

**PENERAPAN BERMAIN BALLIRET UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LONCAT PADA SISWA KELAS IV SEMESTER II SDN BUGEL02 KECAMATAN SIDOREJO KOTA SALATIGA TAHUN PELAJARAN 2012/2013****Nur Aziza Hidayati** ✉Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia**Info Artikel**

Sejarah Artikel:
Diterima Agustus 2013
Disetujui Agustus 2014
Dipublikasikan
September 2014

Keywords:
Improved Learning
Outcomes Basic Motion Skip

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan permainan balliret dalam meningkatkan hasil belajar siswa kelas IV semester II SDN Bugel 02 Kecamatan Sidorejo Kota Salatiga Tahun Pelajaran 2012/2013. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas, berlangsung dalam dua siklus yang melibatkan seluruh siswa kelas IV SDN Bugel 02 yang berjumlah 14 siswa, terdiri dari 7 siswa putra dan 7 siswa putri. Hasil penelitian dapat digambarkan bahwa pelaksanaan pembelajaran gerak dasar loncat melalui pendekatan permainan balliret menunjukkan keberhasilan. Target ketuntasan pembelajaran gerak dasar loncat dalam penelitian ini adalah 85%. Pada siklus I diperoleh data bahwa prosentase aspek kognitif 73,8%, aspek afektif 87,14%, dan aspek psikomotor 68,28%. Sehingga secara keseluruhan pada siklus I mencapai 74% dengan rata-rata 73,8. Dapat dinyatakan bahwa pada siklus I pembelajaran belum berhasil. Sedangkan pada siklus II prosentase ketuntasan siswa pada aspek kognitif 83,33%, aspek afektif 100%, dan aspek psikomotor 77,14%. Ketuntasan belajar siklus II mencapai 85% dengan rata-rata 85. Ini dapat dikatakan bahwa ada peningkatan hasil belajar dari siklus I ke siklus II sebesar 11,20%, yaitu dari 73,8% menjadi 85%. Dengan demikian pembelajaran dikatakan sudah berhasil. Disimpulkan bahwa pendekatan permainan balliret efektif meningkatkan hasil belajar gerak dasar loncat pada siswa kelas IV semester II SDN Bugel 02 Kecamatan Sidorejo Kota Salatiga Tahun Pelajaran 2012/2013.

Abstract

The purpose of this study was to determine the effectiveness of the game balliret in improving student learning outcomes Elementary School fourth grade second semester Bugel Sidorejo Salatiga District 02 Academic Year 2012/2013. This research is a classroom action research conducted by teachers in the class itself, takes place in two cycles involving all fourth grade students of SDN 02 Bugel totaling 14 students, consisting of 7 boys and 7 students daughters. Based on the results of this study illustrated that the implementation of the basic motion skip learning through play approach balliret showed success. Target mastery learning basic movement jump in the study was 85%. In the first cycle data showed that the percentage of 73.8% cognitive, affective aspects of 87.14%, and 68.28% of psychomotor aspects. So that the overall absorption of the material in the first cycle to 74% with an average of 73.8. Can be stated that in the first cycle of learning has not been successful. While in the second cycle the percentage of students in aspects of cognitive mastery reached 83.33%, reaching 100% affective aspects, and aspects of psychomotor reached 77.14%. You could say the percentage of mastery learning cycle II was 85% with an average of 85. It can be said that there is an increase in learning outcomes from the first cycle to the second cycle of 11.20%, ie from 73.8% to 85%. Thus, learning is said to have succeeded. Thus, it was concluded that the approach is effective balliret games improve learning outcomes of basic motion skip the second semester of fourth grade students of SDN 02 Bugel Sidorejo Salatiga District Academic Year 2012/2013.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:
Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: puzz.jelek@gmail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani (Penjas) bertujuan untuk mengembangkan kemampuan organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional secara menyeluruh. Sebagai bagian integral dari pendidikan pada umumnya, Pendidikan Jasmani memberikan kontribusi besar bagi pencapaian tujuan-tujuan pendidikan pada umumnya. Penjas ditingkat sekolah dengan tujuan untuk membantu siswa dalam meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif, serta kemampuan gerak dasar dan berbagai pendekatan jasmani bagi siswa. Tujuan pelaksanaan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di sekolah adalah untuk membantu siswa meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif, serta kemampuan gerak dasar dan berbagai aktivitas jasmani.

Ketika seseorang mempelajari keterampilan gerak, perubahan nyata yang terjadi adalah meningkatnya mutu keterampilan itu. Ini dapat diukur dengan beberapa cara, misalnya dengan melihat skor yang dihasilkan, atau dengan melihat keberhasilan melakukan gerak yang tadinya belum dikuasai. Tetapi yang terjadi sebenarnya bukan hanya itu, sebab ada perubahan tambahan atau pengalihan kemampuan yang mendasari penampilan pada penguasaan keterampilan yang baru. Perbaikan kemampuan inilah yang membuat penampilan bertambah baik. Demikian juga halnya dengan gerak dasar loncat, agar hasilnya optimal perlu memiliki keberanian, kesenangan, dan percaya diri dalam melakukannya. Namun kenyataannya tidak semua murid memiliki keberanian, kesenangan dan percaya diri dalam melakukan gerak dasar dalam cabang olahraga kids atletik khususnya loncat katak.

Berdasarkan Standar Kompetensi Dasar Mempraktikkan gerak dasar atletik yang dimodifikasi lompat, loncat, dan lempar dengan mempraktikkan nilai-nilai pantang meyerah sportivitas percaya diri dan kejujuran observasi peneliti pada materi loncat katak ditemukan bahwa hampir rata-rata siswa kelas IV belum

dapat melakukan loncat katak dengan baik. Dari 14 siswa yang terdiri dari 7 perempuan dan 7 laki-laki sekitar 57,14 % anak tidak lulus KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu: (1) Banyak siswa belum menguasai ketrampilan gerak dasar loncat (2) Siswa merasa bosan dan kurang antusias mengikuti pembelajaran gerak dasar loncat yang disampaikan secara monoton (3) Siswa lebih menyukai pembelajaran dengan sistem kompetisi (4) Nilai yang diperoleh siswa dalam gerak dasar loncat masih banyak yang dibawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) 75.

Dalam upaya meningkatkan ketuntasan belajar, peneliti berupaya untuk membuat sebuah permainan yang mengacu pada materi gerak dasar loncat. Untuk itu peneliti melakukan modifikasi permainan, salah satunya dengan permainan baliret yang menggunakan alat kardus, karet, ban dan kertas. Permainan ini di kemas secara menarik sehingga membuat siswa lebih tertantang dalam melakukannya tetapi juga tidak menakutkan bagi siswa. Dengan penggunaan modifikasi alat dalam permainan ini diharapkan siswa akan berani mencoba latihan yang diberikan sehingga dengan latihan berulang-ulang siswa akan meningkatkan keterampilan gerak dasar loncat pada cabang atletik kids loncat katak secara maksimal.

Oleh sebab itu guru disini bertugas untuk mengoptimalkan gerak dasar loncat dalam sebuah bentuk permainan, perlombaan /pertandingan dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila.

METODE PENELITIAN

Metode adalah cara yang digunakan untuk mencapai tujuan penelitian dengan menggunakan alat dan teknik tertentu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau

biasa dikenal dengan sebutan Classroom Action Research.

Tabel 1. Analisis Deskriptif Pola Pembinaan, Rincian Kegiatan Waktu Penelitian Dan Jenis Kegiatan Penelitian

Alokasi Waktu Penelitian Tahun Pelajaran 2012/2013			
No	Uraian Kegiatan	Mei	Juni
1	Menyusun proposal PTK	V	
2	Pengumpulan data dengan melakukan tindakan :		
	a. Siklus I	V	
	b. Siklus II		V
3	Analisis Data		V
4	Pembahasan/diskusi		V
5	Menyusun Laporan Hasil Penelitian		V

Teknik Pengumpulan Data

NO	Aspek	Indikator	Sumber Data	Teknik Pengumpulan Data
1	Afektif	Motivasi dan sikap siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.	Siswa	Observasi
2	Koginitif	Pemahaman siswa terhadap materi yang diajarkan	Siswa	Angket/Kuisi on er
3	Psikomotorik	Kemampuan Teknik gerak dasar lemparan.	Siswa	Observasi
4.	Proses pembelajaran	1. Peranan guru 2. Metode pembelajaran yang	Siswa	Angket/Kuisi on er

Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan metode observasi, metode tes praktek, dan dokumentasi

a. Tehnik Analisis Data

Data Kuantitatif

Data berupa hasil belajar bermain baliret yang dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dengan menentukan mean atau rata-rata. Adapun penyajian data kuantitatif dipaparkan dalam bentuk persentase.

Rumus persentase tersebut sebagai berikut :

$$\rho = \frac{\sum n}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

ρ = persentase frekuensi

N = jumlah total siswa

$\sum n$ = jumlah frekuensi yang muncul

Hasil penghitungan dikonsultasikan dengan kriteria ketuntasan belajar siswa yang dikelompokkan ke dalam dua kategori tuntas dan tidak tuntas, dengan kriteria sebagai berikut :

Kriteria Ketuntasan	Kualifikasi
≥ 75	Tuntas
< 75	Tidak Tuntas

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada saat pengamatan dalam pembelajaran guru melihat siswa kelas IV yang kurang aktif dalam bergerak saat mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani khususnya dalam kompetensi dasar Mempraktikkan gerak dasar atletik yang dimodifikasi lompat, loncat, dan lempar dengan mempraktikkan nilai-nilai pantang meyerah sportivitas percaya diri dan kejujuran. Siswa kurang tertarik dengan pembelajaran gerak dasar loncat dikarenakan tidak ada inovasi dan variasi pembelajaran yang diberikan guru, guru hanya memberikan pembelajaran gerak dasar loncat dengan monoton sehingga membuat siswa merasa bosan dan kurang tertarik dalam mengikuti pelajaran. Hal ini menyebabkan hasil belajar siswa dalam data kondisi awal, belum tuntas.

Melihat permasalahan tersebut, guru melakukan siklus I yang menggunakan penerapan bermain Balliret dalam pembelajaran gerak dasar loncat. Dari pembelajaran siklus I, didapat hasil belajar yang meningkat dari sebelumnya. Peningkatan hasil belajar tersebut cukup signifikan, mencapai ketuntasannya. Akan tetapi, hasil tersebut belum memenuhi standar ketuntasan yang minimal harus mencapai 85% ketuntasan. Maka dari itu, guru merancang siklus II untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

Dalam siklus II, guru menyempurnakan pembelajaran dengan penerapan bermain Balliret agar hasil belajar siswa meningkat. Permainan Balliret yang dilakukan di siklus II ini hampir sama dengan permainan Balliret di siklus I. Akan tetapi dengan beberapa perubahan yang dapat menyempurnakan kekurangan-kekurangan yang ada di siklus I. Perubahan itu adalah area di perluas agar siswa mendapat kesempatan lebih banyak untuk mempraktikkan permainan. Dengan demikian siswa tidak akan merasa bosan karena permainan dapat berlangsung lebih lama dan lebih menyenangkan. Terbukti dari hasil observasi guru ketika pembelajaran sedang berlangsung, siswa merasa antusias dalam

mengikuti pembelajaran. Siswa sangat senang sekali bermain permainan balliret.

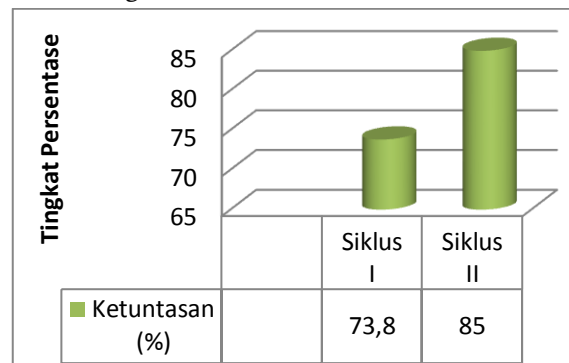
Dari hasil belajar yang dicapai di siklus II, mencapai ketuntasan, maka guru merasa tidak perlu melakukan siklus selanjutnya untuk memperbaiki pembelajaran, karena minimal 85% ketuntasan sudah tercapai.

Perbandingan peningkatan hasil belajar dari kondisi awal, hasil belajar di siklus I, dan hasil belajar di siklus II dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.4 Perbandingan Hasil Belajar Siswa

Nilai	Siklus I	Siklus II
Hasil Belajar (%)	73,80	85,00

Berdasarkan tabel diatas dapat disajikan dalam diagram berikut ini



Gambar 4.4 Grafik Perbandingan Persentase Hasil Belajar Siswa

Proses penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas, yang terdiri dari empat komponen yaitu : 1) perencanaan, 2) tindakan, 3) observasi, dan 4) refleksi yang dilaksanakan melalui dua siklus yaitu siklus I dan siklus II. Persiapan pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes pada siswa kelas IV Semester II SD Negeri Bugel 02 Kecamatan Sidorejo Kota Salatiga diawali dengan menyiapkan semua materi yang akan diberikan kepada siswa, menyusun Rencana Persiapan Pembelajaran (RPP) siklus I dan siklus II, instrumen penilaian, dan modifikasi permainan yang akan digunakan. Selain itu, guru juga

harus mempersiapkan seluruh sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan pembelajaran di siklus I maupun di siklus II.

Berdasarkan hasil observasi guru ketika pembelajaran sedang berlangsung, dapat ditarik kesimpulan bahwa guru berupaya untuk melakukan perbaikan dalam pelaksanaan pembelajaran untuk mengatasi masalah-masalah yang dihadapi di kelasnya, yang menghambat kegiatan pembelajaran, dalam hal ini siswa kurang senang dengan pembelajaran gerak dasar loncat dikarenakan dirasa asing dan tidak ada inovasi variasi pembelajaran yang diberikan guru, banyak anak yang terlihat enggan untuk berperan aktif dalam pembelajaran gerak dasar loncat sehingga menyebabkan hasil belajar siswa pada materi gerak dasar loncat tidak mencapai ketuntasan. Untuk mengatasi segala permasalahan tersebut maka guru berupaya memperbaiki pembelajarannya, baik dalam aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Dari upaya yang dilakukan guru tersebut ternyata membawa hasil yang positif, dimana hasil belajar siswa meningkat.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh simpulan bahwa proses pembelajaran gerak dasar loncat dengan menerapkan permainan balliret dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri Bugel 02 Kecamatan Sidorejo Kota Salatiga. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan rata-rata hasil belajar dari masing-masing aspek selama siklus I dan siklus II. Hasil nilai rata-rata pada siklus I adalah 73,80 dan pada siklus II mengalami peningkatan menjadi 85,00. Begitu juga dengan prosentase ketuntasan pada siklus I hanya mencapai 57,1% dari jumlah siswa yang ada. Dan pada siklus II mengalami kenaikan sebesar 11,20% sehingga menjadi 85,00%.

Dari hasil penelitian ini diharapkan guru dapat terus meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani dengan memberikan berbagai model pembelajaran dengan menerapkan permainan balliret agar siswa merasa tertarik pada pembelajaran yang sedang diajarkan guru dan siswa melakukan pembelajaran sesuai dengan kemampuan dan karakteristiknya masing-masing..

DAFTAR PUSTAKA

- Aminarni. 2007. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sukestiyarno, Wardono. 2009. Statistika. Semarang : Universitas Negeri Semarang
- Arikunto, Suharsimi, dkk. 2009. Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Asmani, Jamal Ma'ruf. 2011. Tips Aplikasi Paikem. Diva Press
- Eddy Wibowo, Mungin dkk. 2007. Panduan Penulisan Karya Ilmiah. Semarang : Universitas Negeri Semarang
- Mulyaningsih, Farida, dkk. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas IV. Klaten. PT Intan Pariwara
- Subyantoro, 2009. Penelitian Tindakan Kelas. Semarang: CV. Widya Karya.
- Suyanto, Teguh Santosa. 2010. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VI. Jakarta. CV Setiaji
- Sumber Website
- <http://www.pontianakpost.com>, diakses pada Hari Jumat, tanggal 23 Januari 2013, pukul 19.00 WIB
- <http://www.teori.belajar.gerak.motorik.com>, diakses pada Hari Rabu, tanggal 4 April 2013, pukul 20.00 WIB
- <http://www.teori.perkembangan.motorik.com>, diakses pada Hari Selasa, tanggal 23 April 2013, pukul 18.00 WIB
- (www.motivasi.belajar.com//diakses 28 juni 2013)
- <http://www.media.pembelajaran.com>, diakses pada Hari Kamis, tanggal 23 Mei 2013, pukul 06.00 WIB
- (www.tujuan.penjas.com// diakses 9 Juli 2013)
- (www.kisi-kisi.ukg.2012.com//diakses tgl 5 januari 2012)