

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT DAN LONCAT
MELALUI PERMAINAN TALI MERDEKA****Dwi Casminto Ariawan** ✉Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas
Negeri Semarang, Indonesia**Info Artikel***Sejarah Artikel:*Diterima Agustus 2014
Disetujui September 2015
Dipublikasikan Oktober
2015*Keywords:**Play; jump; jump through
the ropes game free;***Abstrak**

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan kemampuan lompat dan loncat pada siswa Kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014 melalui pembelajaran melalui permainan tali merdeka. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Sumber data dalam penelitian ini seluruh siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014 berjumlah 27 siswa. Hasil penelitian yang diperoleh ini mempunyai implikasi bagi perkembangan pengajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah pada umumnya dan khususnya di SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang tahun pelajaran 2013/2014 Disimpulkan melalui metode pembelajaran bermain lompat dan loncat sangat berpengaruh pada peningkatan hasil pembelajaran lompat dan loncat khususnya dalam model permainan tali merdeka pada siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014.

Abstract

urpose of this study was to determine the increase in the ability to jump and jump in the fourth grade students of SD Negeri 04 Rowosari Ulujami District of Pemalang in the school year 2013/2014 through independent learning through games ropes. This study uses a Class Action Research (PTK). Source of data in this study entire fourth grade students of SD Negeri 04 Rowosari Ulujami Pemalang District of academic year 2013/2014. The subjects were fourth grade students of SD Negeri 04 Rowosari Ulujami District of Pemalang in the school year 2013/2014 amounted to 27 students. The results obtained have implications for the development of the teaching of physical education in schools in general and especially in SD Negeri 04 Rowosari Ulujami District of Pemalang in the academic year 2013/2014 conclusion through learning methods play jump and jump very influential on improving learning outcomes around and jump rope game, especially in the model of independence in the fourth grade students of SD Negeri 04 Rowosari Ulujami Pemalang District of Academic Year 2013/2014.

© 2015 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: dwicasmintoariawan@yahoo.co.id

ISSN 2252-6773

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan dan nilai-nilai sikap (sikap mental, emosional, dan sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan seimbang. Pada hakekatnya pendidikan jasmani direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, sosial dan emosional

(Depdiknas, 2003 : 5).

Lompat dan loncat adalah suatu rangkaian gerak untuk mengangkat tubuh keatas melalui beberapa proses lari, tumpuan, melayang dan mendarat. Didalam lompat tinggi terdapat beberapa gaya diantaranya : gaya gunting (scissors), gaya guling sisi (westernroll), gaya guling perut (straddle) dan gaya Fosbury Flop. Pada dasarnya setiap cabang olahraga harus memerlukan keterampilan, keberanian, kesenangan dan rasa percaya diri siswa agar hasilnya dapat mencapai maksimal.

Pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang, terutama kelas IV masih menggunakan pembelajaran konvensional, pembelajaran masih menggunakan peralatan dan keterampilan yang sebenarnya. Namun kenyataannya tidak semua anak memiliki dan melakukan olahraga atletik khususnya dalam nomor lompat tinggi, seperti yang terjadi pada pembelajaran lompat dan loncat di kelas IV SD Negeri 04 Rowosari kecamatan Ulujami kabupaten Pemalang. Hal ini menunjukkan bahwa dalam pembelajaran lompat tinggi mengalami masalah yang harus dicari solusinya. Berdasarkan hasil observasi permasalahan tersebut, perlu diadakan perbaikan pembelajaran lompat dan loncat melalui permainan Tali Merdeka, diharapkan siswa dapat menumbuhkan keberanian, kesenangan, dan percaya diri untuk melakukan lompatan.

Hal ini menyebabkan kemampuan gerak dasar siswa SD Negeri 04 Rowosari belum

optimal, kenyataannya kemampuan siswa tidak sama dalam melakukan gerak dalam olahraga khususnya dalam pembelajaran lompat tinggi, seperti diketahui kelas IV SD Negeri 04 Rowosari kecamatan Ulujami kabupaten Pemalang dalam presentasi hasil belajar siswa menunjukkan bahwa 67% siswa belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) yaitu 75 atau 16 siswa dari 27 siswa.

Dari permasalahan yang dihadapi guru penjas dalam menyampaikan materi khususnya gerak dasar atletik, maka penulis merasa tertarik melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas III SD Negeri 01 Sidosari Kecamatan Kesesi dengan judul "Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Atletik dengan Permainan Pos Berangkai pada Siswa Kelas III SDN 01 Sidosari Kecamatan Kesesi Pekalongan Tahun 2014". Dengan jumlah siswa 24 yang terdiri dari 16 siswa laki-laki dan 8 siswa perempuan. Dari permasalahan diatas maka penting adanya penelitian khusus pembelajaran gerak dasar atletik untuk menciptakan semangat dan motivasi siswa sehingga siswa dapat tertarik dan menyenangi pembelajaran penjasorkes.

METODE

Penelitian dapat dikemukakan sebagai usaha yang secara sadar diarahkan untuk mengetahui atau mempelajari fakta-fakta baru dan juga sebagai penyalur hasrat ingin tahu manusia. Berdasarkan pendapat diatas dikemukakan bahwa penelitian adalah suatu usaha yang sistematis yang ditujukan untuk memecah masalah

Mengenai Subyek penelitian adalah siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang dengan jumlah sebanyak 27 siswa yang terdiri dari 12 siswa putra dan 15 siswa putri, yang nantinya akan dijadikan subyek penelitian tindakan kelas

Obyek penelitian Tindakan Kelas ini merupakan pembelajaran lompat dan loncat dengan melalui permainan tali merdeka pada siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari

Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014

Penelitian Tindakan Kelas siklus I dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 28 Maret dan siklus II dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 11 April 2014

Lokasi tempat penelitian berada di halaman SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang dengan menggunakan lapangan lompat tinggi untuk melaksanakan pembelajaran atletik dalam nomor lompat tinggi dengan permainan tali merdeka

Dalam perencanaan tindakan yang akan dilaksanakan dalam penelitian tindakan kelas ini meliputi empat tahapan tiap siklusnya diantaranya adalah perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data yang diperoleh dari hasil lompat dan loncat dan nilai hasil belajar dengan penerapan model permainan tali merdeka secara bergantian yang diterapkan pada pembelajaran siklus 1 dan siklus 2:

Langkah-langkah proses pembelajaran serta hasil pengamatan adalah sebagai berikut:

Peneliti dan guru merancang skenario pembelajaran gerak dasar atletik dengan menggunakan penerapan pendekatan melalui permainan. Penerapan pendekatan bermain yang digunakan adalah melalui permainan Tali Merdeka. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan instrumen penelitian disusun pada tahap ini.

Pelaksanaan siklus I dilaksanakan 1 x 140 menit pada hari Kamis tanggal 13 Maret 2014.

Hasil observasi pada siklus I adalah sebagai berikut :

Siswa cukup antusias dalam mengikuti setiap pertemuan dalam pembelajaran siklus I materi lompat dan loncat dengan penerapan model permainan tali merdeka.

Siswa cukup mampu memahami bagaimana cara melakukan teknik permainan tersebut dengan benar, dan melakukan teknik

gerak dasar lompat dan loncat dalam permainan tersebut dengan cukup baik.

Dilihat dari hasil pembelajaran permainan lompat dan loncat pada siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami, Kabupaten Pemalang, khususnya kemampuan permainan tali merdeka yang menitik beratkan pada kelincahan, dan kekuatan daya ledak dalam poses pembelajaran lompat dan loncat memiliki kategori tidak tuntas, 10 siswa setara dengan 37,04% dan yang tuntas 17 siswa atau setara dengan 62,96%, memiliki nilai di atas KKM (75).

Kemampuan siswa melakukan permainan tali merdeka dapat ditampilkan dengan tabel 1 dan tabel 2 berikut di bawah ini :

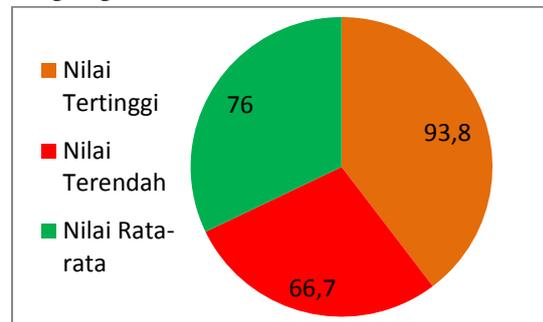
Tabel 1. Ketuntasan belajar siswa pada Siklus 1

Jumlah Siswa	Belum Tuntas	Tuntas	Persentase Ketuntasan
27	10	17	62,96%

Tabel 2. Kemampuan siswa melakukan lompat dan loncat dengan melalui permainan tali merdeka pada kondisi Siklus I

NO	ASPEK	NILAI
1	Nilai Tertinggi	93,8
2	Nilai Terendah	66,7
3	Nilai Rata – Rata	76,0
4	Rentang Nilai	27,1

Hasil belajar pada siklus I dapat divisualisasikan dengan gambar 1 berikut :



Gambar 1. Diagram Hasil Belajar Siklus I

Langkah selanjutnya setelah dilakukan observasi adalah melakukan refleksi dari tindakan yang dilakukan. Hambatan-hambatan atau kendala yang ditemukan dalam proses

pembelajaran gerak dasar atletik yang banyak dialami oleh siswa adalah kesalahan pada saat melakukan permainan kurang memperhatikan arahan dari guru. Hambatan-hambatan tersebut diatasi oleh guru selama proses pembelajaran berlangsung, yaitu dengan cara melakukan koreksi terhadap siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan latihan atau gerakan. Sedangkan siswa yang kurang tertib guru selalu memberi teguran dan bimbingan.

Untuk mengurangi hambatan-hambatan yang muncul pada siklus 1, peneliti dan kolaborator melakukan analisis dan refleksi sebagai berikut:

- a. Secara mandiri siswa diminta lebih serius dalam melakukan pembelajaran lompat dan loncat sesuai dengan yang telah

diajarkan oleh peneliti, dengan berkonsentrasi terhadap petunjuk yang diberikan oleh peneliti, lebih memiliki kerjasama yang baik antar siswa dalam kelompok, sehingga fokus dan kompak dalam melaksanakan proses pembelajaran.

- b. Peneliti dan kolaborator member reward bagi siswa yang dapat melakukan hasil belajar lompat dan loncat secara baik, serta memiliki power/daya ledak dalam hasil belajarnya.
- c. Peneliti harus lebih banyak mengobservasi secara maksimal kemampuan siswa dan teknik gerak dasar lompat dan loncat agar kualitas hasil pembelajaran dan tujuan pembelajaran yang sesungguhnya dapat tercapai dengan optimal.

Tabel 3. Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014 pada Siklus 1

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
≥ 80	Baik Sekali	Tuntas	8	29,63%
75 – 79	Baik	Tuntas	9	33,33%
70 – 74	Cukup	Tidak Tuntas	6	22,22%
65 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	4	14,82%
≤ 65	Kurang Sekali	Tidak Tuntas	0	0,00%
Jumlah			27	100%

Dari tabel 3 tersebut diketahui bahwa pada siklus 1 ketuntasan hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014 dengan kategori baik sekali (tuntas) 8

siswa (29,63%), baik (tuntas) 9 siswa (33,33%), cukup (tidak tuntas) 6 siswa (22,22%), kurang (tidak tuntas) 4 siswa (14,82%) dan kurang sekali (tidak tuntas) 0 siswa (0,%).

Tabel 4. REKAP NILAI

No	Nama Siswa	Nilai			Jumlah Nilai
		Afektif	Kognitif	Psikomotor	
1.	Zainal Abidin	26,3	17,5	50,0	93,8
2.	Bagus Adi Saputra	26,3	16,3	29,2	78,1
3.	Mifthahul Janah	24,4	18,8	37,5	68,5
4.	Irma Fitriasih Khususniah	28,1	20,0	41,7	71,7
5.	Andre Setiawan	24,4	16,3	37,5	81,0
6.	Dewi Masitoh	28,1	15,0	37,5	69,8
7.	Dewi Masrofah	22,5	13,8	33,3	72,3
8.	David Ariyanto	26,3	16,3	37,5	80,6
9.	Fatimatus Zahro	28,1	15,0	41,7	80,6
10.	Irwan Syarif Sadilla. I	24,4	15,0	37,5	75,8

11.	Khaula Yulisa	24,4	15,0	29,2	76,9
12.	Maulana Ahmad Amri	24,4	15,0	41,7	89,8
13.	Minda Saras Wati	24,4	16,3	29,2	75,0
14.	M. Fadhil Aditya	28,1	15,0	29,0	77,1
15.	M. Ifdalus Zamil	26,3	16,3	33,3	71,0
16.	M. Rosid Nafis	24,4	15,0	33,3	75,0
17.	Naelul Najikha	22,5	15,0	37,5	83,5
18.	Nova Candra	26,3	17,5	33,3	78,1
19.	Rahmala Haniffah	24,4	17,5	29,2	72,7
20.	Ratna Priyanti	22,5	15,0	37,5	72,7
21.	Riyanti Widiyatni	24,4	17,5	41,7	70,4
22.	Rohmat Afif Asidik	24,4	16,3	37,5	69,6
23.	Safitri Eka Cahyani	24,4	15,0	33,3	80,0
24.	Sinta Amelia	24,4	15,0	33,3	84,8
25.	Syifaul Fuadi Salsabilah	26,3	15,0	29,2	76,9
26.	Yudhis Irfan Khalid. AB	22,5	15,0	29,2	66,7
27.	Tati Kusmiyati	26,3	17,5	33,3	77,1
	Nilai Tertinggi				93,8
	Nilai Terendah				66,7
	Rata – rata				76,0
	Rentang Nilai				27,1

Melalui hasil pengukuran tersebut maka Peneliti dan kolaborator merancang rencana pelaksanaan tindakan Siklus II sebagai berikut :

Pelaksanaan siklus II dilaksanakan 1 x 140 menit pada hari kamis tanggal 20 Maret 2014.

Pada tabel 5 Deskripsi data peningkatan hasil belajar lompat dan loncat dan kriteria ketuntasan minimal hasil belajar dengan penerapan model permainan tali merdeka pada siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami, Kabupaten Pemalang, Tahun Pelajaran 2013/2014

Tabel 5. Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Pelajaran 2013/2014 pada Siklus 2

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
≥80	Baik Sekali	Tuntas	27	100%
75 – 79	Baik	Tuntas	0	0%
70 – 74	Cukup	TidakTuntas	0	0%
65 – 69	Kurang	TidakTuntas	0	0%
<65	Kurang Sekali	TidakTuntas	0	0%
Jumlah			27	100%

Dari tabel tersebut diketahui bahwa pada siklus 2 ketuntasan hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014 dengan kategori baik sekali (tuntas) 27 siswa (100%), baik (tuntas) 0 siswa (0%), cukup (tuntas) 0 siswa (0%), kurang (tidak tuntas) 0 siswa (0%) dan kurang sekali (tidak

tuntas) tidak ada (0%). Ketuntasan belajar pada tahap pratindakan di gambarkan dengan tabel 6 :

Tabel 6. Ketuntasan belajar siswa pada Siklus 2

Jumlah Siswa	Belum Tuntas	Tuntas	Persentase Ketuntasan
27	0	27	100%

Dilihat dari hasil pembelajaran permainan lompat dan loncat pada siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami, Kabupaten Pemalang, khususnya kemampuan bermain tali merdeka yang menitik beratkan pada kelincahan, dan kekuatan daya ledak dalam poses pembelajaran lompat dan loncat memiliki kategori tidak tuntas, 0 siswa setara dengan 0% dan yang tuntas 27 siswa atau setara dengan 100%, memiliki nilai di atas KKM (75).

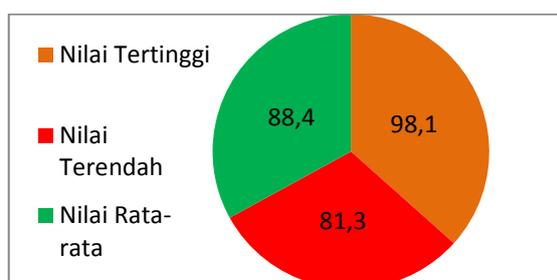
Kemampuan siswa melakukan permainan lompat dan loncat siswa pada kondisi siklus II dapat ditampilkan dengan tabel 7 berikut :

Tabel 7. Kemampuan siswa melakukan lompat dan loncat dengan melalui permainan tali merdeka siswa pada kondisi Siklus II

NO	ASPEK	NILAI
1	Nilai Tertinggi	98,1

2	Nilai Terendah	81,3
3	Nilai Rata – Rata	88,4
4	Rentang Nilai	16,9

Hasil belajar siswa pada siklus II dapat divisualisasikan dengan diagram gambar 2 berikut :



Gambar 2. Diagram Hasil Belajar Siklus II

Tabel 8. REKAP NILAI

No	Nama Siswa	Nilai Afektif	Kognitif	Psikomotor	Jumlah Nilai
1.	Zainal Abidin	26,3	17,5	50,0	93,8
2.	Bagus Adi Saputra	28,1	17,5	41,7	85,4
3.	Mifthahul Janah	28,1	18,8	50,0	92,7
4.	Irma Fitriasih Khusniah	28,1	20,0	41,7	87,3
5.	Andre Setiawan	26,3	17,5	41,7	86,0
6.	Dewi Masitoh	30,0	16,3	41,7	86,0
7.	Dewi Masrofah	28,1	17,5	45,8	89,6
8.	David Ariyanto	28,1	16,3	41,7	88,5
9.	Fatimatus Zahro	28,1	16,3	45,8	87,9
10.	Irvan Syarif Sadilla. I	26,3	16,3	41,7	86,0
11.	Khaula Yulisa	28,1	18,8	45,8	84,8
12.	Maulana Ahmad Amri	28,1	16,3	41,7	98,1
13.	Minda Saras Wati	28,1	16,3	41,7	85,2
14.	M. Fadhil Aditya	26,3	17,5	45,8	93,3
15.	M. Ifdalus Zamil	28,1	16,3	41,7	85,4
16.	M. Rosid Nafis	28,1	15,0	41,7	89,0
17.	Naelul Najikha	24,4	15,0	45,8	87,7
18.	Nova Candra	30,0	17,5	45,8	87,3
19.	Rahmala Haniffah	26,3	17,5	41,7	81,3
20.	Ratna Priyanti	28,1	15,0	45,8	89,6
21.	Riyanti Widiyatni	24,4	17,5	45,8	88,3
22.	Rohmat Afif Asidik	28,1	17,5	41,7	91,5
23.	Safitri Eka Cahyani	26,3	17,5	37,5	86,0
24.	Sinta Amelia	26,3	17,5	45,8	90,2

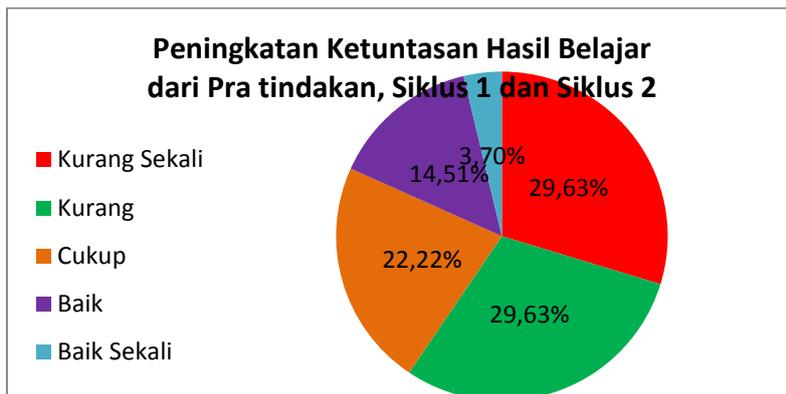
25.	Syifaul Fuadi Salsabilah	26,3	16,3	45,8	84,2
26.	Yudhis Irfan Khalid. AB	28,1	15,0	50,0	93,1
27.	Tati Kusmiyati	30,0	18,8	45,8	94,6
	Nilai Tertinggi				98,1
	Nilai Terendah				81,3
	Rata – rata				88,4
	Rentang Nilai				16,9

Setelah dilakukan tindakan 2 siklus, hasil peningkatkan. Perbandingan peningkatan belajar yaitu kemampuan siswa dalam ketuntasan hasil belajar siswa dapat di lihat pada permainan lari sambung mengalami tabel 8 berikut :

Tabel 8. Rekapitulasi Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Kelas IV SD Negeri 04 RowosariKecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014 pada Kondisi Awal, Siklus 1 dan Siklus2

Kondisi	Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase	
Pratindakan	80 – 100	Baik Sekali	Tuntas	1	3,70%	
	75 – 79	Baik	Tuntas	4	14,81%	
	70 – 74	Cukup	Tidak Tuntas	6	22,22%	
	65 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	8	29,63%	
	0 – 64	Kurang Sekali	Tidak Tuntas	8	29,63%	
	80 –100	Baik Sekali	Tuntas	8	29,63%	
	75 – 79	Baik	Tuntas	9	33,33%	
	70 – 74	Cukup	Tidak Tuntas	6	22,22%	
	Siklus 1	65 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	4	14,82%
		0-64	Kurang Sekali	Tidak Tuntas	0	0%
80		Baik Sekali	Tuntas	27	100%	
75 – 79		Baik	Tuntas	0	0%	
70 – 74		Cukup	Tidak Tuntas	0	0%	
Siklus 2	65 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	0	0%	
	0-64	Kurang Sekali	Tidak Tuntas	0	0%	

Berikut prosentase peningkatan 2013/2014 dari Pratindakan, siklus 1 dan siklus ketuntasan hasil belajar Siswa Kelas IV SD 2 disajikan dalam bentuk grafik gambar 3 Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami berikut :
Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran



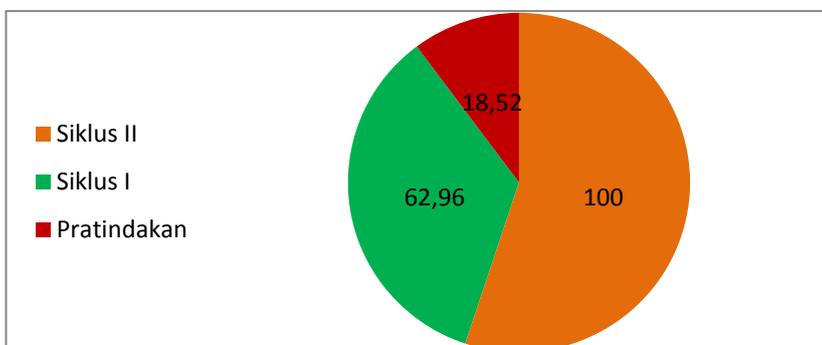
Gambar 3. Grafik Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar dari Pra tindakan, Siklus 1 dan Siklus 2

Perbandingan ketuntasan belajar dapat digambarkan dengan tabel 9 berikut ini :

Tabel 9. Perbandingan Ketuntasan Belajar Pratindakan, Siklus I Dan Siklus II

Tahapan	Jumlah Siswa	Belum Tuntas	Tuntas	Persentase Ketuntasan
Pratindakan	27	22	5	18,52%
Siklus I	27	10	17	62,96%
Siklus II	27	0	27	100%

Ketuntasan belajar mengalami kenaikan. Grafik gambar 4 berikut menggambarkan ketuntasan hasil belajar dalam persentase



Gambar 4 : Diagram Perbandingan Ketuntasan Belajar Pratindakan,Siklus I Dan Siklus II

Dari pratindakan 18,52% pada siklus I ketuntasan naik menjadi 62,96% pada siklus II ketuntasan naik menjadi 100%.

Tabel 10. Perbandingan Ketuntasan Belajar, Pratindakan, Siklus I dan Siklus II

Nilai	Kondisi Pratindakan	Siklus I	Siklus II	Refleksi dari Kondisi Pratindakan ke Kondisi Terakhir
Nilai minimum	54,4	66,7	81,3	Nilai minimum naik 36,9
Nilai maksimum	89,4	93,8	98,1	Nilai maksimum naik 8,7
Nilai Rata-rata	68,3	76,0	88,4	Nilai rata-rata naik 20,1

Berdasarkan hasil penelitian, kondisi pratindakan atau siklus 1 dan siklus 2, ketuntasan hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami, Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014 yang memiliki kategori baik (tuntas) 18,52% sebanyak 5 siswa, cukup (tidak tuntas) 22,22% sebanyak 6 siswa, kurang (tidak tuntas) 29,63% sebanyak 8 siswa, dan kategori kurang sekali (tidak tuntas) 29,63% sebanyak 8 siswa. Hasil belajar pratindakan materi lompat dan loncat yang menjadi rumusan masalah penelitian, melalui permainan tali merdeka peneliti mengharapkan dapat meningkatkan hasil belajar lompat dan loncat pada siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa, (1). Pembelajaran lompat dan loncat dengan penerapan model permainan tali merdeka secara benar dengan modifikasi yang dilakukan pada pembelajaran lompat dan loncat siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014, (2). Dapat meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi lompat dan loncat, meningkatkan minat serta motivasi siswa yang ditunjukkan dengan antusiasme siswa, (3). Dapat meningkatkan semangat keaktifan siswa, (4). Suasana kelas menjadi menyenangkan dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran lompat dan loncat meningkat dari kondisi sebelumnya.

Dari hasil analisis yang diperoleh, terdapat peningkatan pada hasil belajar siswa dari kondisi pratindakan ke siklus 1 dan siklus 2, baik dari peningkatan nilai rata-rata hasil pembelajaran lompat dan loncat siswa maupun

nilai ketuntasan hasil belajar. Nilai rata-rata hasil pembelajaran lompat dan loncat pada rata-rata kondisi pratindakan (18,52%), rata-rata siklus 1 (62,96%), dan rata-rata siklus 2 (100%) sehingga peningkatan dari kondisi pratindakan ke siklus 2 sebesar (81,48%).

Disimpulkan melalui metode pembelajaran bermain lompat dan loncat sangat berpengaruh pada peningkatan hasil pembelajaran lompat dan loncat khususnya dalam model permainan tali merdeka pada siswa kelas IV SD Negeri 04 Rowosari Kecamatan Ulujami Kabupaten Pemalang Tahun Pelajaran 2013/2014.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Kristianto. 2010. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani dan Keperawatan Olahraga. Surakarta: UNS Press.
- Aip Syarifudin dan Muhadi. 1992. Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- AM. Bandi Utama. 2005. "Sarana Bermain di Taman Kanak-Kanak Sebagai Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani." Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Volume 2 Nomor 1). Hlm. 75.
- Arie Asnaldi. 2008. Belajar Gerak. www.google.com.
- Oemar Hamalik. 2008. Proses Belajar Mengajar. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sutrisno Hadi, 1997. Statistik. Yogyakarta: Andi Offset.
- Suharsimi Arikunto, 1998. Prosedur Penelitian. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Wasty Soemanto. 1998. Psikologi Pendidikan. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Zulkifli. 2005. Psikologi Perkembangan. Bandung: Remaja Rosdakarya