



**PEMBELAJARAN KAYANG MELALUI PENDEKATAN BERMAIN
"RAMBO"
PADA SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR NEGERI KAJAR
KECAMATAN LASEM KABUPATEN REMBANG
TAHUN PELAJARAN 2013**

Delta Marina ✉

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Agustus 2013
Disetujui Mei 2014
Dipublikasikan Mei 2014

Keywords:

*Learning, Bridging, Playing
"Rambo"*

Abstrak

Penelitian tindakan kelas ini terdiri dari dua siklus, setiap siklus meliputi: perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Sebelum penelitian, hasil pembelajaran kayang pada siswa kelas IV SD Negeri Kajar sebanyak 18 dari 24 anak (66%) tidak lulus KKM dengan nilai rata-rata 6,54. Berdasarkan hasil penelitian dapat digambarkan bahwa pelaksanaan pembelajaran kayang melalui permainan rambatan tembok pada siswa kelas IV SD Negeri Kajar pada siklus I ketuntasan belajar sebanyak 15 peserta didik atau 62,5% dan nilai rata-rata kelas 7,02. Hasil pada siklus II menunjukkan peningkatan dengan tingkat kelulusan 91,7% dan nilai rata-rata kelas 7,45. Pada pelaksanaan siklus dua, ketuntasan belajar peserta didik dan nilai rata-rata kelas sudah mencapai indikator, sehingga pada penelitian siklus kedua ini dikatakan berhasil dengan kata lain penelitian ini sudah selesai pada siklus kedua. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran kayang melalui permainan rambatan tembok dapat meningkatkan hasil belajar kayang pada siswa kelas IV SD Negeri Kajar Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang Tahun Pelajaran 2013. Hasil penelitian ini dapat diterapkan sebagai salah satu pembelajaran alternatif yang digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

Abstract

This classroom action research consisted of two cycles, each cycle includes: planning, action, observation and reflection. Prior to the study, the learning outcomes Kayang Elementary School fourth grade students Kajar as many as 18 of the 24 children (66%) did not pass KKM with an average value of 6.54. Based on the results of this study illustrated that the implementation of learning through play kayang wall propagation in fourth grade elementary school students in the first cycle Kajar mastery learning as many as 15 students or 62.5% and the average value of 7.02 classes. Results on the second cycle showed an increase in the graduation rate of 91.7% and an average value of 7.45 classes. On the implementation of the two cycle, mastery learning students and the average class has reached the indicator, so that the second cycle of this research is successful, in other words the study is completed in the second cycle. Based on the results of the study it can be concluded that learning through games bridging wall propagation can improve learning outcomes bridging in grade IV Elementary School District Kajar Lasem Rembang Academic Year 2013. The results of this study can be applied as one alternative learning used to improve student learning outcomes.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

ISSN 2252-6773

✉ Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lantai 3 FIK Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: deltamarina09@gmail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Pendidikan sebagai proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, mempunyai peranan yang sangat penting yaitu memberi kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, bertujuan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, dan penghayatan nilai-nilai serta pembiasaan pola hidup sehat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Yang membedakan antara pendidikan jasmani dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan yaitu gerak insani atau manusia yang bergerak secara sadar. Gerak itu dirancang oleh guru dan diberikan dalam situasi yang tepat, agar dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan siswa secara optimal. Agar program pendidikan jasmani dapat dilaksanakan dengan baik, maka perlu dipersiapkan guru yang berwenang dan memiliki kompetensi sebagai guru pendidikan jasmani.

Keberadaan pendidikan jasmani sebagai rangkaian isi kurikulum sekolah bukanlah tanpa alasan. Kurikulum yang merupakan seperangkat pengetahuan dan keterampilan merupakan upaya sistematis untuk membekali siswa menjadi manusia yang lengkap dan utuh. Untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani seperti yang tertuang dalam kurikulum dapat dilakukan melalui aktivitas atau pembelajaran berbagai macam permainan dan olahraga, aktivitas ritmik, aktivitas uji diri atau senam, aktivitas perkembangan dan aktivitas air (akuatik).

Pendidikan jasmani di sekolah memberi kesempatan kepada siswa untuk terlibat secara

langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan aktivitas olahraga secara sistematis, dan terarah sebagai media untuk meningkatkan kemampuan. Gerak sebagai aktivitas jasmani merupakan dasar alami bagi manusia untuk belajar dalam upaya mengenal dunia dan dirinya sendiri. Struktur belajar dalam pendidikan jasmani berkaitan dengan bagaimana siswa belajar mencapai tujuan pendidikan melalui medium aktivitas fisik. Tujuan ideal program pendidikan jasmani bersifat menyeluruh, sebab mencakup bukan hanya aspek fisik tetapi juga aspek lainnya yang mencakup aspek intelektual, emosional. Sosial dan moral dengan maksud kelak anak muda itu menjadi seseorang yang percaya diri, berdisiplin, sehat, bugar dan hidup bahagia.

Untuk dapat mengembangkan kemampuan gerak dasar siswa dengan baik seorang guru harus memiliki kemampuan merancang dan melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan tahap-tahap perkembangan dan karakteristik siswa serta kemampuan memodifikasi dan melakukan pendekatan dalam proses pembelajaran. Kemampuan memodifikasi dan menentukan model-model pembelajaran serta pendekatan yang paling tepat merupakan sarana yang efektif untuk mencapai tujuan pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah dan sekaligus sebagai upaya meningkatkan kualitas pembelajaran, sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lebih bervariasi dan tidak menjenuhkan.

Minimnya sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah, menuntut guru penjas untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan sarana dan prasarana yang ada sesuai dengan kondisi siswa dan sekolahnya. Tidak sedikit siswa yang merasa gagal atau kurang menyukai materi pembelajaran yang disampaikan oleh gurunya karena kemampuan guru dalam menyampaikan materi yang diberikan kurang (buruk), baik dalam penggunaan sarana dan prasarana yang digunakan, dalam penyajian materi, dalam mengoptimalkan lingkungan pembelajaran

maupun dalam mengevaluasi hasil pembelajaran.

Guru mata pelajaran apapun tak terutama pelajaran penjas harus mampu menggugah peserta didik untuk dapat terlibat secara aktif dengan tidak merasa dipaksa serta beraktivitas dalam suasana yang riang gembira. Upaya tersebut tidak lepas dari kemampuan guru untuk memodifikasi segala sesuatu yang berkaitan dengan proses pembelajaran dengan mengurangi atau menambah tingkat kesulitan yang dihadapi siswa baik dalam hal alat bantu dan perlengkapan, karakteristik materi yang disesuaikan dengan keadaan siswa, lingkungan pembelajaran serta cara evaluasi yang diberikan di akhir kegiatan kelak. Seorang guru pendidikan jasmani yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang semenarik mungkin, sehingga anak didik akan merasa senang mengikuti pelajaran penjas yang diberikan. Banyak hal-hal sederhana yang dapat dilakukan oleh guru pendidikan jasmani untuk kelancaran jalannya pendidikan jasmani.

Dengan memodifikasi materi pembelajaran pendidikan jasmani tidak akan mengurangi aktivitas siswa dalam melakukan pendidikan jasmani. Namun justru sebaiknya dengan memodifikasi pembelajaran dan pendekatan dalam bentuk permainan sebagai contohnya, proses pembelajaran pendidikan jasmani akan lebih menyenangkan. Rusli Lutan (1988) menyatakan bahwa "Memodifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi dan dapat melakukan pola gerak secara benar". Pendekatan ini dimaksudkan agar materi dapat disajikan sesuai dengan tahapan perkembangan siswa, baik dari segi kognitif, afektif dan psikomotor sehingga tujuan dari pembelajaran dapat tercapai. Modifikasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh para guru agar proses pembelajaran dapat mencerminkan DAP. Esensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk

aktivitas belajar yang potensial sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya.

Pengembangan individu secara organis yaitu pengembangan fisiologis anak didik sebagai hasil mengikuti kegiatan pendidikan jasmani secara teratur, tertib, dan terprogram. Melalui kegiatan tersebut organ tubuh yang merupakan mesin kehidupan dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Sebagai contoh: Jantung, paru-paru, ginjal serta kelenjar keringat dapat berfungsi dengan baik dalam memperlancar peredaran darah serta mengangkut sisa-sisa pembakaran dari sel-sel otot ke alat ekskresi.

Pengembangan individu secara Neuromuskuler yaitu anak didik yang mengikuti kegiatan pendidikan jasmani secara teratur disekolah akan mengalami pertumbuhan fisik yang berkaitan dengan posturnya sehingga otot-ototnya menjadi kuat dan besar, kecepatan reaksi dan koordinasi gerak anak didik menjadi semakin baik, cepat dan tepat sesuai dengan kehendaknya. Setiap gerak yang dilakukan menjadi efisien dan efektif tanpa mengalami kesulitan berarti. Sistem Neuromuskuler anak didik tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan usianya.

Kegiatan pendidikan jasmani, secara langsung dan tidak langsung, ikut mengembangkan daya intelektual atau kemampuan berfikir anak didik. Dalam kegiatan olahraga permainan misalnya, untuk mengalahkan lawan bermain perlu taktik/siasat.

Dalam kegiatan olahraga yang diprogram dalam pelajaran pendidikan jasmani emosi perlu mendapat perhatian yang besar. Bila pengendalian emosi kurang baik, timbulah perkelahian antar pemain. Demikian juga jika tim menderita kekalahan, pemain akan larut dalam kesedihan yang berkepanjangan. Akan tetapi, bila emosi dapat dikendalikan, mereka akan segera kembali berlatih untuk memperbaiki kekurangan. Emosi dapat terungkap dalam bentuk kegembiraan, kesedihan, atau kemarahan.

Keberhasilan proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru dapat dilihat dari keberhasilan siswa dalam menguasai materi

yang telah diberikan. Selain menguasai materi guru dituntut sabar, kreatif dan mampu membuat anak aktif dalam pembelajaran. Namun pada kenyataan guru masih sering mengalami kendala pada saat proses pembelajaran berlangsung. Permasalahan muncul mana kala siswa merasa kesulitan menerima materi yang diberikan.

Berdasarkan pengalaman mengajar penjasorkes kayang merupakan materi yang dianggap sulit bagi siswa, karena dalam kegiatan pembelajaran siswa takut mengalami cedera, siswa ragu bahkan sering berkata tidak bisa sebelum melakukan gerakan kayang. Siswa yang diliputi rasa tegang berpengaruh pada kelentukan tubuh mereka, ketidaknyamanan membuat tubuh mereka kaku saat melakukan kayang. Untuk materi kayang sendiri pada Siswa kelas IV SD Negeri Kajar Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang yang berjumlah 24 siswa nilai terendah yang diperoleh adalah 60 sedangkan nilai yang tertinggi adalah 80. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas IV dalam pembelajaran kayang belum mencapai nilai kriteria ketuntasan maksimal (KKM) yang ditetapkan sekolah yaitu 70. Dari 24 siswa hanya 8 siswa atau (33 %) yang mendapatkan nilai diatas kriteria ketuntasan minimal (KKM = 70), sedangkan yang belum berhasil mencapai KKM sebanyak 16 siswa atau (67 %).

Dari masalah yang terjadi dalam proses pembelajaran tersebut, maka hendaknya guru penjasorkes mengambil langkah kreatif dalam mengembangkan proses pembelajaran untuk mencapai hasil belajar yang diharapkan yaitu menyiapkan strategi yang tepat agar siswa merasa aman, berani dan tidak perlu takut lagi ketika melakukan kayang. Strategi tersebut harus direncanakan dengan baik dan matang agar dapat diberikan pada siswa secara bertahap dan berkelanjutan agar tujuan pendidikan jasmani dapat tercapai dengan baik. Sesuai kondisi tersebut, dipilih strategi Pembelajaran Kayang Melalui Pendekatan Bermain "*Rambo*", yang diteliti menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

METODE

Subyek penelitian adalah Siswa Penjasorkes SDN Kajar Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang Tahun 2013 sejumlah 24 siswa yang terdiri dari: Siswa laki-laki 14 anak dan siswa perempuan 10 anak.

Lokasi penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di SDN Kajar Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang Tahun 2013

Penelitian ini dilakukan pada April 2013 semester II Tahun Pelajaran 2012/2013. Pelaksanaan Siklus I pada tanggal 10 April 2013 dan Siklus II dilaksanakan pada tanggal 17 April 2013 pada saat jam pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga kelas IV SD Negeri Kajar Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang.

Lokasi penelitian di SD Negeri Surjo 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dilaksanakan berdasarkan prosedur penelitian tindakan kelas. Melalui identifikasi masalah, ditemukan permasalahan dalam pembelajaran Penjasorkes khususnya kayang pada siswa kelas IV SD Negeri Kajar Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang. Permasalahan tersebut meliputi keterampilan guru dalam mengajar, aktivitas siswa rendah, sehingga menyebabkan hasil belajar siswa rendah.

Hasil pengamatan peneliti menunjukkan bahwa dalam situasi kegiatan belajar mengajar, siswa sering terlihat tidak fokus dengan pembelajaran dan tidak menghiraukan penyampaian materi dari guru. Sehingga siswa tidak ada inisiatif untuk bertanya atau pasif. Oleh karena itu, diperlukan suatu media pembelajaran yang menarik untuk meningkatkan aktivitas belajar siswa, sehingga hasil belajar menjadi optimal. Siswa juga sering merasa ketakutan ketika melakukan kayang karena takut cedera pada bagian kepala.

Dengan pembelajaran kayang melalui pendekatan bermain "*Rambo*", terbukti dapat meningkatkan keterampilan guru dalam mengajar, siswa aktif dalam pembelajaran, sehingga hasil siswa dalam melakukan kayang dapat di tingkatkan. Penelitian dilakukan

sebanyak dua siklus, di mana peneliti berkolaborasi dengan teman sejawat agar hasilnya benar-benar dapat dipertanggungjawabkan. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan berkolaborasi dengan Sudadi, S.Pd. Guru SD Negeri Kajar Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang. Penelitian dilakukan sebanyak dua kali yaitu siklus I dan siklus II karena pada siklus ke dua data yang diperoleh sudah memperoleh hasil belajar sesuai yang diinginkan. Berikut ini adalah uraian pelaksanaan penelitian yang telah dilakukan.

SIMPULAN

Dari pelaksanaan pembelajaran yang peneliti lakukan selama pembelajaran awal sampai siklus kedua dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Dengan Pembelajaran Kayang Melalui Pendekatan Bermain "RAMBO" pada siswa kelas IV SD Negeri Kajar Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang Tahun Pelajaran 2013 dapat meningkatkan aktivitas siswa dalam proses belajar mengajar. Siswa yang awalnya takut karena cidera menjadi lebih berani dan benar dalam melakukannya. Siswa yang pasif dalam pembelajaran menjadi aktif karena dengan cara ini siswa mendapatkan ruang yang lebih luas untuk mencari tahu dan menemukan sendiri konsep-konsep materi yang dipelajarinya.

2. Pembelajaran menjadi bermakna, karena siswa memiliki kesempatan untuk berbuat, sehingga akan lebih membekas dalam benak peserta didik.

3. Dengan penerapan permainan "Rambo" pada materi kayang dapat meningkatkan hasil ketuntasan belajar siswa, karena dengan metode tersebut siswa dapat lebih mudah menerima materi yang diajarkan. Hal ini terlihat dari hasil ketuntasan belajar pada pembelajaran awal 33 % meningkat menjadi 67 % pada pembelajaran siklus 1 dan meningkat lagi menjadi 91 % pada siklus 2.

DAFTAR PUSTAKA

- Ateng.1993.*Azas dan Landasan Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Departemen pendidikan dan kebudayaan.
- Anni, Catharina Tri dan Ahmad Rifa'i. 2009. *Psikologi Pendidikan*.Semarang: Unnes Press.
- Arikunto, Suharsimi. 1997. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Ed. Rev. VI)*.Jakarta: Rineka Cipta.
- (2007). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Aqib, Zainal. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas untuk Guru SD, SLB dan TK*.Bandung: Yrama Widya.
- Bahagia, Yoyo danAdangSuherman.2000. *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*.Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Hamalik, Oemar. 2003. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Harry H, Asep dkk. 2008. *Pengembangan Kurikulum dan Pembelajaran*, Cet IX. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Husdarta. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*.Bandung: Alfabeta.
- John, Mary Jean Traetta.2008.*Dasar-DasarSenam*. Bandung: PT Angkasa.
- Kristanto,Agus. 2010.*Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olahraga*. Surakarta: UPT penerbitan dan percetakan UNS (UNS press).
- Luthan Rusli Prof,Dr., Tarigan Beltasar,Dr, Ibragim Rusli,Drs,MA. 2000.*Penelitian Perjas*.Jakarta:Departemen Pendidikan Nasional (Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataan Guru SLTP Setara D-III Tahun 2000).
- Lutan Rusli Prof.Dr., Suherman Adang,Drs,MA. 2000.*Perencanaan Pembelajaran Perjaskes*.Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional (Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataan Guru SLTP SetaraD-III Tahun 2000).