

Received : 21-04-2021

Revised : 12-05-2021

Published : 30-06-2021

Penerapan Metode Bermain Berbantuan Media Peluru Modifikasi Untuk Peningkatan Belajar Tolak Peluru

Fita Dwi Atmaja

SD Negeri 2 Belikurip, Indonesia

qankfita@gmail.com

Abstrak

Subyek yang menjadi penelitian ini adalah Subjek siswa SD Negeri 2 Belikurip. Penelitian menunjukkan bahwa a) adanya peningkatan pembelajaran yang dilihat melalui antusiasme siswa dalam pembelajaran yang semula kurang, menjadi cukup pada siklus I dan baik pada kondisi siklus II; b secara klasikal semula 67,5 menjadi 76,3 siklus I dan 82,3 pada siklus II belajarnya semula 62,5% menjadi 87,5% pada siklus I dan 100% pada siklus II; dan 3) Peningkatan secara klasikal semula 68,0 menjadi 72,7 pada siklus I dan 80,5 pada siklus II dengan ketuntasan belajarnya semula 62,5% menjadi 87,5% pada siklus I dan 100% pada siklus II.

Kata kunci: hasil belajar tolak peluru; metode bermain; media peluru modifikasi

PENDAHULUAN

Pada proses pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, siswa kesulitan melakukan tolak peluru. Salah satu faktor yang mempengaruhi banyak siswa yang nilainya rendah adalah bagi siswa dengan berat peluru asli terlalu berat dan besar untuk digunakan dalam pembelajaran, sehingga siswa merasa kesulitan dalam cara memegang peluru, cara menolak peluru tidak gerakan mendorong peluru tetapi melempar serta tidak diakhiri dengan gerakan lanjutan yang tepat.

Hasil penilaian menunjukkan bahwa pengetahuan siswa berkaitan tolak peluru masih belum memuaskan. Nilai rata-rata sebesar 67,5. Kemudian capaian nilai tertinggi yaitu 90 dan nilai terendahnya adalah 40. Rentang nilai yaitu 50. Ketuntasan belajar yaitu 62,5%. Selain hasil belajar yang belum maksimal, hasil belajar juga menunjukkan hasil yang belum memuaskan. Hasil belajar yang berkaitan dengan keterampilan siswa dalam tolak peluru menunjukkan nilai rata-rata 68,0. Capaian nilai tertinggi yaitu 75 dan capaian terendahnya 56. Ketuntasan belajar yaitu 62,5%.

Penelitian dikuatkan oleh Wahyuningsih (2012) dengan judul Upaya Peningkatan Pembelajar Tolak Peluru Dengan Metode Bermain Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 3 Plumbungan. Selain itu penelitian dikuatkan oleh Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kenya Rini (2012) dengan judul Peningkatan Hasil Belajar Tolak Peluru Melalui Pendekatan Metode Bermain Bola Karet Pada Siswa Kelas V SD Negeri 2 Patikraja

METODE

Jenis penelitian

Penelitian tindakan kelas.

Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SD Negeri 2 Belikurip

Subjek penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa SD Negeri 2 Belikurip berjumlah 8 siswa

A. Sumber Data

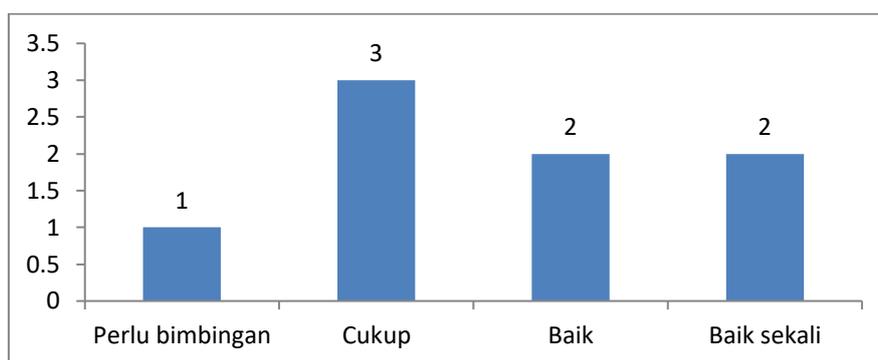
Data diperoleh dari nilai ulangan PJOK dan unjuk kerja siswa semester 1 tahun pelajaran 2020 / 2021 serta hasil pengamatan ketika siswa melakukan kegiatan pembelajaran tolak peluru.

B. Teknik Dan Alat Pengumpulan Data

- a. Observasi yaitu mengumpulkan data dengan mengamati aktivitas siswa pada setiap siklus.
- b. Melalui dokumen yaitu mengumpulkan data hasil belajar tolak peluru pada saat belum diadakan tindakan (kondisi awal).
- c. Kegiatan wawancara setelah pembelajaran.
- d. Pengisian catatan lapangan saat pembelajaran.

HASIL
Siklus I

Hasil belajar siklus I menunjukkan kondisi yang cukup. Dapat dilihat dari ketuntasan belajar siswa yang mencapai 87,5%. Presentase ini telah sesuai harapan ketuntasan belajar siswa. Capaian nilai tertinggi pada hasil belajar sebesar 90 sedangkan capaian nilai terendahnya sebesar 60. Rentang hasil belajar sebesar 30 poin. Nilai rata-rata hasil belajar siklus I yaitu 76,3. Hasil tersebut telah berada di atas KKM (<65) tetapi belum melampaui indikator kinerja yang ditetapkan.



Gambar 1. Diagram sebaran hasil belajar KD 3.3 prasklus

Diagram tersebut menunjukkan hasil belajar pada kondisi siklus I. Frekuensi yang memperoleh hasil belajar pada kategori perlu bimbingan paling banyak yaitu 1 anak atau 12,5%. Frekuensi yang memperoleh hasil pada kategori cukup sebanyak 3 anak atau 37,5%. Frekuensi memperoleh kategori baik sekali sebesar 2 anak atau 25,0%. Hasil belajar KD 4.3 siklus I

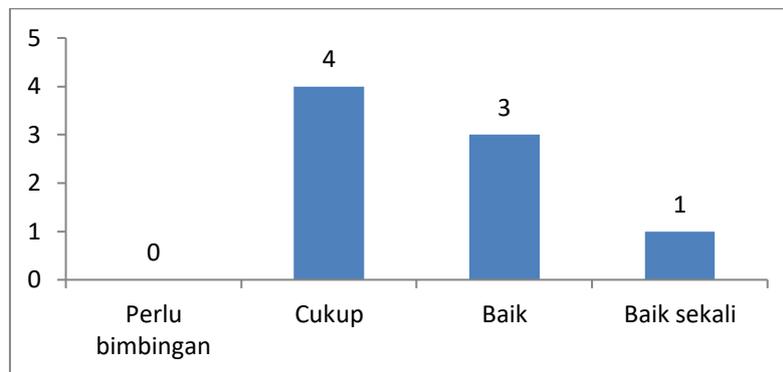
Tabel 1. Hasil belajar KD 4.3 siklus I

No	Nama Siswa	Capaian	Keterangan
1	Nilai tertinggi	81	
2	Nilai terendah	63	
3	Rata-rata	72,7	
4	Ketuntasan	87,5%	

Tabel tersebut menunjukkan hasil belajar siswa dalam mempraktikkan kombinasi gerak dasar tolak peluru kondisi siklus I. Dilihat dari ketuntasan belajar siswa mencapai 87,5%. Presentase ini telah mampu melampaui indikator kinerja minimal 80%. Capaian nilai tertinggi pada hasil belajar sebesar 81 sedangkan capaian nilai terendahnya sebesar 63. Rentang hasil belajar 3 sebesar 18 poin. Nilai rata-rata hasil belajar siklus I yaitu 72,7. Hasil tersebut telah berada di atas KKM (<65) namun masih belum mencapai indikator kinerja yang ditetapkan.

Peningkatan belajar siklus I tersebut dikarenakan capaian hasil belajar siswa dalam kategori perlu bimbingan hanya tinggal sedikit.

Peningkatan belajar siklus II tersebut karena sudah tidak ada siswa yang memperoleh capaian hasil belajar siswa dalam katagori perlu bimbingan. Adapun sebaran hasil belajar tersebut sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram sebaran hasil belajar siklus II

Diagram tersebut menunjukkan sebaran hasil belajar pada kondisi siklus II. Frekuensi yang memperoleh hasil belajar pada kategori cukup sebanyak 4 anak atau 50,0%. Frekuensi yang memperoleh hasil belajar pada kategori baik sebesar 3 anak atau 37,5%. Frekuensi siswa yang memperoleh baik sekali sebesar 1 anak atau 12,5%.

PEMBAHASAN

1. Proses pembelajaran

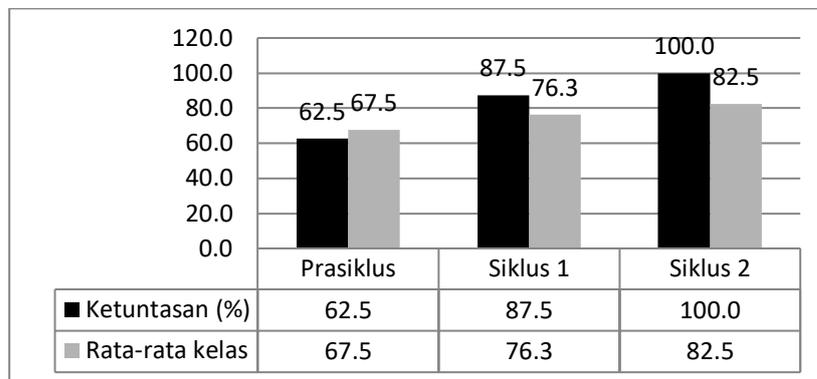
Tabel 2. Peningkatan persentase siswa yang antusias dalam pembelajaran prasiklus, siklus I dan siklus II

No	Aspek	Persentase	Kategori
1	Prasiklus	50,0	Kurang
2	Siklus I	75,0	Cukup
3	Siklus II	87,5	Baik

Berdasarkan tabel tersebut persentase siswa yang antusias dalam pembelajaran selalu mengalami peningkatan setelah dilakukan tindakan di tiap siklus. Semula persentase antusias siswa dalam pembelajaran hanya 50% (Kurang) kemudian tindakan siklus I telah meningkatkan persentase antusias siswa menjadi 75,0% (Cukup). Peningkatan tindakan siklus I sebesar 25 poin. Persentase sebesar 50% dari kondisi prasiklus. Kemudian persentase siswa yang antusias dalam pembelajaran kembali meningkat setelah dilakukan tindakan siklus II menjadi 87,5% (sangat baik). Peningkatan yang terjadi yaitu sebesar 12,5 poin. Persentase peningkatan tersebut sebesar 16,7% dari kondisi siklus I. Lalu peningkatan persentase siswa yang antusias dalam pembelajaran secara keseluruhan sebesar 37,5 poin. Persentase peningkatan tersebut sebesar 75,0% dari kondisi prasiklus.

2. Peningkatan hasil belajar

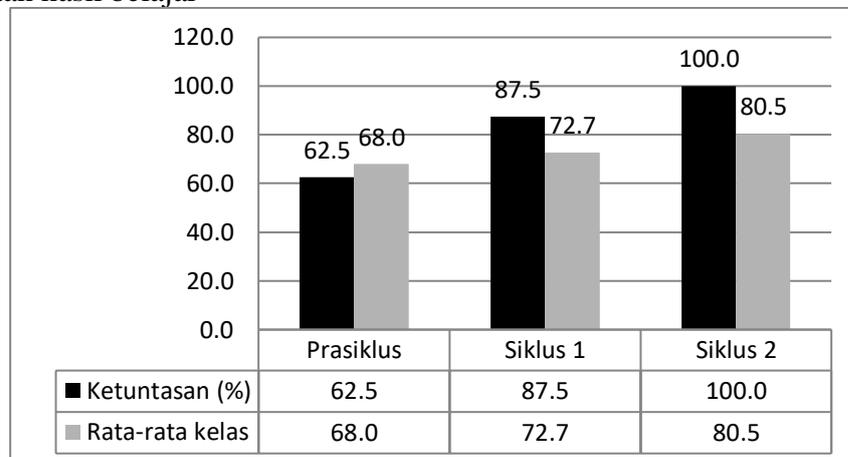
Pengumpulan hasil belajar ini dilakukan melalui kegiatan tes di akhir tiap-tiap siklus. Hasil belajar yang dikumpulkan di tiap-tiap siklus kemudian diolah dan dianalisis. Hasil pengolahan dan analisis data tersebut menunjukkan adanya peningkatan yang cukup berarti. Adapaun perbandingan hasil belajar tiap-tiap siklus sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram peningkatan hasil belajar

Diagram tersebut menunjukkan peningkatan dari prasiklus hingga siklus II. Semula nilai rata-rata hasil belajara hanya 67,5 setelah dilakukan tindakan siklus I meningkat menjadi 76,3 dan setelah penerapan tindakan siklus II kembali meningkat menjadi 82,5. Peningkatan yang terjadi pada siklus I sebesar 8,8 poin dengan persentase peningkatan hasil belajar pada siklus I yaitu sebesar 13,0% dari prasiklus. Peningkatan yang terjadi pada siklus II sebesar 6,3 poin dengan persentase peningkatan hasil belajar pada siklus II sebesar 8,2% dari siklus I. Secara keseluruhan hasil belajara ini sebesar 15,0 poin atau 22,2% dari prasiklus.

3. Peningkatan hasil belajar



Gambar 4. Diagram peningkatan hasil belajar

Diagram tersebut menunjukkan peningkatan ketuntasan belajar 3 dari prasiklus hingga siklus II. Semula ketuntasan belajar sebesar 62,5% saja. Kemudian setelah tindakan siklus I, ketuntasan belajar menjadi 87,5% dan pada akhir siklus II telah mencapai 100%. Peningkatan ketuntasan belajar siklus I sebesar 25,0 poin peningkatan pada siklus II sebesar 12,5 poin. Persentase peningkatan pada siklus I sebesar 50,0% dari prasiklus sedangkan pada siklus II hanya 14,3% dari siklus I. Secara keseluruhan, peningkatan ketuntasan belajar yaitu 37,5 poin atau 60% dari prasiklus.

SIMPULAN

Pembelajaran tolak peluru dengan media peluru modifikasi lebih efektif dan meningkat. Dibuktikan dengan adanya peningkatan proses pembelajaran yang dilihat melalui antusiasme siswa dalam pembelajaran yang semula berada pada kategori kurang, menjadi cukup pada siklus I dan baik pada kondisi siklus II. Terdapat peningkatan pengetahuan tentang menerapkan prosedur kombinasi tolak peluru setelah dilakukan metode berbantuan media modifikasi. Terdapat peningkatan keterampilan tentang mempraktikkan kombinasi tolak peluru setelah dilakukan metode berbantuan media modifikasi.

Saran

Siswa harus melaksanakan kegiatan pembelajaran dengan penuh kesungguhan serta memiliki aktivitas yang tinggi. Guru harus menyajikan pembelajaran dengan pendekatan maupun metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik pembelajaran. Sekolah harus memfasilitasi guru dalam mengembangkan keprofesiannya

DAFTAR RUJUKAN

- A. Widya, Mochamad Djumidar. 2004. *Belajar berlatih Gerak-Gerak Dasar Atlet Dalam Bermain*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Wahyuningsih, Heni. 2012. *Upaya Peningkatan Pembelajaran Tolak Peluru Dengan Metode Bermain Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 3 Plumbungan Kecamatan Pagentan Kabupaten Banjarnegara*.
- Kurniawan, Eko. 2015. *Upaya Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Tolak Peluru Gaya Linear Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas V SD Negeri 2 Nusamangir, Kecamatan Kemranjen, Banyumas Tahun Pelajaran 2014/2015*.
- Nurhidayat, Yulida. 2015. *Upaya Peningkatan Gerak Dasar Tolak Peluru Melalui Pemberian Model Bermain Peluru Ceria Siswa Kelas V SD Negeri I Banaran Kecamatan Pracimantoro Kabupaten Wonogiritahun Pelajaran 2014/15*.
- Kenya Rini, Dyah Ayu. 2012. *Peningkatan Hasil Belajar Tolak Peluru Melalui Pendekatan Metode Bermain Bola Karet Pada Siswa Kelas V SD Negeri 2 Patikraja Kec. Patikraja Kab. Banyumas*