



## **PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH MELALUI PERMAINAN LOMPAT KANCIL PADA SISWA KELAS IV SDN JAMBANGAN 02 KABUPATEN BATANG TAHUN PELAJARAN 2012 / 2013**

**RIFKI DWI WIRDAYANTO**✉

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

### **Info Artikel**

*Sejarah Artikel:*  
Diterima Juli 2013  
Disetujui Agustus 2013  
Dipublikasikan  
September 2013

*Keywords:*

### **Abstrak**

*Berdasarkan hasil pengamatan proses pembelajaran atletik, khususnya lompat jauh pada siswa kelas IV SD Negeri Jambangan belum berjalan dengan baik, dikarenakan minat siswa dalam pembelajaran lompat jauh yang kurang. Dari uraian masalah itu penulis mengupayakan peningkatan hasil belajar lompat jauh melalui permainan lompat kancil yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh pada siswa kelas IV SD Negeri Jambangan 02 melalui penerapan modifikasi permainan lompat kancil. Dengan rumusan masalah sebagai berikut : "Apakah penerapan permainan lompat kancil dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh pada siswa kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang tahun pelajaran 2012/ 2013 ? Peneliti merencanakan penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas. Rancangan penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang. Teknik pengumpulan data menggunakan metode tes, metode dokumentasi, dan angket. Pada siklus I ketuntasan hasil belajar siswa meningkat dengan jumlah siswa yang mencapai ketuntasan belajar menjadi 15 siswa atau 75% dan pada siklus II jumlah siswa yang mencapai ketuntasan belajar meningkat menjadi 18 siswa atau 90%. Jika dilihat dari ketuntasan belajar pada siklus I dan siklus II hanya ada 2 siswa yang tidak mencapai ketuntasan belajar. Simpulan dari penelitian ini adalah pembelajaran melalui permainan lompat kancil dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh siswa kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang tahun Pelajaran 2012/2013. Saran peneliti meliputi beberapa hal, yaitu: (1) permainan lompat kancil dapat menjadi alternatif bagi guru penjasorkes untuk diterapkan pada materi lompat jauh, (2) guru hendaknya mengkondisikan siswa agar dapat mengikuti pembelajaran dengan efektif, dan tidak terlalu lama bermain sehingga menyita waktu pelajaran*

### **Abstract**

*Based on observations of the learning process athletics, especially the long jump at the fourth grade students of SD Negeri Jambangan not going well, because the students' interest in learning the long jump less. From the description of the problem, the authors strive to increase learning outcomes through the game long jump jumping deer that aims to improve learning outcomes in the long jump Elementary School fourth grade students through application modification Jambangan 02 deer jumping game. With the formulation of the problem as follows: "Is the application of deer jumping games can improve learning outcomes in the long jump Elementary School fourth grade students Onion Pot Batang District 02 school year 2012/2013? The researchers plan a study using action research methods class. The design of classroom action research was conducted in two cycles with stages of planning, action, observation and reflection. The subjects were fourth grade students of SD Negeri 02 Sub Onion Pot Batang. Data collection techniques using the test methods,*

*methods of documentation, and questionnaires. In the first cycle increased student mastery of learning outcomes by the number of students who achieve mastery learning of 20 students 15 students that scored  $\geq 70$ , with a 75% passing grade on the second cycle and the number of students who achieve mastery learning increased to 90% of 18 students who received grades  $\geq 70$ , when viewed from the mastery learning in the first cycle and second cycle there are only 2 students who do not achieve mastery learning. Conclusions from this research is learning through games deer can jump long jump improve learning outcomes Elementary School fourth grade students district Onion Pot 02 Lessons Batang year 2012/2013. Suggestions researchers includes several things, namely: (1) deer jumping game can be an alternative for teachers to be applied to the material Perjasorkes long jump, (2) the teacher should be able to follow in order to condition students with effective learning, and not too long so it takes time to play lesson.*

© 2013 Universitas Negeri Semarang

---

✉ Alamat korespondensi:  
E-mail: rifki\_dwiwirdayanto@yahoo.com

ISSN 2252-6773

## PENDAHULUAN

Salah satu pembelajaran pendidikan jasmani atletik yang masuk dalam silabus mata pelajaran pendidikan di SD Negeri Jambangan 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang adalah lompat jauh. Minat belajar siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani atletik lompat jauh tergolong rendah, Kurang menarik penyajian aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani lompat jauh di SD Negeri Jambangan 02 Kabupaten Batang menjadi penyebab pembelajaran atletik di anggap tidak menyenangkan bagi siswa. Pembelajaran penguasaan teknik lompat juga tidak maksimal, siswa bersifat pasif dan kurang bersemangat dalam pembelajaran lompat jauh. Kurang variasi dalam setiap aktivitas akan menyebabkan munculnya kebosanan siswa dan akhirnya mengurangi daya minat.

Tidak dapat dipungkiri bahwa dalam proses belajar-mengajar yang bersifat klasikal atau monoton akan menghadapi permasalahan yang heterogen terhadap kemampuan siswa. Dimana kurangnya kreatifitas seorang guru pendidikan jasmani didalam mengemas materi pembelajaran pendidikan jasmani dianggap sebagai penyebabnya. Untuk itu dituntut seorang guru pendidikan jasmani yang mampu menguasai berbagai model pembelajaran praktik, sehingga pembelajaran dapat berlangsung dengan baik dan berkualitas.

Ditinjau dari proses pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan di SD Negeri Jambangan 02 Kabupaten Batang belum terwujud pembelajaran PAIKEM, belum dicoba melakukan modifikasi sarana dan prasarana dan belum melakukan modifikasi permainan pembelajaran untuk menunjang keberhasilan pembelajaran seperti pendapat di atas. Berdasarkan hasil dari pengamatan proses pembelajaran atletik, khususnya lompat jauh pada siswa kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kabupaten Batang belum berjalan dengan baik, masih banyak siswa yang belum bisa melakukan lompat jauh. Dalam proses pembelajaran lompat jauh pada siswa kelas IV banyak siswa yang belum aktif dalam mengikuti proses

pembelajaran, masih banyak kesalahan-kesalahan yang dilakukan siswa dalam melakukan gerakan lompat jauh, yaitu pada waktu melakukan lompatan atau tumpuan, pada waktu melayang masih banyak siswa yang ragu-ragu bahkan tidak berani melakukan lompatan.

Dalam proses pembelajaran lompat jauh pada siswa kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang, banyak mengalami kendala diantaranya karena sekolah tidak mempunyai sarana dan prasarana yang lengkap, selama ini pembelajaran lompat jauh hanya dilakukan di area persawahan warga. Siswa merasa gembira dengan pembelajaran tersebut akan tetapi area persawahan tidak dapat digunakan setiap saat.

Dari uraian permasalahan di atas guru pendidikan jasmani SD Negeri Jambangan 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang sebagai penulis berencana mengupayakan peningkatan hasil belajar lompat jauh di SD Negeri Jambangan 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang dengan pendekatan pembelajaran melalui modifikasi permainan, yaitu dengan penggunaan modifikasi permainan lompat kancil beregu yang bertujuan agar meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran lompat jauh diharapkan dengan memodifikasi permainan lompat kancil siswa akan lebih aktif, termotivasi dan menambah keberanian dalam melakukan lompat jauh.

Berdasarkan uraian di atas, maka guru pendidikan jasmani SD Negeri Jambangan 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang sebagai penulis bermaksud mengadakan penelitian tindakan kelas pada siswa kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kabupaten Batang dengan judul " Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Permainan Lompat Kancil Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012 /2013 "

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mendapatkan data yang objektif, dan valid sehingga dapat

digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah dalam bidang tertentu (Mahmud, 2011: 97).

Penelitian tindakan kelas adalah suatu pencerminan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan oleh dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama. Tindakan tersebut diberikan oleh guru atau dengan arahan dari guru yang dilakukan oleh siswa. (Mohammad Asrori, 2009).

Subjek penelitian adalah siswa kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang tahun pelajaran 2012 / 2013 yang berjumlah 20 siswa, terdiri dari 8 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan.\

Teknik Pengumpulan Data :

1. Tes Hasil Belajar :

Tes merupakan instrument alat ukur untuk pengumpulan data dimana dalam memberikan respons atas pertanyaan dalam instrumen, peserta didorong untuk menunjukkan penampilan maksimal, peserta diminta untuk mengeluarkan segenap kemampuan yang dimilikinya dalam memberikan respons atas pertanyaan dalam tes.

2. Tes hasil belajar (THB)

merupakan tes penguasaan, karena tes ini mengukur penguasaan siswa terhadap materi yang diajarkan oleh guru atau

dipelajari oleh siswa. Tes diujikan setelah siswa memperoleh sejumlah materi sebelumnya dan pengujian dilakukan untuk mengetahui penguasaan siswa atas materi yang telah diajarkan

3. Observasi

Observasi adalah kegiatan pengamatan yang dilakukan oleh pengamat (Arikunto, 2009:19). Kegiatan observasi dilaksanakan untuk mengamati aktivitas siswa, dan meningkatkan hasil belajar lompat jauh melalui permainan lompat kancil pada kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kecamatan Bawang Kabupaten Batang. Pengamatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah berupa pengamatan langsung terhadap pelaksanaan pembelajaran untuk mengamati aktivitas siswa serta data hasil evaluasi dan lembar hasil praktek siswa.

4. Angket

Angket termasuk alat untuk mengumpulkan dan mencatat data atau informasi, sikap, dan faham dalam hubungan kausal. Angket dilaksanakan secara tertulis dan penilaian hasil belajar akan jauh lebih praktis, hemat waktu dan tenaga. Instrumen penilaian yang disiapkan guna pengambilan nilai kognitif dengan menggunakan soal essay.

Secara terperinci teknik pengumpulan data pada penelitian dapat didiskripsikan dalam tabel berikut:

**Tabel: Teknik Pengumpulan Data Penelitian**

No	Sumber Data	Jenis Data	Teknik Pengumpulan Data	Instrumen
1	NilaiSiswa	Hasil belajar gerak lompat jauh dalam permainan lompat kancil	Test praktek/hasil tes selama mengajar. Psikomotorik	Tes penguasaan permainan lompat kancil
2	Nilai Siswa	Kemampuan menjawab pertanyaan tentang permainan lompat kancil	Tes Essay	Tes Tertulis

3	Nilai Siswa	Aktivitas siswa selama pembelajaran	Observasi. Afektif	Pedoman observasi
---	-------------	-------------------------------------	-----------------------	-------------------

## HASIL PENELITIAN

Penerapan permainan lompat kancil pada pembelajaran lompat jauh di kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kabupaten Batang terbukti dapat meningkatkan minat belajar siswa. Hal tersebut yang telah dilaksanakan sebanyak 2 siklus.

Pada pemaparan hasil penelitian, akan dijabarkan lebih lanjut mengenai hasil yang diperoleh meliputi pemaparan hasil belajar siswa pada mata pelajaran lompat jauh melalui permainan lompat kancil dalam proses pembelajaran di kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kabupaten Batang.

### 1. Siklus I

Hasil pembelajaran siklus I. Untuk rata-rata kelas pada aspek psikomotorik mendapatkan nilai 72, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar menunjukkan angka 75%. Pada pengamatan aspek afektif didapatkan nilai rata-rata 72, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar menunjukkan angka 60%. Selanjutnya pengamatan pada aspek kognitif, untuk rata-rata nilai kelas didapatkan angka 77, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar pada aspek kognitif menunjukkan angka 85%. Dari hasil pengamatan unjuk kerja siswa siklus I pada aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif, kemudian dimasukkan kedalam rekapitulasi nilai akhir dan didapatkan nilai pembelajaran lompat jauh melalui permainan lompat kancil yang telah diberikan dengan nilai rata-rata kelas 73, nilai tertinggi 86, dan nilai terendah 66. Untuk persentase ketuntasan belajar siswa mencapai angka 75% atau 15 siswa yang sudah mencapai ketuntasan belajar sedangkan 5 siswa belum mencapai

### 2. Siklus II

Hasil pembelajaran siklus II. Untuk rata-rata kelas pada aspek psikomotorik mendapatkan nilai 74, sedangkan untuk

ditunjukkan dengan meningkatnya hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kabupaten Batang. Berikut ini akan dipaparkan hasil pelaksanaan pembelajaran dan hasil dari penelitian

persentase ketuntasan belajar menunjukkan angka 80%. Pada pengamatan aspek afektif didapatkan nilai rata-rata 78, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar menunjukkan angka 85%. Selanjutnya pada aspek kognitif, untuk rata-rata nilai kelas didapatkan angka 79, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar pada aspek kognitif menunjukkan angka 95%. Dari hasil belajar siswa siklus II pada aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif, kemudian dimasukkan kedalam rekapitulasi nilai akhir dan didapatkan nilai pembelajaran lompat jauh melalui permainan lompat kancil setelah diadakan perbaikan pada siklus II. Untuk nilai rata-rata kelas meningkat dari 73 menjadi 77, nilai tertinggi 94, dan nilai terendah 66. Untuk persentase ketuntasan belajar siswa pada siklus I 75%, meningkat menjadi 90% atau 18 siswa yang mendapatkan nilai  $\geq 70$  yang sudah mencapai ketuntasan belajar sedangkan 2 siswa yang mendapatkan nilai  $\leq 70$  belum mencapai ketuntasan belajar

### 3. Pembahasan

Dapat dilihat peningkatan dari hasil pembelajaran siklus I, untuk nilai rata-rata siswa 73 meningkat pada pembelajaran siklus II menjadi 77. Sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar, pada siklus I persentase ketuntasan belajar mencapai angka 75 %, meningkat pada pembelajaran siklus II mencapai 90%.

Secara umum pembelajaran dengan modifikasi permainan dapat membuat siswa aktif, kreatif, dan menyenangkan dalam kegiatan pembelajaran. Dapat pula mengatasi

kejujuran dalam belajar lompat jauh serta memupuk rasa kerjasama dalam kelompok, kejujuran, sportifitas, pantang menyerah, dan kepercayaan diri. Namun pada pelaksanaan pembelajaran pada siklus I ditemui beberapa kelemahan pada modifikasi permainan yang menyebabkan kurangnya efektifitas belajar lompat jauh. Kelemahan tersebut dianalisis pada tahap refleksi untuk kemudian dilakukan perbaikan pada pembelajaran siklus II.

Penerapan modifikasi permainan dalam pelaksanaan penelitian ini merupakan alternatif yang dapat digunakan oleh guru untuk mendapatkan perhatian siswa dalam

### SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka rekomendasi yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut :

#### 1) Bagi guru

Guru penjasokes hendaknya bisa meningkatkan kreatifitas dalam kegiatan belajar mengajar dengan menciptakan modifikasi cabang olahraga permainan sebagai alternatif pembelajaran agar dapat meningkatkan minat belajar siswa serta dapat menciptakan suasana pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif, efektif, dan menyenangkan bagi siswa. Selain itu guru juga harus bisa memilih permainan yang tepat sesuai dengan karakteristik gerak anak, dengan begitu siswa akan lebih mudah untuk menerima materi yang diberikan oleh guru dan pemenuhan kebutuhan bermain bagi siswa juga dapat terpenuhi.

#### 2) Bagi siswa

Siswa diharapkan bisa melakukan permainan lompat kancil yang sudah diberikan dari guru dalam aktifitas bermain sehari-hari, selain sebagai sarana bermain juga sebagai bentuk latihan untuk meningkatkan aktifitas gerak agar saat pembelajaran berlangsung siswa sudah lebih siap dengan materi yang diberikan guru.

pembelajaran, membuat siswa semakin memperhatikan pelajaran, berkonsentrasi, lebih menyenangkan dan suasana pembelajaran jadi lebih rileks.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran melalui permainan lompat kancil dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh pada siswa kelas IV SD Negeri Jambangan 02 Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012/2013.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. dkk. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aqib, Zainal. 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Yrama Widya.
- Asrori, Muhamad. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: CV Wacana Prima
- Depdiknas. 2003. *Peningkatan Kualitas Pembelajaran*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Depdiknas.2006. *Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah dasar Kurikulum 2004*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Djamarah, Syaiful, Bahri, dan Zain, Aswan. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Djumidar. 2008. *Dasar-Dasar Atletik*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Irwansyah dkk. 2011. *Mahir Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Bandung: Grafindo Media Pratama.
- Khomsin, 2008. *Atletik 2*. Semarang: Unnes Press.
- Mahendra, Agus. Azas dan falsafah Pendidikan Jasmani. Jakarta : Depdiknas Dirjen P dan K. 2004.
- Mahmud, H. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV Pustaka Setia.

- Mukholid, Agus. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta : Yudhistira.
- Poerwanti, Endang dkk. 2008. *Asesmen Pembelajaran SD*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Ruminiati. 2007. *Pengembangan Pendidikan Kewarganegaraan SD*. Jakarta: Depdiknas.
- Rifa'i, Achmad dan Catharina Tri Anni. 2009. *Psikologi Pendidikan*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTs*. Jakarta : Litera.
- Saputra, Yudha M. 2003. *Pembelajaran Atletik Di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Skripsi Sri Puji Purwaningsih. 2012. *Peningkatan hasil belajar lompat jauh melalui media modifikasi pada siswa kelas V SD Negeri Sibekek Kec Bawang Kab. Batang Tahun Ajaran 2011/12b*: UNNES
- Sudjana. 2002. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugandi, Achmad. 2007. *Teori Pembelajaran*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.
- Soemitro. 1992. *Permainan kecil*. Jakarta : Depdikbud.
- Suprijono, Agus. 2011. *Cooperative Learning Teori dan Aplikasi PAIKEM*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Tim Penyusun. 2011. *Panduan Penulisan Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan*. Semarang : Universitas Negeri Semarang.
- Tri Anni, Catharina. 2007. *Psikologi Belajar*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.
- Undang-undang nomor 20 Tahun 2003. Sistem Pendidikan Nasional
- Uno, Hamzah B. 2009. *Perencanaan Pembelajaran*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Winataputra, Udin S. dkk.2007. *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Sidik, Dikdik Zafar. 2010. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung : Remaja Rosdakarya