



UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LARI CEPAT DENGAN PERMAINAN *SPEED COLOUR*

Khaerun[✉], Ranu Baskora

MI Dewi Masyitoh 02 Pemasang

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima Oktober 2014
Disetujui Oktober 2014
Dipublikasikan
November 2014

Keywords:
*Improved learning outcomes
lay-up on basketball*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pembelajaran permainan *Speed Colour* terhadap peningkatan hasil belajar lari cepat. Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*), dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklusnya mempunyai empat langkah, yaitu : perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. Subyek penelitian adalah siswa kelas V Madrasah Ibtidaiyah Dewi Masyitoh 02 Banyumudal Kecamatan Moga Kabupaten Pemasang pada semester II tahun pelajaran 2013/2014, dengan jumlah siswa 30 dengan rincian jumlah siswa putra 16 dan siswa putri 14. Hasil analisis yang diperoleh peneliti, terdapat peningkatan pada hasil belajar siswa dari kondisi awal ke siklus I dan II, baik dari peningkatan rata-rata hasil pembelajaran lari cepat siswa maupun nilai ketuntasan hasil belajar, rata-rata siklus I (73 %) atau nilai ketuntasan rata-rata siswa hanya 22 siswa dari 30 siswa dan rata-rata siklus II (87) atau ketuntasan nilai rata-rata siswa mencapai 25 siswa dari 30 siswa, sehingga peningkatan dari kondisi awal ke siklus II sebesar (63 %), melewati kriteria ketuntasan minimal (KKM) sebesar 75 . Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan pemberian model permainan *speed colour* dapat meningkatkan hasil belajar lari cepat pada siswa kelas V MI Dewi Masyitoh 02 Banyumudal Kecamatan Moga Kabupaten Pemasang Tahun Pelajaran 2013/2014.

Abstract

This study aims to determine the effectiveness of the learning game Speed Colour to increase learning outcomes run quickly. This research is using classroom action research methods (Classroom Action Research), conducted in two cycles. Each cycle has four steps, namely: planning, implementation, observation and reflection. Subjects were students of 5th Elementary School MI Masyitoh 02 Banyumudal the District Moga Pemasang in the second semester of academic year 2013/2014, the number of students are 16 boys and 14 girls. The results showed that the administration of the game speed color models can improve sprint learning outcomes in 5th MI Masyitoh 02 Banyumudal Pemasang Moga District of academic year 2013/2014. The conclusion of the analysis results obtained by researchers, there is an increase in student learning outcomes from the initial condition to cycle I and II, both from an increase in average sprint student learning outcomes and value learning outcomes completeness. An average of the first cycle (73) or the average value of mastery students only 22 students from 30 students and the average cycle II (87) or the average value of completeness student reaches 25 students from 30 students, so that the increase of the initial conditions to the second cycle of (63%), skip as well as the value of the mastery criteria with 75 points Minimum Mastery Criteria (KKM). Suggestions, the learning needs planning, and preparation of a more mature, so that a modification of the game can run perfectly without any meaningful repetition.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

[✉] Alamat korespondensi:
MI Dewi Masyitoh 02 Pemasang
E-mail: khaerun1@gmail.com

PENDAHULUAN

Pada pembelajaran ini penulis merasa kesulitan dalam pembelajaran lari cepat. Kesulitan yang dialami penulis salah satu diantaranya diantaranya belum bisa menyajikan pembelajaran yang menarik perhatian anak, sehingga pada saat pembelajaran banyak peserta didik sibuk sendiri – sendiri tanpa memperhatikan proses pembelajaran.

Berdasarkan Observasi awal, Penulis memperoleh hasil bahwa keaktifan peserta didik dalam pembelajaran gerak dasar lari cepat masih kurang maksimal dalam melakukan gerak lari. Hal ini terlihat dari jumlah peserta didik dari 30 anak, 23 peserta didik tidak antusias, 5 peserta didik cukup antusias, dan 2 peserta didik tidak tertarik mengikuti pembelajaran sehingga timbul permasalahan apakah dengan permainan *Speed colour* dapat meningkatkan hasil belajar lari cepat pada siswa kelas V pada MI Dewi Masyithoh 02 Banyumudal Kecamatan Moga, Kabupaten Pemalang tahun 2014. Tujuan Penelitian Tindakan Kelas ini adalah sejauh mana efektivitas Permainan *Speed Colour* dalam pembelajaran lari cepat pada kelas V Madrasah Ibtidaiyah Dewi Masyithoh 02 Banyumudal Kecamatan Moga Kabupaten Pemalang. Pembelajaran menggunakan metoda bermain pada intinya adalah aktivitas yang digunakan sebagai hiburan. Kita mengartikan bermain sebagai hiburan yang bersifat fisik yang tidak kompetitif, meskipun bermain tidak harus selalu bersifat fisik. Bermain bukanlah berarti olahraga dan pendidikan jasmani, meskipun elemen dari bermain dapat ditemukan di dalam keduanya. Olahraga di pihak lain adalah suatu bentuk bermain yang terorganisir dan bersifat kompetitif. Permainan *Speed Colour* adalah permainan modifikasi untuk meningkatkan keaktifan peserta didik dalam pembelajaran lari cepat, gambaran singkat mengenai tujuan permainan *Speed Colour* antara lain sebagai berikut : (1). Untuk melatih kecepatan lari, (2).Melatih rangsang terhadap warna, (3). Kecepatan reaksi menanggapi warna. (4). Melatih kedisiplinan, sportifitas, dan mau mengakui kelebihan orang lain. (5).

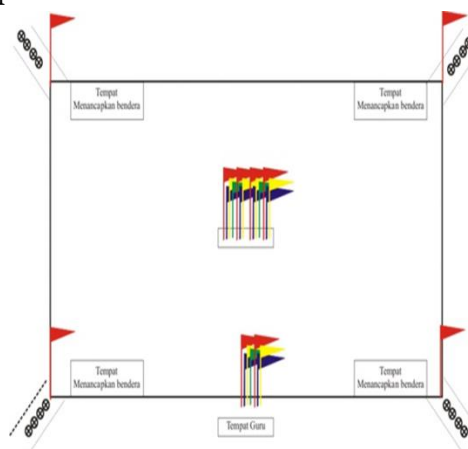
Permainan *Speed Colour* dapat menggembirakan peserta didik sehingga tidak merasa terpaksa pada saat melakukan lari.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis tindakan kelas dengan analisis deskriptif. Subyek Penelitian Tindakan Kelas ini adalah siswa kelas V Madrasah Ibtidaiyah Dewi Masyithoh 02 Banyumudal Tahun pelajaran 2013 / 2014, sebanyak 30 peserta didik, terdiri 14 putri dan 16 putra. Penelitian akan dilaksanakan dengan dua siklus, siklus I dilaksanakan pada hari Kamis, 10 April 2014 dan siklus II akan dilaksanakan pada hari Kamis, 24 April 2014. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan Teknik Observasi , Teknik Tes Perbuatan , Tes tertulis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari tabel minat belajar peserta didik terhadap pembelajaran lari cepat pada kondisi awal terdapat 57,33 % tidak antusias, 18,33 % kriteria cukup antusias dan 24,33 % sebanyak kriteria antusias. Ketercapaian hasil pembelajaran lari cepat pada kondisi awal ini sangat jauh dari Kriteria Ketuntasan Minimal yang ditetapkan yaitu 75 %. Hal tersebut maka penulis mengembangkan penelitian Tindakan Kelas berikutnya yaitu pada Siklus I dengan tindakan permainan *speed colour* seperti tampak pada Gambar 1 di bawah ini:



Gambar 1. Lapangan Permainan *Speed colour*

Berdasarkan hasil deskriptif persentase, didapat perkembangan pembelajaran lari cepat setelah menggunakan permainan *speed colour* antara lain didapat perkembangan rata-rata nilai Kognitif 72,5, nilai Afektif 72,5 dan nilai Psikomotor 66,6. Dari hasil refleksi dari siklus I maka penulis dan guru mitra menyusun rencana pembelajaran II. Pada tanggal 24 April 2014. Dengan mengoptimalkan permainan *Speed Colour* dalam pembelajaran lari cepat, yaitu menambah dua buah bendera yang harus diambil. Dan menambah jumlah petugas sebagai pengambil waktu. Serta memberi motifasi berupa pemberian penghargaan berupa menunjukan rangking prestasi berdasarkan waktu tercepat yang dicapai oleh masing – masing kelompok. Sedangkan hasil belajar yang dicapai pada siklus 2 untuk aspek kognitif nilai rata-rata 87,5 aspek afektif nilai rata-rata sebesar 87,5 dan aspek psikomotor 87,14 . rata-rata ketuntasan minimal KKM di MI ini adalah 75. Sampai akhir siklus 2 pembelajaran lari cepat tuntas 100%. Pembelajaran lari cepat menggunakan permainan *speed colour* sangat menarik dan menggairahkan anak-anak siswa kelas V pada MI Dewi Masyithoh 02 Banyumudal Kecamatan Moga, Kabupaten Pemalang tahun 2014 untuk mengikuti arahan dari guru sehingga tampaklah peningkatan yang berarti terhadap hasil belajar berupa ketiga ranah kognitif, afektif dan psikomotor

SIMPULAN

Permainan *Speed colour* dapat meningkatkan hasil belajar lari cepat pada siswa kelas V pada MI Dewi Masyithoh 02

Banyumudal Kecamatan Moga, Kabupaten Pemalang tahun 2014.

Saran bagi guru dan siswa, yaitu untuk guru supaya terus mengembangkan metode pembelajaran sehingga ketuntasan dapat tercapai khususnya pembelajaran lari cepat permainan *Speed colour* dapat dijadikan alternatif pendekatan belajar. Untuk siswa agar bersemangat dan terus mengembangkan potensi dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman. 2000. Dasar – dasar Penjaskes. Jakarta:Depdiknas
- Agus Mahendra. 2003. Falsafah Pendidikan Jasmani. Jakarta: Depdiknas, Dirjen Pendidikan Dasar Menengah, Pendidikan Luar Biasa, Bagian Proyek Pendidikan Kesehatan Jasmani Pendidikan Luar Biasa
- Aip Syarifuddin dan Muhadi 1992. Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Husdarta, dkk.200. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Erlangga
- Rusli, L. 2001 Asaz-asaz Pendidikan Jasmani. Bandung: FPOK UPI
- Santoso Giriwijoyo. Dkk. 2005 Ilmu Faal Olahraga dan Fungsi Tubuh Manusia pada olahraga. Bandung.
- Sugiyanto dan Sujarwo. 1991. Perkembangan Motorik. Jakarta:Depdikbud, Proyek Penataran Guru, Bagian Proyek Penataran Guru Pendidikan Jasmani
- Sukintaka. 1992. Teori Bermain Penjaskes. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Dikti