepper* yang dipengaruhi metode pembelajaran *guide discovery learning* antar siswa yang sebelum mendapatkan perlakuan dengan

siswa yang sudah mendapatkan perlakuan pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Semester IV Universitas Nusantara PGRI Kediri Kota Kediri pada tahun 2015/2016.

### **Saran**

Saran yang dapat diambil dari penelitian diatas adalah :

1. Untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya *schneeper* dapat menerapkan metode pembelajaran guide discovery learning sebagai alternatif pemecahan masalah dalam pembelajaran.
2. Perlu diadakannya penelitian lanjutan yang sejenis dengan mengambil subjek penelitian yang lebih luas.
3. Bagi para dosen, pengajar atau guru dapat menerapkan pembelajaran lain yang sekiranya dapat meningkatkan pembelajaran materi pendidikan jasmani.
4. Terbatasnya waktu pembelajaran menuntut seorang dosen, pengajar atau guru pastinya untuk mampu menerapkan metode pembelajaran yang efektif dengan merancang bentuk pembelajaran yang baik agar diperoleh hasil pembelajaran yang optimal.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Aip Syarifuddin. (1992). *Atletik*. Jakarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.

\_\_\_\_\_. 2001. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*. Edisi Revisi V.

Ballesteros, JM. (1979). *Pedoman Dasar Melatih Atletik*. Jakarta: PB PASI.

Dimiyati dan Mudjiono. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Rineka Cipta.

\_\_\_\_\_. 1999. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Rineka Cipta.

- Husdarta, M. Saputra Yudha.(2000). Belajar dan Pembelajaran. Departemen Pendidikan Nasional.
- Joyce and weil. 1982. Model Of Teaching. Engalewood Cliffs. New Jersey : Prientice-Hall, Inc.
- Markaban. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta.
- Mulyasa. 2003. Kurikulum Berbasis Kompetensi. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Nana dan Ibrahim. 2009. Penelitian dan Pendidikan. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Purwanto. 2011. Evaluasi Hasil Belajar. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Roestiyah. 2001. Strategi Belajar Mengajar. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sagala, Saiful. 2011. Konsep san Makna Pembelajaran. Bandung. Alfabeta
- Suherman, Adang. 2001. Pembelajaran Atletik. Jakarta : Depdikbud.
- Supriyono, Agus. 2010. Cooperative Learning. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Yoyo Bahagia, Adang Suherman (2000). Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga. Jakarta, Depdiknas.
- Yoyo Bahagia,dkk (2000). Atletik. Jakarta, Depdiknas.
- Yudha M. Saputra. 2001. Dasar Ketrampilan Atletik. Jakarta : Depdikbud.

# MENINGKATKAN KETRAMPILAN *SHOOTING* SEPAKBOLA DENGAN PERMAINAN MODIFIKASI

(Studi Pada Siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio)

**Budiman Agung Pratama, M.Pd.**  
Universitas Nusantara PGRI Kediri  
*uccuph88@gmail.com*

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan ketrampilan *shooting* mulai dari sikap awal, *impact* kaki dengan bola dan gerak lanjutan setelah melakukan permainan modifikasi. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Sampel penelitian adalah siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan catatan lapangan. Analisa data menggunakan rumus persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan melakukan teknik *shooting* siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio mengalami peningkatan. Hasil observasi awal dari teknik *shooting* sikap awal dengan tingkat kesalahan 48,24%, teknik *shooting impact* kaki dengan bola dengan tingkat kesalahan 59,64% dan teknik gerak lanjutan sikap akhir dengan tingkat kesalahan 47%. Hasil tindakan siklus 1 dari teknik sikap awal dengan tingkat kesalahan 29%, teknik saat *shooting* dengan tingkat kesalahan 40% dan teknik sikap akhir dengan tingkat kesalahan 35%. Hasil tindakan siklus 2 dari teknik sikap awal tingkat kesalahannya 11%, teknik saat *shooting* dengan tingkat kesalahan 15% dan teknik sikap akhir dengan tingkat kesalahan 11%.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *shooting* sepakbola dengan permainan modifikasi dapat meningkatkan keterampilan hasil belajar *shooting* sepakbola siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio.

**Kata Kunci:** *Shooting*, Sepakbola, Modifikasi

## PENDAHULUAN

Permainan merupakan suatu aktivitas manusia yang menyenangkan, bersemangat, dan kompetitif dengan mentaati aturan-

aturan yang sudah ditentukan sesuai dengan jenis permainannya (Soedarno, dkk (1987). Sedangkan Sukintaka (1981) menyatakan: Pada umumnya anak senang bermain, dan karena anak itu senang bermain, maka permainan itu menjadi pusat perhatian anak, sehingga permainan yang diberikan kepada anak-anak itu merupakan situasi yang harus dihadapi, dan anak akan bereaksi terhadap situasi itu dengan dengan tingkah laku secara spontan, dan sesuai dengan keaslian watak anak untuk kemudian anak itu dapat diberi bentuk, isi dan arah sesuai dengan cita-cita pendidikan kita. Furqon (2006) Permainan dapat didefinisikan sebagai aktivitas yang dibatasi oleh aturan-aturan yang lengkap dan terdapat suatu kontes di antara para pemain agar supaya menghasilkan hasil yang dapat diprediksi. Modifikasi sangat dibutuhkan guru dalam proses kegiatan belajar mengajar. Hal ini sangat membantu guru dalam proses belajar mengajar. Yoyo (2005) menyatakan dengan melakukan modifikasi, guru penjas akan menyajikan materi pelajaran yang sulit menjadi lebih mudah dan disederhanakan tanpa harus takut kehilangan makna dan apa yang akan diberikan. Anak akan lebih leluasa bergerak dalam berbagai situasi dan kondisi yang dimodifikasi. Winarno (2001:108) menyatakan modifikasi olahraga digunakan sebagai salah satu alternatif pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Komponen-komponen penting olahraga yang dapat dimodifikasi menurut Aussie (1996) meliputi: (1) ukuran, berat atau bentuk peralatan yang dipergunakan, (2) lapangan permainan, (3) waktu bermain atau lamanya permainan, (4) peraturan permainan, dan (5) jumlah pemain. Dalam penelitian ini yang di modifikasi adalah bentuk lapangan, waktu bermain peraturan bermain dan jumlah pemain. Modifikasi bentuk lapangan menggunakan desain (60 x 40 meter) penetapan ukuran tersebut didasarkan pada hasil modifikasi yang relatif konstan antara panjang dan lebar lapangan dan jumlah pemain yang terlibat (Casamichana & Castellano, 2010). Hoff, dkk, (2002) menyatakan bahwa kehadiran bola selama permainan menggunakan lapangan berukuran kecil



memungkinkan peserta untuk meningkatkan keterampilan teknik dan taktik. Begitu juga dengan ukuran gawang menggunakan gawang ban mobil bekas yang di taruh di masing-masing tempat. Untuk modifikasi aturan main pemain hanya boleh mencetak gol dengan kaki bagian punggung. Katis & Kellis (2009) menyarankan untuk jumlah pemain 6 vs 6.

## METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas Istilah penelitian tindakan kelas berasal dari bahasa Inggris, yaitu *classroom action research* ( CAR). Arikunto, Suhardjono dan Supardi (2007) menyatakan bahwa ada tiga kata inti dalam penelitian tindakan kelas, yaitu: (1) penelitian, (2) tindakan, dan (3) kelas. Sampel penelitian adalah siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Sugio Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan catatan lapangan. Analisa data menggunakan rumus persentase.

$$P = F/N \times 100\%$$

Keterangan:

P: Persentase

F : Frekwensi

N : Jumlah Responden

Sebagai patokan terhadap hasil analisis persentase digunakan klasifikasi sebagaimana tertera pada tabel

*Tabel Persentase Taraf Keberhasilan*

No	Persentase	Klasifikasi
1	76%-100%	Baik
2	56%-75%	Cukup Baik
3	40%-55%	Kurang Baik
4	<40%	Tidak Baik

(Sumber Arikunto, 2006)

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### *Rekapitulasi Hasil pertemuan siklus 1*

		Kesalahan		
		Sikap awal	Impect in ball	Gerak Lanjutan
Siklus 1				
Persentase pertemuan pertama		44,45%	61,18%	36,12%
Persentase pertemuan kedua		34,29%	51,43%	37,15%
Persentase pertemuan ketiga		28,95%	39,47%	30,71%

Berikut ini hasil evaluasi setiap pertemuan pada siklus 1

### *Hasil evaluasi pertemuan pertama siklus 1*

Gerakan Yang Salah				
		Sikap awal	Impect in ball	Sikap akhir
Persentase sikap atau gerakan salah		44,45%	61,12%	36,12%

Berdasarkan hasil evaluasi pada pertemuan pertama siklus I, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 44,45% atau 16 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal (2) 61,12% atau 22 siswa melakukan kesalahan pada saat menendang bola, (3) 36,12% atau 13 siswa melakukan kesalahan pada sikap akhir, dimana kaki setelah melakukan tendangan tidak mengikuti arah bola.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan tendangan bola yaitu 61,12%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang bola

pandangan masih tertuju pada bola.peningkatan dibandingkan saat observasi awal sebelum guru memberikan tindakan.

*Hasil evaluasi pertemuan kedua siklus 1*

Gerakan Yang Salah			
	Sikap awal	Impact In ball	Sikap akhir
Persentase sikap atau gerakan salah	34,29%	51,43%	37,15%

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan kedua siklus I, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 34,29% atau 12 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, (2) 51,43% atau 18 siswa melakukan kesalahan pada menendang bola, (3) 37,15% atau 13 siswa melakukan kesalahan pada gerak lanjutan, Pada pertemuan kedua ini 5 siswa tidak aktif dan 4 siswa tidak disiplin dalam proses pembelajaran. Pada pertemuan ini siswa lebih aktif dan disiplin.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan teknik menendang bola yaitu 51,43%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang yaitu gerakannya masih melihat bola, akan tetapi sudah mulai ada peningkatan dibandingkan evaluasi dan observasi awal sebelum diberi tindakan.

*Hasil evaluasi pertemuan ketiga siklus 1*

Gerakan Yang Salah			
	Sikap awal	Impect in ball	Sikap akhir
Persentase sikap atau gerakan salah	28,95%	39,47%	30,71%

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan ketiga siklus I, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 28,95% atau 11 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, (2) 39,47% atau 16 siswa melakukan kesalahan pada menendang bola, (3) 30,71% atau 12 siswa

melakukan kesalahan pada gerak lanjutan, Pada pertemuan ketiga ini semua siswa lebih aktif dan disiplin dalam proses pembelajaran, sehingga pembelajaran menjadi lancar dan hasilnya lebih maksimal.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan teknik menendang bola yaitu 39,47%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang yaitu gerakannya masih melihat bola, akan tetapi sudah mulai ada peningkatan dibandingkan evaluasi dan observasi awal sebelum diberi tindakan.

#### *Hasil pertemuan siklus 2*

Siklus 2				
Persentase pertama	pertemuan	11,12%	36,12%	16,67%
Persentase kedua	pertemuan	5,89%	23,53%	5,89%
Persentase ketiga	pertemuan	10,82%	13,52%	10,82%

Berikut ini hasil evaluasi setiap pertemuan pada siklus 2

#### *Hasil evaluasi pertemuan pertama siklus 2*

Gerakan Yang Salah			
	Sikap awal	Impact in ball	Sikap akhir
Persentase sikap atau gerakan salah	11,12%	36,12%	16,67%

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan pertama siklus 2, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 11,12% atau 4 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, (2) 36,12% atau 13 siswa melakukan kesalahan pada menendang bola, (3) 16,67% atau 16siswa melakukan kesalahan pada gerak lanjutan, Pada pertemuan pertama ini

semua siswa lebih aktif dan disiplin dalam proses pembelajaran, sehingga pembelajaran menjadi lancar dan hasilnya lebih maksimal.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan teknik menendang bola yaitu 36,12%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang yaitu gerakannya masih melihat bola.

*Hasil evaluasi pertemuan kedua siklus 2*

Gerakan Yang Salah			
	Sikap awal	Impact in ball	Sikap akhir
Persentase sikap atau gerakan salah	5,89%	23,53%	5,89%

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan kedua siklus 2, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 5,89% atau 2 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, (2) 61,12% atau 8 siswa melakukan kesalahan pada menendang bola, (3) 5,89% atau 2 siswa melakukan kesalahan pada gerak lanjutan, Pada pertemuan pertama ini semua siswa lebih aktif dan disiplin dalam proses pembelajaran, sehingga pembelajaran menjadi lancar dan hasilnya lebih maksimal.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan teknik menendang bola yaitu 23,53%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang yaitu gerakannya masih melihat bola.

*Hasil evaluasi pertemuan ketiga siklus 2*

Gerakan Yang Salah			
	Sikap awal	Impact in ball	Sikap akhir
Persentase sikap atau gerakan salah	10,82%	13,52%	10,82%

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan kedua siklus 2, diperoleh hasil analisis sebagai berikut: (1) 10,82% atau 4 siswa melakukan kesalahan pada sikap awal, (2) 13,52% atau 5 siswa melakukan kesalahan pada menendang bola, (3) 10,82% atau 4 siswa melakukan kesalahan pada gerak lanjutan, Pada pertemuan pertama ini semua siswa lebih aktif dan disiplin dalam proses pembelajaran, sehingga pembelajaran menjadi lancar dan hasilnya lebih maksimal.

Dilihat berdasarkan jumlah persentase, tingkat kesalahan paling banyak terjadi pada saat melakukan teknik menendang bola yaitu 13,53%, kesalahan yang dilakukan oleh siswa pada saat menendang yaitu gerakannya masih melihat bola.

#### *Siklus 1*

Pada pembelajaran sepakbola pada materi *shooting* guru pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan memberikan contoh gerakan (*modelling*) secara keseluruhan dari gerakan *shooting*, setelah itu siswa ditugasi untuk berlatih meniru contoh guru dengan menggunakan bola yang berjumlah 2 untuk 38 siswa. Berdasarkan hasil observasi, (1) 23% atau 9 siswa melakukan kesalahan dalam teknik persiapan (2) 50% atau 19 siswa melakukan kesalahan dalam sikap awal (3) 68,42 atau 26 siswa melakukan kesalahan pada teknik menendang, dimana masih melihat bola saat menendang, (4) 44,73% atau 17 siswa melakukan kesalahan pada teknik lanjutan.

Berdasarkan hasil evaluasi dan observasi tersebut dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut: sebagian besar siswa kurang aktif dan dalam proses pembelajaran sehingga pada tahap evaluasi banyak mengalami kesalahan-kesalahan dalam melakukan teknik *shooting* dimana melakukan kesalahan dalam melakukan teknik *shooting* yaitu melakukan tendangan. Setelah diberi tindakan pada siklus 1 mengalami peningkatan, karena dengan permainan siswa diajak belajar sambil bermain, hal ini penting sekali mengingat tidak semua siswa suka dengan olahraga sepakbola, hasil evaluasi siklus 1 dari segi teknik

kesalahan yang dilakukan siswa pada siklus 1 yaitu dari sikap awal persentase kesalahan yang dilakukan siswa dari 50% menjadi 35,89%, pada saat menendang bola persentase kesalahan yang dilakukan siswa dari 68,42% menjadi 50,57%, pada sikap akhir persentase kesalahan yang dilakukan siswa dari 55,27% menjadi 34,66%.

Dari segi keaktifan siswa dan kedisiplinan siswa dalam proses pembelajaran mengalami peningkatan keaktifan dan kedisiplinan. Peningkatan tersebut diakibatkan karena siswa tidak sadar dengan melakukan permainan itu siswa diajak sambil belajar teknik *shooting*. Permainan juga meningkatkan antusias siswa dalam proses pembelajaran. Sehingga terjadi peningkatan dibandingkan pada refleksi awal. Selain pendekatan permainan pendekatan modifikasi dapat digunakan sebagai alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani, karena guru penjas akan menyajikan materi pelajaran yang sulit menjadi lebih mudah dan disederhanakan tanpa harus kehilangan makna dan apa yang akan diberikan.

### *Siklus 2*

Dari segi teknik kesalahan yang dilakukan siswa pada siklus 2 yaitu dari sikap awal persentase kesalahan yang dilakukan siswa dari 35,89% menjadi 9,06%, pada saat menendang bola persentase kesalahan yang dilakukan siswa dari 50,57% menjadi 24,39%, pada sikap akhir persentase yang dilakukan siswa dari 34,66% menjadi 11,14%. Dari segi keaktifan siswa dan kedisiplinan siswa dalam proses pembelajaran mengalami peningkatan keaktifan dan kedisiplinan.

Peningkatan yang terjadi pada siklus 2 ini akibat permainan yang diberikan kepada siswa disesuaikan dengan permainan yang paling disukai siswa yaitu permainan memasukkan bola ke dalam target berupa ban bekas. Permainan memasukkan ke dalam target memberikan siswa semakin aktif dalam melakukan proses pembelajaran, sehingga teknik yang diberikan kepada siswa dapat dilakukan siswa sambil melakukan

permainan. Pembelajaran adalah usaha membuat seseorang belajar yang dilakukan oleh guru untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan dan sikap. Permainan merupakan suatu aktivitas manusia yang menyenangkan, bersemangat, dan kompetitif dengan mentaati aturan-aturan yang sudah ditentukan sesuai dengan jenis permainannya (Soedarno, dkk (1987). Dengan melakukan permainan memasukkan bola ke dalam target maka siswa akan kompetitif dan semakin tertantang untuk mencoba. Sehingga pembelajaran akan lebih menyenangkan.

## **KESIMPULAN**

Sesuai dengan analisis yang dilakukan berdasarkan pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan permainan modifikasi (tempat, modifikasi alat dan modifikasi pemain) dapat meningkatkan keterampilan *shooting*.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi, Suhardjono, dan Supardi. 2007. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Aussie 1996. *Modified sport. A quality Junior Sport Approach*. Balconen ACT: Astralian Sport Commission
- Casamichana D, & Castellano J. 2010. *Time–motion, heart rate, perceptual and motor behaviour demands in smallsides soccer games: Effects of pitch size*. J Sports Sci, 28: 1615-1623
- Furqon H,M. 2006. *Mendidik Anak dengan Bermain*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret
- Hoff, dkk, (2002) *Soccer specific aerobic endurance training*. Br J Sports Med 2002;36:218–221
- Kellis, E. dan Katis, A..2007. *Biomechanical Characteristics And Determinants Of Instep Soccer Kick*. Journal of Sports Science and Medicine 6, 154-165,



- Soedarno, Dkk. 1987. *Permainan Simulasi Kelahiran dan Perkembangan di Jawa Timur*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Sukintaka, Rijadi dan Suprijo. 1981. *Permainan dan Metodik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Yoyo. 2005. *Pembelajaran Atletik Implementasi Pembelajaran Nomor Lempar*,  
(online), ([http://www.google.com/jurnal/pembelajaranatletik\\_implem-entasi-pembelajaranlempar](http://www.google.com/jurnal/pembelajaranatletik_implem-entasi-pembelajaranlempar)), diakses tanggal 10 Februari 2015
- Winarno, M.E. 2006. *Dimensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.

**UPAYA MENINGKATKAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR LOMPAT  
JAUH GAYA JONGKOK DENGAN PENERAPAN MODEL  
PEMBELAJARAN KOOPERATIF STAD PADA SISWA KELAS IV  
SDN BATOKERBUY 5 KABUPATEN PAMEKASAN  
TAHUN PELAJARAN 2015/2016**

**Masdiyo, S.Pd.**

SDN Batokerbuy 5 Kabupaten Pamekasan  
*masdiyo@gmail.com*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa melalui penerapan model pembelajaran kooperatif STAD. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam 2 siklus, pada tiap siklusnya terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subyek penelitiannya adalah siswa kelas IV SDN Batokerbuy 5 Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 38 siswa dan dilaksanakan dari tanggal 5 sampai 26 April 2016. Data analisis motivasi dan hasil belajar siswa secara klasikal pada siklus I dan II di dapatkan nilai rata-rata klasikal untuk motivasi belajar siklus I sebesar 73,2, sedangkan siklus II sebesar 86,6 peningkatan nilai rata-rata motivasi belajar siswa siklus I ke siklus II sebesar 13,4. Jumlah siswa yang termotivasi pada siklus I sebanyak 10 siswa, sedangkan pada siklus II sebanyak 29 siswa, terjadi peningkatan jumlah siswa yang termotivasi sebanyak 10 siswa. Sedangkan nilai rata-rata hasil belajar siswa pada siklus I sebesar 75,6, siklus II sebesar 87,6, terjadi peningkatan nilai rata-rata hasil belajar siswa sebesar 12. Prosentase hasil motivasi belajar siswa secara klasikal pada siklus I sebesar 33,3%, siklus II sebesar 100%, terjadi peningkatan prosentase motivasi belajar siswa sebesar 66,7 %. Prosentase ketuntasan hasil belajar siswa secara klasikal pada siklus I sebesar 40%, pada siklus II sebesar 100%, terjadi peningkatan prosentase ketuntasan hasil belajar siswa sebesar 60%.

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa motivasi dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa meningkat melalui penerapan model

belajar Kooperatif tipe STAD pada siswa kelas IV SDN Batokerbuy 5 Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016. Oleh karena itu, peneliti menyarankan guru penjasorkes untuk menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe STAD karena efektif untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa.

**Kata kunci:** Model Belajar STAD, Motivasi, Hasil Belajar.

## **PENDAHULUAN**

Permasalahan pembelajaran dalam pendidikan jasmani dapat dilihat dari tiga aspek, dari sisi siswa, sarana prasarana, dan guru. Dari sisi siswa faktor-faktor yang mempengaruhi permasalahan pembelajaran antara lain sikap terhadap belajar, motivasi belajar, konsentrasi belajar, kebiasaan belajar, dan cita-cita. Selain itu sarana dan prasarana yang kurang lengkap dan tidak memadai juga menjadi permasalahan bagi pelaksanaan pembelajaran. Dilihat dari segi tenaga pendidik atau guru permasalahan dalam pembelajaran diantaranya adalah pemilihan model atau strategi belajar mengajar oleh guru yang kurang tepat.

Hingga sekarang ini pembelajaran yang terjadi di kelas masih banyak menggunakan model konvensional dan tradisional yang bersifat searah, salah satunya adalah model ceramah dari guru kepada peserta didik, sehingga peserta didik cenderung pasif hanya dapat mendengar, melihat dan menerima materi secara monoton dari guru yang akhirnya mematikan daya pikir dan kreatifitas, serta tidak berkembangnya pembelajaran dan peserta didik. Padahal pembelajaran akan lebih efektif, bermakna dan lebih menarik apabila siswa terlibat langsung dalam pembelajaran seperti yang dikemukakan oleh John Dewey (dalam Hanna, 2005:1) dalam "*learning by doing*" nya. "Belajar sebaiknya dialami melalui perbuatan" "Belajar harus dilakukan oleh siswa secara aktif, baik individu maupun kelompok" (Dimiyati&Mudjiono, 2002:46) dalam Hanna (2005:1).

Dari hasil pemaparan di atas berdasarkan beberapa permasalahan yang ditemukan maka diperlukan solusi agar proses pembelajaran

pendidikan jasmani menjadi lebih baik dan nantinya akan menyebabkan peningkatan motivasi dan hasil belajar siswa. Salah satu alternatifnya yaitu dengan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *Student Team Achievement Devition* (STAD), dikarenakan model pembelajaran kooperatif STAD ini sangatlah sederhana dan cocok bagi guru-guru yang masih baru dalam menerapkan pembelajaran model kooperatif di kelasnya, selain itu pembelajaran kooperatif STAD menekankan pada adanya aktifitas dan interaksi diantara siswa untuk saling memotivasi dan saling membantu dalam menguasai materi pelajaran guna mencapai prestasi yang maksimal.

Kegiatan investigasi/penelitian dalam rangka peningkatan motivasi dan hasil belajar pendidikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya materi lompat jauh gaya jongkok pun belum pernah dilakukan. Bertolak dari hal tersebut saya tertarik untuk melakukan penelitian terhadap “Upaya Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif STAD pada Siswa Kelas IV SDN Batokerbuy 5 Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016”.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Model PTK yang digunakan dalam penelitian ini adalah model dari Kemmis-Mc.Taggart. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tes Praktik/Kinerja Lompat Jauh Gaya Jongkok
2. Angket/ Kuisisioner
3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa statistik deskriptif. Data yang berupa kata-kata/kalimat dari catatan lapangan dan hasil wawancara diolah menjadi kalimat-kalimat yang bermakna dan dianalisis secara statistik deskriptif. Statistik deskriptif akan memberikan

gambaran terhadap gejala – gejala penelitian, untuk menjawab pertanyaan penelitian yang ada (Riyanto,2010:104). Statistik diskriptif adalah menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada siklus pertama peneliti melakukan 2 kali tatap muka selama 4 jam pelajaran, dengan materi pelajaran lompat jauh gaya jongkok. Pertemuan pertama tanggal 5 April 2016 dan kedua tanggal 19 April 2016. Pada siklus pertama diperoleh persentase hasil angket motivasi 36,8% (14 siswa termotivasi) dan 63,6% (24 siswa tidak termotivasi). Untuk hasil tes praktik lompat jauh gaya jongkok diperoleh nilai rata-rata sebesar 74,4 dengan persentase ketuntasan sebesar 32% (12 siswa) dan persentase ketidaktuntasan sebesar 68% (26 siswa).

Pada siklus kedua peneliti melakukan 2 kali pertemuan dan setiap pertemuan selama 4 jam pelajaran, dengan Materi Pelajaran lompat jauh gaya jongkok. Pertemuan pertama tanggal 19 April 2016 dan kedua tanggal 26 April 2016. Pada siklus kedua diperoleh persentase hasil angket motivasi 100% (38 siswa termotivasi). Untuk hasil tes praktik lompat jauh gaya jongkok diperoleh nilai rata-rata sebesar 83,47 dengan persentase ketuntasan sebesar 89% (34 siswa) dan persentase ketidaktuntasan sebesar 11% (4 siswa). Berdasarkan hasil observasi, aktivitas siswa pada siklus penelitian pada proses pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa dari siklus pertama sampai siklus kedua.

Peningkatan motivasi dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa dapat di hitung dari perbedaan rerata nilai siklus pertama dan nilai siklus kedua, baik rerata hasil motivasi belajar maupun rerata hasil belajar siswa. Pada tabel di atas terjadi peningkatan motivasi belajar siswa

sebesar 9,66 yang diperoleh dari pengurangan hasil rata-rata motivasi belajar siklus kedua terhadap siklus pertama ( $82,79 - 73,13 = 9,66$ ) sedangkan peningkatan hasil belajar siswa juga di hitung dari pengurangan rata-rata hasil belajar siklus kedua terhadap siklus pertama ( $83,47 - 74,4 = 9,07$ ). Peningkatan prosentase ketuntasan belajar siklus pertama ke siklus kedua yaitu sebesar 57%, dan dapat di ambil kesimpulan bahwa penerapan model belajar Kooperatif *Student Team Archievement Division* efektif untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV SDN Batokerbuy 5 Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016.

## KESIMPULAN

Dari paparan dan pembahasan hasil penelitian dimuka maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Bahwa penerapan model belajar kooperatif *Student Team Archievement Division* (STAD) efektif untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok pada kelas IV SDN Batokerbuy 5 Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2015/2016.
2. Data analisis motivasi dan hasil belajar siswa secara klasikal pada siklus I dan II didapatkan nilai rata-rata klasikal untuk motivasi belajar siklus I sebesar 73,13, sedangkan siklus II sebesar 82,79 peningkatan nilai rata-rata motivasi belajar siswa siklus I ke siklus II sebesar 9,66. Jumlah siswa yang termotivasi pada siklus I sebanyak 14 siswa, sedangkan pada siklus II sebanyak 38 siswa, terjadi peningkatan jumlah siswa yang termotivasi sebanyak 14 siswa. Sedangkan nilai rata-rata hasil belajar siswa pada siklus I sebesar 74,4, siklus II sebesar 83,47, terjadi peningkatan nilai rata-rata hasil belajar siswa sebesar 9,07. Prosentase hasil motivasi belajar siswa secara klasikal pada siklus I sebesar 36,8%, siklus II sebesar 100%, terjadi peningkatan prosentase motivasi belajar siswa sebesar 63,2 %. Prosentase ketuntasan hasil belajar siswa secara klasikal pada siklus I

sebesar 32%, pada siklus II sebesar 89%, terjadi peningkatan prosentase ketuntasan hasil belajar siswa sebesar 57%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arifin, Zaenal. 2011. *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*. Bandung: PT. REMAJA ROSDAKARYA.
- BSNP. 2006. *Standart Isi Untuk Pendidikan dasar dan menengah*. Jakarta: Badan Standar Nasional Pendidikan.
- Depdiknas. 2003. *Kurikulum Berbasis Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar dan Menengah*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Eka, Putu. 2013. *Implementasi Model Kooperatif (Stad) Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Teknik Lompat Jauh*. (Online). Tersedia: <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=22364&val=1338&title,,diunduh> 11 Mei 2014.
- Haryanto. 2010. *Pengertian Motivasi Belajar*. (Online). Tersedia: <http://belajar psikologi .com/pengertian-motivasi-belajar/>, diunduh 11 Mei 2014.
- Isjoni. 2011. *Cooperative Learning*. Bandung: ALFABETA.
- Rosyidah, Hannatur. 2005. *Pembelajaran Kooperatif Konstruktivistik Untuk Meningkatkan Kerja Ilmiah dan Pemahaman Konsep MakhluK Hidup dan Proses Kehidupannya Pada siswa SMPN 1 Pasuruan*. Skripsi. Tidak dipublikasikan. Malang: MIPA UM.
- Slavin, E Robert. 2005. *Cooperative Learning*. Bandung: Penerbit Nusa Media.
- Trianto. 2011. *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif*. Jakarta: Kencana
- Uno, B. Hamzah. 2012. *Teori Motivasi & Pengukurannya*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Wahid. 2013. *Pengaruh Metode Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Permainan Bola Voli kelas VIII SMPN 2 Punung Pacitan*. Skripsi. Tidak dipublikasikan. Kediri: FKIP UNP KEDIRI.

**UPAYA MENINGKATKAN KECEPATAN LARI *SPRINT* MELALUI  
MEDIA VIDEO COMPACT DISK PADA SISWA KELAS VI SDN  
KADUARA BARAT III KABUPATEN PAMEKASAN  
TAHUN AJARAN 2015/2016**

**Suliwati, S.Pd.**

SDN Kaduara Barat III Kabupaten Pamekasan  
*suliwati@gmail.com*

**Abstrak**

Permasalahan yang dihadapi oleh guru di kelas adalah (1) Apakah penggunaan media VCD dapat meningkatkan kecepatan lari *sprint* siswa kelas VI SDN Kaduara Barat III Kabupaten Pamekasan. (2) Apakah penggunaan media VCD dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada materi lari *sprint* siswa kelas VI SDN Kaduara Barat III Kabupaten Pamekasan. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2015 dengan subjek penelitian siswa kelas VI SDN Kaduara Barat III Kabupaten Pamekasan tahun pelajaran 2014/2015 sebanyak 20 siswa. Teknik pengumpulan data meliputi tes praktik lari *sprint*, lembar observasi siswa selama mengikuti pembelajaran. Teknik analisis data menggunakan deskriptif persentase untuk mengungkap hasil ketuntasan belajar.

Hasil siklus I menunjukkan bahwa 72,4 % siswa mencapai ketuntasan belajar. Hasil siklus II menunjukkan bahwa 93,1 % siswa mencapai ketuntasan belajar. Karena persentase ketuntasan hasil belajar siswa melampaui 80%, penelitian tindakan kelas ini telah mencapai indikator keberhasilan.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah (1) Melalui pembelajaran dengan media video *compact disc* secara bertahap dapat meningkatkan kecepatan lari *sprint* pada siswa kelas VI SD Negeri Ngringin 1 tahun ajaran 2014/2015. (2) Melalui pembelajaran dengan media *video compact disc* dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Saran peneliti meliputi beberapa hal, yaitu: (1) penggunaan media *video compact disc* dapat menjadi alternatif bagi guru penjasorkes untuk diterapkan pada materi lari *sprint*, (2) guru hendaknya mengkondisikan siswa agar dapat mengikuti pembelajaran dengan efektif, dan melakukan pendampingan selama proses pembelajaran.

**Kata kunci:** media video compact disc, Lari *Sprint*.



## PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup sehat, aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Pengalaman belajar yang disajikan akan membantu untuk memahami mengapa manusia bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan yang aman, efisien, dan efektif.

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan tunggal yang cakupannya cukup luas. Upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani, maka di dalam kurikulum pendidikan jasmani diajarkan berbagai macam cabang olahraga. Namun demikian materi yang diajarkan dalam pendidikan jasmani didasarkan pada jenjang pendidikan masing-masing. Ini artinya, materi pendidikan jasmani antara jenjang pendidikan paling bawah (Sekolah Dasar) berbeda dengan Sekolah Menengah Pertama maupun Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Kejuruan (SMK). Sekolah dasar merupakan salah satu fase yang dilalui anak untuk memulai belajar berbagai hal. Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah dasar, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) dan pembiasaan pola hidup sehat, yang dalam pelaksanaannya bukan melalui pengajaran yang konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental intelektual, emosi dan sosial. Menurut Depdiknas (2007: 3-4) dalam Hamdani (2013: 1), "Ruang lingkup mata pelajaran penjas sekolah dasar meliputi aspek-aspek: permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas dan kesehatan".

Salah satu masalah utama yang sering terjadi didalam pembelajaran teknik dasar lari khususnya jarak pendek (lari *sprint*), belum optimalnya siswa dalam melaksanakan teknik dasar lari *sprint*. Pada

proses pembelajaran teknik dasar lari tersebut, terlihat banyak siswa tidak sungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran, siswa bermalasan, dalam melakukan teknik dasar lari siswa terlihat acuh tak acuh, sehingga hasil belajar yang diperoleh kurang maksimal dan memuaskan.

Dalam mengajar lari *sprint*, walaupun gerakan atau latihan yang diberikan sangat mudah, namun perlu langkah pengamanan oleh seorang guru. Hal ini untuk menghindari adanya kesalahan gerak ataupun kecelakaan saat latihan. Sering guru menjumpai anak-anak yang takut melakukan latihan atau salah melakukan gerakan kemudian takut. Kemudian tidak berani melakukan latihan lagi. Akhirnya siswa merasa jenuh, karena lari *sprint* olahraga yang membuat lelah. Akibatnya motivasi dan perhatian siswa pada materi lari *sprint* menjadi berkurang, kecepatan lari *sprint* yang dilakukanpun belum sepenuhnya maksimal. Hal ini juga mengakibatkan hasil belajar siswa menjadi rendah.

Media pembelajaran merupakan bagian penting dalam proses pembelajaran. Menurut Zainal Aqib (2010: 58), media pengajaran diartikan sebagai segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan (*message*), merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan siswa sehingga dapat mendorong proses belajar. Media pembelajaran selain dapat meningkatkan motivasi belajar olah raga juga mampu meningkatkan hasil belajar yang diharapkan. Hasil belajar olah raga yang diharapkan adalah siswa mampu menguasai keterampilan gerak. Selain itu dalam pembelajaran pendidikan jasmanilah murid harus belajar menyadari hubungan antara kegiatan yang teratur dengan timbulnya perasaan nyaman dan sehat.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Model PTK yang digunakan dalam penelitian ini adalah model dari Kemmis-Mc.Taggart. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

2. Lembar Pengamatan Tes Praktik

Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa statistik diskriptif. Data yang berupa kata-kata/kalimat dari catatan lapangan dan hasil wawancara diolah menjadi kalimat-kalimat yang bermakna dan dianalisis secara statistik diskriptif. Statistik deskriptif akan memberikan gambaran terhadap gejala – gejala penelitian, untuk menjawab pertanyaan penelitian yang ada (Riyanto, 2010:104). Statistik diskriptif adalah menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisas. Dalam hal ini peneliti hanya ingin mendeskripsikan penggunaan media *Video Compact Disk* dapat meningkatkan kecepatan lari *sprint* pada siswa Kelas 6 SDN Kaduara Barat III Kabupaten Pamekasan.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada siklus pertama peneliti melakukan 2 kali tatap muka selama 4 jam pelajaran, dengan materi pelajaran lari *sprint*. Pertemuan pertama tanggal 4 April 2016 dan kedua tanggal 11 April 2016. Pada siklus pertama diperoleh nilai rata-rata sebesar 73,55 dengan persentase ketuntasan sebesar 60% (12 siswa) dan persentase ketidaktuntasan sebesar 40% (8 siswa)

Pada siklus kedua peneliti melakukan 2 kali pertemuan dan setiap pertemuan selama 4 jam pelajaran, dengan Materi Pelajaran lari *sprint*. Pertemuan pertama tanggal 18 April 2016 dan kedua tanggal 25 April 2016. Pada siklus kedua diperoleh nilai rata-rata sebesar 82,35 dengan persentase ketuntasan sebesar 95% (19 siswa) dan persentase ketidaktuntasan sebesar 5% (1 siswa). Berdasarkan hasil observasi, aktivitas siswa pada siklus penelitian pada proses pembelajaran lari *sprint*

menunjukkan adanya peningkatan kemampuan siswa dari siklus pertama sampai siklus kedua.

#### Analisis data hasil belajar siswa

No	Keterangan	Siklus 1	Siklus 2	Peningkatan
1	Nilai Rata – rata	73,55	82,35	8,8
2	Jumlah siswa yang tuntas	12	19	7
3	Prosentase ketuntasan	60 %	95 %	35 %

Berdasarkan tabel di atas Peningkatan skor kecepatan lari *sprint* pada akhir siklus II dapat diperoleh dari perbedaan skor rerata Siklus I (73,55) dengan skor kecepatan lari *sprint* pada akhir siklus II (82,35). Peningkatan skor rerata kecepatan lari *sprint* secara keseluruhan (8,8) .

Serta dengan melihat ketuntasan dari awal siklus (60%) sampai siklus 2 (95%) terlihat adanya peningkatan prosentase ketuntasan sebesar 35 %.

Berdasarkan analisis data, diperoleh bahwa proses pembelajaran lari *sprint* dengan menggunakan *video compact disc* mengalami peningkatan. Hasil pada siklus II mengalami peningkatan lebih baik dari siklus I. Adanya peningkatan hasil belajar siswa dipengaruhi oleh adanya peningkatan kecepatan siswa dalam mempelajari materi pelajaran.

## KESIMPULAN

Dari paparan dan pembahasan hasil penelitian di muka maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Bahwa penggunaan media *Video Compact Disk* dapat meningkatkan kecepatan lari *sprint* siswa kelas VI SDN Kaduara Barat III Kabupaten Pamekasan tahun ajaran 2015/2016.
2. Dengan penggunaan media *Video Compact Disk* dapat meningkatkan hasil belajar lari *sprint* pada siswa kelas VI SDN Kaduara Barat III Kabupaten Pamekasan tahun ajaran 2015/2016.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdulah, Arma. 1981. *Olahraga untuk Perguruan Tinggi*, Yogyakarta : Sastra Hudaya
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Asrori, Mohammad. 2012. *Penelitian Tindakan Kelas*, Bandung: Wacana Prima
- Aqib, Zainal. 2010. *Profesionalisme Guru dalam Pembelajaran*, Surabaya : Insan Cendekia
- BNSP. 2007. *Standar Isi Untuk Stuan Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Depdiknas.
- Erminawati. 2009. *Kebugaran dan Kesehatan* , Jakarta: Ricardo
- Hamdani. 2013. *Pengaruh taktis terhadap waktu aktif belajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani*. Skripsi. Bandung: UPI
- Heryana, Dadan dan Giri Verianti. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional
- Kasbolah, Kasihani E.S dan I Wayan Sukarnyana. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*, Malang: UM Press
- Mutaqin, Arfan. 2012. *Mengenal Teknologi*. Bandung: Graha Bandung Kencana
- Rasyid, Harun dan Mansur. 2012 . *Penilaian Hasil Belajar*, Bandung: Wacana Prima
- Riyanto, Yatim. 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan* ,Surabaya : SIC
- Setyawati, Asih. 2012. Peningkatatan Hasil Belajar perkalian dua bilangan melalui teknik sepuluh jari pada siswa kelas II sekolah dasar. *Jurnal Riset Pendidikan*, IV (4) : 367
- Sukidin, Basrowi dan Suranto. 2010. *Manajemen Penelitian Tindakan Kelas*, Surabaya: Insan Cendekia
- Sumiati dan Asra. 2012. *Metode Pembelajaran*, Bandung: Wacana Prima
- Suroso. 2010. *Smart Brain Metode Menghafal Cepat dan Meningkatkan Ketajaman Memori*, Surabaya: SIC

Susilana, Rudi dan Cepi Riyana. 2012. *Media Pembelajaran*, Bandung: Wacana Prima

Syah, Muhibbin. 2006. *Psikologi Belajar*, Jakarta : Raja Grafindo Persada

# PENINGKATAN KETERAMPILAN MEMBERI UMPAN BALIK GURU PENDIDIKAN JASMANI DAN KESEHATAN KECAMATAN TAMAN KABUPATEN SIDOARJO

**Muhammad Yanuar Rizky, M.Pd.**

**Irwan Setiawan, M.Pd.**

Penjaskesrek Universitas Nusantara PGRI Kediri  
*yanuar.rizky17@gmail.com, irwancool89@gmail.com*

## **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tindakan pendampingan yang mampu meningkatkan keterampilan mengajar terutama pada aspek memberi umpan balik guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Taman kabupaten sidoarjo setelah diberikan pendampingan. Jenis penelitian ini merupakan penelitian tindakan (*action reseach*). Tindakan dalam penelitian ini yaitu, 1. Pemberian tayangan video keterampilan memberi umpan balik pada data primer, 2. Pendampingan perekaman dan diskusi hasil dilapangan, 3. Refleksi. Subjek dari penelitian ini ada 4 Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SDN di Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo. Data hasil dari penelitian yang diperoleh dari nilai keterampilan memberi umpan balik pada 4 guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yaitu: (1) SDN Sepanjang I sebelumnya mendapatkan nilai 2 menjadi 5, (2) SDN Ketegan I sebelumnya mendapatkan nilai 2 menjadi 5, (3) SDN Trosobo I sebelumnya mendapatkan nilai 0 menjadi 2, (4) SDN Kramat Jegu II sebelumnya mendapatkan nilai 0 menjadi 2. Rata-rata *pre-test* 1 dan rata-rata *post-test* 3.5. Berdasarkan perhitungan statistik diketahui bahwa nilai  $8.70 > 2.35$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara *pre-test* dan *post-test*, dimana nilai *pre-test* lebih rendah dibandingkan dengan nilai *post-test*.

**Kata Kunci:** Keterampilan Memberi Umpan Balik, Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Tindakan Pendampingan.

## **PENDAHULUAN**

Setiap guru pasti menginginkan pengajaran yang efektif dan mudah dipahami oleh peserta didik, begitu pula orang tua tentunya ingin anaknya sebagai peserta didik mendapatkan pendidikan yang layak dan berkompeten baik dari segi intelektual maupun sikap. Maka dalam dunia pendidikan pemerintah selalu merencanakan, merancang dan mengimplementasi kurikulum untuk mempermudah tenaga pendidik dalam keterampilan mengajar sehingga anak bangsa mendapatkan pengajaran yang maksimal dan tidak ada perbedaan dari setiap daerah dengan kompetensi pengajaran yang berbeda. Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) tentunya mempunyai karakteristik yang berbeda dengan mata pelajaran lainnya dan ini membawa konsekuensi pada perbedaan dalam proses pembelajarannya. Terlampir pada Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor : 22 Tahun 2006 Tanggal 23 Mei 2006 yang menyatakan kelompok mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SD/MI/SDLB dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta menanamkan sportivitas dan kesadaran hidup sehat.

Maka untuk penilaian hasil belajar guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat dinyatakan berhasil yaitu dapat menguasai banyak aspek keterampilan mengajar yang salah satu keterampilan mengajar memberikan umpan balik (pengakuan kebenaran/koreksi) ke seluruh siswa dan secara variatif. Pada saat siswa sudah mampu melaksanakan tugas gerak dan memiliki pemahaman tentang apa yang sudah dilakukannya, maka pada saat itu guru tidak harus memberikan tantangan, sebab siswa telah belajar sesuatu yang sesuai dengan tujuan dan harapan guru. Sebagai penggantinya, pada saat itu guru dapat memberikan umpan balik yaitu sebagai salah satu upaya mengobservasi siswa berkaitan dengan bagaimana guru melakukan aktivitas serta apa yang harus dilakukan guru untuk meningkatkan kemampuan siswa itu



(Suherman, 1998: 124). Dalam penerapannya guru masih kurang dalam hal 12 keterampilan mengajar terutama pada aspek memberi umpan balik ada beberapa indikator yang tidak muncul seperti bersikap segera, singkat dalam memberikan kalimat, spesifik/khusus sesuai materi, keseluruhan siswa, dan variatif. Hal ini juga diperkuat dengan hasil data primer analisis keterampilan mengajar pada aspek memberi umpan balik nilai 0 = 3 guru, nilai 1 = 0 guru, nilai 2 = 4 guru, nilai 3 = 17 guru, nilai 4 = 6 guru, nilai 5 = 2 guru (Suroto dan Khory, 2013). Dari lima indikator, banyak guru yang melaksanakan dengan baik, tetapi ada sebagian guru yang belum memiliki nilai ketercapaian dengan baik.

Pertanyaan mendasar dari masalah ini adalah Bagaimana metode dalam meningkatkan Keterampilan Memberi Umpan Balik Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Karena pembelajaran siswa menjadi Aktif, Kreatif, Inovatif, Efektif dan Menyenangkan (PAIKEM) dan untuk keterampilan mengajar guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga dapat menjadi tren positif untuk siswa sehingga berlomba lomba untuk menjadi yang terbaik dalam pelaksanaan proses pembelajaran.

### **Hakikat Keterampilan Mengajar**

Dalam proses belajar-mengajar yang diperhatikan guru pertama kali adalah siswa yang memiliki tujuan, bagaimana keadaan dan kemampuannya. Guru harus mengetahui keadaan dan kemampuan siswa, guru pun dapat menempatkan dirinya sesuai keadaan siswa tersebut dalam mengajar, sehingga siswa dapat menerima pembelajaran dari guru dengan baik. Guru adalah salah satu komponen manusiawi dalam proses belajar-mengajar, yang ikut berperan dalam usaha pembentukan sumber daya manusia yang potensial dibidang pembangunan. Oleh karena itu, pendidik atau guru yang menjadi tokoh, panutan, dan identifikasi bagi para peserta didik dan lingkungannya

merupakan salah satu komponen dalam pendidikan yang harus dapat menjalankan tugasnya dengan profesional. Salah satunya yaitu memiliki keterampilan dalam mengajar. Menurut Rusman (2012) dalam bukunya model-model pembelajaran, bahwa Keterampilan Dasar Guru Dalam Mengajar (*Teaching Skills*), “Merupakan suatu karakteristik umum dari seseorang yang berhubungan dengan pengetahuan dan keterampilan yang diwujudkan melalui tindakan.” Keterampilan dasar mengajar pada dasarnya adalah berupa bentuk-bentuk perilaku yang bersifat mendasar dan khusus yang harus dimiliki oleh seorang guru sebagai modal awal untuk melaksanakan tugas-tugas pembelajarannya secara terencana dan profesional dalam mengajar dan merupakan salah satu jenis keterampilan yang harus dikuasai oleh guru. Baik motorik, maupun fungsi mental yang bersifat kognitif. Konotasinya pun luas sehingga sampai pada mempengaruhi atau mendayagunakan orang lain secara tepat juga dianggap orang yang terampil.

#### **Keterampilan Memberi umpan balik**

Dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani, Suherman (1998) mengemukakan, “Umpan balik yaitu guru mengobservasi siswa secara individu dan menilai bagaimana siswa melakukan aktivitas serta apa yang harus dilakukan guru untuk meningkatkan kemampuan siswa itu.” Sedangkan menurut Apruebo (2005) lebih menekankan kepada aktivitas latihan berkenaan dengan informasi dari pelatih terkait dengan tingkat *motor skill* atau penampilan atletnya sebagai dasar dalam mengembangkan penampilan atlet.

Kimm and Swanwick, (2009) menjelaskan tentang pengertian dan pengaruh umpan balik dalam pembelajaran dan aktivitas latihan yaitu, “*Feedback is a vital part of education and training which, if carried out well, helps motivate and develop learners, knowledge, skills and behaviours.*” Umpan balik dapat menjadi pedoman guru dan pelatih dalam meningkatkan profesionalisme dalam mengajar dan melatih sehingga dapat saling memberikan pemahaman dari segi pengetahuan, tingkah

laku, dan nilai-nilai afektif siswa dan atlet. Kemudian umpan balik juga dapat memberikan dampak penguatan yang memiliki pengaruh besar terhadap pengembangan prestasi belajar yang dikutip pada jurnal *research review of educational* yaitu :

*“Feedback is one of the most powerful influences on learning and achievement, but this impact can be either positive or negative.”*(Hattie and Timperley, 2007: 81)

### **Hakikat Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Departemen Pendidikan Nasional melalui Dasar Standarisasi Profesi Guru dan Konseling mencantumkan bahwa, Guru pendidikan jasmani merupakan tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran pendidikan jasmani. Menilai hasil pembelajaran pendidikan jasmani, melakukan pembimbingan dan pelatihan, serta melakukan penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat, terutama bagi guru pendidikan jasmani.

Departemen Pendidikan Nasional tahun 2004 tentang Dasar Standarisasi Profesi Guru dan Konseling menyebutkan, Profesi guru adalah profesi yang mulia, karena setiap orang menjadi pandai adalah karena guru, orang bisa jadi presiden juga karena guru, para pemimpin besar, para pengusaha besar juga tidak akan dapat melupakan jasa guru. Tapi adilkah? Jika pada saat prestasi belajar siswa rendah, apakah guru yang dipersalahkan? Ironisnya, kegagalan pendidikan pada skala makro juga dibebankan kepada guru, Bijakkah? menyalahkan guru sebagai penyebab kegagalan pendidikan. Untuk memahami permasalahan pengajaran dan pendidikan diperlukan pemahaman yang mendalam baik dari segi kerangka makro maupun kerangka mikro dari pengajaran tersebut. Keberadaan guru dalam kehidupan setiap orang untuk mengenal dunia sangat diperlukan termasuk guru pendidikan jasmani untuk mengenal dunia olahraga baik olahraga masyarakat, olahraga rekreasi maupun olahraga prestasi sangat diperlukan. Oleh karena itu, tanpa guru pendidikan jasmani yang profesional, tidak akan muncul olahragawan-

olahragawan yang handal, yang bermoral menghargai kemenangan dan menerima kekalahan, serta untuk membangun Bangsa dan Negara dimasa datang sesuai dengan tuntutan globalisasi. Semua orang pasti mengakui jasa seorang guru, walaupun hanya di dalam hati. Tetapi mengapa, penghargaan terhadap guru berbeda dengan penghargaan terhadap profesi lain. Hal ini mengakibatkan profesi guru termasuk guru pendidikan jasmani yang dulu merupakan profesi yang paling bergengsi serta menjadi dambaan bagi setiap orang. Kini menjadi profesi yang kurang diminati dan dihargai dibanding dengan profesi lainnya. Orang tua akan sangat bangga jika anaknya menjadi seorang dokter, insinyur, desainer, pengusaha, atau profesi lainnya dibanding menjadi seorang guru dalam hal ini guru pendidikan jasmani.

### **Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Menurut Sudijandoko (2010) bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perseorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta keperibadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila. Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan. Departemen pendidikan nasional tahun 2006. tentang Standar Isi, Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial dan moral.

## **Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada peraturan Menteri Pendidikan nasional RI Standar Kompetensi mata pelajaran Tingkat SD/MI nomer 23 tahun 2006 adalah sebagai berikut:

- a. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih;
- b. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik;
- c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar;
- d. Meletakkan landasar karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan;
- e. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis;
- f. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan;
- g. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dilingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Dapat disimpulkan bahwa, tujuan pendidikan jasmani merupakan wahana untuk mencapai tujuan yaitu untuk mencapai manusia seutuhnya baik jasmani maupun rohani. Maka bukan hanya fisik atau jasmani saja yang dikembangkan tetapi, perkembangan kognitif, afektif dan sosial juga memiliki komposisi yang sama dan saling menunjang satu sama lainnya.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **1. SDN Sepanjang I**

Hasil Keterampilan Mengajar Guru SDN Sepanjang I

No	KETERAMPILAN YANG DINILAI	NILAI	
		SEBELUM	SESUDAH
1.	Menyiapkan Pembelajaran	0	2
2.	Membuka Pembelajaran (presensi, lingkup materi, apersepsi, tujuan (KAP))	4	5
3.	Mengelola waktu dan Arena Pembelajaran	1	2
4.	Mengelola Pemanasan dan Pendinginan	2	4
5.	Menempatkan diri (Memposisikan diri di arena pembelajaran)	5	5
6.	Membuat Perintah	3	5
7.	Memonitor Perintah	1	4
8.	Memberi Umpan Balik (Pengakuan kebenaran/koreksi)	2	5
9.	Mencatat Kemanjuaan Belajar Siswa	0	5
10.	Bertanya/Refleksi/Menggali Pengalaman Belajar Siswa	5	5
11.	Menutup Pembelajaran (Apresiasi, tindak lanjut pertemuan, pembiasaan)	2	3
12.	Mengevaluasi Diri	0	0
KETERANGAN NILAI		25:10 = 2,5 (Cukup)	45:10 = 4,5 (Baik)

## 2. SDN Ketegan I

Hasil Keterampilan Mengajar Guru SDN Ketegan I			
No	KETERAMPILAN YANG DINILAI	NILAI	
		SEBELUM	SESUDAH
1.	Menyiapkan Pembelajaran	0	2
2.	Membuka Pembelajaran (presensi, lingkup materi, apersepsi, tujuan (KAP))	5	5
3.	Mengelola waktu dan Arena Pembelajaran	2	3
4.	Mengelola Pemanasan dan Pendinginan	3	5
5.	Menempatkan diri (Memposisikan diri di arena pembelajaran)	4	5
6.	Membuat Perintah	4	5
7.	Memonitor Perintah	2	3
8.	Memberi Umpan Balik (Pengakuan kebenaran/koreksi)	2	5
9.	Mencatat Kemanjuaan Belajar Siswa	0	4
10.	Bertanya/Refleksi/Menggali Pengalaman Belajar Siswa	5	4
11.	Menutup Pembelajaran (Apresiasi, tindak lanjut pertemuan, pembiasaan)	2	4
12.	Mengevaluasi Diri	0	0
KETERANGAN NILAI		29:10 = 2,9 (Cukup)	45:10 = 4,5 (Baik)

### 3. SDN Trosobo I

Hasil Keterampilan Mengajar Guru SDN Trosobo I			
No	KETERAMPILAN YANG DINILAI	NILAI	
		SEBELUM	SESUDAH
1.	Menyiapkan Pembelajaran	0	1
2.	Membuaka Pembelajaran (presensi, lingkup materi, apersepsi, tujuan (KAP)	2	3
3.	Mengelola waktu dan Arena Pembelajaran	3	1
4.	Mengelola Pemanasan dan Pendinginan	3	4
5.	Menempatkan diri (Memposisikan diri di arena pembelajaran)	4	3
6.	Membuat Perintah	3	5
7.	Memonitor Perintah	2	4
8.	Memberi Umpan Balik (Pengakuan kebenaran/koreksi)	0	2
9.	Mencatat Kemanjuan Belajar Siswa	0	1
10.	Bertanya/Refleksi/Menggali Pengalaman Belajar Siswa	3	0
11.	Menutup Pembelajaran (Apresiasi, tindak lanjut pertemuan, pembiasaan)	1	3
12.	Mengevaluasi Diri	0	0
KETERANGAN NILAI		21:10 = 2,1 (Cukup)	27: 10 =2,7 (Cukup)

#### 4. SDN Kramat Jegu II

No		KETERAMPILAN YANG DINILAI		NILAI	
				SEBELUM	SESUDAH
1.	Menyiapkan Pembelajaran	0	0		
2.	Membuka Pembelajaran (presensi, lingkup materi, apersepsi, tujuan (KAP))	1	3		
3.	Mengelola waktu dan Arena Pembelajaran	1	1		
4.	Mengelola Pemanasan dan Pendinginan	3	5		
5.	Menempatkan diri (Memposisikan diri di arena pembelajaran)	4	5		
6.	Membuat Perintah	3	3		
7.	Memonitor Perintah	2	4		
8.	Memberi Umpan Balik (Pengakuan kebenaran/koreksi)	0	2		
9.	Mencatat Kemanjuan Belajar Siswa	0	3		
10.	Bertanya/Refleksi/Menggali Pengalaman Belajar Siswa	4	0		
11.	Menutup Pembelajaran (Apresiasi, tindak lanjut pertemuan, pembiasaan)	1	3		
12.	Mengevaluasi Diri	0	1		
		19:10 =	30:10 =		
KETERANGAN NILAI		1,9	3,0		
		(Kurang)	(Cukup)		



Hasil Peningkatan Keterampilan Mengajar Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan

No	Nama	Nilai	
		Sebelum	Sesudah
1	AR	2,5	4,5
2	K	2,9	4,5
3	D	2,1	2,7
4	PR	1,9	3,0

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dalam keterampilan mengajar keseluruhan dari 4 guru, dan seluruhnya mengalami peningkatan. Selanjutnya untuk peningkatan keterampilan memberi umpan balik pembelajaran akan dijelaskan pada tabel 4.8 di bawah ini :

Hasil Peningkatan Keterampilan Pembelajaran Memberi Umpan Balik Mengajar Guru Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan

No	Nama	Nilai	
		Sebelum	Sesudah
1	AR	2	5
2	K	2	5
3	D	0	2
4	PR	0	2

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dalam keterampilan mengajar aspek Memberi umpan balik pembelajaran guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat dikatakan meningkat yang semula 0 dan 2 menjadi 2 dan 5.

Peneliti juga menggunakan angket FCE untuk mengetahui efektifitas pembelajaran dari sudut pandang siswa terhadap keterampilan mengajar Guru. Pertanyaan nomor 1, 2 dan 3 adalah komponen hasil,

pertanyaan nomor 4 dan 5 adalah komponen kemauan, pertanyaan nomor 6 dan 7 adalah komponen metode, pertanyaan nomor 8 dan 9 adalah komponen kerjasama. Tabel 4.9 dan tabel 4.10 Berikut ini adalah hasil dari *pre-test* dan *post-test* tentang angket komponen hasil, metode, kemauan dan kerjasama, yaitu tabel di bawah ini:

*Formative Class Evaluation Pre-test*

No	Nama Guru	Butir Pertanyaan									Total
		Hasil			Kemauan		Metode		Kerjasama		
		F-1	F-2	F-3	F-4	F-5	F-6	F-7	F-8	F-9	
1	AR	2,70	2,75	2,65	2,65	2,55	2,50	2,50	2,50	2,55	2,59
2	K	2,93	2,83	2,72	2,90	2,97	2,86	2,90	3,00	2,79	2,87
3	D	2,53	2,47	2,53	2,82	2,65	2,41	2,94	2,88	2,76	2,67
4	PR	2,96	2,78	2,78	2,89	2,87	2,46	2,83	2,78	2,87	2,80

*Formative Class Evaluation Post-test*

No	Nama Guru	Butir Pertanyaan									Total
		Hasil			Kemauan		Metode		Kerjasama		
		F-1	F-2	F-3	F-4	F-5	F-6	F-7	F-8	F-9	
1	AR	2,56	2,89	2,83	2,94	2,83	2,39	2,78	3,00	2,94	2,80
2	K	3,00	2,73	2,87	2,97	3,00	2,90	2,87	2,93	2,93	2,91
3	D	2,88	2,53	2,94	2,88	2,94	2,82	3,00	2,88	2,88	2,86
4	PR	2,78	2,78	2,89	2,89	2,93	2,67	2,85	2,85	2,91	2,84

Di bawah ini juga akan menjelaskan tentang perbandingan nilai efektivitas pembelajaran *Pre-test* dan *Post-test* melalui angket FCE siswa :

Perbandingan Nilai Efektivitas Pembelajaran *Pre-test* dan *Post-test*  
Berdasarkan Persepsi Siswa melalui Angket FCE

Komponen	<i>Pre-test</i>			<i>Post-test</i>		
	Rata-rata	Nilai	Kategori	Rata-rata	Nilai	Kategori
Hasil	2,71	4	Baik	2,86	5	Baik Sekali
Kemauan	2,72	5	Baik Sekali	2,90	5	Baik Sekali
Metode	2,50	4	Baik	2,72	5	Baik Sekali
Kerjasama	2,53	5	Baik Sekali	2,97	5	Baik Sekali
<b>Nilai Akhir</b>	<b>2,62</b>	<b>4</b>	<b>Baik</b>	<b>2,86</b>	<b>5</b>	<b>Baik Sekali</b>

Berdasarkan tabel di atas diperoleh pengertian dan perbandingan bahwa efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga oleh 4

guru saat *pre-test* dan *post-test* dari empat komponen. Pada saat *pre-test* dari empat komponen 2 komponen berada dalam kategori Baik dan 2 komponen dalam kategori Baik Sekali. Berdasarkan komponen hasil memperoleh rata-rata 2,71 dan Nilai 4 masuk dalam kategori Baik, komponen kemauan memperoleh rata-rata 2,72 dan Nilai 5 masuk dalam kategori Baik Sekali, komponen metode memperoleh rata-rata 2,50 dan Nilai 4 masuk dalam kategori Baik, komponen kerjasama memperoleh rata-rata 2,53 dan Nilai 5 masuk dalam kategori Baik Sekali. Selanjutnya dari hasil analisis setiap komponen diambil kesimpulan dengan mengambil nilai rata-rata dari empat komponen di atas. Sehingga mendapatkan rata-rata nilai akhir sebesar 2,62 dan Mendapatkan nilai 4 masuk dalam kategori Baik.

Sedangkan efektivitas pembelajaran pada saat *post-test* dari 4 komponen berada dalam kategori Baik Sekali. Berdasarkan komponen hasil memperoleh rata-rata 2,86 dan Nilai 5 masuk dalam kategori Baik Sekali, komponen kemauan memperoleh rata-rata 2,90 dan Nilai 5 masuk dalam kategori Baik Sekali, komponen metode memperoleh rata-rata 2,72 dan Nilai 5 masuk dalam kategori Baik Sekali, komponen kerjasama memperoleh rata-rata 2,97 dan Nilai 5 masuk dalam kategori Baik Sekali. Selanjutnya dari hasil analisis setiap komponen diambil kesimpulan dengan mengambil nilai rata-rata dari empat komponen di atas. Sehingga mendapatkan rata-rata nilai akhir sebesar 2,86 dan Mendapatkan nilai 5 masuk dalam kategori Baik Sekali.

### **Tindakan yang Dilakukan**

Tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pendampingan pemerintah melalui petunjuk teknis (Juknis), sesuai dengan penegasan MENDIKBUD juknis pada kurikulum 2013 mendefinisikan bahwa pendampingan adalah proses bantuan pemberian penguatan pelaksanaan kurikulum yang diberikan pendamping kepada pendidik pada satuan pendidikan. Model pendampingan pemerintah pada panduan teknis pendampingan kurikulum 2013 di Sekolah Dasar yaitu sesuai dengan

metode yang peneliti berikan kepada yang akan diteliti (Guru), Pendampingan IN-1 pemberian lembaran ketersediaan pendidik (Guru), ON-1 refleksi dan menilai peningkatan keterampilan mengajar melalui angket Guru 12 komponen keterampilan mengajar dengan 60 aspek deskripsi, IN-2 melakukan PBM untuk memperkuat pemahaman konsep dan penguasaan RPP sesuai dengan pelaksanaan kurikulum, ON-2 mendiskusikan proses pembelajaran dan evaluasi hasil analisis video PBM, IN-3 laporan hasil kegiatan pendampingan dan pemberian video PBM untuk bahan evaluasi dan penguatan proses pendidik (Guru) pada saat pengajaran.

## **KESIMPULAN**

Metode untuk meningkatkan keterampilan memberi umpan balik pembelajaran melalui observasi pada data primer, menyesuaikan waktu untuk bertemu, memberikan pendampingan dengan pemutaran video pengajaran guru, perekaman proses belajar mengajar dengan menekankan keterampilan mengajar memberi umpan balik (pengakuan kebenaran/koreksi) serta diskusi bersama hasil penilaian keterampilan mengajar guru setelah melaksanakan proses belajar mengajar serta peningkatan keterampilan mengajar guru terutama memberi umpan balik tidak hanya dari pendampingan, perekaman video dan hasil penilaian keterampilan mengajar guru saja, tetapi adanya evaluasi diri serta menerima kritik dan saran yang membangun dari pihak lain yang berkompeten.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Apruebo, Roxel A. 2005. *Sport Psychology*. Manila: UST Publishing House.
- Firmansyah, H. 2009. *Pengaruh Gaya Mengajar dan Umpan Balik Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Senam*. PORTAL JURNAL UPI. Volume 5, Nomer 1, 2011.
- Hamalik, Oemar. 2003. *Pendidikan Guru Berdasarkan Pendekatan Kompetensi*. Jakarta: Bumi Aksara, 2003.

- Hattie, J, and Timperley, H. 2007. *Review of Educational Research*. University of Auckland March 2007, Vol. 77, No. 1, pp. 81–112.
- Irwan. D, Zoeraini 2005. *Sertifikasi dan Lisensi Dosen Profesional*. Bandung: IKA FIP Se-Indonesia, 2005 Harsuki, *Profesi Olahraga di Indonesia* Surabaya: ISORI, 1987 *Ikatan Sarjana Olahraga Indonesia*, Dokumen tentang *Professionalisme Olahraga Indonesia* Jakarta: Dep P dan K, 1983.
- Kimm and Swanwick. 2009. *Clinical Teaching Made Easy*. British Journal of Hospital Medicine, March 2009, Vol 70, No 3.
- Kristiyandaru, A. 2010. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodelogi Penelitian dalam Olahraga*. Penerbit: Unesa University Press.
- Rusman. 2012. *Model-Model Pembelajaran*. Jakarta : PT.Raja Grafindo persada, 2012.
- Sudijandoko, Andun. 2010. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani yang Efektif dan Berkualitas*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 7, Nomor 1, 2010.
- Suherman, A. 1998. *Revitalisasi Ketelantaran Pengajaran dalam Pendidikan Jasmani*, IKIP Bandung Press.
- Suroto dan Khory, D.F. 2013. *Peningkatan Keterampilan Mengelola Pembelajaran Aktif melalui Pendekatan Lesson Study* (Studi pada Guru Penjasorkes SDN di Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo). (laporan akhir) Surabaya : LPPM Unesa.
- Vishwanath Bite and Madhuri Bite. 2012. *The Criterion : Managerial Skill for Teacher*. An International Jurnal in English. Vol. III, Issue III September 2012.

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN DRIBBLE BOLA DALAM  
PERMAINAN SEPAK BOLA DENGAN METODE *STUDENT TEAMS  
ACHIEVEMENT DIVISION* PADA SISWA KELAS IV DAN V SDN  
BLUMBUNGAN 1 PAMEKASAN TAHUN AJARAN 2015-2016**

**Sadik, S.Pd.**

SDN Blumbungan 1 Pamekasan  
*sadik02@gmail.com*

**Abstrak**

Masalah yang akan diungkap di penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan pembelajaran metode Student Teams Achievement Division dalam keterampilan dribbling bola pada permainan sepak bola dan dilandasi teori-teori yang ada hubungannya dengan permasalahan.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini : Siswa kelas IV dan V SDN Blumbungan 1 Pamekasan tahun ajaran 2015-2016, pengambilan sampel adalah total populasi sebanyak 30 siswa sesuai dengan jumlah siswa dalam kelas tersebut. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes praktek dribling lurus dan dribling zig – zag, serta menggunakan angket. Untuk teknik analisis data disini penulis menggunakan analisis diskriptif kualitatif yaitu menggunakan tingkat keberhasilan atau mengetahui tingkat keberhasilan siswa dengan memberi evaluasi dengan tes praktek. Dengan penghitungan jumlah nilai yang diperoleh siswa dibagi dengan jumlah siswa untuk mengetahui rata – rata kelas, sedangkan untuk mengetahui tingkat keberhasilan kelas menggunakan cara jumlah siswa yang tuntas belajar dibagi dengan jumlah siswa dikali 100. Dengan acuan siswa yang mendapat nilai  $\geq 72$  dianggap tuntas sedangkan  $< 70$  belum tuntas.

Hasil dari pengujian tersebut dalam siklus pertama hanya 19 siswa atau 63,33% siswa yang tuntas. Sedangkan pada siklus ke 2 mencapai 25 siswa atau 83,33% siswa yang tuntas.

Simpulan : Dari metode STAD yang digunakan pembelajaran dribel bola dianggap efektif karena dapat memotifasi serta meningkatkan hasil belajar. Saran untuk memperoleh hasil yang baik adalah dengan kreatifitas pengajar dan metode yang menarik seperti pengelompokan siswa yang sama.

**Kata kunci:** ketrampilan dribling bola sepak bola, keefektifan belajar metode STAD.

## PENDAHULUAN

Olahraga dalam kehidupan sehari-hari adalah kegiatan yang cukup menyenangkan untuk dilakukan oleh sejumlah kalangan. Sepak bola merupakan salah satu olahraga yang paling digemari. Hampir dipastikan masyarakat dunia mengenal olahraga sepakbola. Hanya sebagian tidak menggemari atau memainkannya, minimal mereka mengetahui keberadaan olahraga ini. Jadi, sepak bola adalah olahraga yang paling populer. Semua kalangan baik muda maupun tua tanpa membedakan laki-laki dan perempuan menggemari olahraga ini.

Salah satu kunci sukses pembinaan sepakbola usia muda adalah diterapkannya *Total Training Method*: Program ini merupakan kombinasi dari berbagai bagian yang dibutuhkan untuk membentuk performa dan fisik pemain yang baik tanpa membahayakan kesehatan. Bagian – bagian dalam program ini adalah: Perencanaan dan manajemen, kontrol medis, kebiasaan, nutrisi makanan, adaptasi terhadap program latihan, psikologis, teknis dan prinsip pembentukan fisik.

Keterampilan-keterampilan dalam sepak bola meliputi *dribbling* (menggiring), *juggling* (menimang bola), *passing* (mengoper), *trapping/control* (menghentikan bola), *throw-in* (lemparan ke dalam), *heading* (menyundul bola), *shooting* (menembak), merebut bola, gerak tipu dengan bola, teknik-teknik khusus penjaga gawang, melompat dan meloncat.

Teknik-teknik sepakbola tersebut akan lebih menjadi maksimal, terutama apabila menggunakan model pembelajaran kreatif dengan *Metode Student Teams Achievement Division (STAD)*. *Student Teams Achievement Division (STAD)* merupakan salah satu metode atau pendekatan dalam pembelajaran kooperatif yang sederhana dan baik untuk guru yang baru mulai menggunakan pendekatan kooperatif dalam kelas, STAD juga merupakan suatu metode pembelajaran kooperatif yang efektif.

Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan di atas penulis tertarik mengangkat judul “Upaya Meningkatkan keterampilan *dribble* bola dalam permainan sepak bola dengan metode *Student Teams Achievement Division* di Kleas XII SMA Katolik Santo Augustinus Kediri Tahun Ajaran 2014-2015”.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Model PTK yang digunakan dalam penelitian ini adalah model dari Kemmis-Mc.Taggart. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

4. Tes Praktik/Kinerja Dribble dalam sepak bola.
5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa statistik deskriptif. Data yang berupa kata-kata/kalimat dari catatan lapangan dan hasil wawancara diolah menjadi kalimat-kalimat yang bermakna dan dianalisis secara statistik deskriptif. Statistik deskriptif akan memberikan gambaran terhadap gejala – gejala penelitian, untuk menjawab pertanyaan penelitian yang ada (Riyanto,2010:104). Statistik deskriptif adalah menganalisa data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Tabel Hasil Postes Siklus 1**

No	Kategori	Jumlah	Prosentase
1	Tuntas	19	63,33%
2	Tidak tuntas	11	36,66%
	Jumlah	30	100%

Berdasarkan hasil dari tes yang diperoleh pada siklus 1 tingkat ketuntasan nya meningkat bila dibandingkan dengan hasil pretes



sebelumnya yaitu siswa yang tuntas 19 orang atau 63,33% sedangkan siswa yang tidak tuntas 11 orang atau 33,66%. Namun tingkat ketuntasan belajar secara klasikal belum mencapai 80 % dari keseluruhan siswa.

### **Hasil Observasi Keaktifan Siswa**

Dari hasil observasi yang dilakukan pada siklus I ini keaktifan, partisipasi siswa cukup baik, hal ini terlihat pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung secara klasikal antusias siswa dalam merespon pembelajaran sangat baik. Pada tahap siklus ini guru memberikan materi pembelajaran tentang dribble dengan teknik yang sederhana dengan memakai bola sepak berukuran 4, dengan bola yang lebih ringan ini sangat membantu siswa berlatih mendribble.

### **Hasil Angket**

Hasil angket yang diberikan siswa dapat ditanggapi secara positif terbukti hasil angket secara klasikal mencapai 79% siswa merespon dengan baik dan antusias dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar dribble dengan pendekatan metode STAD.

### **Tabel Hasil *Post-test* Siklus II**

No	Kategori	Jumlah	Prosentase
1	Tuntas	25	83,33%
2	Tidak tuntas	5	16,66%
	Jumlah	30	100%

Dilihat dari table diatas menunjukkan bahwa kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan pada siklus II siswa yang tuntas lebih tinggi dibandingkan pada siklus I adapun hasilnya sebagai berikut: siswa tuntas 25 orang atau 83.33%, siswa yang tidak tuntas 5 orang atau 16.66%.

## Hasil Observasi Keaktifan Siswa

Pada kegiatan belajar mengajar pada siklus II ini keaktifan siswa dalam melakukan kegiatan praktek meningkat bila dibandingkan pada siklus I, baik secara klasikal maupun secara individu. Tidak hanya praktek saja akan tetapi keaktifan yang lain juga meningkat seperti: perhatian tentang penjelasan materi, sikap kerjasama serta tanggung jawab terhadap tugas-tugas yang diberikan oleh guru.

## Hasil Angket Tanggapan Siswa

Pada kegiatan belajar mengajar pada siklus II juga mengadakan isian angket pada siswa terhadap pembelajaran keterampilan kelincahan dan kecepatan dribble dalam sepak bola. Dilihat dari hasil angket keberhasilan pada siswa nampak baik pada segi psikomotor maupun segi afektif dan kognitifnya.

## KESIMPULAN

Dari paparan dan pembahasan hasil penelitian di muka maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Pembelajaran dengan metode STAD memiliki dampak positif dalam meningkatkan keterampilan *dribble* bola pada siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu siklus I (63,33%), Siklus II ( 83,33%).
2. Penerapan metode pembelajaran metode STAD mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan pengetahuan keterampilan *dribble* bola yang ditunjukkan dengan rata-rata jawaban siswa yang menyatakan bahwa siswa tertarik dan berminat dengan metode pembelajaran metode STAD sehingga mereka menjadi termotivasi untuk belajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Mielke. Danny. 2010. *Dasar – dasar sepak bola*. Cara yang lebih baik mempelajarinya
- Lixbacher. Yosep A. 1997. *Sepak bola Taktik dan teknik bermain*. Jakarta : PT. Raja Gratindo
- D. Jarwoko. 2010. *Dasar dasar sepak bola*
- Sukatamsi. 1984. *Teknik dasar sepak bola*
- Joko Hartono dalam [andreekatkj2.wordpress.com](http://andreekatkj2.wordpress.com)  
[gawira.wordpress.com](http://gawira.wordpress.com)ada 3 latihan fisik untuk pemain sepakbola
- Slavin. 2008. [jurnalbidandiah.blogspot.com](http://jurnalbidandiah.blogspot.com) ciri-ciri pembelajaran kooperatif.

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SERVIS ATAS  
PERMAINAN BOLA VOLI DENGAN PENDEKATAN BERMAIN PADA  
SISWA KELAS VI SDN BATOKERBUY 2 TAHUN AJARAN 2015/2016**

**Sanur, S.Pd.**

SDN Batokerbuy 2 Pamekasan  
*sanur02@gmail.com*

**Abstrak**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh siswa yang sedang dalam taraf belajar teknik dasar bola voli, sehingga hasil belajar yang diperoleh masih kurang. Pendekatan pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa adalah pendekatan bermain.

Permasalahan penelitian ini adalah (1) Bagaimana penggunaan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar servis atas permainan bola voli siswa kelas VI SDN Batokerbuy 2 tahun ajaran 2015/2016?

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan subyek penelitian siswa kelas VI SDN Pamekasan. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, menggunakan instrumen berupa Silabus, RPP, dan lembar penilaian praktik.

Dari penelitian yang dilakukan ada peningkatan nilai rata-rata dari siklus I ke siklus II sebesar 10 dan peningkatan nilai prosentase sebesar 38%. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa bermain dapat meningkatkan hasil belajar servis atas permainan bola voli siswa kelas VI SDN Batokerbuy 2 tahun ajaran 2015/2016.

Berdasarkan simpulan hasil penelitian disarankan (1) Penelitian ini dapat dijadikan pedoman terutama bagi guru penjasorkes di sekolah lain. (2) Atas dasar hasil penelitian yang menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar siswa dapat digunakan untuk mencari calon atlet bola voli dan dapat digunakan sebagai metode dalam pelatihan bola voli.

**Kata kunci:** hasil belajar, servis atas bolavoli, bermain.

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, ketrampilan berfikir kritis, ketrampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Dengan diterbitkannya Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2003 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, ketrampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Manfaat secara nyata melakukan olahraga adalah secara fisik akan sehat sehingga dapat melakukan kegiatan olahraga di luar olahraga itu sendiri. Manfaat lain dari segi psikologis bahwa manusia yang sehat secara jasmani akan berdampak kepada rohaninya, dengan sehat jasmani dan rohani manusia dapat berpikir dengan jernih, maupun berpikir dengan sehat dan pada gilirannya akan menghasilkan ide-ide cemerlang yang sangat berguna. Secara fisiologis manfaat olahraga dapat membina dan mengembangkan aspek-aspek di dalam tubuh untuk pertumbuhan dan perkembangan, otot-otot menjadi lebih besar dan kuat, fungsional tubuh menjadi mantap, sistem metabolisme tubuh berkembang secara teratur sehingga pada gilirannya pertumbuhan dan perkembangan tubuh menjadi seimbang.

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. Teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas servis, passing atas, passing bawah, block, dan smash. Teknik dasar servis dalam permainan bola voli terus berkembang. Dalam sejarahnya bermula dari penyajian bola ke dalam permainan, dalam arti kata bahwa servis merupakan awal terjadinya suatu permainan. Cara yang dapat dilakukan seorang server agar servisnya dapat memperoleh peluang untuk menjadi serangan yang mematikan adalah melakukan servis yang membuat jalannya bola meluncur dengan cepat, jalannya bola berubah-ubah, menempatkan bola ke daerah yang kosong dan ke arah pemain yang lemah kemampuannya menerima bola, mengarahkannya kepada pemain yang sedang melakukan perpindahan posisi, dan mengarahkannya kepada pemain yang baru menggantikan pemain yang lainnya. Sedangkan kegagalan servis sering terjadi disebabkan oleh karena, kurangnya konsentrasi, terburu-buru dan tanpa tingkat harapan yang jelas, salah dalam melakukan pukulan bagian bola, tidak tepat dalam melemparkan bola, dan lain-lain.

Pendekatan pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan servis atas bola voli salah satunya yaitu pendekatan bermain. Pendekatan pembelajaran tersebut memiliki karakteristik tersendiri untuk meningkatkan hasil belajar servis atas dalam permainan bola voli, hal ini akan sangat baik digunakan pada siswa kelas VI SDN Batokerbuy 2 yang sedang dalam taraf belajar teknik dasar bola voli. Berdasarkan penjabaran diatas kiranya akan sangat menarik untuk diadakan penelitian dengan judul "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Permainan Bola Voli Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas VI SDN Batokerbuy 2 Tahun Ajaran 2015/2016".

## **METODE PENELITIAN**

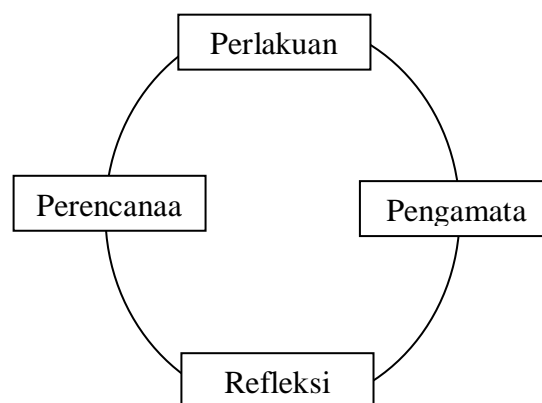
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Penelitian

tindakan kelas ini dilaksanakan di SDN Batokerbuy 2 Kecamatan Pasean Kabupaten Pamekasan, sampel/objek dalam penelitian adalah siswa kelas VI SDN Batokerbuy 2 yang berjumlah 21 orang. Siswa kelas VI SDN Batokerbuy 2 masih dalam taraf belajar teknik dasar bola voli, sehingga perlu ditingkatkan agar nantinya bisa mencapai standar nilai yang sudah ditentukan oleh KKM.

Penelitian ini menggunakan model yang dikembangkan oleh Kurt Lewin. Model yang dikembangkan oleh Kurt Lewin didasarkan atas konsep pokok bahwa penelitian tindakan terdiri dari empat komponen pokok yang juga menunjukkan langkah, yaitu:

1. Perencanaan atau *planning*.
2. Tindakan atau *acting*.
3. Pengamatan atau *observing*.
4. Refleksi atau *reflecting*.

Hubungan antara keempat komponen tersebut menunjukkan sebuah siklus atau kegiatan berulang. "Siklus" inilah yang sebetulnya menjadi salah satu ciri utama dari penelitian tindakan, yaitu bahwa penelitian tindakan harus dilaksanakan dalam bentuk siklus, bukan hanya satu kali intervensi saja. Apabila digambarkan dalam bentuk visualisasi, maka model Kurt Lewin akan tergambar dalam bagan lingkaran seperti berikut ini.



Penelitian ini terdiri dari II siklus, yang masing-masing tahapan tindakannya meliputi: perencanaan, perlakuan, pengamatan dan refleksi. Masing-masing siklus terdiri dari 2 pertemuan, tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Permasalahan yang belum dapat dipecahkan dalam siklus I direfleksikan oleh peneliti untuk mencari penyebabnya, selanjutnya peneliti merencanakan berbagai langkah perbaikan untuk diterapkan pada siklus II sampai masalah yang dihadapi dapat dipecahkan secara tuntas.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tes Praktik atau Tes Kinerja
2. Pengamatan/Observasi Terhadap Perilaku

Analisis data merupakan jiwa PTK. Langkah yang harus ditempuh setelah pengumpulan data, yaitu analisis data. Data hasil belajar peserta didik meliputi tes siklus I dan tes siklus II, hasil ditentukan berdasarkan rumus sebagai berikut:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{skor yang diperoleh}}{\text{skor maksimum}} \times 100\% \quad \text{Purwanto (2008:207)}$$

Nilai akhir peserta didik dikatakan tuntas secara individu apabila mendapatkan nilai  $\geq$  KKM, KKM untuk kelas 6 adalah 75.

$$\text{Ketuntasan klasikal} = \frac{\text{peserta didik yang tuntas}}{\text{jumlah semua peserta didik}} \times 100\%$$

Suatu kelas dinyatakan tuntas apabila minimal 85% dari peserta didik dikelas mencapai skor  $\geq$  75.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada siklus pertama peneliti melakukan 2 kali tatap muka selama 4 jam pelajaran, dengan materi pelajaran servis atas permainan Bolavoli. Pada siklus pertama diperoleh nilai rata-rata sebesar 71,67 dengan



persentase ketuntasan sebesar 52,38% (11 siswa) dan persentase ketidaktuntasan sebesar 57,62% (10 siswa).

Pada siklus kedua peneliti melakukan 2 kali pertemuan dan setiap pertemuan selama 4 jam pelajaran, dengan materi pelajaran servis atas permainan Bolavoli. Pada siklus kedua diperoleh nilai rata-rata sebesar 81,7 dengan persentase ketuntasan sebesar 90,4% (19 siswa) dan persentase ketidaktuntasan sebesar 9,6% (2 siswa). Dari data diatas menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata, peningkatan tersebut dapat dihitung dengan cara (Nilai rata-rata siklus II – Nilai rata-rata siklus I)  $81,7 - 71,7 = 10$  dan adanya peningkatan nilai prosentase, peningkatan tersebut dapat dihitung dengan cara (Nilai prosentase siklus II – Nilai prosentase siklus I)  $90,4 - 52,4 = 38\%$ . Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa pembelajaran bermain dapat meningkatkan hasil belajar servis atas pada permainan bola voli siswa kelas VI SDN Pamekasan tahun ajaran 2015/2016.

## **KESIMPULAN**

Dari paparan dan pembahasan hasil penelitian dimuka maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil belajar servis atas pada permainan bola voli siswa kelas VI SDN Batokerbuy 2 tahun ajaran 2015/2016 meningkat dengan cara pendekatan pembelajaran bermain.
2. Dari penelitian yang dilakukan ada peningkatan nilai rata-rata yang diperoleh yaitu sebesar 10 dan adanya peningkatan nilai prosentase sebesar 38%.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli* (Didin, Ed.). Surakarta: Era Pustaka Utama.

- Amung Ma'mun dan Toto Subroto. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Bola Voli*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Departemen Pendidikan Nasional.
- Erlangga, Toni. 2010. *Rangkuman Pengetahuan Pendidikan Jasmani, Olahraga & Kesehatan*. Solo: CV. Bringin 55.
- Manajemen Pendidikan Dasar Dan Menengah, Direktorat Jenderal. 2008. *Peraturan Menteri Pendidikan Nasional*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Nuzuliyah, Fitri L. 2013. *Upaya Peningkatan Hasil Belajar Matematika Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Student Teams Achievement Division (STAD) Yang Dikolaborasikan Dengan Snowball Drilling Untuk Materi Operasi Hitung Bilangan Bulat Kelas V SDN Sugihwaras VI Tahun Pelajaran 2013/2014*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Kediri: FKIP Program Studi Matematika UNP Kediri.
- I N. Sudira, Anggan Suhandana, A.A.I.N. Marhaeni.2013. *Pengaruh Metode Pembelajaran Driil Terhadap Prestasi Belajar Seni Tari Ditinjau Dari Kreativitas Pada Siswa Kelas X SMK NEGERI 3 Sukawati*. 4. (Online), tersedia: ([pasca.undiksha.ac.id/e-journal/index.php/jurnal\\_pendas/article/.../293](http://pasca.undiksha.ac.id/e-journal/index.php/jurnal_pendas/article/.../293)), diunduh 28 April 2014.
- Sentot S dan Sugito. 2010. *Pengembangan Dan Inovasi Kurikulum Olahraga*. Kediri: Universitas Nusantara PGRI (UNP) Kediri.
- Sugiono. 2010. *Belajar dan pembelajaran*. Kediri: Universitas Nusantara PGRI (UNP) Kediri.
- Suharsimi, Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Sukidin, Basrowi, dan Suranto. 2010. *Manajemen Penelitian Tindakan Kelas* (Rahma N. Djunaidi, Ed.). Surabaya: Insan Cendekia.

Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*.  
Jakarta: PT RINEKA CIPTA.

Syarifudin, Aip. 2000. *Azas Dan Falsafah Penjaskes*. Jakarta: Universitas  
Terbuka.

## PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK DENGAN JIWA *SPORTIF* MELALUI PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN

**Dhedhy Yuliawan, M.Pd.**

Penjaskesrek Universitas Nusantara PGRI Kediri

*Dhedhy\_07@yahoo.com*

### Abstrak

Pelaksanaan pendidikan karakter di Indonesia saat ini dirasakan belum optimal. Bahkan situasi pendidikan di Indonesia yang belum ideal menjadi motivasi pokok dalam mengimplementasikan pendidikan karakter. Pendidikan karakter dapat dilakukan bersamaan dengan kegiatan belajar mengajar yang diintegrasikan dalam setiap mata pelajaran termasuk penjas dan olahraga. Dalam penjas dan olahraga banyak terkandung nilai-nilai karakter seperti *sportifitas*, kejujuran, keberanian, kerja keras, pengendalian diri, tanggung jawab, kerjasama, keadilan, dan kebijaksanaan, menghargai lawan dan sebagainya yang dapat diintegrasikan dalam aktivitas gerak dan dalam berbagai bentuk permainan. Pendidikan karakter dapat dibentuk salah satunya melalui pendidikan jasmani dan olahraga (*gymnastics*), melalui aktivitas motorik yang dilakukan secara terus-menerus, sehingga menjadi kebiasaan. Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran penting dan andil besar dalam mewujudkan tercapainya tujuan pendidikan nasional yang menunjang pendidikan karakter bangsa. Pendidikan jasmani disajikan di sekolah yang memiliki tujuan; *kognitif*, *psikomotor* dan *afektif*. Pembentukan karakter anak adalah melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan anak diniasakan hidup *sportif*. Dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan anak dituntut untuk melakukan tanggung jawab, jujur, kerja sama, dan toleransi. Pengembangan karakter akan terlaksana dengan pembiasaan yang dilakukan dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Selain dalam pendidikan formal olahraga juga mampu memberikan penanaman jiwa *sportifitas* dimana jiwa *sportifitas* tersebut membangun karakter yang *sportif*. Mengakui kekalahan, menghormati lawan, menegakkan *fair play* dan mampu memberikan penghargaan atas dirinya sendiri dan orang lain.

**Kata Kunci:** Karakter, *Sportif*, Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

## PENDAHULUAN

Bangsa Indonesia yang berkarakter mulia dan bermartabat ditunjukkan dengan perilaku yang berakar dari agama yang diyakini, budaya yang melatarbelakangi, dan keluhuran tujuan yang dicita-citakan sehingga diharapkan warga negara Indonesia dapat mengimplementasikan dalam kesehariannya nilai-nilai luhur bangsa yang terkandung dalam Pancasila. Salah satu bapak pendiri bangsa, presiden pertama Republik Indonesia, Bung Karno, bahkan menegaskan: "Bangsa ini harus dibangun dengan mendahulukan pembangunan karakter (*character building*) karena *character building* inilah yang akan membuat Indonesia menjadi bangsa yang besar, maju dan jaya, serta bermartabat (Muchlas Samani 2011: 19). Apabila *character building* ini tidak dilakukan, maka bangsa Indonesia akan menjadi bangsa kuli. Dari pendapat Bung Karno tersebut tidak dapat disangkal bahwa karakter merupakan aspek yang penting untuk kesuksesan manusia masa depan. Karakter yang kuat akan membentuk mental yang kuat, dan mental yang kuat akan melahirkan spirit yang kuat, pantang menyerah, berani mengarungi proses panjang, serta menerjang arus badai yang bergelombang dan berbahaya.

Di Indonesia pelaksanaan pendidikan karakter saat ini memang dirasakan belum optimal. Gambaran situasi masyarakat bahkan situasi dunia pendidikan di Indonesia yang belum ideal menjadi motivasi pokok dalam mengimplementasikan pendidikan karakter. Ditambah lagi dengan masuknya pengaruh globalisasi yang semakin pesat, yang menyediakan berbagai macam fasilitas teknologi informasi yang canggih sehingga seakan-akan membuat dunia ini tanpa batas sehingga dapat menjadi sumber terbentuknya karakter buruk apabila salah memanfaatkannya. Globalisasi memberi peluang dan fasilitas yang luar biasa bagi siapa saja yang mau dan mampu memanfaatkannya, baik untuk kepentingan sendiri maupun kepentingan umat seutuhnya. Namun, globalisasi tidak hanya membawa dampak positif namun juga dampak negatif. Lahirnya generasi

instan yang ingin menikmati keinginan tanpa proses perjuangan yang keras, dekadensi moral, konsumerisasi, dan sikap individual yang tidak mau peduli satu sama lain adalah sebagian dampak negatif dari globalisasi. Tidak hanya itu perubahan sikap dan perilaku dalam pergaulan masyarakat khususnya para pelajar juga semakin memprihatinkan, mengingat semakin meningkatnya tawuran antarpelajar, serta bentuk-bentuk kenakalan remaja lainnya di kota-kota besar berupa pemerasan/kekerasan kecenderungan dominasi senior terhadap junior, fenomena *suporter* bonek, penggunaan narkoba, dan lain-lain. Pendidikan karakter dapat dilakukan bersamaan dengan kegiatan belajar mengajar yang diintegrasikan dalam setiap mata pelajaran termasuk penjas dan olahraga. Pendidikan jasmani tersebut tidak hanya merupakan sebuah gerak badan, tapi juga alat yang strategis untuk membina karakter. Menurut Josep Doty (2006: 1) *People participate in sports for a variety of reasons health and fitness, stress management, socialization, relaxation, and others. One of the "other" reasons is character development.* Di dalam penjas dan olahraga banyak terkandung nilai-nilai karakter seperti sportivitas, kejujuran, keberanian, kerja keras, pengendalian diri, tanggung jawab, kerjasama, keadilan, dan kebijaksanaan, menghargai lawan dan sebagainya yang dapat diintegrasikan dalam aktivitas gerak dan dalam berbagai bentuk permainan. Dari pernyataan di atas jelas bahwa pendidikan jasmani dan olahraga dapat menjadi ujung tombak dalam mengubah karakter bangsa Indonesia menjadi lebih kuat. Pendidikan jasmani dan olahraga diharapkan memiliki kontribusi yang sangat besar terhadap perkembangan anak, tidak hanya perkembangan intelektual dan perkembangan psikomotorik melalui gerak, namun juga pada perkembangan kepribadiannya, terutama yang berkaitan dengan karakter anak. Rusli Lutan (2001: 1) menyatakan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga bertujuan untuk menyempurnakan dan membentuk kepribadian yang kuat, watak yang baik, dan sifat yang mulia.

Usia kanak-kanak atau yang biasa disebut para ahli psikologi sebagai usia emas terbukti merupakan periode yang sangat baik untuk mengembangkan segala potensi kecerdasan serta untuk menanamkan nilai-nilai positif pada diri anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sekitar 50 persen variabilitas kecerdasan orang dewasa sudah terjadi ketika anak berusia empat tahun. Peningkatan 30 persen berikutnya terjadi pada usia delapan tahun, dan 20 persen sisanya setelah anak melewati periode tersebut. Dari hal tersebut, sudah sepatutnya pendidikan karakter dimulai dari dalam keluarga, yang merupakan lingkungan pertama bagi pertumbuhan karakter anak. Anak-anak adalah generasi yang akan menentukan nasib bangsa di kemudian hari. Karakter anak-anak yang terbentuk sejak sekarang akan sangat menentukan karakter bangsa di masa yang akan datang. Karakter anak-anak akan terbentuk dengan baik, jika dalam proses tumbuh kembangnya mendapatkan cukup ruang untuk mengekspresikan diri secara leluasa.

Pembentukan karakter bangsa dapat dilakukan salah satunya melalui olahraga. Dengan olahraga kita bisa kembangkan karakter bangsa, sportivitas sekaligus merekatkan persatuan bangsa. Atas dasar tersebut, semua komponen bangsa harus memberikan andil dalam memajukan olahraga nasional. Menurut Irwan Prayitno (2008), secara normatif dan sebagaimana telah hampir dapat diterima oleh umumnya kita sekalian, pembentukan karakter bangsa merupakan hal yang amat penting bagi generasi muda dan bahkan menentukan nasib bangsa dimasa yang akan datang.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam kehidupan seseorang karena melalui pendidikan seseorang dapat meningkatkan kecerdasan, keterampilan, mengembangkan potensi diri dan dapat membentuk pribadi yang bertanggung jawab, cerdas dan kreatif. Beberapa permasalahan khususnya dalam karakter anak yang seharusnya lebih diperhatikan dan ditekankan dalam sebuah proses pembelajaran penjasor karena pembelajaran bukan merupakan sebuah

proses yang semata-mata menekankan pada aspek kognitif dan psikomotor yang hanya dinilai dengan angka-angka saja. Hal yang tidak kalah pentingnya pembelajaran tersebut harus mencakup aspek afektif dan perilaku baik. Agar nantinya penerus bangsa ini tidak hanya cerdas secara intelektual dan kinestetik tapi juga mempunyai moral dan tingkah laku yang baik sesuai dengan nilai-nilai luhur Pancasila, pendidikan jasmani merupakan alat yang dirasa tepat dalam mengembangkan aspek-aspek karakter dalam diri anak, karena penjas merupakan proses pembelajaran yang mampu mencakup ketiga aspek tersebut secara langsung.

## **PEMBAHASAN**

Pengembangan karakter dilakukan melalui tiga tahap pengetahuan (*knowing*), pelaksanaan (*acting*), dan kebiasaan (*habit*). Keberadaan karakter tidak terbatas pada pengetahuan saja. Seseorang yang memiliki pengetahuan kebaikan belum tentu mampu bertindak sesuai dengan pengetahuan yang diperoleh, jika tidak terlatih (menjadi kebiasaan) untuk melakukan kebaikan tersebut. Karakter juga menjangkau wilayah emosi dan kebiasaan diri. Dengan demikian diperlukan tiga komponen karakter yang baik (*components of good character*) yaitu moral *knowing* (pengetahuan tentang moral), moral *feeling* atau perasaan (penguatan emosi) tentang moral, dan moral action atau perbuatan bermoral. Dengan demikian karakter tidak cukup hanya untuk diketahui, melainkan harus dilakukan dalam bentuk perbuatan moral. Karakter akan lebih mudah dan berhasil dilakukan melalui pembiasaan hidup, berbentuk kegiatan sehari-hari yang pada akhirnya akan menjadi sebuah kebiasaan (*habit*) dan bukan disajikan secara teoritik. Penanaman disiplin, jujur, tanggung jawab, dan kerjasama lebih mudah dilakukan dan dibentuk melalui kegiatan bermain, bukan disajikan secara teoritik. “Dengan bermain” seseorang akan kelihatan karakternya, apakah dia disiplin, jujur, tanggung jawab, dan kerjasama atau tidak. Kerja sama akan lebih mudah dilakukan melalui permainan beregu, seperti sepakbola. Pemain sepakbola membangun



serangan untuk mencetak gol ke gawang lawan bekerja sama dengan melakukan *passing* dan *dribbling (gymnastic)* akan membuahkan hasil lebih optimal dibanding dengan pemain sepakbola yang melakukan dribbling mulai dari gawang sendiri sampai gawang lawan. Sedangkan percaya diri dan kemandirian peserta didik akan dapat dibentuk melalui olahraga perorangan, seperti pencak silat, karate, tinju, dan sebagainya. Kesabaran, tanggung jawab, percaya diri dapat juga dilakukan melalui pendidikan seni (*esthetics*).

Penyempurnaan kurikulum pendidikan selayaknya dilakukan dengan mempertimbangkan kedua aspek tersebut. Dengan demikian pendidikan karakter dapat dibentuk salah satunya melalui pendidikan jasmani dan olahraga (*gymnastics*), melalui aktivitas motorik yang dilakukan secara terus-menerus, sehingga menjadi kebiasaan. Pendidikan jasmani dan olahraga memiliki peran penting dan andil besar dalam mewujudkan tercapainya tujuan pendidikan nasional yang menunjang pendidikan karakter bangsa. Pendidikan jasmani disajikan di sekolah yang memiliki tujuan; kognitif, psikomotor dan afektif. Dalam pendidikan jasmani, aktivitas fisik merupakan salah satu ciri khusus yang harus ada sebagai penanda pendidikan jasmani. Cara Belajar Siswa Aktif (CBSA) melekat dalam pendidikan jasmani, kalau anak tidak bergerak berarti belum melakukan pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani sebagai salah satu mata pelajaran yang disajikan di sekolah, menggunakan aktivitas fisik dengan persentase yang lebih banyak digunakan sebagai media pembelajaran, maka proporsi psikomotor lebih banyak proporsinya dalam pembelajaran pendidikan jasmani dibanding dengan kawasan kognitif dan afektif. Aktivitas fisik (jasmani) akan berhasil apabila dilakukan berdasarkan prinsip yang benar, memiliki isi, strategi yang digunakan tepat, dan dilakukan evaluasi secara tepat. Keberhasilan tersebut akan lebih tinggi apabila dilakukan selaras dengan teori belajar gerak yang meliputi tiga tahapan: (1) kognisi, (2) asosiasi, dan (3) otomatisasi. Pembentukan karakter berada pada tahap asosiasi; peserta didik diberi

kesempatan untuk melakukan kegiatan fisik sebanyak mungkin melalui permainan dan olahraga, sehingga karakternya akan terbentuk.

### **Pengertian Karakter**

Karakter atau watak merupakan perpaduan dari segala tabiat manusia yang bersifat tetap sehingga menjadi “tanda” khusus untuk membedakan antara satu orang dengan orang lainnya. Dalam bahasa Yunani, *Charasein* (karakter) berarti mengukir corak yang tetap dan tidak terhapuskan. Sedangkan Barnadib (1988) mengartikan watak dalam arti psikologis dan etis, yaitu menunjukkan sifat memiliki pendirian yang teguh, baik, terpuji, dan dapat dipercaya. Berwatak berarti memiliki prinsip dalam arti moral.

Pembangunan karakter adalah usaha paling penting yang pernah diberikan kepada manusia. Pembangunan karakter adalah tujuan luar biasa dari sistem pendidikan yang benar. Pembinaan watak merupakan tugas utama pendidikan, menyusun harga diri yang kukuh-kuat, pandai, terampil, jujur, tahu kemampuan dan batas kemampuannya, mempunyai kehormatan diri. Undang Undang No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 3 mengamanatkan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Ada beberapa karakter manusia menurut motivasinya: (a) *Achievement Motivation*, (b) *Popularity Motivation*, (c) *Power Motivation*, (d).

### **Nilai-nilai dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia yang berupa sikap tindak dan karya untuk diberi bentuk isi dan arah menuju kebulatan kepribadian sesuai cita-cita kemanusiaan. Menurut Wawan Suherman (2001: 1), bahwa “pendidikan

jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan serta keseluruhan memiliki posisi yang penting karena sumbangan yang khas terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Sumbangan yang khas terhadap pertumbuhan dan perkembangan peserta didik dikarenakan dunia pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah gerakan yang memuat berbagai aktivitas cabang olahraga”.

Pada pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terdapat suatu tujuan yang disebut keterampilan gerak. Keterampilan gerak ini dapat berarti gerak bukan olahraga dan gerakan untuk berolahraga. Gerak untuk berolahraga, bagi anak sekolah dasar, bukan berarti anak sekolah dasar harus dilatih untuk pencapaian prestasi tinggi, tetapi anak sekolah dasar harus disiapkan sesuai dengan tahap perkembangannya, dan tahap kematangannya (Sukintaka, 2001: 10). Menurut Agus S. Suryobroto (2004: 16) bahwa, “pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap *sportif* melalui kegiatan jasmani”. Kurikulum (2004: 5) menuliskan, “pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.” Hal serupa diungkapkan oleh CA. Bucher dalam Sukintaka (2001: 1) bahwa, “pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kesegaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat”.

Dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu wahana atau wadah untuk mendidik anak baik secara jasmani maupun rohani agar bisa tumbuh dan berkembang secara baik sehingga mempunyai kepribadian yang baik pula. Oleh karena itu

dapatlah dikatakan bahwa penjasorkes pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun demikian, perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan.

## **PEMECAHAN MASALAH**

Berdasarkan UU No.3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (SKN), olahraga dibagi menjadi tiga pilar, yaitu Olahraga Pendidikan, Olahraga Prestasi, dan Olahraga Rekreasi.

1. Olahraga Pendidikan (*Education Sport*). Olahraga pendidikan adalah olahraga yang diselenggarakan sebagai bagian dari proses pendidikan.
2. Olahraga Rekreasi (*Sport for All*). Olahraga rekreasi adalah olahraga yang dapat dilaksanakan oleh setiap orang, satuan pendidikan, perkumpulan, maupun organisasi olahraga.
3. Olahraga Prestasi (*Competitive Sport*). Olahraga prestasi adalah olahraga yang orientasinya pada pencapaian prestasi.

Pembentukan karakter anak adalah melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan anak diniasakan hidup *sportif*. Mengingat slogan dari oahraga adalah *sportifitas* anak akan dituntut untuk melakukan hal-hal yang terkandung dalam *sportifitas* tersebut. Dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan anak dituntut untuk melakukan tanggung jawab, jujur, kerja sama, dan toleransi. Pengembangan karakter akan terlaksana dengan pembiasaan yang dilakukan dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Menurut Anifral Hendri (2008), ada beberapa strategi dalam pembentukan karakter, antara lain:

1. Keteladanan; Memiliki Integritas Tinggi serta Memiliki Kompetensi: Pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional
2. Pembiasaan

3. Penanaman kedisiplinan
4. Menciptakan suasana yang kondusif
5. Integrasi dan internalisasi
6. Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani.
7. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis, dan agama.
8. Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui pelaksanaan tugas-tugas ajar dalam pendidikan jasmani.
9. Mengembangkan keterampilan untuk melakukan aktivitas jasmani dan olahraga, serta memahami alasan-alasan yang melandasi gerak dan kinerja.
10. Menumbuhkan kecerdasan emosi dan penghargaan terhadap hak-hak asasi orang lain melalui pengamalan *fairplay* dan sportivitas.
11. Menumbuhkan *self-esteem* sebagai landasan kepribadian melalui pengembangan kesadaran terhadap kemampuan dan pengendalian gerak tubuh.
12. Mengembangkan keterampilan dan kebiasaan untuk melindungi keselamatan diri sendiri dan keselamatan orang lain.
13. Menumbuhkan cara pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani dan pola hidup sehat.
14. Menumbuhkan kebiasaan dan kemampuan untuk berpartisipasi aktif secara teratur dalam aktivitas fisik dan memahami manfaat dari keterlibatannya.
15. Menumbuhkan kebiasaan untuk memanfaatkan dan mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

Sedangkan menurut Stefan Sikone (2006), dalam melaksanakan pembentukan karakter, generasi muda memiliki 3 peran penting yaitu:

1. Sebagai pembangun kembali karakter bangsa (*charater builder*). Peran generasi muda adalah membangun kembali karakter positif

bangsa. Hal ini tentunya sangat berat, namun esensinya adalah adanya kemauan keras dan komitmen dari generasi muda untuk menjunjung nilai-nilai moral diatas kepentingan-kepentingan sesaat sekaligus upaya kolektif untuk menginternalisasikannya.

2. Sebagai pemberdaya karakter (*character enabler*). Generasi muda dituntut untuk mengambil peran sebagai pemberdaya karakter. Bentuk praktisnya adalah kemauan dan hasrat yang kuat dari generasi muda untuk menjadi role model dari pengembangan karakter bangsa yang positif.
3. Sebagai perekayasa karakter (*character engineer*). Peran yang terakhir ini menuntut generasi muda untuk terus melakukan pembelajaran. Harus diakui bahwa pengembangan karakter positif bangsa bagaimanapun juga menuntut adanya modifikasi dan rekayasa yang tepat disesuaikan dengan perkembangan jaman. Dalam hal ini peran generasi muda sangat diharapkan oleh bangsa, karena ditangan merekalah proses pembelajaran dapat berlangsung dalam kondisi yang paling produktif.

### **Tindakan yang Dilakukan**

Wujud nyata sebagai pendidik dalam menerapkan pendidikan karakter adalah menjadi panutan dan contoh bagi anak. Setiap individu dapat mengajar namun attitude yang harus ditegakkan. Karena setiap individu memiliki karakter yang bermacam-macam. Dalam penanaman karakter pada anak yaitu membiasakan anak dalam hidup sehari-hari berjiwa *sportif*. Melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mendasari jiwa karakter itu dengan melaksanakan *sportifitas* dalam suatu aktivitas. Melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan seseorang akan memiliki tanggungjawab, rasa hormat dan memiliki kepedulian dengan sesama. Nilai-nilai ketekunan, kejujuran dan keberanian juga dapat diperoleh dari aktivitas olahraga dan tentu masih banyak lainnya. Selain itu merupakan langkah awal untuk memosisikan kembali olahraga

dalam pembentukan karakter. Dalam hal ini yang harus digaris bawahi adalah sosok pendidik sebagai panutan anak dalam menanamkan jiwa *sportif* anak melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

## **KESIMPULAN**

Pendidikan merupakan salah satu bagian hidup dari setiap individu. Melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat memberikan unsur-unsur karakter positif bagi setiap individu. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga memberikan pembiasaan berperilaku *sportif* sehingga membiasakan individu memiliki jiwa yang berkarakter. Melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan mampu memberikan karakter yang dapat meningkatkan anak dalam hal positif. Sehingga dapat menjadi manusia yang memiliki mental dan sifat yang dapat memberikan sumbangan positif bangsa. Karakter anak yang dibentuk melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga dituntut peran dari pendidik atau guru yang memiliki karakter yang bagus. Disamping itu pendidik juga dituntut sebagai pedoman karakter anak didik di sekolah.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anifral hendri. 2008. *Ekskul olahraga upaya membangun karakter siswa*. Jambi pos, sabtu 13 september 2008.
- Irwan prayitno. 2008. *Refleksi pembangunan pemuda dan olahraga indonesia*. 14
- Koe seema a. Doni. *Pendidikan karakter*. Jakarta: grasindo
- Menpora. 2005. *Undang-undang republik indonesia no. 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional*. Kementrian negara pemuda dan olahraga republik indonesia.
- Menpora. 2006. *Industri olahraga; tantangan dan peluang industri masa depan*. Jakarta.
- Stefan sikone. 2006. Pembentukan karakter dalam sekolah. Pos kupang, kolom opini. Jumat, 12 mei 2006.



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**



9 772477 337019