

**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR TOLAK PELURU MELALUI
MEDIA BOLA PLASTIK BEKAS**

IDA ROSITA ✉

SD Negeri 01 Pododadi Desa Cowel, Kabupaten Pekalongan, Jawa tengah, Indonesia.

Info Artikel*Sejarah Artikel:*

Diterima Mei 2014

Disetujui Juli 2015

Dipublikasikan Agustus
2015*Keywords:**learning outcomes; shot put;
starting target;***Abstrak**

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas, subjek penelitian adalah siswa kelas IV SDN 02 Pododadi yang berjumlah 29 siswa. Obyek penelitian hasil belajar tolak peluru melalui media bola plastik bekas. Waktu penelitian pada siklus I tanggal 19 Maret 2014 dan siklus II tanggal 5 April 2014. Teknik pengumpulan data yang digunakan metode observasi, metode tes, dokumentasi. Instrument lembar observasi, soal kuisioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar tolak peluru dengan media bola plastik bekas berdampak positif, hal ini terlihat pada hasil ketuntasan belajar siswa yang melebihi KKM yang telah ditetapkan sebesar 75 mengalami peningkatan pada siklus I berupa ketuntasan belajar mencapai 34.50% sedangkan pada siklus II ketuntasan belajar mencapai 86,20 %. Kesimpulan Pembelajaran tolak peluru dengan media bola plastik bekas memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam tiap siklus.

Abstract

This research is a classroom action research, the research subjects were fourth grade students of SDN 02 Pododadi totaling 29 students. Learning outcomes of the research object shot put used plastic balls through the media. When the study in the first cycle dated March 19, 2014 and the second cycle of 5 April 2014, the data collection techniques used method of observation, test methods, documentation. Instrument observation sheet, about the questionnaire. The results showed that the learning outcomes shot put with a plastic ball the former had a positive impact, as seen in the results of students' mastery learning which exceeds a predetermined KKM has increased by 75 in the first cycle in the form of mastery learning reaches 34.50%, while in the second cycle achieve mastery learning 86.20%. Conclusion Learning shot put with used plastic ball media have a positive impact in improving student learning outcomes characterized by increased mastery learning students in each cycle.

PENDAHULUAN

Salah satu masalah utama dalam proses pendidikan jasmani dewasa ini adalah belum efektifnya pengajaran pendidikan jasmani disekolah dasar, kondisi rendahnya kualitas pembelajaran jasmani disekolah dasar disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu terbatasnya sumber saran dan prasarana untuk mendukung proses pembelajaran. Guru kurang mampu dalam melaksanakan tanggungjawab untuk mengajar dan mendidik siswa secara sistematis melalui gerak pendidikan jasmani yang mengembangkan kemampuan dan keterampilan secara menyeluruh baik fisik, mental, maupun intelektual. Kebanyakan guru pendidikan jasmani disekolah dasar kurang kreatif dalam memberikan model pembelajaran, hanya menekan pada hasil akhir dan materi apa adanya. Hal ini berdampak buruk pada siswa sehingga tujuan pendidikan jasmani tidak akan tercapai. Memodifikasi sarana atau alat pembelajaran pendidikan jasmani merupakan salah satu cara untuk mengatasi kendala atau kesulitan yang dihadapi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani

Menurut pengamatan penulis, rendahnya hasil belajar tolak peluru pada siswa kelas IV di sekolah tersebut di sebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu: Siswa kurang aktif dalam pembelajaran materi tolak peluru pada mata pelajaran Penjasorkes kelas IV 2.Siswa kurang respons terhadap materi pelajaran tolak peluru yang disampaikan guru 3. Siswa merasa takut dengan peluru yang sebenarnya 4.Belum tercapainya kriteria ketuntasan maksimal 5.Nilai rata-rata kelas masih rendah.

Berdasarkan hal-hal yang telah diuraikan di atas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah media bola plastik bekas dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru pada siswa kelas IV SDN 02 Pododadi Kecamatan Karanganyar Kabupaten Pekalongan tahun pelajaran 2013/2014?

Dari permasalahan tersebut maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

sejauhmana media bola plastik bekas dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru pada kelas IV SD Negeri 02 Pododadi Kecamatan Karanganyar Kabupaten Pekalongan tahun pelajaran 2013/2014.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 02 Pododadi Kecamatan Karanganyar Kabupaten Pekalongan Tahun Pelajaran 2013/2014. Subjek penelitian adalah siswa kelas IV SDN 02 Pododadi yang berjumlah 29 siswa. Objek penelitian hasil belajar tolak peluru melalui media bola plastik bekas. Waktu penelitian pada siklus I tanggal 19 Maret 2014 dan siklus II tanggal 5 April 2014. Teknik pengumpulan data yang digunakan metode observasi, metode tes, dokumentasi. Instrumen lembar observasi, angket kuisioner.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode pengamatan/observasi, tes praktik di lapangan dan dokumentasi.

Dalam menggunakan metode observasi cara yang paling efektif adalah melengkapinya dengan format atau blangko pengamatan sebagai instrument (Arikunto, 2006:229). Dalam penelitian ini, observasi digunakan untuk mengetahui psikomotor dan afektif. Psikomotor untuk menilai hasil tolakan, Afektif untuk menilai tingkah laku selama proses pembelajaran

Metode dokumentasi dilakukan untuk memperoleh data siswa sebagai subyek penelitian dan merekam hasil penelitian selama proses pembelajaran berlangsung, yaitu berupa foto dan gambar-gambar pada saat pembelajaran berlangsung.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Lembar penilaian siswa ranah afektif
2. Lembar penilaian siswa ranah psikomotor
3. Lembar penilaian siswa ranah kognitif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar tolak peluru melalui media bola plastik bekas dapat menarik siswa sehingga tidak membosankan, hal ini terlihat pada hasil ketuntasan belajar siswa yang melebihi KKM yang telah ditetapkan sebesar 75 mengalami peningkatan pada siklus I berupa ketuntasan

belajar mencapai 13 % sedangkan pada siklus II ketuntasan belajar mencapai 84%.

Peningkatan hasil pembelajaran tolak peluru yang dilakukan oleh 29 siswa ada tiga aspek yang dinilai, dari ketiga aspek tersebut dapat diperoleh hasil sebagai berikut tabel 1.

Tabel 1. Hasil Prosentase rata-rata nilai siklus I dan II

No	Jenis Penilaian	Rata-rata Skor		Presentase Siklus I	Presentase Siklus II
		Siklus I	Siklus II		
1	Psikomotor	65,34	75,24	13,8%	79,3%
2	Afektif	73,10	78,97	37,9%	89,7%
3	Kognitif	75,86	82,07	48,3%	86,2%

Tabel 2.Penilaian Hasil Belajar Siklus I Kelas Iv Sd Negeri 02 Pododadi Kabupaten Pekalongan Tahun 2013/2014

No	NAMA	PENILAIAN			JML	NILAI	KET
		KOGNITIF	AFEKTIF	PSIKOMOTOR			
1	M. Firman	80	80	81	241	80	Tuntas
2	Dimas Ardiyanto	80	80	75	235	78	Tuntas
3	Abdul aziz	90	80	87	257	86	Tuntas
4	M. Khaerul Huda	80	80	75	235	78	Tuntas
5	Nasofi	70	60	68	198	66	Tidak Tuntas
6	Edi Setiawan	80	70	62	212	71	Tidak Tuntas
7	Sumali Hadiyono	90	90	81	261	87	Tuntas
8	Zaki Maulana	80	80	81	241	80	Tuntas
9	Zurotun Aini	90	80	81	251	84	Tuntas
10	Febriani Aulia P	70	70	68	208	69	Tidak Tuntas
11	Afieq Zidan	80	80	75	235	78	Tuntas
12	Riski Adi Saputra	90	80	81	251	84	Tuntas
13	Vina Rohmatul M	80	80	68	228	76	Tuntas
14	Adilatul L	90	80	75	245	82	Tuntas
15	Miftahurrohmah	80	80	75	235	78	Tuntas
16	Retno Sari zulfani	80	80	75	235	78	Tuntas
17	Uti Alya Manzilah	90	90	81	261	87	Tuntas
18	Mis'ula Hanifah	80	80	68	228	76	Tuntas
19	Ferry Ariyanto	80	80	75	235	78	Tuntas
20	Deby Sephia A.	90	80	81	251	84	Tuntas
21	Kumala Sari	70	80	75	225	75	Tuntas

22	M..Angga Y.	90	80	75	245	82	Tuntas
23	Jafar Mustofa	90	80	75	245	82	Tuntas
24	Budi Airul Irsat	80	80	75	235	78	Tuntas
25	Karisma Agustina	80	70	68	218	73	Tidak Tuntas
26	Ayu Safitri	80	80	75	235	78	Tuntas
27	Dina Astriani	90	80	76	246	82	Tuntas
28	Anggy Fitriani	80	80	75	235	78	Tuntas
29	Faris Manaf	70	80	75	225	75	Tuntas
	Jumlah	2380	2290	2182	6852	2284	
	Rata-rata	82,07	78,97	75,24	-	78,76	
	Presentase hasil belajar siklus I	-	-	-	-	86,20%	
	Nilai tertinggi	90	90	87	-	-	

Berdasarkan tabel diatas Pada siklus I hasil aktivitas gerak siswa dalam melakukan pembelajaran tolak peluru nilai tertinggi 81 sedangkan nilai terendah 56 dan nilai rata-rata 64,34

Siswa yang telah mencapai KKM adalah 4 dan yang belum tuntas adalah 25 sehingga keberhasilan pada siklus I adalah 13,8% dan yang belum tuntas adalah 86,2%. Sedangkan hasil belajar siswa pada siklus II adalah nilai tertinggi 87 sedangkan nilai terendah 62 dan nilai rata-rata 75,24. siswa yang telah mencapai KKM adalah 23 dan yang dibawah KKM adalah 6 siswa, sehingga keberhasilan pada siklus II adalah 79,3% dan siswa yang belum tuntas 20,68%. dengan demikian nilai aktivitas gerak ada siswa telah berhasil karena telah melebihi 75 % dari siswa.

Pada penilaian Afektif pada saat pelaksanaan pembelajaran siklus I nilai tertinggi 90 sedangkan nilai terendah 60 dan nilai rata-rata 73,10 Siswa yang telah mencapai KKM 11 siswa atau 37,9% dan yang belum tuntas sebanyak 18 siswa atau 62,1% sedangkan pada siklus II nilai tertinggi 90 dan nilai terendah 60 dengan nilai rata-rata 78,97. Siswa yang telah mencapai KKM 89,6% dari jumlah siswa dan yang belum mencapai KKM 10,3.%. Dengan demikian penilaian terhadap sikap siswa pada siklus II telah berhasil karena telah mencapai 75 % dari jumlah siswa yang mampu mencapai KKM.

Penilaian kognitif yang dilaksanakan setelah pembelajaran dengan cara menjawab 10 soal pilihan ganda, pada siklus I memperoleh nilai tertinggi 90 dan nilai terendah 60 dengan nilai rata-rata 75,86. Siswa yang mampu mencapai KKM sebanyak 14 atau 48,3% dari jumlah siswa. Pada siklus II nilai tertinggi 90 dan nilai terendah 60 dengan nilai rata-rata 82,07. Siswa yang mampu mencapai KKM sebanyak 25 siswa atau 86,2% dari jumlah siswa. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pembelajaran dapat dikatakan berhasil karena sudah mampu memenuhi indikator kelulusan 75 % dari jumlah siswa.

SIMPULAN

Pembelajaran tolak peluru dengan media bola plastik bekas memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam siklus yaitu, yaitu siklus I 34,5% dan siklus II 86,2%.

Pembelajaran tolak peluru dengan media bola plastik bekas mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan minat dan motivasi belajar siswa yang ditunjukkan dengan tingkat keaktifan siswa secara keseluruhan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan media bola plastik bekas dalam pembelajaran tolak belajar bisa meningkatkan minat dan motivasi siswa sehingga meningkatkan nilai hasil belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aga Epino Saleh, 2013. Peningkatan Hasil Belajar Lay Up Bola Basket melalui pendekatan bermain ONE TWO STEP pada siswa kelas VII SMP NEGERI 09 Semarang. Skripsi . UNNES.
- Agus Kristyanto. 2010. Penelitian Tindakan Kelas: UNS press 2006.
- Catharina Tri Anni. 2006. Psikologi Belajar. Semarang : UPT MMK UNNES
- Depdiknas, 2003. UU no 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. 2003. Jakarta. Depdiknas
- Djamarah, S.B, dan aswan, Z. 2006. Strategi belajar mengajar edisi revisi. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.
- Djumidar. (2001: 7.44) Dasar-dasar Atletik: 1-12., PPDO2101/4 SKS/Djumidar, -- -- Cet. 3-- Jakarta Pusat Penerbitan Universitas Terbuka Depdiknas.
- Hamalik, Oemar. 2009. Psikologi Belajar dan Mengajar. Bandung : Sinar Baru Algensindo.
- Hurluck, Elizabet B. 1993. Perkembangan Anak Jilid 2. Jakarta : Erlangga
- Munasifah: (2008) Atletik Cabang Lempar, Penerbit Aneka Ilmu, Cetakan: September 2008
- Nur Rohmah, 2012. Upaya meningkatkan hasil belajar Passing bawah menggunakan modifikasi bola . skripsi. universitas siliwangi.
- Orihan Ady Nugroho, 2013. Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Handstand Pada Kelas XI IPA SMA N 1 SUKOREJO Melalui Media Audio Visual dan Konsisten Sikap Tubuh Kab. Kendal. Skripsi. UNNES
- Rusli Lutan. 1988. Belajar Ketrampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti
- Samsudin. 2008. Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SD/MI . Jakarta : Litera Predana Media Group.
- Sugianto. 2007. Perkembangan dan Belajar Motorik. Jakarta: Universitas Terbuka
- Suharsimi, Arikunto 2006. Prosedur Penelitian. Jakarta: PT RINEKA CIPTA
- Suryo, Muhammad. 2004. Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Uno, Hamzah B. 2009. Teori Motivasi dan Pengukurannya analisis di Bidang Pendidikan. Jakarta: Bumi aksara
- Walgito, Bimo. 2004. Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: ANDI Yogyakarta.
- Yoyo Bahagia. 2010. Modifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani. Fasilitas Perlengkapan Penjas Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Jurusan Pendidikan Olahraga, Jakarta.
- Zaenal Aqib, 2008. Penelitian Tindakan Kelas. Bandung : Yrama Widya
- <http://olagragasport.blogspot.com/2013/06/definisi-penjas-menurut-para-ahli-html>
di akses 24 Januari 2014
- <http://wordpress.com/2012/03/04/belajargerak/13.10>
diakses 10 Februari 2014
- <http://nhasyier.blogspot.com.2012/04/karakteristik-siswa-kelas-iv-sd-html>
diakses 15 Februari 2014
- <http://orteach.blog.spot.com/2012/02/komponen-komponen-kondisi-fisik-dalam-olahraga.html>
diakses 15 Febuari 2014.