

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI MELALUI PERMAINAN
POS BERANGKAI PADA SISWA KELAS IV SDN SIDALANG 02 KECAMATAN
TERSONO KABUPATEN BATANG TAHUN PELAJARAN 2012/2013****Ivan Agung Kurniawan** Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia**Info Artikel***Sejarah Artikel:*

Diterima Agustus 2013

Disetujui Juli 2014

Dipublikasikan Juli 2014

Keywords:

Jump, post

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar lompat tinggi melalui permainan pos berangkai pada siswa kelas IV SDN Sidalang 02 Kecamatan Tersono Kabupaten Batang Tahun 2012/2013. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas. Tindakan yang dilakukan tiap siklus meliputi: (1) perencanaan (2) pelaksanaan (3) observasi, dan (4) refleksi. Subjek penelitian siswa kelas IV SD Negeri Sidalang 02 tahun pelajaran 2012/2013 sebanyak 12 siswa. Teknik pengumpulan data dengan cara observasi tes kemampuan dan penelitian hasil belajar lompat tinggi. Teknik analisis data menggunakan deskriptif persentase untuk mengetahui hasil ketuntasan belajar klasikal siswa. Hasil siklus I menunjukkan bahwa 58,33% atau 7 siswa mencapai ketuntasan belajar, seterusnya dilanjutkan kesiklus II dan hasilnya menunjukkan bahwa terjadi peningkatan prosentase hasil belajar dalam kategori tuntas 83,3% atau 10 siswa mencapai ketuntasan belajar dari 12 siswa. Karena persentase ketuntasan klasikal hasil belajar siswa sudah mencapai 83,3% maka peneliti tindakan kelas ini telah mencapai indikator keberhasilan. Simpulan penelitian ini adalah pembelajaran lompat tinggi melalui permainan pos berangkai dapat meningkatkan kemampuan hasil belajar siswa kelas IV SDN Sidalang 02 Kecamatan Tersono Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012/2013..

Abstract

The purpose of this study was to improving learning outcomes through the game's high jump at the post berangkai Sidalang fourth grade students of SDN 02 Batang District Tersono In 2012 / 2013. This research is a class action. Actions performed each cycle includes: (1) planning (2) implementation (3) observation, and (4) reflection. Research subjects Elementary School fourth grade students of the school year Sidalang 02 2012/2013 as many as 12 students. Techniques of data collection by observation and research tests the ability of the high jump learning outcomes. Using descriptive data analysis techniques to determine the percentage of complete learn classical student outcomes. The results of the first cycle showed that 58.33% or 7 students achieve mastery learning, so continued kesiklus II and the results showed that an increase in the percentage of completion of learning outcomes in the category of 83.3% or 10 students achieve mastery learning of 12 students. Because classical completeness percentage of student learning outcomes has reached 83.3%, the researchers of this class action have reached an indicator of success. Conclusions This study is the high jump learning through games can increase the ability of post sequential learning outcomes Sidalang fourth grade students of SDN 02 Batang District Tersono Academic Year 2012/2013.

PENDAHULUAN

Dalam proses pembelajaran jasmani yang dilakukan di SDN Sidalang 02 saat ini masih berjalan kurang baik, karena masih ada nilai yang diperoleh dari 12 siswa, hanya 4 siswa atau 33,3% yang mampu mendapatkan hasil di atas kriteria ketuntasan minimal KKM yaitu 75.

Pada saat proses pembelajaran antusias siswa masih rendah, sehingga berakibat perkembangan lompat tinggi siswa juga rendah, selain itu masih banyak siswa yang mengeluh karena media saat pembelajaran yang diberikan belum lengkap, Ketertarikan siswa terhadap materi yang disampaikan masih kurang, hal ini disebabkan oleh tingkat pemahaman siswa yang masih rendah dan media pembelajaran yang kurang memadai. Tingkat keberhasilan dalam pembelajaran penjas orkes harus didukung dengan media pembelajaran yang baik, fasilitas yang memadai serta kemampuan guru penjas yang didukung dengan intelektual yang tinggi. Namun keberhasilan penjas yang paling utama yaitu kreativitas guru didalam melaksanakan pembelajaran penjasorkes untuk meningkatkan hasil belajar siswa sehingga di dalam pelaksanaan pembelajaran penjas siswa mampu menerima hasil pembelajaran secara optimal.

Banyak hal-hal yang dapat dilakukan oleh guru penjas orkes di dalam meningkatkan hasil belajar siswa diantaranya adalah: memodifikasi dan menginovasi media bantu pembelajaran dengan memasukan unsur permainan di dalam pelaksanaan pembelajaran. Sesuai dengan karakteristik siswa SD, usia 6-12 tahun kebanyakan dari mereka cenderung masih suka bermain. Untuk itu diperlukan figure guru yang mampu mengembangkan pembelajaran efektif, disamping itu juga harus memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswa. Pada masa usia tersebut seluruh aspek perkembangan manusia baik itu kognitif, afektif dan psikomotorik mengalami perubahan-perubahan yang paling mencolok adalah pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikologis.

Berdasarkan hasil pembelajaran penjas orkes pada siswa kelas IV SDN Sidalang 02

Kecamatan Tersono Kabupaten Batang memiliki tingkat kreativitas serta hasil pembelajaran yang minimum terhadap pembelajaran penjasorkes khususnya pembelajaran lompat tinggi. Dari hasil pembelajaran tersebut dapat diketahui bahwa kurangnya hasil belajar siswa terhadap pembelajaran lompat tinggi dikarenakan kurangnya antusias siswa mendengarkan dan mempraktekan materi yang akan diajarkan oleh guru, kesiapan siswa yang masih kurang, dan minimnya media pembelajaran. Oleh karna itu peneliti tertarik untuk melakukan (PTK) dengan membuat pelajaran yang efektif dan menyenangkan. Untuk itu perlu adanya pendekatan, variasi maupun modifikasi dalam pelaksanaan pembelajaran lompat tinggi.

Dari permasalahan yang dihadapi oleh peneliti tersebut khususnya terhadap hasil belajar siswa yang rendah dikarenakan antusias siswa yang masi kurang dan media yang kurang memadai pada pembelajaran lompat tinggi maka peneliti melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas IV SDN Sidalang 02 Kecamatan Tersono Kabupaten Batang dengan judul “ Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Tinggi Melalui Permainan Pos Berangkai pada siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Sidalang 02 Kecamatan Tersono Kabupaten Batang tahun pelajaran 2012/2013”

METODE

Subjek penelitian tindakan kelas ini adalah seluruh siswa kelas IV SDN Sidalang 02 Kecamatan Tersono Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012/2013.dengan jumlah 12 siswa, Putra : 8 anak dan siswa putri : 4 anak.

Dalam penelitian tindakan secara garis besar para peneliti pada umumnya perlu mengenal adanya 4 komponen penting yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, refleksi. Sumber Data berasal dari siswa, data dokumentasi. Data yang diambil dalam penelitian ini adalah data hasil belajar siswa. Teknik pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah metode tes, dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas ini dilakukan pada siswa Kelas IV SD Negeri Sidalang 02 Kecamatan Tersono Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012/2013 dengan jumlah siswa sebanyak 12.

Pada penelitian ini, telah dilakukan perbaikan pembelajaran sebanyak 2 siklus. Kemudian disampaikan hasil perbaikan pada masing-masing siklus yang mencakup penilaian aktifitas guru, siswa, dan hasil belajar siswa. Berdasarkan penelitian ini, hasil pada tiap siklusnya adalah sebagai berikut :

Siklus I

Hasil pengamatan unjuk kerja siswa pembelajaran siklus I. Untuk rata-rata kelas pada aspek psikomotorik mendapatkan nilai 71, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar menunjukkan angka 58,3%. Pada pengamatan aspek afektif didapatkan nilai rata-rata 75, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar menunjukkan angka 75%. Selanjutnya pengamatan pada aspek kognitif, untuk rata-rata nilai kelas didapatkan angka 76, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar pada aspek kognitif menunjukkan angka 78%. Dari hasil pengamatan unjuk kerja siswa siklus I pada aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif, kemudian dimasukkan kedalam rekapitulasi nilai akhir dan didapatkan nilai pembelajaran permainan pos berangkai melalui permainan modifikasi yang telah diberikan dengan nilai rata-rata kelas 74, nilai tertinggi 84, dan nilai terendah 57. Untuk persentase ketuntasan belajar siswa mencapai angka 58% atau 7 siswa yang sudah mencapai ketuntasan belajar sedangkan 5 siswa belum mencapai ketuntasan belajar.

Siklus II

Hasil pengamatan unjuk kerja siswa pada pembelajaran siklus II. Untuk rata-rata kelas pada aspek psikomotorik mendapatkan nilai 78, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar menunjukkan angka 75%. Pada pengamatan aspek afektif didapatkan nilai rata-rata 75, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar menunjukkan angka 92%. Selanjutnya

pengamatan pada aspek kognitif, untuk rata-rata nilai kelas didapatkan angka 76, sedangkan untuk persentase ketuntasan belajar pada aspek kognitif menunjukkan angka 78%. Dari hasil pengamatan unjuk kerja siswa siklus II pada aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif, kemudian dimasukkan kedalam rekapitulasi nilai akhir dan didapatkan nilai pembelajaran lompat tinggi melalui pos berangkai setelah diadakan perbaikan pada siklus II. Untuk nilai rata-rata kelas meningkat dari 74 menjadi 79, nilai tertinggi 84 menjadi 91, dan nilai terendah 57. Untuk persentase ketuntasan belajar siswa pada siklus I adalah 58%, yang kemudian meningkat menjadi 83% atau 10 siswa yang sudah mencapai ketuntasan belajar sedangkan 2 siswa belum mencapai ketuntasan belajar.

SIMPULAN

Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas IV SDN Sidalang 02 Kecamatan Tersono Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012/2013 dilaksanakan dalam dua siklus. Pada setiap 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 dan pembahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV, diperoleh simpulan bahwa:

Pembelajaran melalui permainan pos berangkai, dapat meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* pada siswa kelas IV SDN Sidalang 02 Kecamatan Tersono Kabupaten Batang Tahun Pelajaran 2012/2013. Dari hasil analisis diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. Hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 58,3% jumlah siswa yang tuntas adalah 7 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan prosentase hasil belajar siswa dalam kategori tuntas sebesar 83,3%, sedangkan siswa yang tuntas 10 siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus mukholid. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMA*. Surakarta : Yudhistira
- Deni Kurniadi. 2010. *Penjas Orkes untuk SD kelas IV*. Jakarta : BSE.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2006. *Belajar dan Pembelajaran II*. Surakarta : UNS
- Djumidar. 2008. *Dasar-dasar atletik*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Nuryono. 2010. *Penjasorkes*. Jakarta : Kementerian Pendidikan Nasional
- Mulyono Abdurahman. 1999. *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI* : Jakarta.
- Samsudin. 2008. *Pemanfaatan Lingkungan dalam Pembelajaran Penjas*. Jakarta : Universitas Terbuka.
- Soeparwoto, dkk. 2007. *Psikologi Perkembangan*. Semarang : UNNES PRESS.
- Subarjah Herman. 2008. *Permainan Kecil di Sekolah Dasar*. Jakarta: Universitas Terbuk
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain. 2006. *Srategi Belajar Mengajar*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Syaiful Bahri Djamarah. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta : Rineka Cipta
- Wardani. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Universitas Terbuka
- <http://www.anneahira.com/atletik-lompat-tinggi.htm>. di akses tanggal 17 april 2013