



PEMBELAJARAN LEMPAR TURBO MENGGUNAKAN PERMAINAN LEMPAR SASARAN SISWA KELAS VI SD NEGERI 004 RAMBAH SAMO KABUPATEN ROKAN HULU

Parida Eriati¹⁾, Adyanata Lubis²⁾, Tofikin³⁾

^{1,3}Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Rokania, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Teknologi Informasi, STKIP Rokania, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima Agustus 2021
Revisi Agustus 2021
Diterima November 2021
Tersedia online November 2021

Kata kunci:

Hasil belajar, lempar turbo, permainan lempar sasaran.

Abstrak

Permasalahan yang dihadapi guru di kelas adalah keterampilan melempar Turbo siswa kelas IV SD Negeri 004 Rambah Samo yang masih rendah ditunjukkan dengan persentase anak yang mampu melempar Turbo hanya 38,39%. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penerapan pembelajaran dengan pendekatan permainan lempar sasaran dapat meningkatkan hasil belajar lempar Turbo siswa kelas IV SD Negeri 004 Rambah Samo. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dengan teknik pengumpulan data tes dan observasi. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri 004 Rambah Samo sebanyak 28 siswa. Teknik pengumpulan data meliputi tes praktik lempar Turbo, lembar observasi aktivitas siswa selama pembelajaran dan angket respon siswa mengenai pelaksanaan pembelajaran teknik analisis data menggunakan deskriptif persentase untuk mengungkap hasil ketuntasan belajar klasikal siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan permainan lempar sasaran hasil belajar siswa meningkat. pada siklus I 60% siswa yang mencapai nilai ketuntasan minimal. Pada siklus II 82% siswa mencapai nilai ketuntasan minimal. Hal ini menjadi bukti adanya peningkatan hasil belajar siswa karena banyak yang telah melampaui KKM yang diterapkan.

Abstract

The problem faced by the teacher in the classroom is the Turbo throwing skill of grade IV SD Negeri 004 Rambah Samo which is still low is indicated by the percentage of children who are able to throw Turbo only 38.39%. The purpose of this study was to find out whether the application of learning with a target throwing game approach could improve Turbo throwing learning outcomes for 6th grade students of IV SD Negeri 004 Rambah Samo. This research is classroom action research with test and observation data collection techniques. The subject of this research is the IV grade students of SD Negeri 004 Rambah Samo as many as 28 students. Data collection techniques include the Turbo throwing practice test, student activity observation sheets during learning and student response questionnaires regarding the implementation of learning data analysis techniques using descriptive percentages to reveal the results of students' classical learning mastery. The results of the study showed that by using the target throwing game, student learning outcomes increased. in cycle I 60% of students who achieved a minimum completeness score. In cycle II 82% of students achieved the minimum completeness score. This is evidence of an increase in student learning outcomes because many have exceeded the KKM applied.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang diberikan dari jenjang Sekolah Dasar sampai dengan Sekolah Lanjutan tingkat atas. pendidikan jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan. Proses pembelajaran Penjasorkes di sekolah dinilai belum berkembang dan cenderung monoton. Hal ini ditandai dengan metode pembelajaran Penjasorkes yang digunakan cenderung konvensional fokus pada drill penguasaan teknik gerak daripada penggunaan metode yang menyenangkan meningkatkan kemampuan teknik dan motivasi untuk bergerak siswa (soemitro, 1992:3).

Ruang lingkup pendidikan jasmani yang termasuk dalam permainan dan olahraga meliputi olahraga tradisional, permainan eksplorasi gerak, kasti ,bola voli ,sepak bola atletik ,serta aktivitas lainnya. Atletik termasuk dalam lingkup permainan dan olahraga . Terdapat beberapa nomor dalam cabang olahraga atletik di antaranya adalah nomor lari, nomor lompat nomor lempar dan nomor jalan. Dalam silabus untuk SD kelas 4 terdapat materi pelajaran gerak dasar lempar. Pada materi biasanya akan terasa membosankan bagi siswa, karena siswa cenderung menyukai olahraga bersifat game atau kompetisi dan siswa cenderung lebih menyukai kegiatan keluar, sehingga diperlukan metode pembelajaran ataupun modifikasi dalam pembelajaran ini.

Modifikasi pada pembelajaran Pendidikan Jasmani dapat dilakukan dengan penekanan pada berbagai aspek, seperti Materi ,alat ukur, ukuran lapangan , bentuk dan jumlah pemain. Dengan modifikasi pembelajaran ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar minat atau partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran, menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dan tidak membosankan bagi siswa.

Salah satu pendekatan dalam pembelajaran yang dapat dilakukan dalam hal ini adalah pendekatan dalam permainan dengan menggunakan alat bantu berupa media bola, tali dan tiang net. Sebagai target atau sasaran lempar, yaitu suatu pendekatan pembelajaran yang dapat membantu siswa mempelajari keterampilan dasar dalam mempelajari gerak dasar lempar. Lempar Turbo merupakan salah satu materi dalam atletik yang diajarkan di sekolah dasar. Materi ini merupakan nomor atletik yang diadaptasi dari cabang lempar.

Berdasarkan observasi dan refleksi terhadap pembelajaran yang telah dilakukan di SD Negeri 004 Rambah Samo guru menemukan bahwa hasil belajar siswa kelas 4 pada materi lempar Turbo rendah. Hal ini ditunjukkan dengan kemampuan siswa dalam melakukan lempar Turbo yang masih rendah dan belum memenuhi target yang ditetapkan. Banyaknya siswa yang mampu melakukan lempar Turbo dengan benar belum mencapai setengah dari banyaknya anak pada kelas tersebut.

Salah satu pendekatan yang dapat dipilih adalah pendekatan lempar sasaran. Menurut hizinga, sebagaimana dikutip oleh Soetoto (2003:13), bermain adalah perbuatan atas kemauan sendiri yang dikerjakan dalam batas-batas tempat dan waktu yang telah ditentukan. Pembelajaran dengan pendekatan bermain merupakan konsep belajar yang dapat membantu guru mengaitkan materi yang diajarkan dengan permainan. Pendekatan ini dapat digunakan dalam pembelajaran di berbagai jenjang pendidikan, dengan aspek pembelajaran dan permainan yang harus disesuaikan dengan kurikulum. Pembelajaran Penjasorkes dengan pendekatan permainan akan menjadi lebih menarik dan menyenangkan.

Dalam penelitian ini, peneliti mengalami masalah dalam pembelajaran lempar Turbo yaitu siswa sangat kesulitan dalam melempar Turbo dengan arah yang benar, Masih banyak siswa yang gagal dalam tehnik, mungkin dari jumlah siswa kelas 4 yang bisa mengarahkan lempar Turbo dengan arah yang benar atau yang diharapkan belum mencapai separuh dari banyaknya siswa, jadi dengan pembelajaran yang belum berhasil dalam pembelajaran lempar Turbo peneliti menyusun penelitian tindakan kelas ini.

Peneliti ingin mencoba menerapkan pendekatan permainan lempar sasaran. Permainan beregu Dalam penelitian ini adalah pemain akan melempar sasaran yang sudah ditetapkan sasarnya oleh guru dan siapa yang berhasil melempar pada sasaran yang ditentukan akan

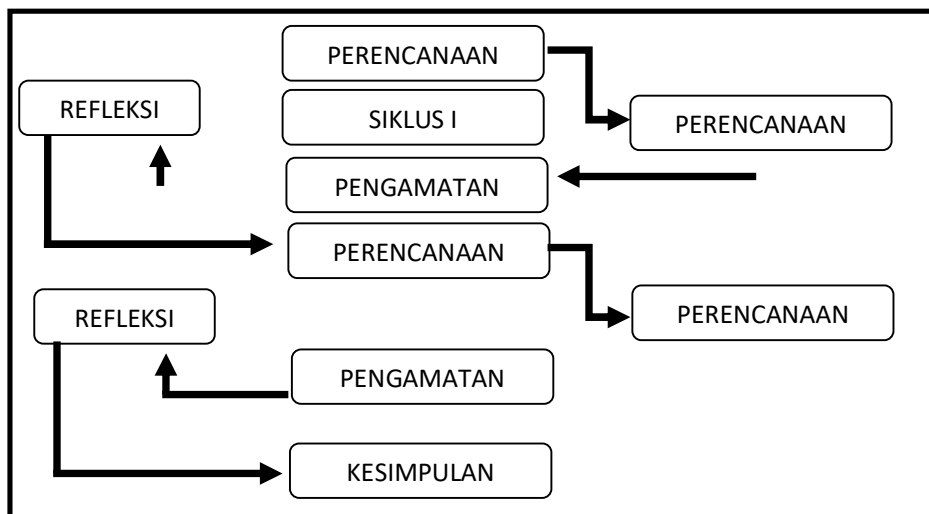
mendapatkan poin. Sehingga anak sangat suka bermain. Melalui lempar sasaran ,siswa diharapkan lebih bersemangat dalam melakukan aktivitas pembelajaran sehingga intensitas latihan dapat meningkat. Dengan meningkatnya intensitas latihan, diharapkan hasil belajar lempar Turbo siswa juga akan. Sebagaimana fokus yang dipilih dalam penelitian ini yaitu Meningkatkan hasil belajar lempar Turbo. Berdasarkan permasalahan tersebut maka dipandang penting untuk menerapkan pendekatan permainan lempar sasaran guna meningkatkan hasil belajar lempar Turbo siswa kelas 4 SD Negeri 004 Rambah Samo Kabupaten Rokan Hulu.

METODE

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yaitu suatu tinjauan terhadap kegiatan yang sengaja dimunculkan dan terjadi di dalam kelas Arikunto, (2010:130). Kurt Lewin, sebagaimana dikutip Arikunto, (2010:131) mengembangkan penelitian tindakan kelas dengan 4 komponen pokok yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas 4 SD Negeri 004 Rambah Samo sebanyak 28 siswa. Objek penelitian ini adalah pembelajaran lempar turbo dengan pendekatan permainan lempar sasaran pada siswa kelas IV dan hasil belajar lempar turbo SD Negeri 004 Rambah Samo. Lokasi penelitian ini di halaman SD Negeri 004 Rambah Samo. Pengumpulan data diperoleh dari hasil pembelajaran lempar Turbo.

Dalam penelitian ini data yang digunakan adalah data kuantitatif yaitu data yang berasal dari skor praktek ,skor aktivitas siswa dan nilai angket tanggapan siswa. Data kuantitatif diambil dari catatan harian pada saat mengamati jalannya proses pembelajaran yang berupa keterangan detail fenomena yang terjadi di kelas. Penelitian tindakan kelas ini terdiri dari dua siklus dan tahapannya, siklus I dan siklus II.

Tindakan kelas ini terdiri dari dua siklus tindakan. Tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan perubahan yang ingin dicapai. Mula-mula guru mengidentifikasi permasalahan kelas dengan observasi awal pada hasil belajar siswa pada materi lempar Turbo. Setelah merumuskan masalah beberapa rendahnya hasil belajar siswa pada materi lempar Turbo lalu dilakukan siklus yang meliputi : perencanaan ,pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Pada fase refleksi siklus pertama guru menganalisa tindakan Pada siklus pertama dan memperbaiki hal-hal yang kurang tepat untuk di atur ulang pada fase perencanaan di siklus kedua. Prosedur kerja tersebut secara garis besar dapat digambarkan dalam skema sebagai berikut :



□ Alamat yang sesuai: Jl.Pasir Pangaraian Km.15, Kab. Rohul. Riau
 * Email. paridaeriati79@gmail.com

TEKNIK ANALISIS DATA

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah data kuantitatif yaitu data yang berasal dari skor praktek, skor aktivitas siswa dan nilai angket tanggapan siswa. Tes praktek yaitu dengan menilai siswa dalam melakukan lempar Turbo. Sedangkan angket tanggapan siswa yaitu dengan memberikan kuesioner mengenai aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotor. Untuk menghitung rata-rata nilai dari ketuntasan belajar siswa adalah sebagai berikut : $P = \frac{\sum \text{siswa yang tuntas belajar}}{\sum \text{siswa}} \times 100\%$

$$X = \frac{\sum X}{\sum N}$$

Keterangan :

N = Nilai Rata-rata

$\sum X$ = Jumlah nilai semua siswa

$\sum N$ = jumlah siswa

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini meliputi hasil tes dan nontes yang diperoleh selama penelitian berlangsung. Hasil tes terbagi atas 3 bagian yaitu pra tindakan, siklus 1 dan siklus 2 berupa peningkatan keterampilan lempar Turbo dengan menggunakan pendekatan permainan lempar sasaran pada siswa kelas 4 SD Negeri 004 Rambah Samo.

Hasil *Pre Test*

Tabel 1. Hasil Pretest keterampilan lempar Turbo siswa kelas 4 SD Negeri 004 Rambah Samo

No	Kategori	Jumlah Siswa	Presentase
1	Tuntas	11	38,39%
2	Tidak tuntas	17	61,61%
Jumlah		28	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa banyaknya siswa yang mampu melakukan lempar Turbo dengan benar hanya 38,39% sedangkan selebihnya 61,61% siswa belum mampu menggunakan teknik yang benar. Dengan demikian tingkat ketuntasan belajar secara klasikal belum mencapai 75% dari keseluruhan siswa.

Hasil Postests siklus I

Tabel 2. Hasil siklus I keterampilan lempar Turbo siswa kelas 4 SD Negeri 004 Rambah Samo

No	Kategori	Jumlah Siswa	Presentase
1	Tuntas	17	60%
2	Tidak tuntas	11	40%
Jumlah		28	100%

Berdasarkan tabel dan diagram diatas tingkat ketuntasan belajar meningkat bila dibandingkan dengan hasil pra tindakan atau posttest. Namun tingkat ketuntasan belajar secara klasikal belum mencapai 75% dari keseluruhan siswa. Banyaknya siswa yang tuntas sebanyak 17 siswa atau 60% sedangkan yang tidak tuntas sebanyak 11 siswa atau 40%.

Hasil Postets siklus II

Tabel 3. Hasil Siklus II keterampilan lempar Turbo siswa kelas 4 SD Negeri 004 Rambah Samo

No	Kategori	Jumlah Siswa	Presentase
1	Tuntas	23	82%
2	Tidak tuntas	5	18%
Jumlah		28	100%

Berdasarkan tabel dan diagram di atas, siswa yang tuntas yang belajar adalah 82%. Hal ini tidak terlepas dari hasil perbaikan siklus I. Siswa benar-benar sudah memahami apa yang disampaikan guru dalam evaluasi siklus I. Adapun pelaksanaan siklus II dipertegas pada hasil non tes kemampuan lempar turbo sebagai berikut.

Hipotesis Tindakan

Hasil observasi keaktifan siswa pada siklus II ini, Tingkat keaktifan siswa lebih baik dari siklus I yaitu 80% dari seluruh indikator yang diamati secara klasikal. Siswa lebih aktif dalam memperhatikan penjelasan dan intruksi guru, bertanya dan menanggapi, antusiasme, kesigapan dan fokus belajar siswa serta kerjasama.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa hasil prestasi siswa kelas IV pada materi lempar Turbo belum mencapai ketuntasan yang diharapkan. Hanya 40% siswa yang mencapai ketuntasan belajar yang diharapkan. Hal ini dikarenakan siswa belum mendapatkan pembelajaran mengenai materi tersebut dan guru hanya ingin menjajaki seberapa besar keterampilan yang dimiliki oleh siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes materi lempar Turbo. Dalam penelitian ini guru memilih untuk menerapkan permainan lempar sasaran untuk meningkatkan kemampuan lempar Turbo siswa tersebut.

Pada siklus I, guru memperkenalkan Turbo beserta cara memegangnya. Guru memperagakan cara melempar Turbo dimulai dari gerakan awalan, lemparan dan gerakan tindak lanjut. Dengan menggunakan pendekatan permainan lempar sasaran siswa berlatih melakukan lemparan dengan menggunakan batang buluh. Pendekatan permainan dipilih dengan pertimbangan bahwa siswa akan lebih antusias dalam belajar apabila pembelajaran dikemas dalam bentuk permainan. Disamping itu aktivitas siswa dalam pembelajaran juga akan meningkat dengan partisipasi siswa dalam permainan lempar sasaran tersebut.

Hasil posttest Pada siklus I menunjukkan presentase yang lebih baik dibandingkan persentase test pada pra tindakan. Siklus ini siswa yang mencapai ketuntasan belajar mencapai 60% dari keseluruhan siswa tersebut. Hal ini karena pembelajaran dikemas dalam bentuk permainan yang menyenangkan bagi siswa. Walaupun menunjukkan peningkatan Hasil tersebut belum mencapai indikator keberhasilan penelitian yaitu sebanyak siswa yang tuntas belajar lebih dari atau sama dengan 75% dari keseluruhan. Hal tersebut dapat dipahami bahwa pada siklus ini masih terdapat permasalahan yang menjadi hambatan dalam proses pembelajaran sehingga perlu dilakukan refleksi dan dianalisis untuk perbaikan pada siklus selanjutnya.

Berdasarkan hasil observasi siswa menunjukkan partisipasi yang cukup aktif. Secara klasikal keaktifan siswa mencapai 80% dari keseluruhan yang diharapkan. Indikator keaktifan siswa yang diharapkan muncul Selama pembelajaran meliputi memperhatikan penjelasan dan intruksi guru ,bertanya dan menanggapi, antusiasme, kesigapan dan fokus belajar siswa serta kerjasama.

Kendala-kendala yang dihadapi Pada siklus I yaitu kurangnya pemahaman terhadap penjelasan atau intruksi guru tersebut, siswa belum bisa memegang Turbo dengan benar, kesalahan siswa ketika Posisi badan akan melempar Turbo, dan Adakalanya ketika salah satu atau siswa sedang memperagakan lempar Turbo siswa yang lain juga malah beraktivitas sendiri atau tidak memperhatikan.

Pada siklus II guru memperbaiki pembelajaran sesuai dengan refleksi pada siklus I. Hasil siklus II menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan sebanyak 82% siswa mampu melakukan lempar Turbo dengan baik dan benar. Tingkat partisipasi pun meningkat dari semula 60% Pada siklus I menjadi 82% Pada siklus II. Demikian halnya dengan respon siswa terhadap pembelajaran yang diterapkan, hasil tanggapan siswa menunjukkan dari 80% menjadi 85% hal ini berarti bahwa siswa cukup antusias dan bersemangat dalam mengikuti pembelajaran tersebut.

Berdasarkan hasil angket diperoleh informasi bahwa aspek-aspek pembelajaran menunjukkan peningkatan. Pada aspek psikomotorik siswa mengaku tidak memenuhi kesulitan dalam melakukan lempar Turbo maupun permainan lempar. Lemparan yang dihasilkan siswa juga telah meningkat cukup signifikan. Pada aspek kognitif siswa dapat memahami penjelasan dan instruksi yang diberikan oleh guru mengenai teknik lempar Turbo dengan benar. Siswa juga lebih memahami peraturan dalam permainan lempar sasaran. Pada aspek afektif siswa menunjukkan antusiasme yang lebih tinggi dalam pembelajaran. Siswa merasa senang dalam permainan lempar sasaran yang dilakukan selama pembelajaran.

Hasil refleksi pada siklus II menunjukkan bahwa kendala-kendala yang ditemukan pada siklus I telah berhasil diperbaiki di siklus II sehingga hasil belajar yang dicapai menjadi maksimal. Interaksi belajar yang terjadi pada siklus II juga lebih baik dari siklus I, baik interaksi antara siswa maupun antara guru dengan siswa. Hal tersebut dapat dilihat pada rata-rata antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran, fokus dalam memperhatikan, bertanya kepada guru, termotivasi untuk berlomba-lomba sesingkat mungkin dalam melakukan lempar Turbo dengan jarak titik lempar Turbo dengan bertahap yang diberikan. Ditinjau dari pengaruh pendekatan permainan lempar sasaran siswa terlihat lebih aktif dan cenderung siap mengikuti pembelajaran tersebut. Hal ini dikarenakan siswa senang bermain dan pembelajaran dikemas dalam bentuk permainan semenarik mungkin.

Hasil post test siklus I menunjukkan ketuntasan belajar dengan frekuensi 60% dengan jumlah siswa 17 orang, dan frekuensi yang tidak tuntas sebanyak 40% dengan jumlah siswa 11 orang. Siswa yang tuntas sebanyak 17 orang dikarenakan banyak siswa yang berantusias mengikuti pembelajaran dengan sungguh-sungguh dan siswa merasa senang sehingga siswa yang belum tuntas sebanyak 11 orang. Pada siklus I menunjukkan ketuntasan belajar dengan frekuensi 82% dengan jumlah siswa 23 orang, dan frekuensi yang tidak tuntas sebanyak 18% dengan jumlah siswa 5 orang. Siswa yang tuntas sebanyak 23 anak dikarenakan permainan Pada siklus II lebih menyenangkan dari siklus I. Jadi mengalami peningkatan ketuntasan belajar dan siswa yang belum tuntas sebanyak 5 orang.

Dengan memperhatikan hasil siklus II tersebut diketahui bahwa persentase ketuntasan klasikal siswa telah melampaui 75%, artinya indikator keberhasilan penelitian tindakan kelas telah tercapai.

KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil Penelitian dan Pembahasan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut. Penerapan pembelajaran Penjasorkes materi lempar Turbo dengan menggunakan pendekatan permainan lempar sasaran dapat meningkatkan keterampilan lempar Turbo kelas IV SD Negeri 004 dalam bahasamu tahun pelajaran 2019/2020. Persentase siswa yang mencapai kriteria ketuntasan (KKM) lebih dari 75% yaitu 82%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) STKIP Rokania dan Kami juga mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua peserta yang telah terlibat dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Catharina Anni. 2006. *Psikologi Belajar*. Semarang : UPT Unnes Press
- Depdikbud. 1995. *Metode pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah dasar*. Jakarta :Dirjen Dikdasmen.
- Khomsim. 2008. *Atletik 2*. Semarang : Unnes Press
- H. Suyono Ds. 2002. *IAAF kids Athletics*. Jakaarta : IAAF RDC
- Max Darsono, dkk.2000. *Belajar Dan Pembelajaran*. Semarang : Ikip Semarang Press
- Ria Lumintuarso. 2008. *Peralatan Olahraga Untuk Anak Pengembangan Multilateral*. Jakatra : Depdiknas
- Soemitro. 1992. *Permainan kecil*. Jakarta : Depdikbud