

**UPAYA PENINGKATAN PEMBELAJARAN SEPAK TAKRAW MENGGUNAKAN  
VARIASI BOLA PADA SISWA KELAS V SD NEGERI SEMBUNGHARJO 1  
KECAMATAN PULOKULON KABUPATEN GROBOGAN****Cintia Proba Wardhani** ✉

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

**Info Artikel***Sejarah Artikel:*

Diterima Agustus 2013  
Disetujui Agustus 2014  
Dipublikasikan Agustus  
2014

*Keywords:*

*Learning, sepak takraw,  
students, variation ball*

**Abstrak**

*Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Peningkatan Pembelajaran Sepak Takraw melalui Variasi bola pada siswa kelas V SD Negeri 1 Sembungharjo Kecamatan Pulokulon Kabupaten Grobogan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri 1 Sembungharjo yang terdiri dari 40 siswa. Penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus tindakan. Siklus pertama dilaksanakan pada hari kamis tanggal 23 Mei 2013 dan pada siklus kedua dilaksanakan pada tanggal 28 Mei 2013. Adapun data diperoleh dianalisis dengan rumus perhitungan yang ada. Dari hasil siklus I diperoleh prosentase rata-rata aspek kognitif 66,67%, rata-rata aspek afektif 56,50%, rata-rata aspek psikomotor 64,30% dengan KKM yang harus dicapai adalah 65%. Sedangkan dari hasil siklus II diperoleh prosentase rata-rata kognitif 91%, rata-rata afektif 91%, rata-rata aspek psikomotor 74,33% dengan KKM yang harus dicapai adalah 65%. Dengan demikian dapat diambil simpulan bahwa pembelajaran sepak takraw menggunakan variasi bola plastik dan bola karet dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat meningkatkan pembelajaran sepak takraw siswa kelas V SD Negeri 1 Sembungharjo Kecamatan Pulokulon Kabupaten Grobogan.*

**Abstract**

*The purpose of this study is to determine Improved Learning through Variation Takraw Soccer ball in the fifth grade students of SD Negeri 1 Sembungharjo District Pulokulon Grobogan. The method used in this study is action research with the subject of this study is the fifth grade students of SD Negeri 1 Sembungharjo which consists of 40 students. The research was conducted in two cycles of action. The first cycle was held on Thursday, May 23, 2013 and the second cycle was held on May 28, 2013. The data obtained were analyzed with the existing calculation formula. Results obtained from the first cycle average percentage of 66.67% cognitive, affective aspects average 56.50%, average 64.30% with psychomotor aspects of KKM to be achieved is 65%. While the results of the second cycle obtained an average percentage of 91% cognitive, affective average of 91%, average 74.33% with psychomotor aspects of KKM to be achieved is 65%. Thus the conclusion that can be drawn using a variety of learning sepak takraw plastic ball and rubber ball in Physical Education and Health Sport can improve learning sepak takraw fifth grade students of SD Negeri 1 Sembungharjo District Pulokulon Grobogan.*

## PENDAHULUAN

Menurut Beley dan Field (dalam Suranto, dkk. 2004) mendefinisikan bahwa pendidikan jasmani sebagai proses yang menguntungkan dalam penyesuaian dari belajar gerak, neuro-moscular, sosial, kebudayaan, baik emosional dan etika sebagai akibat yang timbul melalui pilihannya yang baik melalui aktivitas fisik yang menggunakan sebagian besar otot. Oleh karena itu pendidikan jasmani harus diutamakan, mengingat tujuan yang penting dalam pengembangan pembelajaran.

Kualitas guru pendidikan jasmani yang ada pada sekolah dasar pada umumnya kurang memadai. Guru kurang mampu dalam melaksanakan profesinya secara profesional, kurang berhasil melaksanakan tanggung jawab untuk mengajar dan mendidik siswa secara sistemik melalui gerakan pendidikan jasmani yang mengembangkan kemampuan dan keterampilan secara menyeluruh baik fisik, mental maupun intelektual.

Sekolah Dasar Negeri Sembungharjo 1 merupakan sekolah dasar yang terdapat di Kecamatan Pulokulon Kabupaten Grobogan. Sekolah ini merupakan sekolah yang sudah mempunyai sarana dan prasarana yang cukup memadai. Hal ini jelas menunjukkan bahwa olahraga sepak takraw sudah dikenalkan di sekolah tersebut. Antusias para siswa akan pelajaran Penjasorkes yang menjadikan siswa semangat melaksanakan pembelajaran sepak takraw.

Adapun kendala pembelajaran sepak takraw di SD ini adalah kurang efektifnya pembelajaran sepak takraw dikarenakan bola takraw menurut siswa yang sangat keras dan sakit jika mengenai kaki maupun kepala, sehingga peneliti memvariasi bola takraw menggunakan bola plastik dan bola karet. Bola plastik dan bola karet ini digunakan untuk menarik minat bermain sepak takraw siswa agar berani melakukan permainan sepak takraw. Bola yang digunakan juga berwarna warni sehingga dapat menarik perhatian siswa.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis berminat untuk melakukan penelitian tindakan

kelas (PTK) dengan judul " Upaya Peningkatan Pembelajaran Sepak Takraw Menggunakan Variasi Bola Pada Siswa Kelas V Sd Negeri Sembungharjo 1 Kecamatan Pulokulon Kabupaten Grobogan"

## METODE

Sebagai subyek penelitian pada Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini yaitu V SD Negeri Sembungharjo 1 Kecamatan Pulokulon Kabupaten Grobogan.

Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan teknik prosentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran.

Prosedur penelitian hendaknya dirinci dimulai dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan evaluasi, hingga analisis dan refleksi yang bersifat daur ulang atau siklus tindakan. Tunjukkan juga siklus-siklus tindakan yang hendak dilakukan dengan menguraikan indikator keberhasilan yang ingin dicapai dalam setiap siklusnya. Jumlah siklus yang dilakukan bergantung pada kepuasan peneliti, tetapi hendaknya lebih dari satu siklus dan minimal 2 (dua) siklus tindakan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Siklus I

Hasil penelitian siklus I, diperoleh rata-rata kelas 62,49 dengan prosentase ketuntasan belajar 40,00%. Kriteria ketuntasan klasikal masih dikategorikan belum sesuai jika dihubungkan dengan indikator keberhasilan. Hasil yang dicapai yaitu rata-rata kelas sebesar 62,49 dan ketuntasan klasikal sebesar 40,00%. Indikator keberhasilan masih belum tercapai yaitu rata-rata kelas  $\geq 60$  dan ketuntasan klasikal  $\geq 85\%$ .

Keaktifan siswa (aspek afektif) selama proses pembelajaran di siklus I sudah mencapai batas ketuntasan yang diharapkan. Prosentase keaktifan siswa pada siklus I adalah sebesar 66,67. Prosentase keaktifan siswa yang

diharapkan adalah  $\geq 65$ . Hasil pengetahuan siswa (aspek kognitif) selama proses pembelajaran di siklus I belum mencapai batas ketuntasan yang diharapkan, dimana hasil rata-rata aspek kognitif mencapai 56,50, dimana hasil yang diharapkan adalah  $>65$ . Hasil gerak siswa (aspek psikomotorik) selama proses

pembelajaran di siklus I belum mencapai batas ketuntasan yang diharapkan, dimana hasil rata-rata aspek psikomotorik mencapai 64,30, dimana hasil yang diharapkan adalah  $>65$ . Hasil penelitian siklus I adalah sebagai berikut:

**Tabel 1.** Hasil Penelitian Siklus I Aspek Kognitif, Afektif dan Psikomotorik

Hasil Penelitian	Hasil	Indikator Keberhasilan	Keterangan
Rata-rata kelas	62,49	$\geq 65$	Belum tercapai
Rata-rata Aspek Kognitif	66,67	$\geq 65$	Sudah tercapai
Rata-rata Aspek afektif	56,50	$\geq 65$	Belum tercapai
Rata-rata Aspek psikomotorik	64,30	$\geq 65$	Belum tercapai
Ketuntasan belajar	40,00%	$\geq 85\%$	Belum tercapai

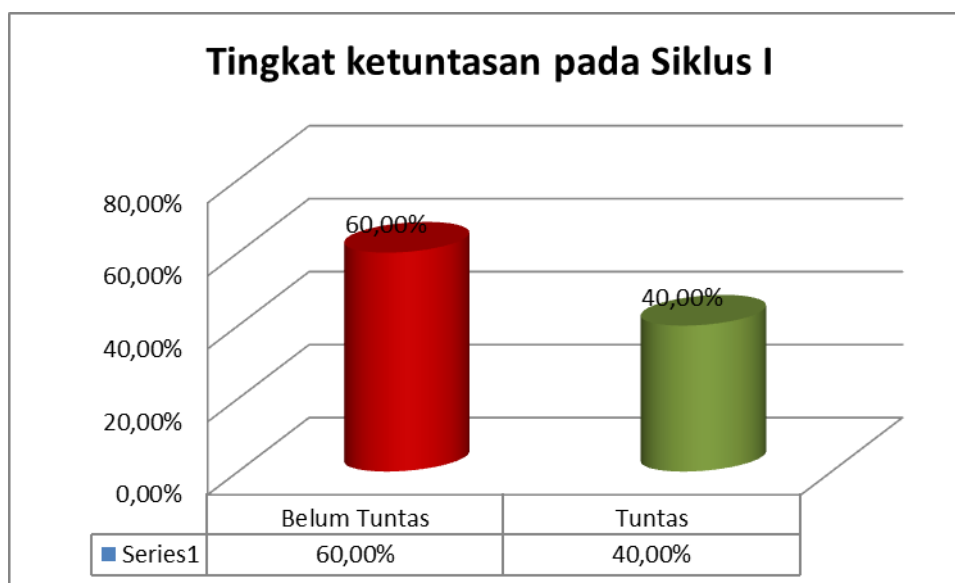
Hasil tingkat ketuntasan pada siklus I disajikan dalam tabel 2 berikut ini :

**Tabel 2.** Ketuntasan Belajar Siswa Siklus I

Skor	Jumlah Siswa	Pencapaian	Keterangan
$\geq 70$	16	40,00%	Tuntas
$< 70$	24	60,00%	Belum tuntas

Berdasarkan tabel tingkat ketuntasan tersebut di atas diperoleh hasil bahwa hanya 40% siswa yang telah mencapai tingkat ketuntasan yang diharapkan yaitu 65. Sedangkan siswa yang belum tuntas masih

sebanyak 60% atau sebanyak 24 siswa. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan dalam diagram batang berikut ini.



**Siklus II**

Setelah dilakukan perbaikan-perbaikan pada siklus II, maka setelah proses pembelajaran berlangsung. Peneliti melakukan melakukan test kognitif dan psikomotik untuk mengetahui kemampuan siswa dalam melakukan permainan sepak takraw dengan variasi bola. Hasil penelitian siklus II, diperoleh rata-rata kelas 85,44 dengan prosentase

ketuntasan belajar 92,50%. Kriteria ketuntasan klasikal dikategorikan sudah sesuai jika dihubungkan dengan dengan indikator keberhasilan. Hasil yang dicapai yaitu rata-rata kelas sebesar 85,44 dan ketuntasan klasikal sebesar 92,50%. Indikator keberhasilan masih belum tercapai yaitu rata-rata kelas  $\geq 65$  dan ketuntasan klasikal  $\geq 85\%$ .

**Tabel 3.** Hasil Penelitian Siklus II

Hasil Penelitian	Hasil	Indikator Keberhasilan	Keterangan
Rata-rata kelas	85,44%	$\geq 65\%$	Tercapai
Ketuntasan belajar	92,50%	$\geq 85\%$	Tercapai

Analisis hasil tes formatif siklus II diperoleh data sesuai tabel 4 sebagai berikut:

**Tabel 4.** Hasil Penelitian Siklus II Aspek Kognitif, Afektif dan Psikomotorik

Hasil Penelitian	Hasil	Indikator Keberhasilan	Keterangan
Rata-rata kelas	85,44	$\geq 65$	Sudah tercapai
Rata-rata Aspek Kognitif	91,00	$\geq 65$	Sudah tercapai
Rata-rata Aspek afektif	91,00	$\geq 65$	Sudah tercapai
Rata-rata Aspek psikomotorik	74,33	$\geq 65$	Sudah tercapai
Ketuntasan belajar	92,50	$\geq 85\%$	Sudah tercapai

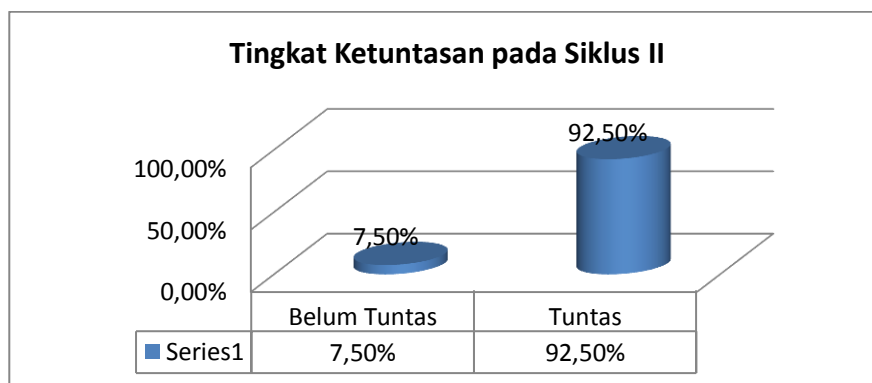
Ketuntasan belajar siswa pada siklus II disajikan dalam tabel 5 berikut ini:

**Tabel 5.** Ketuntasan Belajar Siswa Siklus II

Skor	Jumlah Siswa	Pencapaian	Keterangan
$\geq 65$	37	92,50%	Tuntas
$< 65$	3	7,50%	Belum tuntas

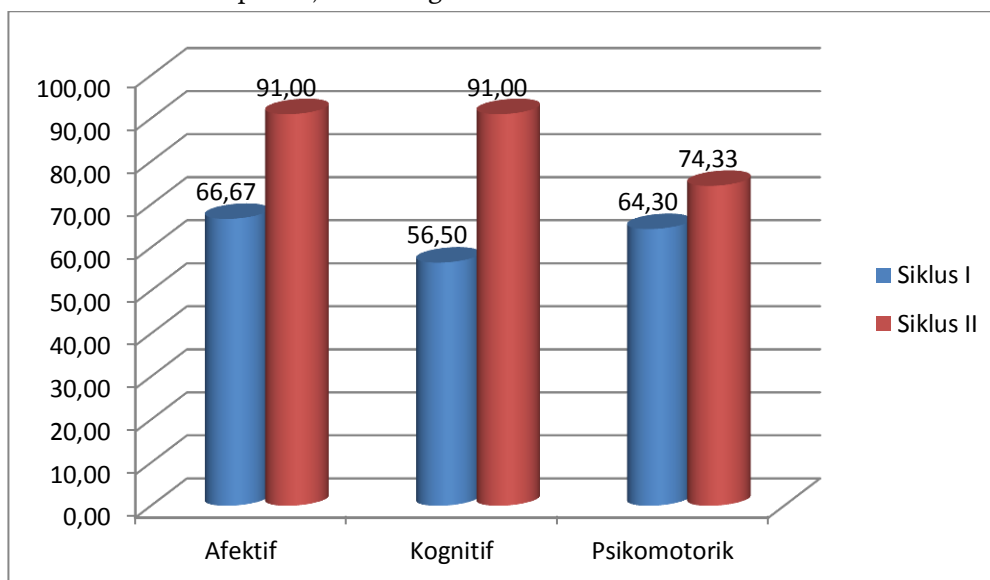
Berdasarkan tabel tingkat ketuntasan tersebut di atas diperoleh hasil sebesar 92,50% siswa yang telah mencapai tingkat ketuntasan yang diharapkan yaitu 65. Sedangkan siswa

yang belum tuntas hanya 7,50% atau sebanyak 3 siswa. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan dalam diagram batang berikut :



Berdasarkan grafik di bawah ini menunjukkan bahwa saat pembelajaran siklus I hasil belajar Afektif dari 66,67 pada siklus II meningkat menjadi 91,00. Aspek kognitif pada siklus I diperoleh rata-rata sebesar 56,50, pada siklus II meningkat menjadi 91,00 dan Aspek psikomotorik siswa mencapai 64,30 meningkat

menjadi 74,33 pada siklus II. Hasil ini memberikan gambaran bahwa pada saat siklus I ketuntasan belajar pada aspek afektif, kognitif dan psikomotor belum tercapai karena masih dibawah batas ketuntasan belajar yaitu 65.



Walaupun pada saat siklus I ketuntasan belajar siswa pada aspek afektif, kognitif, dan psikomotor belum tercapai karena rata-rata hasil belajar kognitif dan psikomotor siswa tersebut belum mencapai batas minimal ketuntasan belajar siswa yaitu 65. Belum optimalnya hasil belajar yang dicapai siswa pada siklus I tidak lepas dari belum baiknya penerapan pembelajaran sepak takraw melalui variasi bola menggunakan bola plastik dan bola karet.

Setelah dilakukan perbaikan kegiatan pembelajaran pada siklus II maka terjadi peningkatan hasil belajar siswa untuk semua aspek, yaitu aspek afektif, kognitif dan aspek psikomotor menjadi rata-rata 85,44. Peningkatan hasil belajar siswa yang terjadi pada siklus II ini sudah mampu mengantarkan siswa mencapai batas minimal ketuntasan belajar yaitu 65 untuk semua aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotor. Karena pada siklus II ini siswa sudah bisa mengikuti materi yang diberikan oleh guru, dan pada siklus II ini siswa mampu melaksanakan materi yang diajarkan oleh guru, sehingga pada siklus II ini

mengalami peningkatan dibandingkan dengan siklus I sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa Pembelajaran sepak takraw melalui variasi bola pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sembungharjo 1 Kecamatan Pulokulon Kabupaten Grobogan dapat meningkatkan hasil belajar sepak takraw sesuai yang diharapkan.

## SIMPULAN

Hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diperoleh simpulan bahwa variasi bola plastik dan bola karet dalam pembelajaran sepak takraw dalam pendidikan jasmani dapat meningkatkan pembelajaran sepak takraw siswa kelas V SD Negeri Sembungharjo 1, Kecamatan Pulokulon, Kabupaten Grobogan.

## DAFTAR PUSTAKA

Daryanto, 2011. *Penelitian Tindakan Kelas dan Penelitian Tindakan Sekolah*. Yogyakarta : Gava media.

Kristiyanto, Agus. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK)*. Surakarta : UNS Press.

Prawirasaputra, Sudrajat. 1999. *Sepak Takraw*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan

Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.