

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LEMPAR TURBO MELALUI  
MODIFIKASI PERMAINAN BOLA BERKUNCIR****Tri Rejeki Yuniasih**<sup>✉</sup>

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:*

*Learning Outcomes; Throw  
Turbo; tasseled Ball Game;*

**Abstrak**

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan hasil pembelajaran lempar turbo dalam penjasorkes melalui modifikasi permainan bola berkuncir pada siswa kelas V Sekolah Dasar Muhammadiyah 02 bendan Kota Pekalongan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas. Dari hasil penelitian yang dilakukan, terjadi peningkatan hasil belajar siswa dari kondisi awal ke siklus 1 (85,5%) dan siklus 2 (90,5%). Siswa dapat mencapai indikator yang cukup baik dimana makna dari model pembelajaran lempar turbo dalam penjasorkes melalui modifikasi permainan bola berkuncir pada siswa kelas V Sekolah Dasar Muhammadiyah 02 bendan Kota Pekalongan dapat digunakan. Berdasarkan hasil penelitian, aktivitas siswa dalam mengikuti pembelajaran dikatakan berhasil dan tergolong dalam kriteria sedang. Maka simpulan dari penelitian ini bahwa penggunaan metode pendekatan permainan bola berkuncir dapat meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran penjasorkes materi lempar turbo pada siswa kelas V SD Muhammadiyah 02 bendan Kota Pekalongan.

**Abstract**

*Classroom Action Research was conducted with the aim to determine the improvement of learning outcomes throwing a turbo in a ball game penjasorkes through modification tasseled at Elementary School fifth grade students of Muhammadiyah 02 Bendan Pekalongan. This study uses action research. From the research conducted, an increase in student learning outcomes from the initial condition to cycle 1 (85.5%) and cycle 2 (90.5%) Students can achieve a fairly good indicator of where the meaning of learning model throwing a turbo in penjasorkes through modification tasseled ball game in the fifth grade elementary school students of Muhammadiyah 02 Bendan Pekalongan can be used. Based on the results of the study, student activities in the following study was successful and in the criteria for being classified. So the conclusion from this study that the use of a ball game tasseled approach can improve learning outcomes in learning the material penjasorkes turbo throw in class V students of SD Muhammadiyah 02 Bendan Pekalongan.*

© 2015 Universitas Negeri Semarang

<sup>✉</sup> Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes  
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229  
E-mail: [trirejekiyuniasih85@gmail.com](mailto:trirejekiyuniasih85@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Di Sekolah Dasar, pelajaran atletik termasuk dalam bidang studi olahraga dan kesehatan, jadi merupakan bagian dari olahraga pendidikan yang meliputi berbagai kegiatan, diantaranya: pendidikan sikap dan gerak, permainan anak-anak, atletik ringan, bermain, senam, renang, gerak jalan baris berbaris, kemah, karya wisata, bela diri serta penilaian dan tes kesegaran jasmani. Atletik yang diajarkan di sekolah dasar meliputi: lari cepat, gerak jalan, lompat jauh dengan awalan, dan lempar. Lempat turbo (turbo masa sekarang) adalah salah satu nomor atletik yang diajarkan dalam pembelajaran di Sekolah Dasar kelas V. (Sunaryo Basuki, 1979: 202, 206, 208).

Karakteristik gerak dasar lempar, pada umumnya hampir sama dengan gerakan-gerakan melempar dalam cabang olahraga lainnya. Oleh karena itu, pengembangan umum gerak dapat dilakukan: 1) Lemparan dengan satu tangan (kiri atau kanan) atau dua tangan bersamaan; 2) lemparan lewat atas kepala ke arah depan atau belakang, satu atau dua tangan; 3) melakukan gerak melempar, menolak, ayunan, gerak bandul, 4) melempar dari posisi badan berdiri, berbaring atau berlutut, 5) melempar ke arah jauh atau tinggi; 6) melempar dengan awalan lurus atau berputar; dan lain sebagainya. Dari permainan lempar turbo ini, maka dapat dilakukan sebuah modifikasi untuk meningkatkan pembelajaran siswa dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes).

Dalam melakukan lempar turbo tidak hanya mengandalkan kekuatan saja, tetapi harus didukung dengan penguasaan teknik. Menurut Yudha M. Saputra (2001: 67-68) teknik dasar melakukan lempar turbo sebagai berikut: 1. menghadap arah lemparan; 2. langkah menyilang; 3. posisi melempar; 4. lemparan; dan diakhiri dengan 5. sikap akhir.

Lempat turbo termasuk ke dalam jenis lemparan linier, karena turbo pada saat dibawa sampai melakukan gerak melempar menempuh garis lurus ke arah lemparan. Gerak lemparnya sendiri adalah gerak menarik dan mendorong.

Lempat turbo sendiri termasuk nomor lempar yang agak sulit untuk dikuasai dengan baik. Bentuk alat yang panjang menuntut seorang pelempar mesti bisa menempatkan posisi dan arah turbo sedemikian rupa agar dapat menembus udara dengan hambatan yang seminimal mungkin. Gerak lemparnya pun jangan sampai mempengaruhi posisi turbo saat lepas dari tangan. Gerak dasar lemparnya sebenarnya sangat sederhana, yaitu lemparan satu tangan melewati atas kepala persis sama seperti melemparkan batu atau bola softball. (Yoyo Bahagia, 2005: 24)

Lempat turbo ini menurut Yoyo Bahagia merupakan salah satu bentuk nomor lempar yang dapat dimodifikasi. Modifikasi digunakan sebagai salah satu alternatif pendekatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan dengan berbagai pertimbangan. Seperti yang dikemukakan oleh Ngasmain Soepartono (1997) bahwa alasan utama perlunya modifikasi adalah :

1. Anak bukanlah orang dewasa dalam bentuk kecil, kematangan fisik dan mental anak belum selengkap orang dewasa;
2. Pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani selama ini kurang efektif, hanya bersifat lateral dan monoton,
3. Sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani yang ada sekarang, hampir semuanya di desain untuk orang dewasa.

Sedangkan Aussie (1996) mengembangkan modifikasi di Australia dengan pertimbangan bahwa:

1. Anak-anak belum memiliki kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa;
2. Berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak;
3. Olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibandingkan dengan peralatan yang standart untuk orang dewasa;

4. Olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak dalam situasi kompetitif. (Yoyo Bahagia, 2005: 5)

Modifikasi adalah salah satu usaha para guru agar pembelajaran mencerminkan *Developmentally Appropriate Practice* (DAP), yang artinya tugas ajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut, termasuk di dalamnya *body scalling* (ukuran tubuh siswa). Hal inilah yang dijadikan prinsip utama dalam memodifikasi pembelajaran pendidikan jasmani, (Yoyo Bahagia, 2005: 1).

Melalui modifikasi model pembelajaran lempar turbo ini diharapkan penjasorkes sebagai salah satu mata pelajaran yang diajarkan di ruang lingkup usia sekolah dasar dapat dioptimalkan sebagai salah satu pilihan guru dalam memberikan materi atletik.

Berdasarkan permasalahan dan identifikasi masalah, maka permasalahannya dalam penelitian ini, "Apakah dengan menggunakan permainan bola berkuncir dapat meningkatkan kemampuan anak dalam melakukan lempar turbo pada siswa kelas V SD Muhammadiyah 02 bendan Kecamatan Pekalongan Barat Kota Pekalongan

Sesuai dengan hakikat penelitian tindakan kelas yang bermaksud memperbaiki proses belajar mengajar yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lempar turbo melalui modifikasi bola berkuncir dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bagi siswa sekolah dasar.

## METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SD Muhammadiyah 02 bendan kelas V Kota Pekalongan. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 26 siswa yang terdiri dari 21 siswa putri dan 5 siswa putra. Objek penelitian ini menggunakan penggunaan metode pendekatan

pembelajaran bermain untuk meningkatkan hasil belajar lempar turbo dengan teknik total sampling, atau seluruh siswa kelas IV D Negeri Bendan 01 Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 2013/2014

Metode pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode tes unjuk kerja dan dokumentasi untuk memperoleh data dan nama siswa kelas IV, metode observasi digunakan untuk memperoleh data keterampilan siswa yang berupa lembar observasi (pengamatan). Lembar observasi digunakan untuk mengungkap keterampilan siswa yang meliputi aspek psikomotorik dan aspek afektif, dan metode tanya jawab yang digunakan untuk mengetahui kemampuan siswa terhadap pemahaman materi pembelajaran passing lempar turbo untuk aspek kognitif.

Penelitian diperlukan sebuah metode agar hasil yang diharapkan sesuai dengan rencana yang ditentukan. Dilihat dari tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti yaitu ingin meningkatkan hasil pembelajaran di kelas IV, maka metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*Classroom action research*). Rencana tindakan penelitian kelas ini memuat informasi tentang: (1) pengembangan materi pembelajaran, (2) pemilihan metode pembelajaran, (3) prosedur pemecahan masalah, (4) teknik pengumpulan data dan informasi yang diperlukan, (5) rencana pengumpulan dan pengolahan data, (6) rencana untuk melaksanakan tindakan pemecahan masalah, dan (7) rencana evaluasi tindakan sekaligus evaluasi pembelajaran. Secara garis besar ada empat tahapan dalam penelitian tindakan kelas yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilaksanakan pembelajaran teknik dasar lempar turbo melalui modifikasi permainan bola berkuncir untuk meningkatkan prestasi lempar turbo maka penjabaran proses

pembelajaran proses pembelajaran sebagai berikut:

Tahap-tahap yang dilaksanakan pada siklus ini sebagai berikut:

Peneliti dan guru mitra melakukan perencanaan pembelajaran pendidikan penjasorkes melalui Modifikasi pada permainan lempar turbo dengan menggunakan, menyusun rencana pembelajaran, menyiapkan alat evaluasi, lembar kinerja, peneliti dan lembar observasi siswa.

Pelaksanaan pembelajaran pada siklus I dengan materi teknik dasar-dasar permainan lempar turbo kepada siswa terdiri 2 pertemuan. Pertemuan pertama peneliti menjelaskan teknik dasar yang diterapkan dalam permainan lempar turbo. Peneliti mengawali kegiatan pembelajaran dengan menanyakan kembali materi yang sudah dipelajari siswa pada pertemuan sebelumnya. Peneliti juga member motivasi sehingga siswa tertarik dan memiliki rasa ingin tahu terhadap materi yang akan dibahas. Pada pertemuan kedua peneliti melanjutkan presentasi dasar-dasar permainan lempar turbo.

Peneliti menggunakan metode tanya jawab agar siswa aktif dalam proses belajar kemudian siswa belajar dalam melakukan praktek permainan dasar lempar turbo. Setelah akhir pembelajaran siswa diberi tes akhir siklus I praktek dasar-dasar permainan bola yang dimodifikasi. Hasil pemahaman siswa (aspek kognitif) pada siklus I masih banyaknya siswa yang termasuk dalam kategori kurang pada pertemuan I yaitu sebanyak 10 atau 40,00%. Sedangkan pada hasil unjuk kerja teknik dasar permainan lempar turbo juga masih ditemukan siswa yang kurang baik yaitu sebanyak 52,00% siswa. Maka perlu dilakukan refleksi untuk mengatasi kekurangan proses pembelajaran pada siklus I sehingga pada siklus selanjutnya diharapkan siswa pada tingkat unjuk kerja yang baik dengan tingkat ketuntasan klasikal sebesar 85 %

Saat pembelajaran tim observer melakukan pengamatan terhadap jalanya proses pembelajaran. Selain mengamati PBM, tim observer juga mengalisis data yang diperoleh

pada siklus I yang berupa hasil tes akhir siklus I dan lembar pengamatan tindakan guru. Pada hasil observasi pembelajaran siklus I prosentase siswa yang memperhatikan saat proses pembelajaran sejumlah 84% pada aspek afektif, namun pada aspek kognitif baru mencapai 52,00% siswa yang termasuk dalam kategori yang cukup baik. Sedangkan pada aspek psikomotorik diperoleh hasil tingkat keaktifan siswa sebanyak 60,00%.

Dari table 1, terlihat bahwa secara klasikal siswa mencapai kategori kurang baik sebesar 4,00%. Hal ini belum sesuai dengan harapan peneliti yaitu minimal 85 % siswa dapat mencapai criteria cukup baik dan baik. Berdasarkan hasil observasi siswa yang meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotorik diperoleh hasil yang belum memuaskan.

Dari table 4 untuk aspek afektif kognitif diperoleh kategori baik sebanyak 84,00% dan yang cukup baik sebanyak 16,0%. Pada aspek kognitif yang termasuk dalam kategori yang termasuk dalam kategori baik hanya 60% dan sebanyak 36% termasuk dalam kategori cukup baik. Sedangkan pada aspek psikomotorik diperoleh masing-masing sebanyak 48% yang termasuk dalam kategori baik dan cukup baik. Untuk itu peneliti masih melanjutkan ke siklus berikutnya dengan harapan terjadinya peningkatan hasil belajar bisa terus menerus dan konsisten. Setelah hasil observasi dianalisis terdapat kekurangan-kekurangan pada siklus I.

Kekurangan –kekurangan itu adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti kurang menguasai materi yang diajarkan, hal ini dikarenakan keterbatasan waktu peneliti untuk mempersiapkan materi.
- b. Peneliti kurang mampu menguasai kelas

Tahap –tahap yang dilaksanakan pada siklus ini sebagai berikut :

1. Perencanaan

Berdasarkan hasil refleksi dari siklus I maka peneliti dan guru mitra menyusun Rencana Pembelajaran II. Materi pada siklus II berbeda dengan siklus I, namun hasil refleksi pada siklus I dapat digunakan untuk memperbaiki pembelajaran penjasorkes melalui

modifikasi pada permainan lempar turbo pada siklus II. Dimana pada siklus II guru harus lebih mengoptimalkan pembelajaran dengan modifikasi yang dilakukan dengan cara memberi motivasi kepada siswa melalui pemberian penghargaan yang lebih menarik bagi yang memperoleh nilai yang baik. Guru juga harus lebih matang dalam mempersiapkan materi yang akan diajarkan, agar saat pembelajaran siswa dapat menerima dan memahami materi dengan mudah serta guru mudah serta guru harus lebih mampu menguasai kelas.

## 2. Pelaksanaan

Kegiatan siklus II sama seperti siklus I. Siklus II dilaksanakan dalam 2 pertemuan dengan materi permainan lempar turbo yang dimodifikasi. Pertemuan pertama untuk melaksanakan kembali materi dasar-dasar permainan lempar turbo. Peneliti mengawasi kegiatan pembelajaran dengan menanyakan kembali materi yang sudah dipelajari siswa pada pertemuan sebelumnya. Peneliti juga member motivasi seperti memberitahukan bahwa penghargaan kepada siswa yang bisa melakukan praktek dasar-dasar permainan lempar turbo yang benar sehingga siswa tertarik untuk mengikuti pembelajaran. Siswa juga diberi motivasi agar memperhatikan penjelasan yang diberikan oleh guru. Peneliti juga banyak mengarahkan siswa untuk praktek secara langsung, memberi masukan/sanggahan, bertanya, dan menjawab pertanyaan secara diskusi. Pada pertemuan berikutnya diadakan praktek langsung teknik dasar permainan lempar turbo yang dimodifikasi, agar siswa lebih memahami materi dan meningkatkan kemampuan untuk unjuk kerja permainan lempar turbo. Kemudian pada terakhir ke-2 dilaksanakan tes akhir siklus II unjuk kerja tentang permainan lempar turbo.

## 3. Observasi

Tim observer melakukan pengamatan terhadap jalannya proses pembelajaran. Selain mengamati PBM, tim observer juga menganalisis data yang diperoleh pada siklus II dan lembar pengamatan tindakan guru. Siswa sudah mampu beradaptasi dengan pembelajaran. Berdasarkan

observasi dapat dikatakan telah mencapai peningkatan dibandingkan dengan siklus I. Pada aspek afektif diperoleh perilaku siswa yang cukup baik sebanyak 100% pada aspek kognitif diperoleh siswa dengan kategori cukup baik dan baik sebesar 88% dan pada aspek psikomotorik juga diperoleh kriteria cukup baik dan baik sebanyak 96%. Hal ini berarti perilaku siswa dalam siklus II telah mencapai tingkat yang ideal yaitu lebih dari 85% dari seluruh siswa mempersiapkan materi secara matang dan mampu membangkitkan minat siswa saat awal pembelajaran. Kondisi kelas juga cukup teratur. Adanya .Hal ini disebabkan oleh peneliti komunikasi antara siswa dan guru yang semakin baik ini menyebabkan terjadinya hubungan timbal balik yang baik. Data hasil pengamatan unjuk kerja kognitif diperoleh hasil seperti pada tabel 1 berikut:

**Tabel 1.** Pemahaman siswa

	Siklus I	Siklus II
Kognitif	85.5%	90%

Hasil pemahaman siswa pada siklus I dan II kemudian dianalisis dengan rumus Hake's normalized gain sebagai berikut:

Rata-rata siklus I:  $(Spre) = 85.5\%$

Rata-rata siklus II :  $(Spost) = 90.5\%$

Hake's normalized gain :

$$(g) = \frac{(Spost) - (Spre)}{100\% - (Spre)}$$

$$(g) = \frac{(90.5\%) - (85.5\%)}{100\% - (85.5\%)} = 0.90$$

Dan kriteria gain : rendah (low gain), yang berarti bahwa pemahaman siswa terhadap materi lempar turbo selama siklus I dan II tidak meningkat secara signifikan

Keterampilan unjuk kerja psikomotor yang diamati selama siswa melakukan kegiatan pembelajaran lempar turbo yang dilaksanakan selama dua siklus. Data hasil pengamatan unjuk kerja psikomotor diperoleh hasil seperti pada tabel 2 berikut:

**Tabel 2.** Pemahaman siswa

	Siklus I	Siklus II
Psikomotor	85.5%	90,5%

Hasil yang diperoleh dari pengamatan unjuk kerja psikomotor pada siklus I dan II kemudian dianalisis dengan rumus Hake's normalized gain sebagai berikut:

Rata-rata siklus I:  $(Spre) = 85.5\%$   
 Rata-rata siklus II :  $(Spost) = 90.5\%$

Hake's normalized gain  $:(g) = \frac{(Spost)-(Spre)}{100\%-(Spre)}$

$$(g) = \frac{(90.5\%)-(85.5\%)}{100\%-(85.5\%)} = 0.90$$

Dan kriteria gain : rendah (low gain), yang berarti bahwa keterampilan unjuk kerja psikomotor selama siklus I dan II tidak meningkat secara signifikan

Hasil pengamatan afektif siswa selama proses pembelajaran lempar turbo pada siklus I dan II diperoleh hasil seperti pada tabel 3 berikut:

**Tabel 3.** Pengamatan perilaku siswa

	Siklus I	Siklus II
Afektif	85.5%	90,5%

Hasil yang diperoleh dari pengamatan unjuk kerja afektif pada siklus I dan II kemudian dianalisis dengan rumus Hake's normalized gain sebagai berikut:

Rata-rata siklus I :  $(Spre) = 85.5\%$

Rata-rata siklus II :  $(Spost) = 90.5\%$

Hake's normalized gain:

$$(g) = \frac{(Spost) - (Spre)}{100\% - (Spre)}$$

$$(g) = \frac{(90.5\%)-(85.5\%)}{100\%-(85.5\%)} = 0.90$$

Dan kriteria gain : rendah (low gain), yang berarti bahwa keterampilan unjuk kerja psikomotor selama siklus I dan II tidak meningkat secara signifikan.

Pada tabel 4 Hasil analisis tanggapan / respon siswa terhadap modifikasi

**Tabel 4.** Tanggapan / respon siswa terhadap modifikasi

No	Pertanyaan	Nilai rata-rata respon	
		Siklus I	Siklus II
1	Apakah menurut kamu permainan bola berkuncir ini merupakan permainan yang sulit	78.00%	87.00%
2	Apakah kamu bisa memainkan permainan bola berkuncir	89.00%	93.00%
3	Apakah kamu merasa kesulitan dalam melakukan permainan bola berkuncir	61.00%	70.00%
4	Apakah dalam permainan bola berkuncir ini kamu merasa mudah	80.00%	78.00%
5	Apakah kamu merasa mudah saat memegang bola berkuncir	90.00%	90.00%
6	Apakah kamu merasa mudah saat melempar bola Berkuncir	84.00%	84.00%
7	Apakah kamu merasa mudah dalam melempar bola berkuncir ke arah depan	67.00%	50.00%
8	Apakah kamu tahu bagaimana cara bermain permainan bola berkuncir ini	75.00%	86.00%
9	Apakah cara bermain permainan bola berkuncir ini lebih mudah dari pada lempar turbo biasa	87.00%	98.00%
10	Apakah kamu tahu tentang peraturan permainan bola berkuncir ini	92.00%	95.00%
11	Apakah kamu dapat mematuhi peraturan permainan bola berkuncir ini	96.00%	97%
12	Apakah setiap pemain harus menaati peraturan dalam permainan bola berkuncir ini	91%	93%
13	Apakah kamu tahu alat-alat yang digunakan dalam permainan bola berkuncir ini	94.00%	96%
14	Apakah kamu tahu tugas wasit dalam permainan bola berkuncir	75.00%	86.00%

	ini		
15	Apakah seorang wasit akan memberi teguran kepada pemain yang tidak mematuhi peraturan	78.00%	87.00%
16	Apakah permainan bola berkuncir dapat dilakukan semua orang	75.00%	86.00%
17	Apakah kamu merasa gembira saat bermain permainan bola berkuncir	78.00%	87.00%
18	Apakah kamu merasa senang ketika memenangkan permainan bola berkuncir ini	75.00%	86.00%
19	Apakah kamu semangat dalam melakukan permainan bola berkuncir ini	78.00%	87.00%
20	Apakah kamu bisa menerima seandainya kamu kalah dalam bermain permainan bola berkuncir ini	75.00%	86.00%
	Rata-rata	85.1%	87.1%

Berdasarkan Tabel di atas dapat diketahui bahwa secara umum terjadi peningkatan pemahaman siswa terhadap materi pembelajaran lempar turbo siswa selama proses pembelajaran yang dilaksanakan dalam dua siklus. Pada siklus I presentase pemahaman siswa mencapai 85,5 % yang dinyatakan dengan kriteria baik. Pada siklus II presentase pemahaman siswa mencapai 90,5% yang dinyatakan dengan kriteria baik. Dengan menggunakan rumus Hake's normalized gain maka selama siklus I sampai dengan siklus II terjadi peningkatan (gain) sebesar 0,90% yang kemudian dinyatakan dengan kriteria rendah (lowgain), yang berarti bahwa pemahaman siswa terhadap materi lempar turbo selama siklus I dan II tidak meningkatkan secara signifikan

Berdasarkan tabel 14 diatas dapat diketahui bahwa secara umum terjadi peningkatan keterampilan unjuk kerja psikomotor siswa selama proses pembelajaran yang dilaksanakan dalam dua siklus. Pada siklus I, presentase rata-rata ketrampilan psikomotor mencapai 53,54% yang dinyatakan dengan kriteria kurang baik. Pada siklus II presentase rata-rata keterampilan psikomotor mencapai 53,72% yang juga dinyatakan kurang baik. Dengan menggunakan rumus Hake's normalized gain maka selama siklus I sampai dengan siklus II terjadi peningkatan (gain) sebesar 0,53% yang kemudian dinyatakan dengan kriteria rendah (low gain), yang berarti

bahwa ketrampilan psikomotor selama siklus I dan II tidak meningkat secara signifikan. Hasil peningkatan yang tidak terlalu besar disebabkan karena sebelumnya siswa belum pernah mendapat materi lempar turbo

Lembar pengamatan sikap ilmiah siswa (afektif) mencakup menghargai teman dalam satu tim, bertanggung jawab pada posisi, mau menerima saran dari teman, tidak menciderai lawan, menerima keputusan wasit, memakai seragam, memiliki motivasi dalam bermain, kehadiran siswa, kerjasama, dan mentaati peraturan. Pada siklus I presentase rata-rata pengamatan afektif sebesar 87,87% yang dinyatakan dengan kriteria baik. Pada siklus II presentase rata-rata pengamatan afektif mencapai 93% yang juga dinyatakan baik. Dengan menggunakan rumus Hake's normalized gain maka selama siklus I sampai dengan siklus II terjadi peningkatan (gain) sebesar 0,93% yang kemudian dinyatakan dengan kriteria rendah rendah (low gain), yang berarti bahwa pengamatan afektif selama siklus I dan II tidak meningkat secara signifikan

Berdasarkan tabel 16 di atas, diperoleh hasil analisis untuk masing-masing aspek tanggapan siswa pada siklus I dan II. Pada siklus I, rata-rata tanggapan siswa sebesar 85,1% dan pada siklus ke II rata-rata tanggapan siswa sebesar 87,1% secara keseluruhan nilai yang diperoleh untuk setiap aspek pernyataan dalam mengalami peningkatan. Peningkatan rata-rata tanggapan siswa ini terjadi karena selama proses

pembelajaran berlangsung, siswa terlibat aktif dan merasa bersemangat ketika melaksanakan pembelajaran.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, aktivitas siswa dalam mengikuti pembelajaran dikatakan berhasil dan tergolong dalam kriteria sedang. Maka simpulan dari penelitian ini bahwa penggunaan metode pendekatan permainan bola berkuncir dapat meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran penjasorkes materi lempar turbo pada siswa kelas V SD Muhammadiyah 02 bendan Kota Pekalongan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S., Suharjono, Supardi. 2008. Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: Bumi Aksara.
- Depdiknas, 2003. Undang-undang RI Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Jakarta: Depdiknas.
- Djumidar. 2006. Materi Pokok Dasar-dasar Atletik. Jakarta: Universitas Terbuka.
- FIK. 2002. Pedoman Penyusunan Skripsi Mahasiswa Program Strata 1. Semarang.: UNNES.
- FIK, 2009. Pedoman Penyusunan Skripsi Mahasiswa Program Strata 1. FIK: Unnes.
- Soemitro. 1992. Permainan Kecil. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- , 2004. Teori Pendidikan Jasmani, Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan. Bandung : Nuansa.
- Trisnowati, Tamat dan Moekarto, Mirwan. 2007. Materi Pokok Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Yoyo, Bahagia dan Adang, Suherman, 2000. Prinsip-prinsip Pengembangan dan modifikasi Cabang Olahraga. Depdikbud, Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah, Bagian Proyek Penataran Guru SLTP setara DIII.