



PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN BOLA EKOR UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LEMPAR TURBO PADA SISWA KELAS V SDN KUTOWINANGUN 11 KECAMATAN TINGKIR KOTA SALATIGA TAHUN PELAJARAN 2012/2013

Wulid Jamili[✉]

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

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Agustus 2013

Disetujui September 2014

Dipublikasikan

September 2014

Keywords:

ThrowTurbo, Games, Penj
asorkes

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan permainan bola ekor terhadap peningkatan hasil belajar siswa kelas V SDN Kutowinangun 11 Kecamatan Tingkir Kota Salatiga Tahun Pelajaran 2012/2013. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas, teknik analisa data menggunakan metode deskriptif prosentase, sedangkan tehnik pengambilan data dengan menggunakan metode observasi dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian bahwa pada siklus I prosentase capaian aspek afektif sebesar 73%, aspek kognitif sebesar 72%, dan aspek psikomotor sebesar 67%. Sehingga secara keseluruhan penyerapan materi pada siklus I mencapai 73% dengan rata-rata 73. Sehingga dinyatakan bahwa pada siklus I pembelajaran belum berhasil. Sedangkan pada siklus II prosentase ketuntasan siswa pada aspek afektif mencapai 92 %, aspek kognitif mencapai 72%, dan aspek psikomotor mencapai 71% dengan prosentase ketuntasan belajar siklus II mencapai 86 % dengan rata-rata 75. Sehingga dapat dikatakan bahwa ada peningkatan hasil belajar dari siklus I ke siklus II sebesar 24%, yaitu dari 64% menjadi 86% siswa yang mampu mencapai batas tuntas. Simpulan penelitian ini adalah penerapan pendekatan bermain bola ekor efektif dalam meningkatkan hasil belajar lempar turbo pada siswa kelas V SDN Kutowinangun 11 Kecamatan Tingkir Kota Salatiga Tahun Pelajaran 2012/2013.

Abstract

The purpose of this study was to determine the effectiveness of the game ball tailed toward improving student learning outcomes SDN classes Kutowinangun Tingkir Salatiga District 11 Academic Year 2012/2013. The method used in this research is a classroom action research techniques of data analysis using descriptive percent, while the data retrieval technique using the method of observation and documentation. Based on the research that in the first cycle, the percentage achievement of affective aspects by 73%, 72% cognitive and psychomotor aspects of 67%. So that the overall absorption of the material in the first cycle reaches 73% with an average of 73. So stated that in the first cycle of learning has not been successful. While in the second cycle completeness percentage of students on the affective aspects of reaching 92%, reaching 72% cognitive and psychomotor aspects percentage reaches 71% with complete learn cycle II was 86% with an average of 75. So it can be said that there is an increase in learning outcomes from the first cycle to the second cycle of 24%, ie from 64% to 86% of students were able to reach the limit completely. Thus the study has been successful. Conclusion of this research is the application of the approach play ball tails effective in improving learning outcomes throwing a turbo on fifth grade students of SDN 11 Kutowinangun Tingkir Salatiga District Academic Year 2012/2013.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

ISSN 2252-6773

[✉] Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes

Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229

E-mail: wulidjamili@yahoo.co.id

PENDAHULUAN

Lempar turbo merupakan modifikasi lempar lembing yang diperuntukkan bagi anak-anak dimana rangkaian gerakannya diawali dengan awalan, lemparan dan gerak lanjut. Para siswa pada umumnya belum menguasai gerak dasar lempar turbo. Hal tersebut diketahui dari hasil belajar siswa yaitu dari seluruh siswa yang berjumlah 14 hanya 5 anak yang mampu diatas KKM atau hanya 35 % saja yang tuntas. Berdasarkan analisa guru, rendahnya ketuntasan yang dicapai siswa disebabkan beberapa faktor, diantaranya prasarana yang ada, kemampuan fisik siswa serta kurangnya kreatifitas guru dalam memberikan materi sehingga siswa merasa bosan dan jenuh.

Salah satu pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar adalah pendekatan bermain. Pendekatan bermain adalah salah satu cara belajar yang dalam pelaksanaannya dilakukan melalui bentuk permainan. Dalam pendekatan bermain siswa diberi kebebasan untuk mengekspresikan kemampuannya terhadap tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dengan cara bermain diharapkan siswa dapat memiliki kreativitas dan inisiatif untuk memecahkan masalah yang muncul selama proses pembelajaran berlangsung. Melalui bermain siswa saling berlomba menunjukkan kemampuannya.

Permainan bola ekor merupakan salah satu bentuk permainan yang dapat digunakan untuk meningkatkan hasil belajar lempar turbo siswa. Dalam permainan ini selain mengandalkan ketrampilan melempar, siswa juga dapat meningkatkan ketrampilan gerak yang lain seperti lari, menangkap, dan melompat. Selain itu nilai afektif jguga ada didalamnya, seperti kerjasama, menghargai lawan, percaya diri dan tanggung jawab.

Adapun peraturan permainan Bola ekor sebagai berikut :

Lapangan berbentuk persegi enam dengan jarak 8 m antar sudutnya, sedang jarak lempar ke simpai 5 m

Siswa di bagi menjadi 2 kelompok yang jumlahnya sama yaitu lempar dan penjaga,

Regu lempar / penjaga di tentukan melalui ping-sut masing – masing kapten. Regu lempar : semua pemain berbaris di zona aman (base 5), barisan merupakan urutan melempar bola, salah satu orang bertugas memegang simpai (bergantian), urut dari nomer 1 melempar bola ekor ke arah simpai, jika bola masuk melewati simpai maka berhak untuk lari melewati semua base, tapi jika bola gagal ia hanya boleh menuju k base pembantu (base 1) untuk melanjutkan ke base selanjutnya ia harus menunggu lemparan masuk dari teman selanjutnya. Jika sampai lempar terakhir tidak ada bola yang melewati simpai, maka terjadi pergantian bebas. Regu penjaga : regu penjaga mencoba mematikan pemain lempar dengan cara melemparkannya ke tubuh lempar, lempar yang terkena bola dari penjaga maka ia mati dan terjadi pergantian posisi antara regu lempar dan penjaga. jadi tugas utama regu penjaga adalah mendapatkan bola dan mematikan lempar.

Dilakukan dalam 2 (dua) babak, setiap babak 10 menit istirahat 5 menit sedang untuk nilai penskoran setiap pemain lempar mendapatkan nilai 1 jika dapat kembali ke base 5 (zona aman) tanpa di matikan regu penjaga, tetapi jika ia bisa langsung kembali (dengan lemparannya sendiri) maka ia mendapat nilai 2. Pergantian lempar dan penjaga bila mana salah satu regu lempar dimatikan oleh penjaga. Sedang pergantian bebas terjadi jika seluruh regu lempar gagal melempar bola ke simpai serta saat waktu habis.

Cara mematikan regu lempar adalah jika salah satu bagian tubuhnya terkena bola lemparan penjaga (selain kepala), Keluar dari lapangan permainan, Menggunakan cara yang curang.

Pemenang adalah regu yang terbanyak mengumpulkan nilai selama 2 x 10 menit, jika terjadi draw dilakukan “ adu itis “ yaitu semua anggota regu melempar ke simpai regu yang terbanyak memasukkan bola berarti sebagai pemenang.

Berdasarkan uraian pendekatan pembelajaran bermain yang telah diungkapkan di atas menggambarkan bahwa, pendekatan

bermain merupakan salah satu pendekatan pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan pencapaian hasil belajar lempar turbo. Upaya untuk mengatasi permasalahan dalam pencapaian hasil belajar lempar turbo tersebut, maka perlu dikaji dan diteliti lebih mendalam baik secara teoritik maupun praktik melalui Penelitian Tindakan Kelas. Penelitian ini dilaksanakan pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Kutowinangun 11 tahun pelajaran 2012/2013.

METODE

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan di SDN Kutowinangun 11 Kelas V Kecamatan Tingkir Kota Salatiga. Tetapi pada siklus I dilakukan di lapangan Klumpit Tingkir.

Sumber data dalam penelitian ini adalah :

- 1) Siswa, untuk mendapatkan data tentang hasil kemampuan gerak dasar melempar turbo menggunakan permainan bola ekor pada siswa kelas V SD N Kutowinangun 11 Kota Salatiga tahun pelajaran 2012/2013.
- 2) Guru, untuk melihat tingkat keberhasilan penerapan bermain bola ekor di SDN Kutowinangun 11 Kota Salatiga tahun pelajaran 2012/2013.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas (PTK) ini terdiri dari tes dan observasi.

1) Tes dipergunakan untuk mendapatkan data tentang kemampuan gerak dasar melempar turbo yang dilakukan siswa.

2) Observasi dipergunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa dan guru selama kegiatan belajar dan mengajar saat penerapan permainan bola ekor dan sesungguhnya dilaksanakan.

Dalam penelitian tindakan secara garis besar para peneliti pada umumnya perlu mengenal adanya 4 komponen penting yaitu sebagai berikut; (1) Perencanaan (planning), (2) Tindakan (acting), (3) Observasi (observing), (4) Refleksi (reflecting).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi pada Tindakan I peneliti melakukan refleksi bahwa hasil belajar siswa dalam materi lempar turbo setelah Tindakan I dilakukan menunjukkan hasil bahwa sejumlah 9 siswa (64 %) telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 5 siswa (36%) Tidak Tuntas . Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada proses Siklus I, hasil belajar siswa dalam materi lempar turbo terdapat peningkatan.

Walaupun menunjukkan peningkatan tetapi pelaksanaan tindakan I masih terdapat kekurangan diantaranya masih ada beberapa siswa yang belum memahami peraturan permainan bola ekor, seperti siswa yang tidak menginjak keset hinggap, mematikan lawan dengan melempar bagian kepala, serta kurangnya percaya diri siswa padahal sebenarnya siswa tersebut mampu lebih maksimal untuk diberikan motivasi.

Pengamatan tentang gerak dasar melempar turbo, sebagian siswa belum mampu melempar dengan baik, hal ini dapat diketahui saat siswa melakukan lempar pada sasaran simpai, masih beberapa siswa yang belum mampu mengarahkan pada simpai sehingga permainan menjadi kurang hidup karena bola mati.

Kelebihan dan keberhasilan dalam pelaksanaan tindakan pada siklus I, akan dipertahankan dan ditingkatkan.

Berdasarkan hasil observasi pada Tindakan II peneliti melakukan refleksi terhadap pembelajaran yang telah dilakukan, bahwa hasil belajar siswa dalam materi lempar turbo setelah Tindakan II dilakukan menunjukkan hasil bahwa sebagian besar sudah memahami peraturan permainan bola ekor serta siswa sudah mampu menunjukkan kemampuannya karena adanya kesempatan melempar yang lebih banyak. Atau sejumlah 12 siswa (86 %) telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 2 siswa (14%) Tidak Tuntas . Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada tindakan II, hasil belajar siswa dalam materi lempar turbo terdapat peningkatan.

Melihat hasil yang diperoleh pada Tindakan II yaitu 86% siswa telah mampu di atas KKM atau batas tuntas maka penelitian tindakan kelas telah memenuhi target dari rencana target yang diharapkan.

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan pada siklus I menunjukkan adanya peningkatan aktivitas ketrampilan melempar turbo. Dengan permainan bola ekor siswa lebih menikmati pembelajaran karena mereka senang dengan pembelajaran yang riang dan kompetisi. Walaupun demikian ada beberapa siswa yang belum maksimal dalam belajar, hal tersebut disebabkan siswa yang kurang percaya diri dan kurangnya motivasi dari teman-temannya, selain itu kelemahan siswa juga terjadi dalam ketrampilan melempar sasaran yang dalam permainan yaitu simpai, masih ada beberapa siswa yang belum bisa melempar tepat sasaran sehingga permainan kurang hidup. Walaupun begitu tindakan I terdapat peningkatan yaitu 64 % siswa mampu mencaai batas tuntas atau 9 anak mampu tuntas dan 36 % siswa atau 5 siswa belum mampu mencapai KKM atau tidak tuntas.

Sedangkan dalam pelaksanaan tindakan II permainan bola ekor dapat lebih hidup karena setelah diberikan motivasi yang lebih serta penekanan pada ketrampilan melempar sasaran siswa mampu lebih maksimal. Hal tersebut dapat diketahui dari antusias dan suasana permainan yang menarik. Dari hasil penilaian dapat di ketahui adanya peningkatan yang signifikan yaitu 12 anak mampu mencapai batas tuntas atau 86% siswa sedangkan 2 siswa belum mencapai batas tuntas atau 14%. Dengan demikian terjadi peningkatan hasil lempar turbo siswa dari siklus I ke siklus II . Hal itu dapat dilihat dari table berikut

Tabel 4. Hasil Perbandingan Hasil Belajar Lempar turbo Siklus I dan Siklus II

Nilai	Keterangan	Prosentasi	
		Siklus I	Siklus II
75	Tuntas	64 %	86 %
		9 siswa	12 siswa
75	Tidak tuntas	36 %	14 %
		5 siswa	2 siswa

Dalam pelaksanaan Tindakan II terdapat kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolak ukur keberhasilan pelaksanaan tindakan II, adapun kelebihan dan pelaksanaan Tindakan II diantaranya :

- 1) Dalam permainan bola ekor sebagian besar siswa telah mampu menunjukkan gerakan melempar bola ekor dengan baik.
- 2) Melalui proses pengelompokan siswa dalam permainan sebagian besar siswa dapat berpartisipasi dalam pembelajaran .
- 3) Melalui penguatan motivasi dan penghargaan dalam kegiatan permainan siswa lebih berani dan beradaptasi dengan kegiatan belajar

Akan tetapi dalam pelaksanaan Tindakan II ini masih terdapat kelemahan sehingga membuat kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan II, adapun kelemahan dan kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan II tersebut adalah:

- 1) Masih ada siswa yang kurang serius sehingga penerimaan materi pembelajaran kurang maksimal diterima.
- 2) Siswa yang merasa sudah lulus pada siklus I kurang serius mengikuti pembelajaran, walaupun tetap mendapat nilai kriteria tuntas, tapi hasil yang diperoleh pada siklus ke II kurang maksimal.
- 3) Masih ada siswa yang kurang percaya diri karena takut dengan teman dalam satu kelompok saat dia membuat kesalahan.

Walaupun masih ada kelemahan yang terjadi, tetapi melihat dari hasil penelitian ini, maka hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima karena adanya peningkatan dalam proses dan hasil pembelajaran lempar turbo pada siswa kelas V SD Kutowinangun 11 Salatiga tahun 2012-2013.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa : penerapan pendekatan bermain bola ekor efektif dalam meningkatkan hasil belajar lempar turbo pada siswa kelas V SD

Kutowinangun 11 Salatiga semester II Tahun Pelajaran 2012/2013.

DAFTAR PUSTAKA

Suyono. 2002. IAAF Kids Athletics. Jakarta: Staf Set-IIAF RDC.

Djumidar. 2007. Dasar-Dasar Atletik. Jakarta: Universitas Terbuka Press.

Santrock, John W. 2002. Perkembangan Masa Hidup. Jakarta: Erlangga

Yudha M. Saputra. 2001. Dasar-Dasar Ketrampilan Atletik Pendekatan Bermain.

Dimiyati dan Mudjiono. 2006. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

H.J.Gino, Suwarni, Suripto, Maryanto dan Sutijan. 1998. Belajar dan Pembelajaran II. Surakarta: UNS Press.

Susilo, 2009. Panduan Penelitian Tindakan Kelas. Sleman Yogyakarta: Pustaka Book Publisher.

Agus Kristyanto , 2010 . Penelitian tindakan kelas (PTK). Surakarta : Sebelas Maret University Press.

Iskandar , 2009. Penelitian Tindakan Kelas . Jakarta : Gaung Persada (GP) Press

----- 1994. Pengembangan media pengajaran penjas kes. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional

<http://der-traumer.blogspot.com/2012/09/pengertian-tujuan-manfaat-dan-fungsi.html>

<http://dirman-djahura.blogspot.com/2012/09/konsep-hasil-belajar.html>

<http://pojokpenjas.wordpress.com/2007/11/12/hakikat-pendidikan-jasmani>