# JURNAL

# UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TOLAK PELURU MENGGUNAKAN MEDIA BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI KARDULUK I KECAMATAN PRAGAAN KABUPATEN SUMENEP TAHUN PELAJARAN 2015/2016

## *EFFORTS TO IMPROVE LEARNING OUTCOMES REJECT BULLET MEDIA USING PLASTIC BALL IN CLASS IV SD STATE KARDULUK I Pragaan DISTRICT DISTRICT SUMENEP LESSONS YEAR 2015/2016*


**Oleh:**

**MUNAHRI**

**NPM : 14.1.01.09.0348P**

**Dibimbing Oleh:**

1. **Septyaning Lusianti,M.Pd**
2. **Nur Ahmad M.,M.Or**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATANDAN REKREASI**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**


**TAHUN 2016**

Artikel Skripsi
Universitas Nusantara PGRI Kediri

# SURAT PERNYATAAN

# ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2016

**Yang bertanda tangan di bawah ini:**

| | |
|---|---|
| Nama Lengkap | : MUNAHRI |
| NPM | : 14.1.01.09.0348P |
| Telepun/HP | : O87753391766 |
| Alamat Surel (Email) | : - |
| Judul Artikel | : UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TOLAK PELURU MENGGUNAKAN MEDIA BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI KARDULUK I KECAMATAN PRAGAAN KABUPATEN SUMENEP TAHUN PELAJARAN 2015/2016 |
| Fakultas – Program Studi | : KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP) |
| Nama Perguruan Tinggi | : UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI |
| Alamat Perguruan Tinggi | : Jl. K.H Achmad Dahlan No. 76, Kediri. |

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;

b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

| Mengetahui | | Kediri, 21 Januari 2017 |
|---|---|---|
| Pembimbing I | Pembimbing II | Penulis, |
| **Septyaning Lusianti,M.Pd** | **Nur Ahmad M.,M.Or** | **MUNAHRI** |
| **NIDN : 0725018205** | **NIDN : 0703098802** | **NPM :14.1.01.09.0348P** |

# UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR TOLAK PELURU MENGGUNAKAN MEDIA BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI KARDULUK I KECAMATAN PRAGAAN KABUPATEN SUMENEP TAHUN PELAJARAN 2015/2016

**MUNAHRI**
**NPM : 14.1.01.09.0348P**
**FKIP - Penjaskesrek**

**Drs.Slamet Junaidi,M.Pd dan Ardhi Mardiyanto,M.Or**
**UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

## ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan efektifitas belajar tolakpeluru siswa Kelas IV SD Negeri Karduluk 1 Kecamatan Pragaan Kabupaten Sumenep Tahun Pelajaran 2015/2016 dengan menggunakan media modifikasi peluru dari bolaplastik. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Sumber data dalam penelitian ini seluruh siswa Kelas IV SD Negeri Karduluk 1 Kecamatan Pragaan Kabupaten Sumenep Tahun Pelajaran 2015/2016. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri Karduluk 1 Kecamatan Pragaan Kabupaten Sumenep Tahun Pelajaran 2015/2016 berjumlah 20 orang yang terbagi atas 10 siswa putra dan 10 siswa putri.Teknik pengumpulan data adalah melalui tes dan observasi kemampuangerak dasar tolak peluru dari proses kegiatan pembelajaran. Teknik analisis datayang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif yang didasarkan pada analisis kualitatif. Prosedur penelitian ini meliputi *planning, acting,observasi* dan *reflecting*.

Data hasil penilaian pemahaman siswa (kognitif) siklus I sebesar 63.75%(baik), siklus II 71,55% ( sangat baik) setelah dianalisis dengan rumus *Hake'snormalized gain* dan mengalami peningkatan sebesar % dengan kriteria tinggi*(height gain).* Data hasil pengamatan unjuk kerja psikomotor diperoleh hasil padasiklus I rata-rata mencapai (baik) dan mengalami kenaikan pada siklus IIyang mencapai (sangat baik) setelah dianalisi dengan rumus *Hake'snormalized gain* dan mengalami peningkatan sebesar 0% dengan kriteriasedang *(medium gain)*. Data hasil pengamatan afektif pada siklus I mencapai88.22% (sangat baik) pada siklus II mencapai 100% (sangat baik) setelahdianalisis dengan rumus *Hake's normalized gain* dan mengalami peningkatansebesar 1.00 % dengan kriteria tinggi *(height gain)*. Sedangkan untuk tanggapan siswa atau respon siswa terhadap pembelajaran tolak peluru menggunakan mediabola plastik pada siklus I sebesar 63.75% sedang pada siklus II sebesar 71.55%.Secara keseluruhan nilai yang diperoleh untuk setiap aspek pernyataan dalamangket mengalami peningkatan.

**Kata Kunci :** Upaya peningkatan hasil belajar, tolak peluru dan media bola plastik.

## I. LATAR BELAKANG

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan pada umumnya. Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan dengan gerak tubuh atau fisik. Berkaitan dengan pendidikan jasmani Nixson dan Cozens (1959) mengemuka-kan: "Pendidikan jasmani adalah phase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup system, otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut". *Volter dan Eslinger* (Bucher: 1964) mengemukakan:"Pendidikan jasmani adalah phase pendidikan melaluai aktivitas fisik. *UNESCO* yang tertera dalam *International Charter of Physical Education* (1974) mengemukakan: Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematik melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan ketrampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak.

Dari beberapa kriteria media alternatif modifikatif untuk mengganti peluru tersebut nampaknya bola plastik bisa dijadikan media alternatif modifikatif untuk mengganti peluru. Dari segi bentuk, jelas ada kemiripan dengan bentuk peluru, dari segi ketersediaan dan harga, maka bola plastik sangat mudah sekali di dapat di pasar-pasar tradisional dengan harga sangat murah.

Dari permasalahan tersebut di atas maka penulis menentukan judul Penelitian Tindakan Kelas ini "Upaya Peningkatan Hasil Belajar Tolak Peluru Menggunakan Media Bola Plastik Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Karduluk 1 Kecamatan Pragaan Kabupaten Sumenep Tahun Pelajaran 2015/2016".

## II. METODE

Subyek penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri Karduluk 1 Kecamatan Pragaan Kabupaten Sumenep tahun pelajaran 2015/2016. Keseluruhan siswa kelas IV yang berjumlah 20 siswa, dengan rincian anak putra sebanyak 10 siswa dan anak putri sebanyak 10 siswa.

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto 2006 : 131).Karena jumlah subyek dalam penelitian ini kurang dari 100 orang, maka diambil total sampling. Obyek dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling, atau seluruh siswa kelas IV SD Negeri Karduluk 1 Kecamatan Pragaan Kabupaten Sumenep sebanyak 20 siswa, dengan rincian siswa putra sebanyak 10 siswa putra dan siswa putri sebanyak 10 siswa.

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Karduluk 1 yang bertempat di

Jalan Raya Karduluk Kecamatan Pragaan Kabupaten Sumenep, kode pos 69465 dan mulai dilaksanakan pada bulan Maret sampai dengan bulan April tahun 2016.

**2.1 Teknik Pengumpulan Data**

Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini , dilakukan dengan cara pertama menentukan sumber data terlebih dahulu yaitu siswa kelas IV SD Negeri Karduluk 1 Kecamatan Pragaan Kabupaten Sumenep tahun pelajaran 2015/2016, kemudian menentukan jenis data, selanjutnya memilih teknik pengumpulan data yaitu dengan observasi, tes dan pengisian angket. Juga menentukan jenis instrumen yang digunakan.

Langkah pertama menentukan metode yang digunakan dalam penelitian, yaitu metode penelitian tindakan kelas. Langkah selanjutnya menentukan banyaknya tindakan dilakukan dalam siklus. Dalam penelitian tindakan kelas ini, peneliti akan melakukan tindakan-tindakan yang dalam pelaksanaannya berlangsung secara terus menerus dan tindakan-tindakan akan dilaksanakan dalam siklus yang peneliti berikan pada siswa yang peneliti jadikan subyek penelitian. Adapun langkah-langkah pelaksanaan PTK secara prosedurnya adalah dilaksnakan secara partisipatif atau kolaborator (guru,kepala sekolah,dosen dengan timnya) bekerja sama, mulai dari tahap orientasi dilanjutkan penyusunan rencana tindakan dilanjutkan pelaksanaan tindakan dalam siklus pertama. Diskusi yang bersifat analitik yang kemudian dilanjutkan pada langkah reflektif-evaluatif atas kegiatan yang dilakukan pada siklus pertama, untuk kemudian mempersiapakan rencana modifikasi, koreksi, atau pembetulan, atau penyempurnaan pada siklus kedua dan seterusnya. Adapun prosedur atau langkah-langkah penelitian tindakan kelas, menurut Iskandar (2009: 67) yang di kutip olah Agus Kristianto (2010:138)

1. Mengidentifikasi permasalahan umum
2. Mengadakan pengecekan dilapangan
3. Membuat perencanaan umum
4. Mengembangkan tindakan pertama
5. Mengobservasi, mengamati, mendis-kusikan tindakan pertama
6. Refleksi-evaluatif, dan merevisi atau memodifikasi untuk perbaikan dan peningkatan pada siklus kedua berikutnya.

**2.2 Teknik Analisis Data**

Dalam tahap ini analisis yang digunakan peneliti adalah deskrips kualitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena sebagian besar data yang dikumpulkan berupa uraian deskripsi tentang perkembangan proses pembelajaran, yaitu partisipasi siswa dalam pembelajaran tolak peluru melalui pendekatan modifikasi alat berupa bola plastik yang diisi pasir sebagai pengganti peluru yang sebenarnya.

a. Untuk menilai tes praktek

Peneliti melakukan penjumlahan nilai yang diperoleh siswa yang selanjutnya dibagi dengan jumlah siswa yang ada di kelas tersebut sehingga diperlukan rata-rata tes praktek dapat dirumuskan

Dengan $X$ = Nilai rata-rata

$\Sigma X$ = Jumlah semua nilai siswa

$\Sigma N$ = Jumlah siswa

(Sumber : Buku Penilaian Pembelajaran Penjas PORA)

b. Untuk ketuntasan belajar

Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perorangan dan secara klasikal. Berdasarkan petunjuk pelaksanaan belajar mengajar kurikulum 1994 (Depdikbud, 1994) yaitu siswa telah tuntas belajar bila di kelas tersebut mendapat 85% yang telah mencapai daya serap dari sama dengan. Untuk menghitung persentase ketuntasan belajar digunakan rumus sebagai berikut:

$X = \Sigma X / \Sigma X$

Keterangan :

x = nilai rata-rata

$\Sigma X$ = jumlah semua nilai siswa

$\Sigma N$ = jumlah siswa (Zainal Aqib, 2009: 204)

Hasil tersebut kemudian ditafsirkan dengan ruang kualitatif, yaitu:

76% - 100% = sangat baik

56% - 75% = baik

40% - 55% = cukup

< 40% = kurang

Untuk mengetahui adanya peningkatan *(gain)* pada ketrampilan proses yang diamati pada setiap siklus, digunakan rumus Hake (Savinainen & Scott,2002). Hake's normalized gain :

Keterangan:

**g** *(gain)* = peningkatan ketrampilan proses siswa

**S** awal = rata-rata ketrampilan proses awal

**S** akhir = rata-rata ketrampilan proses akhir

Savinainen & Scott (2002) mengklasifikasikan ***gain*** sebagai berikut:

***g***-tinggi : (g) > 0,7

***g***-sedang : 0,7 > (g) > 0,3

***g***-rendah : (g) < 0,3

## III. HASIL DAN KESIMPULAN

### 3.1 Hasil penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas model pembelajaran penjasorkes. Upaya peningkatan hasil belajar tolak peluru menggunakan media bola plastik pada siswa kelas IV SD Negeri Karduluk 1 kecamatan Pragaan Kabupaten Sumenep tahun pelajaran 2015/2016. Data penelitian yang diperoleh adalah data hasil belajar siswa pada aspek afektif, kognitif, psikomotorik, data hasil observasi siswa dan hasil pengamatan. Data hasil belajar siswa ada juga data aktifitas siswa, pengamatan serta efektif, kognitif, maupun psikomotorik yang disajikan dalam dua siklus sebagai berikut:

**SIKLUS I**

| No | Nama | Skor | Kriteria |
|---|---|---|---|
| 1. | MH | 60 | Belum Tuntas |
| 2. | MANF | 70 | Tuntas |
| 3. | HH | 60 | Belum Tuntas |
| 4. | SR | 80 | Tuntas |
| 5. | N | **50** | Belum Tuntas |
| 6. | MJ | 65 | Tuntas |
| 7. | YR | 75 | Tuntas |
| 8. | AW | 60 | Belum Tuntas |
| 9. | AJ | **50** | Belum Tuntas |
| 10. | AF | **55** | Belum Tuntas |
| 11. | AS | 80 | Tuntas |
| 12. | BM | 60 | Belum Tuntas |
| 13. | FMA | 65 | Tuntas |
| 14. | HF | **45** | Belum Tuntas |
| 15. | INA | 70 | Tuntas |
| 16. | JAK | 75 | Tuntas |
| 17. | A | **50** | Belum Tuntas |
| 18. | MU | 70 | Tuntas |
| 19. | PS | 75 | Tuntas |
| 20. | RJ | 60 | Belum Tuntas |
| | **Jumlah** | **1.275** | |
| | **Rata-Rata** | **63,75** | **KKM = 65** |

Berdasarkan tabel di atas, nilai tertinggi yang dicapai siswa adalah 80 (2 siswa), terendah adalah 45 (1 siswa), dan rata-rata kelas adalah **63,75**. Tabel 1 juga menunjukkan bahwa siswa yang mencapai nilai tes akhir $\geq$ 65 (batas ketuntasan belajar) berjumlah 10 siswa (50%) dan siswa yang mencapai nilai < 65 berjumlah 10 siswa (50%). Ini berarti bahwa hasil perbaikan pembelajaran siklus I dapat dikatakan belum tuntas, karena hasil tes akhir menunjukkan hanya 75% atau 10 siswa yang memperoleh nilai $\geq$ 65, sedangkan batas ketuntasan belajar yang ditetapkan adalah jika di kelas tersebut telah terdapat lebih dari 80% siswa yang memperoleh nilai $\geq$ 65. Dengan demikian, pada siklus I ini, penggunaan media audio visual belum sepenuhnya membantu siswa meningkatkan ketuntasan belajarnya tentang Ini menunjukan pemahaman siswa dalam konsep gerak dalam pembelajaran tolak peluru menggunakan bola plastik.

**SIKLUS II**

| No | Nama | Skor | Kriteria |
|---|---|---|---|
| 1. | MH | 60 | Belum Tuntas |
| 2. | MANF | 70 | Tuntas |
| 3. | HH | 60 | Belum Tuntas |
| 4. | SR | 80 | Tuntas |
| 5. | N | **50** | Belum Tuntas |
| 6. | MJ | 65 | Tuntas |
| 7. | YR | 75 | Tuntas |
| 8. | AW | 60 | Belum Tuntas |
| 9. | AJ | **50** | Belum Tuntas |
| 10. | AF | **55** | Belum Tuntas |
| 11. | AS | 80 | Tuntas |
| 12. | BM | 60 | Belum Tuntas |
| 13. | FMA | 65 | Tuntas |
| 14. | HF | **45** | Belum Tuntas |
| 15. | INA | 70 | Tuntas |
| 16. | JAK | 75 | Tuntas |
| 17. | A | **50** | Belum Tuntas |
| 18. | MU | 70 | Tuntas |
| 19. | PS | 75 | Tuntas |
| 20. | RJ | 60 | Belum Tuntas |
| | **Jumlah** | **1.275** | |
| | **Rata-Rata** | **63,75** | **KKM = 65** |

Tabel di atas, menunjukkan bahwa perolehan nilai siswa mengalami peningkatan jika dibandingkan dari siklus I. Nilai tertinggi yang dicapai siswa naik dari 85 menjadi 90, nilai terendah naik dari

65 menjadi 70, dan rata-rata kelas juga naik dari **63,75** menjadi **71,55**.

Siswa yang mencapai nilai tes akhir ≥ 65 (batas ketuntasan belajar) juga meningkat dari 10 siswa (50%) menjadi 20 siswa (100%). Ini berarti bahwa hasil perbaikan pembelajaran siklus II dapat dikatakan tuntas, karena siswa yang memperoleh nilai ≥ 65 sebagai batas ketuntasan belajar yang ditetapkan telah dicapai oleh lebih dari 80% siswa. Dengan demikian, pada siklus II ini, penggunaan media audio visual telah mampu membantu siswa meningkatkan ketuntasan belajarnya tentang Senam Kesegaran Jasmani.

Berdasarkan hasil pengamatan penulis dan teman sejawat guru, terjadinya peningkatan perolehan hasil belajar di atas, karena guru mampu memaksimalkan penggunaan media audio visual. Sehingga, mampu mengubah suasana proses belajar mengajar yang memungkinkan siswa menjadi lebih aktif dan lebih semangat dalam belajar sehingga penguasaan materi pun menjadi semakin meningkat.

### 3.2 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV, diperoleh simpulan bahwa media modifikasi dari bola plastik dapat meningkatkan efektivitas dan hasil belajar tolak peluru pada siswa kelas IV SD Negeri Karduluk 1 Kecamatan Pragaan Kabupaten Sumenep tahun pelajaran 2015/2016.

Dari hasil analisis yang diperoleh terdapat peningkatan dari kondisi awal ke siklus I dan siklus II untuk ketiga aspek (psikomotor, kognitif dan afektif). Aspek psikomotor pada siklus I (63.75%) dan siklus II (71.55%), pada aspek afektif siklus I (88.22%) siklus II mencapai (100%), sedangkan pada aspek kognitif siklus I (70.57%) dan siklus II (94.11%).

## IV. DAFTAR PUSTAKA

1995. *Teknik dan Praktek Sepak Bola I*. Surakarta:Sebelas Maret ,2011. Buku Panduan Penulisan Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan. Semarang: UNNES.

Aang Witarsa, (1984). *Taktik Sepak Bola*, Jakarta: Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia.

Ateng, A. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Harum. Drs, M.Pd,2001, *Permainan Bola Besar*, Semarang: Balai Penataran Guru.

Knut Dietrich & K.J. Dietrich. 1981. *Sepak Bola Aturan dan Latihan.* Jakarta: Gramedia.

Kosasih, Engkos. 1992. *Pendidikan Jasmani: teori dan Praktik.* Jakarta: Erlangga.

Luxbacher, Joseph A. *Sepak Bola.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Luxbacher, Joe, *Sepak Bola Taktik dan Teknik Bermain,* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Mielke, Danny. 2007. *Dasar- Dasar Sepak Bola, Cara yang Lebih Baik untuk Mempelajarinya*. Bandung: Pakar Raya.

Soekidjo dan Situmorang, *Bermain,* Jajaran Pembangunan, Djakarta.

Taringan, Beltaser. 2001. *Pendekatan keterampilan Taktis dalam pembelajaran sepak bola.* Jakarta:Depdiknas