



MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LARI SAMBUNG DENGAN PENDEKATAN BERMAIN *PUZZLE* PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KUPU 02 KEC. WANASARI KAB. BREBES TAHUN PELAJARAN 2012/2013

Yazid Marhadiyan Syah [✉], Tri Nurharsono, Supriyono

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

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Agustus 2013
Disetujui Oktober 2013
Dipublikasikan Oktober
2013

Keywords:

*learning, continued running,
and playing puzzle approach*

Abstrak

tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lari sambung dengan pendekatan bermain puzzle pada siswa kelas V SD Negeri Kupu 02 Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2012/2013. Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif dan melalui hitungan rumus yang telah ditentukan. Penelitian dikatakan berhasil jika siswa mencapai ketuntasan dan hasil belajar siswa dari siklus I ke siklus II.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran permainan lari sambung melalui aplikasi bermain menyusun puzzle, pada siswa kelas V SD Negeri Kupu 02 Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes. Keberhasilan siswa pada siklus I sebesar 68,97% (20 siswa tuntas; 9 siswa belum tuntas dengan nilai rata-rata kelas 73,5) dan keberhasilan siklus II sebesar 100% (29 siswa tuntas dengan nilai rata-rata kelas 81,7) sehingga mengalami peningkatan dari siklus I ke siklus II sebesar 31,03 %.

Berkaitan dengan simpulan di atas, bahwa pembelajaran lari sambung yang diberikan oleh guru dengan menggunakan pendekatan bermain puzzle dapat meningkatkan kemampuan lari sambung pada siswa.

Abstract

The purpose of this study was to determine the increase in learning outcomes approach run continued with a puzzle in class V Elementary School District 02 Kupu Wanasari Brebes Academic Year 2012/2013. Techniques of data analysis done descriptively and through a predetermined formula counts. Research is successful if students achieve mastery and student learning outcomes from the first cycle to the second cycle.

The results showed that the running game continued application of learning through play applications compiled puzzle, the fifth grade students of SD Negeri 02 Kupu Wanasari Brebes district. Student success in the first cycle of 68.97% (20 students completed; 9 students have completed the class average score 73.5) and the success of the second cycle of 100% (29 students finished with an average value of 83 classes) so that experienced increase from cycle I to cycle II of 31.03%.

In connection with the above conclusion, that run continued learning provided by the teacher using a puzzle approach can improve the ability of the students continued running.

© 2013 Universitas Negeri Semarang

[✉] Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lt. 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229

E-mail: yazidms.172@gmail.com

ISSN 2252-6773

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan 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. Dua diantara tujuan-tujuan penjas menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) 2006 adalah: (1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, (2) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar (3) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.

Salah satu penekanan pada standar isi penjasorkes yang terangkum dalam BSNP 2006 di Sekolah Dasar (SD) adalah menstimulasi kemampuan gerak dasar peserta didik seperti: (1) *Lokomotor* (berjalan, berlari, melompat, dan lain-lain), (2) *Non-lokomotor* (memutar, meliuk, membungkuk, menengadahkan, dan lain-lain), (3) *Manipulatif* (melempar, menangkap, menggulirkan, dan lain-lain).

kendala-kendala yang dihadapi dalam pembelajaran Penjasorkes khususnya pembelajaran lari sambung di kelas V SD Negeri Kupu 02 diantaranya yaitu : (1). Sarana prasarana merupakan salah satu bagian yang strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Lapangan yang luas merupakan sarana yang dibutuhkan dalam pelaksanaan pembelajaran lari sambung. (2). Motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran lari sambung sangat kurang, karena didasari rasa takut dalam penguasaan teknik lari. Ketakutan yang ditimbulkan siswa adalah takut cidera, merasa takut karena dikucilkan dengan teman satu kelompoknya bila ia kalah dalam berkompetisi

dalam lari. (3) Siswa merasa bosan apabila ada materi yang berhubungannya dengan lari, karena dianggap kurang menarik terutama bagi siswa putri. (4) siswa laki-laki terkadang kurang serius saat melakukannya, terutama saat pergantian tongkat mereka sering kali memberikannya dengan cara di lempar (5) Pada saat pembelajaran lari sambung siswa enggan menempatkan menjadi pelari II, pelari III ataupun pelari IV karena siswa ingin menjadi pelari pertama (pelari *start*) yang memegang tongkat estafet sehingga sering berebut dengan teman yang lain.

Untuk mengatasi masalah tersebut, maka kami sebagai guru penjasorkes mencoba melaksanakan kegiatan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul “Meningkatkan hasil belajar lari sambung dengan pendekatan bermain *puzzle* pada siswa kelas V SD Negeri Kupu 02 Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2012/2013”.

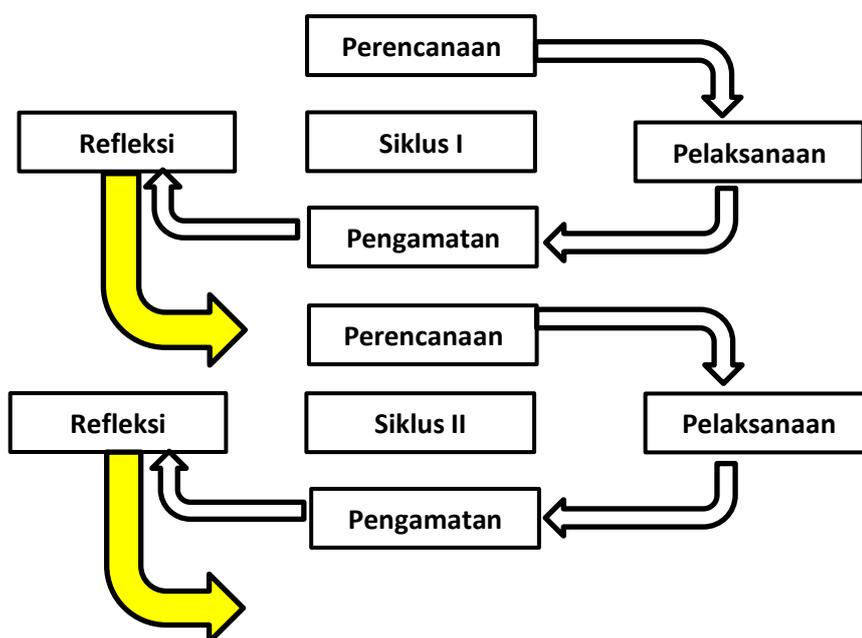
METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan metode perlakuan proses pembelajaran lari sambung dalam penjasorkes dengan alat bantu *puzzle* melalui pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Sebagai subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Kupu 02 dengan jumlah siswa sebanyak 29 siswa terdiri atas 17 laki-laki dan 12 perempuan Sebagai obyek dalam penelitian lari sambung pada siswa kelas V SD Negeri Kupu 02. Waktu penelitian lari sambung permainan bermain *puzzle* pada siswa kelas V SD Negeri Kupu 02 Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes. Disesuaikan dengan jam pelajaran Penjasorkes dan siklus I dilaksanakan pada tanggal 30 April dan siklus II di dilaksanakan tanggal 14 Mei 2013. Pelaksanaan penelitian aplikasi permainan menyusun *puzzle* ini, dilaksanakan di lapangan desa Klampok yang beralamat di jalan wanagati-Klampok Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes.

Pelaksanaan penelitian lari sambung, dilaksanakan di halaman SD Negeri Kupu 02. Di dalam penelitian ini, pengambilan data

dilaksanakan sebanyak dua kali yaitu siklus I dan siklus II. Adapun data tentang proses belajar mengajar pada saat dilaksanakan tindakan kelas dengan lembar observasi. Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah tes dan observasi. Kegiatan ini digunakan untuk mengumpulkan data sebagai bahan refleksi dan analisis. Observasi dilakukan sendiri oleh guru dan peneliti untuk mendapatkan data yang rinci dan akurat. Instrumen pengumpulan data dengan metode tes, dokumentasi, kuesioner. Analisis

data yang digunakan dalam meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Prosedur penelitian Penelitian tindakan kelas terdiri atas dua siklus. Penelitian tindakan kelas ditujukan untuk meningkatkan hasil belajar siswa materi pokok lari sambung. Adapun langkah-langkah pelaksanaan PTK dilakukan melalui empat tahap, yakni: (1) perencanaan (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi. Secara jelas langkah-langkah tersebut dapat digambarkan sebagai berikut.



HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Proses penelitian dilaksanakan dalam 2 siklus yang masing-masing siklus terdiri dari 4 tahapan, yakni: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Data yang diperoleh dari hasil penelitian berupa data

numeric (angka) yang kemudian dianalisis untuk membuktikan hipotesis yang diajukan. Adapun data yang diperoleh meliputi hasil belajar siswa mencakup ranah psikomotorik, kognitif, dan afektif, serta hasil angket siswa tentang tingkat kepuasan siswa terhadap proses pembelajaran di setiap siklusnya.

Tabel Ketuntasan Belajar Siswa Pada Siklus I

No	Tahapan siklus	Jumlah siswa	Jumlah Ketuntasan			
			Tuntas (siswa)	Prosentase (%)	Belum tuntas (siswa)	Prosentase (%)
1	Pra Siklus	29	12	41,38	17	58,62
2	Siklus 1	29	20	68,97	9	31,03

Dari hasil pengamatan dan hasil angket respon siswa terhadap proses pembelajaran yang telah berlangsung, diperoleh hasil penilaian yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik mengalami peningkatan dari

sebelum diadakan penelitian tindakan kelas (pra siklus), yaitu semula 12 siswa atau sebesar 41,38% yang sudah dinyatakan tuntas menjadi 20 siswa atau 68,97% sudah dinyatakan tuntas belajar.

Tabel Ketuntasan Belajar Siswa Pada Siklus 2

No	Tahapan siklus	Jumlah siswa	Jumlah Ketuntasan			
			Tuntas (siswa)	Prosentase (%)	Belum tuntas (siswa)	Prosentase (%)
1	Siklus 1	29	20	68,97	9	31,03
2	Siklus 2	29	29	100	0	0

Dari hasil pengamatan dan hasil angket respon siswa terhadap proses pembelajaran yang telah berlangsung, diperoleh hasil penilaian yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik mengalami peningkatan dari siklus 1, yaitu semula 20 siswa atau sebesar 68,97% yang sudah dinyatakan tuntas menjadi 29 siswa atau 100 % sudah dinyatakan tuntas belajar, sehingga 100% tuntas

Berdasarkan kekurangan yang diperoleh pada siklus 1, maka peneliti sebagai sumber belajar berkolaborasi untuk melakukan perbaikan pada siklus 2. Perbaikan-perbaikan tersebut antara lain :

- a. Siswa diharapkan menikmati proses pembelajaran lari sambung dengan menggunakan pendekatan permainan *puzzle*
- b. Diharapkan pembelajaran pembelajaran lari sambung dengan menggunakan pendekatan permainan *puzzle* merupakan pembelajaran yang menarik dan menyenangkan bagi siswa
- c. Mengubah sedikit lapangan yang digunakan pada siklus I dengan memodifikasi ukuran serta bentuk lapangan/lintasan yang baru sehingga dapat digunakan pada siklus II nantinya.

Pembahasan siklus 2 dari hasil pengamatan dan hasil angket respon siswa terhadap proses pembelajaran yang telah berlangsung, diperoleh hasil penilaian yang

meliputi aspek Psikomotorik, kognitif, dan afektif mengalami peningkatan Selama proses pembelajaran pada siklus 2, siswa terlihat serius mengikuti petunjuk dan arahan dari guru, siswa terlihat disiplin, bersemangat, percaya diri dan berani selama proses pembelajaran berlangsung. Sehingga hasil pembelajaran pada siklus 2 sudah maksimal sesuai dengan tujuan pembelajaran yang diharapkan. Keberhasilan peningkatan hasil belajar permainan lari sambung pada siswa kelas V SD Negeri Kupu 02 Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes melalui pendekatan permainan menyusun *puzzle* sebagai berikut :

- a. Model pembelajaran yang dilakukan merupakan suatu pembelajaran yang tergolong baru bagi siswa dan belum pernah didapat sebelumnya sehingga memberi pengalaman baru bagi siswa.
- b. Pendekatan pembelajaran dengan permainan merupakan pembelajaran yang menyenangkan dan benar-benar siswa diajak untuk terlibat aktif selama proses pembelajaran.
- c. Ketertarikan siswa untuk mengulang kembali model pembelajaran yang sama
- d. Minat siswa untuk belajar lari sambung bertambah karena siswa menganggap belajar lari sambung dengan pendekatan permainan *puzzle* merupakan pembelajaran yang menyenangkan dan menambah wawasan serta pengalaman.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari hasil penelitian pembelajaran diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pembelajaran lari sambung pada siswa kelas V SD Negeri Kupu 02 Kecamatan Wanasari yang diberikan dengan menggunakan pendekatan bermain *puzzle* dapat meningkatkan kemampuan lari sambung siswa. Hal tersebut dapat dilihat hasil penelitian berikut ini : Siswa terlihat tertarik, aktif dan antusias dalam mengikuti proses pembelajaran permainan lari sambung, siswa terlihat memperhatikan pelajaran dengan serius dan terlihat aktif dalam kegiatan belajar mengajar, siswa yang dapat melakukan tes kompetisi kemampuan gerak dasar dengan baik.

Saran

Berkaitan dengan simpulan di atas, maka peneliti dapat mengajukan saran-saran sebagai berikut:

- 1) Guru hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat seiring dengan peningkatan kemampuan yang dimilikinya. Selain itu, guru hendaknya mau membuka diri untuk menerima berbagai bentuk masukan, saran, dan kritikan agar dapat lebih memperbaiki kualitas pengajarannya.
- 2) Guru hendaknya lebih inovatif dalam menerapkan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran.
- 3) Kepala sekolah hendaknya berusaha menyediakan fasilitas yang dapat mendukung kelancaran kegiatan belajar mengajar.
- 4) Kepada guru yang belum melakukan pembelajaran bermain hendaknya mencoba teknik tersebut dalam pembelajaran lari sambung
- 5) Penelitian ini dapat diterapkan di kelas lain maupun di sekolah lain. Namun tentu saja dalam penerapannya harus diikuti oleh penyesuaian dan modifikasi seperlunya sesuai dengan konteks kelas

ataupun sekolah masing-masing. Hal ini disebabkan meskipun sekolah-sekolah yang ada di Indonesia ini pada dasarnya hampir sama satu dengan yang lainnya, namun tetap memiliki suatu karakteristik khusus yang hanya dimiliki oleh masing-masing kelas atau sekolah sebagai akibat dari keanekaragaman yang dimiliki oleh masing-masing individu yang ada di kelas atau sekolah tersebut.

- 6) Hendaknya siswa juga lebih bersemangat dalam mempelajari semua mata pelajaran agar mereka dapat meningkatkan prestasi, baik prestasi akademik maupun non akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Mardiana, Purwadi, Wira Indra Satya (2011). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Agus Mahendra, (2004). *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas, Dirjen Pendidikan dasar dan menengah, Direktorat Tenaga Kependidikan.
- Ali Maksum, (2008). *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Bellestero J. M (1979) *Pedoman Latihan Dasar Atletik*. Spanyol : diterjemahkan oleh PASI
- Departemen Pendidikan Nasional, (BSNP 2006). *Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta : DepDikBud
- Dinn Wahyudin, dkk. (2011). *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Durri Andriani, dkk. (2011). *Metode Penelitian*. Jakarta: Universitas Terbuka
- <http://kuliah.itb.ac.id/course/info.php?id=435>(tanggal 6 April 2013)
- http://1.bp.blogspot.com/-NgK4 LnD-r4/Tj935n5gB_I/AAAAAAAAAOg/G88sWNmdxhs/s1600/Puzzle.jpg(tanggal 6 April 2013)
- <http://blogspot.com/lari-sambung-estafet.html>(tanggal 6 April 2013)

- IG.AK Wardani(2009), *Perspektif Pendidikan SD*. Jakarta : Universitas Terbuka
- IG.A.K Wardhani dan Kuswaya Wihardit (2011) *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Rusli Luthan (2005). *Perencanaan dan Strategi Pembelajaran Penjas*Jakarta: Depdiknas,Dirjen Pendidikan dasar dan menengah, Direktorat Tenaga Kependidikan.
- Soepartono (2004) *Pembelajaran Atletik*. Jakarta: Depdiknas, Dirjen Pendidikan dasar dan menengah, Direktorat Tenaga Kependidikan.
- Suharsimi Arikunto(2010). *Penelitian Tindakan*. Jakarta: PT. Aditya Media.
- Sunaryo Basuki, Soetrisno, Soegito (1979). *Atletik Sejarah, Teknik dan Metodik*.untuk SGOJakarta: Garuda Madju Cipta.
- Tim Abdi Guru (2006) *Penjas Orkes Untuk Anak SD*. Penerbit : Erlangga