ARTIKEL

PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA DALAM MENGIKUTI PELAJARAN TOLAK PELURU MELALUI METODE PEMBELAJARAN KESELURUHAN (WHOLE METHOD) PADA MATA PELAJARAN PENJAS DI SDN NGADIBOYO 1 KECAMATAN REJOSO KABUPATEN NGANJUK

Oleh:

ROMADHON SAIFURIDUWAN

NPM : 14.1.01.09.0251

Dibimbing oleh :

1. **Muhammad Yanuar Rizky, M.Pd**
2. **Mokhammad Firdaus, M.Or.**

PROGRAM STUDI PENJASKESREK

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

TAHUN 2019

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2019

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	: ROMADHON SAIFURIDUWAN
NPM	: 14.1.01.09.0251
Telepun/HP	: 085222872625
Alamat Surel (Email)	: Ridwansaifur3@gmai.com
Judul Artikel	: PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA DALAM MENGIKUTI PELAJARAN TOLAK PELURU MELALUI METODE PEMBELAJARAN KESELURUHAN (WHOLE METHOD) PADA MATA PELAJARAN PENJAS DI SDN NGADIBOYO 1 KECAMATAN REJOSO KABUPATEN NGANJUK.
Fakultas – Program Studi	: FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP) - PENJASKESREK
Nama Perguruan Tinggi	: UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat Perguruan Tinggi	: Jalan KH. Ahmad Dahlan No. 76 Mojoroto 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 bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, Februari 2019
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Muhammad Yanuar Rizky, M.Pd NIDN. 0718019003	Mokhammad Firdaus, M.Or. NIDN. 0713018804	Romadhon Saifuriduwan NPM. 14.1.01.09.0251

PENINGKATAN HASIL BELAJAR SISWA DALAM MENGIKUTI PELAJARAN TOLAK PELURU MELALUI METODE PEMBELAJARAN KESELURUHAN (WHOLE METHOD) PADA MATA PELAJARAN PENJAS DI SDN NGADIBOYO 1 KECAMATAN REJOSO KABUPATEN NGANJUK

Romadhon Saifuriduwan
14.1.01.09.0251
FKIP - Penjaskesrek
Ridwansaifur3@gmail.com
Dosen Pembimbing
1. Muhammad Yanuar Rizky, M.Pd
2. Mokhammad Firdaus, M.Or
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

I. LATAR BELAKANG

Banyak kalangan pelajar menganggap belajar adalah aktivitas yang tidak menyenangkan, duduk berjam-jam dengan mencurahkan perhatian dan pikiran pada suatu pokok bahasan, baik yang di sampaikan guru maupun yang sedang dihadapi di meja belajar. Kegiatan itu hampir selalu dirasakan sebagai beban daripada upaya aktif untuk memperdalam ilmu.

Mereka tidak menemukan kesadaran untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah. Banyak di antara siswa yang menganggap, mengikuti pelajaran tidak lebih sekedar rutinitas untuk mengisi daftar absensi, mencari nilai, melewati jalan yang harus ditempuh, dan tanpa diiringi kesadaran untuk menambah wawasan ataupun mengasah kemempuan atau keterampilan.

Menurunya gairah belajar, selain disebabkan oleh ketidaktepatan metodologis, juga berakar pada paradigma pendidikan konvensional yang selalu menggunakan metode pengajaran klasikal dan ceramah, tanpa pernah diselingi berbagai metode yang menentang untuk berusaha. Termasuk adanya penyekat ruang yang tinggi antara guru dan siswa.

Peristiwa yang menonjol ialah siswa kurang berpartisipasi, kurang terlibat dan tidak punya inisiatif serta kontribusi baik secara intelektual maupun emosional. Setidaknya ada tiga faktor penyebab rendahnya hasil

belajar siswa dalam PBM, yakni : (1) siswa kurang memiliki kemampuan untuk merumuskan gagasan sendiri, ini dilihat dari siswa pada saat diberi pertanyaan oleh guru siswa hanya bisa menjawab sama persis apa yang sudah dikatakan oleh guru. (2) siswa kurang memiliki keberanian untuk menyampaikan pendapat kepada orang lain, ini dapat terlihat dari keaktifan siswa dalam berinteraksi dengan guru, siswa sangat jarang melontarkan pertanyaan kepada guru, dan (3) siswa belum terbiasa bersaing menyampaikan pendapat dengan teman yang lain .

Kesalahan siswa diatas tidak bisa hanya dibebankan kepada siswa saja, tetapi yang pertama bertanggung jawab ialah seorang guru. Guru kadang-kadang secara sadar atau tidak menerapkan sifat otoriter, menghindari pertanyaan dari siswa, menyampaikan ilmu pengetahuan secara searah, menanggapi murid sebagai penerima, pencatat, dan pengingat. Oleh karena itu guru hendaknya memiliki pemahaman yang memadai tentang peserta didik yang menjadi sasaran tugasnya. Pemahaman ini mencakup kesiapan, kemampuan, ketidakmampuan, dan latar belakang peserta didik yang semua itu akan membantu seorang guru dalam melaksanakan tugasnya dengan baik.

Bertolak dari permasalahan di atas, guru perlu memberikan respon positif secara konkret dan obyektif yang berupa membangkitkan pertisipasi siswa, dengan peningkatan pertisipasi akan mampu mengurangi bentuk penindasan kepada siswa. Siswa bukan lagi bejana kosong yang siap diisi oleh guru, juga bukan sebagai celengan yang siap diisi oleh guru. Tanpa melibatkan siswa secara utuh dalam kegiatan belajar mengajar, maka guru secara tidak langsung membuat kesenjangan dengan siswa, guru menguasai siswa dan guru menganggap bodoh muridnya karena menganggap siswa tidak memiliki pengetahuan apapun.

Bertolak dari itu, guru tidak lagi menjadi seorang yang mengajar, tetapi orang yang mengajar dirinya melalui dialog dengan para siswa yang pada giliranya selain dia mengajar juga diajar. Usaha itu berhasil manakala guru mampu menempatkan diri sebagai pengabdi untuk kepentingan humanisasi dengan mencurahkan segala perhatiannya kepada keaktifan siswa

dalam mengikuti pendidikan di kelas maupun di rumah.

Dalam konteks ini, fungsi guru adalah mempermudah siswa untuk belajar, memberikan kondisi yang kondusif yang mampu menciptakan pembelajaran yang bermakna secara signifikan bagi diri siswa secara holistik, tujuannya untuk kepentingan kelompok meliputi guru, dan komunitas termasuk siswa. Keingintahuan siswa secara bebas dan segala sesuatunya bisa digali dan dipertanyakan. Pada akhirnya, tuntutan mutu pendidikan untuk mampu menghasilkan sumberdaya manusia yang berkualitas dapat tercapai. Sesuai dasar pemikiran diatas, kurangnya kualitas pembelajaran penjas, prestasi siswa belum menonjol, belum ada yang sesuai antara guru dan siswa dalam pembelajaran penjas maka perlu adanya pemecah permasalahan tersebut dengan melakukan pengembangan pembelaran metode keseluruhan (whole method).

Keunggulan metode keseluruhan (whole method) ini adalah kemauan anak dalam bermain dapat terpenuhi sehingga tidak mudah merasa bosan, dapat mengembangkan kerjasama tim, dapat memahami isi permainan secara keseluruhan baik taktik maupun tehnik.

II. METODE

A. Subjek dan Setting Penelitian

1. Subjek Penelitian

Sebagai subjek penelitian ini adalah siswa kelas VI SDN Ngadiboyo 1. Jumlah siswa kelas VI sebanyak 20 yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Penelitian ini diadakan di Sekolah Dasar tersebut karena pembelajaran disana belum berjalan dengan baik dan lebih bersifat monoton.

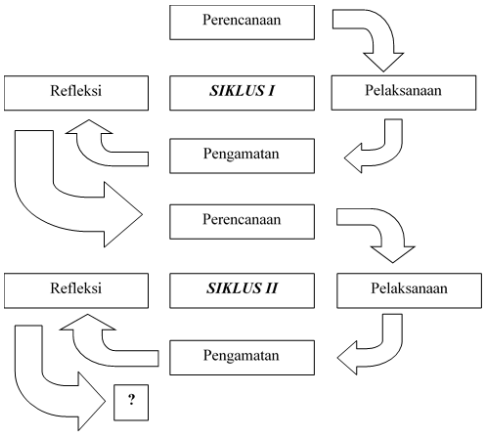
2. Setting Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah tempat yang dipergunakan dalam melakukan kegiatan penelitian untuk memperoleh data yang diinginkan. Penelitian ini dilaksanakan di SDN Ngadiboyo 1 pada kelas VI. Sekolah tersebut beralamat di Desa Ngadiboyo Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk Provinsi Jawa Timur yang dilaksanakan pada bulan September sampai bulan November 2018. Penelitian pada kelas ini didasarkan pada

pertimbangan bahwa hasil belajar siswa terbilang cukup rendah. Diharapkan guru dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi dalam kegiatan pembelajaran sebagai upaya meningkatkan kualitas pembelajaran. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yaitu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa tindakan yang segaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama, dimana peneliti juga berperan menjadi guru pelaksana tindakan.

B. Prosedur Penelitian

Metode penelitian tindakan kelas ini adalah metode kuantitatif dengan jenis penelitian tindakan kelas. Menurut pendapat suhardjono (2007:62) karakteristik penelitian tindakan kelas ini meliputi (1) adanya tindakan (2) PTK merupakan bagian penting untuk pengembangan profesi guru (3) PTK dimulai dari permasalahan yang sederhana, jelas dan tajam yang terjadi di dalam kelas. Proses pelaksanaan penelitian tindakan kelas dapat dirujuk dari beberapa model, tetapi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan model siklus yang dikemukakan oleh Kemmis dan Mc Taggart yang terdiri atas : planning (perencanaan),action (pelaksanaan), Observing (pengamatan), dan reflecting (refleksi). Menurut pendapat prof. Suharmini Arikunto (2013:131) jangka waktu dari suatu siklus sangat tergantung konteks dan setting permasalahan, bisa dalam bilangan hari atau minggu, tetapi dapat juga dalam hitungan semester atau bahkan tahuan. Adapun model dan penjelasan untuk masing-masing tahap adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1 : Model Penelitian Siklus Kemmis dan Mc Taggart

Keterangan :

Siklus I :	Siklus II :
1. Perencanaan I	1. Perencanaan II
2. Tindakan I	2. Tindakan II
3. Pengamatan I	3. Pengamatan II
4. Refleksi I	4. Refleksi II

Berdasarkan prosedur penelitian diatas,maka keempat tahap dapat diuraikan adalah sebagai berikut:

1. Perencanaan

Penelitian tindakan yang ideal sebenarnya dilakukan secara berpasangan antara pihak yang melakukan tindakan dan pihak yang mengamati proses jalannya tindakan. Suharsimi Arikunto (2006: 17) berpendapat bahwa "cara yang dikatakan ideal karena adanya upaya untuk mengurangi unsur subjektivitas pengamat serta mutu kecermatan amatan yang dilakukan". Apabila pengamatan dilakukan oleh orang lain, pengamatannya lebih cermat dan hasilnya akan lebih objektif. Dalam penelitian kolaborasi pihak yang melakukan tindakan adalah guru itu sendiri, sedangkan yang diminta melakukan pengamatan terhadap berlangsungnya proses tindakan adalah peneliti bukan guru. Kolaborasi dapat dilakukan dengan cara bergantian mengamati.

Dalam tahap menyusun rancangan peneliti menentukan titik atau fokus peristiwa yang perlu mendapatkan perhatian khusus untuk diamati, kemudian membuat sebuah instrumen pengamatan. Hal tersebut dilakukan untuk membantu peneliti merekam fakta yang terjadi selama tindakan berlangsung. Tahap penelitian diawali dengan observasi dan diskusi dengan guru kelas atau guru mata pelajaran. Observasi dilakukan untuk mengetahui tingkat partisipasi siswa dengan tujuan untuk menyusun langkah-langkah kegiatan dalam pembelajaran Penjas dengan menggunakan metode keseluruhan (whole method). Diskusi dilakukan dengan tujuan untuk menemukan kesepakatan antara peneliti dan guru mata pelajaran dalam menyusun rencana kegiatan pembelajaran Penjas menggunakan metode keseluruhan (whole method). Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah penyusunan perangkat pembelajaran, meliputi Rencana

Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) tentang materi tolak peluru, media yang digunakan berupa peluru ukuran junior, perangkat evaluasi yang meliputi butir-butir soal (terlampir), dan lembar observasi pelaksanaan RPP (terlampir). Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dalam siklus ini untuk tiga kali pertemuan dalam 2 jam.

2. Pelaksanaan tindakan

Tahap kedua dari penelitian tindakan adalah pelaksanaan yang merupakan implementasi atau penerapan isi rancangan, yaitu mengenakan tindakan di kelas. Tindakan dalam penelitian ini merupakan implemantasi atau penerapan metode keseluruhan (whole method) dalam pembelajaran Penjas untuk meningkatkan partisipasi siswa pada siswa kelas VI SDN Ngadiboyo 1. Pelaksanan tindakan dilakukan dengan berpedoman pada perencanaan pembelajaran yang telah disusun. Kegiatan yang dilakukan tahap ini adalah menerapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah disusun dalam pembelajaran di kelas sesuai dengan apa yang diinginkan guru, maka rencana penelitian ini berupa prosedur kerja peneliti tindakan yang dilaksanakan di dalam kelas. Pelaksanaan tindakan siklus 1 sesuai dengan perencanaan yang diprogramkan.

3. Observasi atau pengamatan

Observasi dilakukan pada proses pemberian tindakan dalam pembelajaran Penjas menggunakan metode keseluruhan (whole method) pada siswa kelas VI SDN Ngadiboyo 1. Pengamatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah mengamati aktivitas anak dalam proses belajar mengajar dengan lembar observasi yang telah ditetapkan seperti, ketertarikan subjek terhadap penerapan metode keseluruhan (whole method) pada pembelajaran Penjas, keaktifan anak pada saat mengikuti proses pembelajaran berlangsung, kemampuan anak dalam melakukan tahap-tahap gerakan, serta perhatian anak pada saat penjelasan langkah-langkah melakukan gerakan. Peneliti ikut terlibat langsung dalam kegiatan subjek untuk mencari informasi yang mendalam. Penelitian

dilakukan untuk membantu subjek dalam melakukan gerakan-gerakan pembelajaran Penjas melalui latihan secara berulang-ulang sampai subjek menguasai dengan optimal.

4. Refleksi

Refleksi merupakan kegiatan mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan atau sudah terjadi, dengan cara menganalisis, memaknai, dan sebagai dasar untuk menentukan langkah berikutnya. Melalui proses refleksi mendalam dapat menghasilkan kesimpulan yang tepat dan sesuai. Berdasarkan siklus I maka harus diidentifikasi kembali apakah terjadi peningkatan/perubahan atau tidak terjadi peningkatan / perubahan sama sekali. Jika belum terjadi peningkatan maka harus menyusun rencana baru untuk dilakukan tindak lanjut pada siklus ke II.

Pada dasarnya kegiatan refleksi merupakan kegiatan analisis, sintesis, interpretasi terhadap semua informasi yang diperoleh saat kegiatan tindakan. Dalam kegiatan ini peneliti mengkaji, melihat, dan mempertimbangkan hasil-hasil atau dampak dari tindakan. Setiap informasi yang terkumpul perlu dipelajari kaitan yang satu dengan lainnya dan kaitannya dengan teori atau hasil penelitian yang telah ada dan relevan. Melalui refleksi yang mendalam dapat ditarik kesimpulan yang mantap dan tajam. Refleksi merupakan bagian yang sangat penting dari PTK yaitu untuk memahami terhadap proses dan hasil yang terjadi, yaitu berupa perubahan sebagai akibat dari tindakan yang dilakukan.

C. Intrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Data merupakan bahan penting yang digunakan oleh peneliti untuk menjawab pertanyaan atau menguji hipotesis dan mencapai tujuan penelitian. Oleh karena itu, data dan kualitas data merupakan pokok penting dalam penelitian karena menentukan kualitas hasil penelitian. Data diperoleh dari suatu proses yang disebut pengumpulan data. Menurut Ulber Silalahi (2009: 280) pengumpulan data adalah satu proses mendapatkan data

empiris melalui responden dengan menggunakan metode tertentu.

Dari pengertian diatas dapat diketahui bahwa proses pengumpulan data adalah proses untuk mengumpulkan berbagai hal yang akan digunakan sebagai bahan penelitian. Jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kualitatif yang meliputi:

a). Observasi

Observasi atau pengamatan adalah teknik pengumpulan data dengan cara mengamati setiap kejadian yang berlangsung dan mencatatnya dengan alat observasi tentang hal-hal yang akan diamati atau diteliti. Observasi dalam penelitian ini menggunakan observasi performence test. Ngalim Purwanto (2013:154) pada umumnya untuk menilai hasil belajar siswa disekolah macam-macam test. Namun untuk menilai proses hasil belajar siswa yang bersifat keterampilan skill), kita tidak dapat menggunakan test tertulis, tetapi harus menggunkan performence test yang berupa praktek. Pengamatan yang dilakukan oleh peneliti adalah mencacat aktifitas subjek terhadap metode yang akan diterapkan yaitu metode keseluruhan (whole method) pada saat pembelajaran Penjas, keaktifan anak dalam hal bertanya atau melakukan kegiatan, kemampuan anak dalam melakukan gerakan-gerakan, penguasaan dalam memahami konsep gerakan-gerakan Penjas, serta perhatian anak pada saat proses pembelajaran berlangsung khususnya dalam mendengarkan dan menanggapi instruksi dari guru atau pendidik.

b). Tes

Menurut pendapat Suharsimi Arikunto dalam buku Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Pratik instrumen tes ini untuk mengukur kemampuan dasar dan pencapaian

prestasi. Tes adalah salah satu instrumen pengumpulan data untuk mengukur kemampuan siswa-siswi dalam aspek kognitif atau tingkat penguasaan materi. Kriteria instrumen tes adalah hendaknya memiliki tingkat validitas (dapat mengukur apa yang hendak diukur) dan memiliki tingkat reabilitas (tes dapat memberikan informasi yang konsisten).

c). Dokumentasi

Peneliti melakukan dokumentasi pelaksanaan kegiatan penelitian melalui foto atau gambar, sebagai bukti fisik pelaksanaan penelitian.

2. Instrumen Penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan ada dua jenis yaitu instrumen evaluasi berupa tes dan panduan observasi. Instrumen evaluasi berupa tes adalah tes yang diberikan sebelum dan setelah diterapkan penggunaan dengan metode keseluruhan (whole method) pada pembelajaran Penjas dalam meningkatkan kemampuan pembelajaran tolak peluru. Panduan observasi digunakan dalam mengamati aktifitas anak pada saat pelaksanaan pembelajaran Penjas berlangsung. Instrumen penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut:

a). Panduan Observasi

Panduan observasi merupakan sebuah pedoman yang terperinci sedemikian rupa sesuai dengan tindakan yang sudah dirancang dalam bentuk lembar observasi. Lembar observasi dibuat oleh peneliti dengan tujuan untuk mempermudah pengamatan mengenai aktifitas subjek terhadap metode yang akan diterapkan yaitu metode keseluruhan (whole method), dapat mengetahui kemampuan, keaktifan dan parstisipasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran Penjas. Pedoman observasi berguna agar pengamatan terhadap subjek lebih tertata dan

terprogram, sehingga fokus pada aspek-aspek perilaku yang terlihat dan berkaitan dengan variabel penelitian. Kegiatan observasi ini diadaptasi dari pedoman khusus penilaian dalam pendidikan khusus (Depdiknas, 2007: 23).

b). Panduan Tes

Membuat soal tes, soal tes digunakan dalam setiap akhir siklus, yang bertujuan untuk mengetahui hasil belajar Penjas siswa setelah mengikuti pembelajaran menggunakan Metode Keseluruhan (Whole Method) adalah sebagai berikut : (terlampir)

D. Teknik Analisis Data

1. Prosedur Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Teknik kuantitatif digunakan untuk menganalisis skor tes hasil belajar yang diperoleh siswa. Teknik kualitatif digunakan untuk menganalisis data hasil observasi siswa dan hasil observasi penerapan metode yang dideskripsikan secara naratif. Cara menilai atau skor yang diperoleh dalam penelitian ini dapat dihitung menggunakan persen.

Analisis data kualitatif digunakan untuk memperoleh data persentase rata-rata (mean) dari hasil tes siswa pada saat tindakan dilakukan. Anas Sudijono (2008: 81) mengemukakan rata-rata nilai tes siswa dapat dihitung dengan rumus:

$$Mx = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan:

Mx = Mean yang dicari

∑x= Jumlah dari nilai-nilai yang ada

N = Banyaknya nilai-nilai itu sendiri

Hasil belajar memiliki Kriteria Ketentuan Minimal (KKM) yang harus dicapai siswa. Untuk nilai hasil belajar kognitif pada mata pelajaran Penjas di SDN Ngadiboyo1 nilai KKM adalah 75. Jika nilai rata-rata pada akhir siklus telah

mencapai nilai minimal atau telah mencapai nilai Kreteria Ketentuan Minimal (KKM) 75 setelah pembelajaran melalui metode keseluruhan (whole method) maka pembelajaran dikatakan berhasil. Anas Sudijono (2008: 43) berpendapat bahwa untuk menghitung persentase ketuntasan belajar yang telah dicapai oleh siswa digunakan rumus :

$$p = \frac{f}{N} x100\%$$

Keterangan:
F = frekuensi yang sedang dicari persentasenya
N = jumlah frekuensi atau banyaknya individu
P = angka persentasi

Menurut pedoman di atas didapatkan data perbandingan nilai rata-rata siklus 1 dan 2, serta persentase siswa yang nilainya di atas KKM. Jika nilai rata-rata siklus 2 lebih besar dari pada nilai rata-rata siklus 1, maka dapat kesimpulan bahwa hasil belajar Penjas siswa kelas VI SD Negeri Ngadiboyo 1 terjadi peningkatan.

2. Kriteria Keberhasilan.

Pada penelitian ini dibutuhkan indikator keberhasilan untuk mengukur hasil belajar dalam pembelajaran Penjas sebelum dan sesudah diberikan tindakan. Kriteria keberhasilan dalam penelitian ini dapat dikatakan berhasil apabila:

a). Hasil pasca tindakan > hasil pra tindakan

b. Hasil pasca tindakan ≥ KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditetapkan yaitu 65 % disesuaikan dengan kemampuan anak.

E. Rencana Jadwal Penelitian

Rencana jadwal penelitian adalah sebuah jadwal yang sudah dibentuk sesuai hari dan tanggal dan kegiatan apa saja yang dilakukan pada saat itu. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat di (Lampiran Jadwal Penelitian).

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Gambaran Selintas Setting Penelitain

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di SDN Ngadiboyo 1, yang beralamat di Desa Ngadiboyo Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk Provinsi Jawa Timur, SD tersebut memiliki fasilitas antara lain ruang kepala sekolah, ruang guru, perpustakaan, UKS, dapur, gudang, kamar mandi. Secara umum kondisi bangunan SDN Ngadiboyo 1 masih baik dan terawat namun jumlah ruang kelas yang disediakan kurang. Ruang kelas 2 disana masih belum ada, sehingga gantian dengan kelas 1. Fasilitas lain untuk menunjang proses pembelajaran ialah lingkungan dalam sekolah yang rapi serta luar sekolah sebagai pendukung dalam proses pembelajaran.

Subjek penelitian adalah siswa kelas VI SDN Ngadiboyo 1. Jumlah siswa Dua Puluh yang terdiri dari perempuan dan laki-laki. Pada saat tahapan akan dilakukan terlihat semua siswa masuk semua tidak ada yang absen, dan terlihat cukup siap untuk dilakukan tahapan berikutnya.

B. Deskripsi Temuan Penelitian

1. Rencana Umum Pelaksanaan Tindakan

Berdasarkan observasi hasil belajar mata pelajaran Penjas di kelas VI SDN Ngadiboyo 1 sebelum dilaksanakan penelitian pada awal semester I tahun pelajaran 2017/2018 menunjukan hasil belajar siswa belum mencapai KKM, siswa pasif saat mengikuti pembelajaran dikarenakan guru masih menggunakan metode konvensional.

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan di SDN Ngadiboyo 1. Subjek penelitian tersebut ialah siswa kelas VI yang diampu oleh peneliti sendiri. Jumlah siswa di kelas ini ada Dua Puluh siswa. Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas ini tentang Peningkatan Hasil Belajar Siswa Dalam Mengikuti Pelajaran Tolak Peluru Melalui Metode Pembelajaran Keseluruhan (Whole Method) Pada Mata Pelajaran Penjas Di Sdn Ngadiboyo 1 Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk dilaksanakan dalam 2 siklus. Jadwal pelaksanaan penelitian tindakan kelas sebagai berikut:

Tabel 4.1 : Jadwal Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas per siklus

No.	Siklus/ Pertemuan ke-	Hari / Tanggal	Waktu
1.	I/1	Selasa/ 2 oktober 2018	07.00 – 09.00
2.	I/2	Selasa/ 9 oktober 2018	07.00 – 09.00
3.	II/1	Selasa/ 16 oktober 2018	07.00 – 09.00
4.	II/2	Selasa/ 23 oktober 2018	07.00 – 09.00

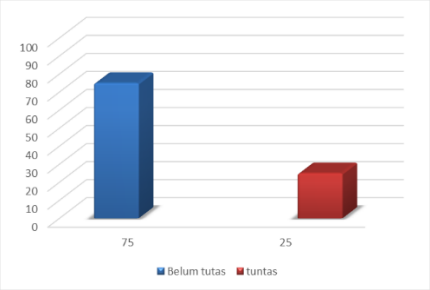
Data awal dari tes pra tindakan yang dilaksanakan pada bulan september 2018 yang diikuti oleh 20 siswa kelas VI SDN Ngadiboyo 1. Perolehan hasil belajar Penjas pra tindakan pada kelas VI SDN Ngadiboyo 1 dapat dilihat sebagai berikut: (Lampiran Tabel hasil Prasiklus).

Tabel 4.2 : Analisis Ketuntasan Hasil Belajar Pra silklus

No.	Nilai	Siswa	Presentase	Kategori
1	X< 75	15	75	Belum Tuntas
2	X ≥75	5	25	Tuntas

Berdasarkan Hasil Pra Tindakan tersebut 15 siswa atau 75% siswa belum tuntas dan 5 siswa atau 25% siswa tuntas. Dengan ini bahwa perolehan hasil belajar pada pra siklus masih menunjukan hasil yang sangat kurang. Selain itu dari tabel 4.3 masih banyak siswa yang nilainya masih dibawah KKM yaitu 75. Hasil deskripsi ini memberikan makna bahwa masih terdapat siswa yang masih mendapat perhatian dalam meningkatkan hasil belajar. Oleh karena itu, peneliti ingin mengadakan perbaikan hasil belajar dengan menggunakan metode pembelajaran keseluruhan (whole method) terutama siswa yang nilainya masih dibawah KKM. Berdasarkan hasil tabel 4.2 harus mendapat perlakukan yang lebih baik dalam siklus I.

Dari tabel 4.3 mengenai hasil belajar siswa pada pra tindakan dapat diperjelas melalui diagram dibawah ini :



Gambar 4.1 : Diagram Hasil Belajar Penjas pada Pra tindakan

C. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam siklus. Hasil

penelitian pada tiap-tiap siklus dideskripsikan sebagai berikut :

1. Siklus I

a. Perencanaan (planning).

Pada tahap perencanaan ini peneliti melaksanakan hal -hal sebagai berikut :

1) Menyusun Rencana PelaksanaanPembelajaran (RPP).

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) disusun sebelum kegiatan Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan. RPP ini berisi rencana kegiatan pembelajaran berdasarkan materi tentang Tolak Peluru. Penyusunan RPP disesuaikan dengan langkah-langkah pembelajaran Penjas dengan metode keseluruhan (whole method) yang digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

2) Menyiapkan Lembar Observasi

Lembar observasi disusun oleh peneliti sebagai instrumen peneliti. Lembar observasi digunakan sebagai pedoman pengamatan terhadap keterlaksanaan pembelajaran penjas dengan metode keseluruhan (whole method), selain itu lembar observasi digunakan untuk pengamatan partisipasi siswa dalam pembelajaran penjas dengan metode keseluruhan (whole method).

3) Menyiapkan Soal Evaluasi

Lembar soal evaluasi disusun oleh peneliti sekaligus dengan guru dan kepala sekolah disesuaikan dengan materi pembelajaran penjas. Hal ini ditujukan untuk mengetahui tingkat penguasaan dan

pemahaman siswa dengan berdasarkan nilai dari evaluasi.

b. Tindakan (action).

Pelaksanaan tindakan siklus I dalam penelitian ini dapat dideskripsikan sebagai berikut:

1) Siklus I

Pertemuan I materi yang digunakan yaitu materi tolak peluru. Pada siklus I ini dilaksanakan pada hari Selasa, 2 oktober 2018 pukul 07.00 - 09.00 dapat dideskripsikan sebagai berikut:

Setelah bel masuk, siswa kelas VI masuk kedalam kelas. Guru menyiapkan siswa untuk mengawali kegiatan belajar mengajar dengan berdoa terlebih dahulu. Guru selanjutnya mengkondisikan siswa untuk menerima pelajaran kemudian melakukan apersepsi dengan bertanya "anak-anak apakah kalian sudah tahu tentang olahraga tolak peluru ?". Siswa menjawab, "olah raga yang menggunakan bola besi." Setelah melakukan tanya jawab, guru memotivasi siswa dengan memperlihatkan video-video olahraga tolak peluru dengan proyektor.

Siswamendengarkan materi yang disampaikan oleh guru sebagai pengatar pembelajaran. Siswa mencari informasi tentang olahraga tolak peluru sebanyak-banyaknya.guru menjelaskan ide-ide pokok tentang materi tolak peluru. Setelah itu siswa disuruh keluar kelapangan dan guru mengenalkan alat-alat tolak peluru serta bentuk lapangan dan cara bermain olahraga tolak peluru.

Guru menyuruh siswa melakukan gerakan melempar satu persatu. Setelah semua siswa sudah melakukan gerakan melempar, lalu guru

menyuruh semua siswa berkumpul dan mulai bertanya kepada siswa "anak-anak kira-kira apa yang menjadi kesulitan saat melakukan gerakan melempar ?". kemudia siswa mulai menjawab pertanyaan secara bergantian satu persatu dan mengutarakan apa yang menjadi kesulitannya saat melakukan gerakan melempar. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan partisipasi siswa dalam pembelajaran.

Kegiatan terakhir dalam pertemuan inti ini siswa diberi tugas untuk mempelajari tentang materi tolak peluru dan meningkatkan keterampilan melempar yang sudah diajarkan guru tadi. Guru menutup pembelajaran dengan memberikan pesan agar rajin belajar dan tetap semangat dalam belajarnya serta selalu memperhatikan guru saat menjelaskan atau menerangkan pelajaran. Guru menutup pelajaran dengan berdoa.

c. Pengamatan (Observing)

Observasi dilakukan pada saat guru melangsungkan kegiatan pembelajaran dengan menggunakan lembar observasi yang telah dibuat. Observasi yang dilakukan dari pertemuan tersebut pada siklus I, Guru belum melakukan semua aktivitas yang ada dalam lembar observasi Pengamatan ini dilakukan untuk memperoleh data mengenai kesesuaian pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan metode keseluruhan (whole method) dengan rencana pembelajaran yang telah disusun dan untuk mengetahui seberapa besar pembelajaran dengan menggunakan metode keseluruhan (whole method) dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VI.

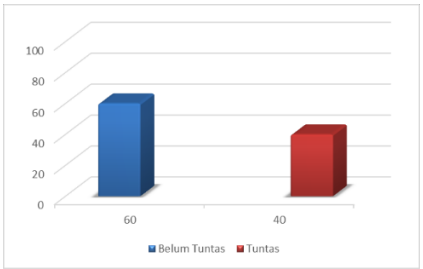
Secara keseluruhan guru telah mampu menyiapkan pembelajaran dengan baik tetapi dalam pelaksanaannya masih terjadi kurangnya kesesuaian dalam pembelajaran. Dalam kegiatan pembelajaran ini guru belum begitu memperhatikan motivasi belajar siswa yang seharusnya mampu dikembangkan agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Pada kegiatan inti di mana guru belum sepenuhnya melibatkan siswa dalam penggalian atau penempatan ide-ide yang digunakan dalam pembelajaran. Perhatian siswa akan pembelajaran masih kurang, ini dibuktikan dengan masih adanya siswa yang tidak memperhatikan penjelasan guru sehingga sampai dengan pelaksanaan eksperimen pun siswa masih belum maksimal dalam mencari jawaban. Hal ini ditunjukan dengan partisipasi siswa dalam pembelajaran yang belum mampu melakukan rangkai pembelajaran dengan baik. Siswa terlihat diam saat kebingungan untuk mngerjakan peta konsep tersebut.

Selain hasil observasi yang berupa aktivitas kegiatan siswa dan guru, peneliti akan memaparkan tingkat hasil belajar siswa yang telah diperoleh pada siklus I sebagai berikut: (Lampiran Tabel hasil Belajar siklus I).

Tabel 4.3 : Analisis Ketuntasan Hasil Belajar siklus I

No.	Nilai	Siswa	Presentase	Kategori
1	X< 75	12	60	Belum Tuntas
2	X ≥75	8	40	Tuntas

Data dari tabel diatas atas mengenai hasil belajar siswa pada siklus I dapat diperjelas melalui diagram di bawah ini:



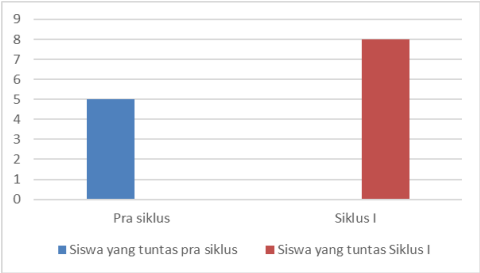
Gambar 4.2 : Diagram Hasil Belajar Penjas pada siklus 1

Hasil dari indikator tersebut maka dibandingkan berdasarkan pada kategori keberhasilan yaitu 75% pada kategori tuntas antara pra siklus dan siklus I. Adapun perbandingannya sebagai berikut :

Tabel 4.4 : Persentase perbandingan jumlah siswa tuntas hasil belajar pada pra siklus dan siklus I

Siklus	Jumlah Siswa		
	Belum Tuntas	Tuntas	Rata-Rata
Pra	15	5	51 %
Siklus I	12	8	64 %
Peningkatan yang tuntas (%)		15 %	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa siklus I mengalami peningkatan di banding pra siklus. Peningkatan ini terjadi pada ketuntasan hasil belajar siswa sebesar 15%. Perbandingan ketuntasan hasil belajar pada pra siklus dan siklus I diperjelas pada diagram batang sebagai berikut:



Gambar 4.3 : Perbandingan ketuntasan hasil belajar pada pra siklus dengan Siklus I

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa pada siklus I siswa yang sudah memiliki ketuntasan hasil belajar 8 siswa atau 40%. Hasil tersebut sudah mengalami peningkatan dibandingkan d engan hasil pra siklus yaitu 5 siswa atau 25%. Akan tetapi hasil tersebut belum mencapai indikator keberhasilan penelitian yaitu 65% siswa tuntas belajar, sehingga perlu adanya tindakan lanjut pada siklus II.

d. Refleksi

Kegiatan refleksi ini dimaksudkan sebagai bahan masukan pada perencanaan siklus selanjutnya. Refleksi pada siklus I dilakukan oleh peneliti dan guru pjok. Tujuan dari kegiatan refleksi ini adalah untuk membahas hal-hal apa saja yang menjadi hambatan pada pelaksanaan siklus I. Adapun hasil refleksi yang diperoleh pada siklus I dapat dilihat pada tabel berikut ini: (Lampiran Refleksi siklus I

dan rencana perbaikan di siklus II).

2. Siklus II
   a. Perencanaan (planning)
      1) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).

         Rencana Pelaksanaan Pembelajaran atau RPP disusun sebelum kegiatan Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan. RPP ini berisi tentang rencana kegiatan pembelajaran berdasarkan materi yang akan disampaikan oleh guru yaitu materi tentang tolak peluru. Penyusunan RPP disesuaikan dengan langkah-langkah pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan metode keseluruhan (whole method) yang digunakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

      2) Menyiapkan Lembar Observasi.

         Lembar observasi disusun oleh peneliti sebagai instrumen penelitian. Lembar observasi digunakan sebagai pedoman pengamatan terhadap keterlaksanan Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan metode keseluruhan (whole method), selain itu lembar observasi digunakan sebagai pedoman pengamatan partisipasi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan metode metode keseluruhan (whole method).

      3) Menyiapkan Soal Evaluasi.

         Lembar soal evaluasi belajar siswa disusun oleh peneliti berkolaborasi dengan guru disesuaikan

dengan pembelajaran penjas. Hal ini ditujukan untuk mengetahui tingkat penguasaan dan pemahaman siswa dengan berdasarkan nilai dari evaluasi.

b. Tindakan (action)

Pelaksanaan tindakan siklus II dalam penelitian ini dilakukan sebanyak dua kali pertemuan dapat dideskripsikan sebagai berikut :

Setelah bel masuk berbunyi, siswa kelas VI masuk ke dalam kelas. Guru menyiapkan siswa untuk mengawali kegiatan belajar mengajar dengan berdoa terlebih dahulu. Guru selanjutnya mengkondisikan siswa untuk menerima pelajaran dengan melakukan apersepsi dengan bertanya pada siswa "masih ingatkah kalian tentang pelajaran tolak peluru kemairin ?" siswa menjawab masih. Setelah melakukan tanya jawab, guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai siswa. Guru menjelaskan langkah-langkah pembelajaran yang akan dilakukan siswa yaitu dengan menggunakan metode keseluruhan (whole method).

Siswa diberikan penjelasan secara lebih mendalam terkait tolak peluru. Siswa memperhatikan penjelas dari guru tentang olahraga tolak peluru. Setelah guru selesai menjelaskan guru memberi kesempatan siswa untuk bertanya tentang hal yang masih belum jelas. Sambil memperlihatkan video-video perlombaan tolak peluru tingkat internasional agar siswa lebih jelas dalam mendapatkan pemahaman tentang olahraga tolak peluru.

Pada kegiatan akhir siswa dengan bimbingan guru menyimpulkan dan guru memberikan tugas rumah bagi siswa. Guru menutup pembelajaran dengan memberikan pesan kepada siswa agar rajin dan

tetap semangat saat belajar. Guru menutup pelajaran dengan berdoa.

Pertemuan kedua pada pada siklus II ini dilaksanakan pada hari Selasa, 23 Oktober 2018 pukul 07.00 - 09.00 kegiatan sama dengan pertemuan pertama yang membedakan dipertemuan kedua ini guru memberikan soal evaluasi untuk dikerjakan.

c. Pengamatan (Observing)

Observasi yang dilakukan pada siklus II. Dari pertemuan tersebut, guru sudah melakukan semua aktivitas yang ada dalam lembar observasi. Secara keseluruhan guru mampu melakukan pembelajaran dengan baik dan memberikan timbal balik kepada siswa agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Observasi dilakukan bersamaan dengan berlangsungnya proses pembelajaran dengan menggunakan lembar observasi yang telah dibuat.

Berdasarkan hasil observasi menunjukan bahwa proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Guru mampu membimbing dengan baik dan siswa memperoleh keluasaan serta kesempatan penuh dalam mengidentifikasi dan menggali ide –ide pembelajaran. Pertemuan pertama adalah materi olahraga tolak peluru. Pada kegiatan awal, guru mengawali pembelajaran dengan melakukan apersepsi kepada siswa. Tahap selanjutnya, guru memberikan pertanyaan mengenai masalah yang terjadi pada saat melakuakn praktek tolak peluru. Guru membimbing siswa dalam melakukan cara menolak peluru yang menjadi kesulitan siswa.

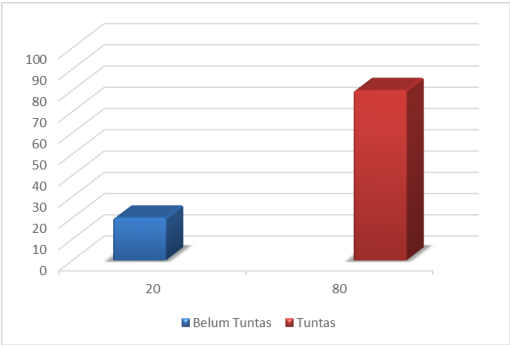
Selain hasil observasi yang berupa aktivitas guru, peneliti akan memaparkan tingkat ketuntasan belajar siswa yang telah diperoleh pada siklus II sebagai berikut

: (Lampiran Hasil Belajar Siklus II)

Tabel 4.5 : Analisis Ketuntasan Hasil Belajar silklus II

No.	Nilai	Siswa	Presentase	Kategori
1	X< 75	4	20	Belum Tuntas
2	X ≥75	16	80	Tuntas

Data dari tabel diatas mengenai hasil belajar siswa pada siklus II dapat diperjelas melalui diagram dibawah ini:

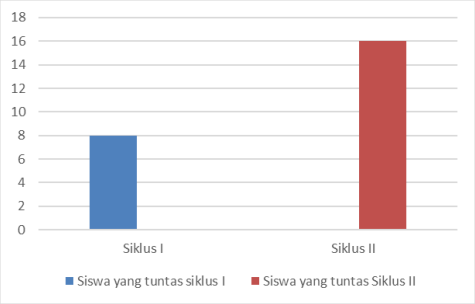


Gambar 4.4 : Diagram Hasil Belajar Penjas pada siklus II

Tabel 4.6 : Persentase perbandingan jumlah siswa tuntas hasil belajar pada siklus I dan siklus II

Siklus	Jumlah Siswa		
	Belum Tuntas	Tuntas	Rata-Rata
Siklus I	12	8	64 %
Siklus II	4	16	76 %
Peningkatan yang tuntas (%)		40 %	

Berda sarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa siklus II mengalami peningkatan dari siklus I. Peningkatan ini terjadi pada ketuntasan hasil belajar siswa sebesar 40%. Perbandingan ketuntasan hasil belajar pada siklus I dan Siklus II diperjelas pada diagram batang sebagai berikut



Gambar 4.5 : Perbandingan ketuntasan hasil belajar pada siklus I dengan Siklus II

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa pada siklus II siswa yang sudah memiliki ketuntasan hasil belajar 16 siswa atau 80%. Hasil tersebut sudah mengalami peningkatan dibandingkan dengan hasil siklus I. Berdasarkan indikator keberhasilan maka hasil siklus II dapat dikatakan bahwa perbaikan hasil belajar siswa melalui pembelajaran dengan metode keseluruhan (whole method) dikatakan berhasil dengan berhasil 80% siswa telah tuntas dalam

penguasaan materi maupun praktek.

d. Refleksi

Refleksi pada siklus II dilakukan oleh peneliti dan guru PJOK. Tujuan dari kegiatan refleksi ini adalah untuk membahas hal-hal apa saja yang menjadi hambatan pada pelaksanaan siklus II. Dalam siklus ini secara keseluruhan pembelajaran telah berjalan dengan baik. Siswa mampu memahami tentang apa itu olahraga tolak peluru dan mampu mempraktekkan dengan baik.

D. Pembahasan

Penelitian Tindakan Kelas meliputi 2 siklus yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari 2 kali pertemuan dan terdiri dari beberapa tahap, yaitu tahap perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Pada siklus II tahap-tahap yang dilakukan merupakan perbaikan pada siklus sebelumnya. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini terdiri dari data tes yang berupa hasil belajar siswa yang diperoleh melalui tes evaluasi setelah melakukan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan metode keseluruhan (whole method). Hasil dari kedua siklus tersebut digunakan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar siswa dengan metode keseluruhan (whole method) pada pembelajaran penjas siswa kelas VI SDN Ngadiboyo1.

Data yang diperoleh sebelum dan setelah dilaksanakan tindakan menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar siswa yang ditunjukkan dengan hasil tes yang diperoleh. Sebelum diterapkannya metode keseluruhan (whole method) pada pembelajaran penjas pada pembelajaran penjas diperoleh sebanyak 5 siswa atau 25% tuntas dan 15 siswa atau 75% belum tuntas. Namun setelah pembelajaran menggunakan metode metode keseluruhan (whole method) pada siklus I dan II diperoleh data bahwa hasil belajar siswa meningkat. Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 8 siswa atau 40% belum tuntas dan 12 siswa atau 60% belum tuntas Berdasarkan data tersebut dapat

dikatakan terjadi peningkatan ketuntasan hasil belajar siswa sebesar 15% pada siklus I. Kemudian pada siklus II menunjukkan 16 siswa atau 80% tuntas dan 4 siswa atau 20% belum tuntas Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan terjadi peningkatan ketuntasan hasil belajar siswa sebesar 40%.

Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan persentase jumlah siswa yang memiliki ketuntasan hasil belajar minimal pada siklus I, dan siklus II. Dengan adanya peningkatan yang terjadi pada siswa yang telah mencapai 76% siswa telah tuntas dan melebihi 65 indikator keberhasilan maka dinyatakan bahwa perbaikan pembelajaran ini telah berhasil.

Selain dapat meningkatkan hasil belajar siswa, pembelajaran penjas dengan metode keseluruhan (whole method) ini juga dapat meningkatkan motivasi belajardan peningkatan partisipasi serta keaktifan belajar siswa yang berlangsung di dalam kelas selama pembelajaran berlangsung. Pada saat observasi awal yang dilakukan peneliti pada penjas pada siswa kelas VI SDN Ngadiboyo 1, pada saat proses pembelajaran berlangsung, guru menyampaikan materi pembelajaran yang hanya lebih mengarahkan terhadap pengalaman siswa dan tidak memberikan pandangan yang lebih luas sehingga pola pikir siswa akan semakin berkembang.

Dengan ini sebenarnya pembelajaran tersebut memiliki banyak faktor yang harus dipenuhi agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Hal ini disebabkan oleh keadaan siswa, guru dan lingkungan sekolah yang berbeda sehingga perlu adanya penyesuaian antara materi dan metode pembelajaran terhadap siswa. Dimana siswa memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing yang berbeda yang mengharuskan seorang guru mampu mengemas pembelajaran dengan baik. Siswa memiliki karakter yang berbeda-beda sehingga guru harus mampu mengerti kebutuhan masing-masing siswa yang lebih mengutamakan kepentingan siswa. Ketercapaian nilai hasil belajar yang baik merupakan salah satu

tolak ukur keberhasilan dalam pembelajaran.

Hasil belajar diperoleh setelah siswa mengalami berbagai kegiatan belajar yang menyebabkan perubahan dalam dirinya. Hasil belajar siswa dapat diukur dengan kriteria atau patokan-patokan tertentu. Dalam pengukuran hasil belajar siswa dapat menggunakan teknik test. Dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah perubahan perilaku atau kemampuan siswa setelah menerima pengalaman belajar yang dapat diukur. Perubahan dalam hal ini adalah perubahan menjadi lebih baik

IV. PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil pembahasan yang telah disampaikan pada bab sebelumnya maka kesimpulan yang dapat diambil adalah penggunaan metode keseluruhan (whole method) Dalam Upaya Meningkatkan Hasil Belajar penjas Bagi Siswa Kelas VI SDN Ngadiboyo 1 Tahun Pelajaran 2017/2018 mengalami peningkatan, yaitu sebelum diterapkannya metode keseluruhan (whole method) pada pembelajaran Penjas , diperoleh sebanyak 5 siswa atau 25% tuntas dan 15 siswa atau 75% belum tuntas. Namun setelah dilakukan tindakan dengan menerapkan metode keseluruhan (whole method) dalam pembelajaran Penjas yang efektif dapat memperbaiki pola pembelajaran dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa yang ditandai dengan ketuntasan hasil belajar disetiap siklusnya. Berarti siswa cenderung positif dalam mengikuti proses belajar mengajar yang diberikan guru maupun dalam melakukan diskusi serta tanya jawab di dalam kelas maupun di lapangan. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil belajar pada siklus I dan II diperoleh data bahwa hasil belajar siswa meningkat. Hasil tes siklus I diperoleh sebanyak 8 siswa atau 40% tuntas dan 12 siswa atau 60% belum tuntas. Kemudian pada hasil tes siklus II menunjukkan 16 siswa atau 80% tuntas dan 4 siswa atau 20% belum tuntas. Dengan adanya peningkatan yang terjadi pada siswa yang telah mencapai 76% siswa telah tuntas dan melebihi 65% indikator keberhasilan maka

dinyatakan bahwa perbaikan pembelajaran ini telah berhasil.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian mengenai Peningkatan Hasil Belajar Siswa Dalam Mengikuti Mata Pelajaran Penjas Melalui Metode Pembelajaran Keseluruhan (whole method) Pada SDN Ngadiboyo 1 Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk, maka penulis dapat mengemukakan beberapa saran yang sekiranya dapat dijadikan masukan/pertimbangan:

1. Bagi guru penerapan model pembelajaran Metode Pembelajaran Keseluruhan (whole method) dapat dijadikan suatu alternatif dalam pembelajaran karena model peta konsep dapat meningkatkan hasil belajar siswa dan juga sangat bagus digunakan dalam pembelajaran yang lain.
2. Bagi siswa, setelah penerapan Metode Pembelajaran Keseluruhan (whole method) ini diharapkan lebih aktif dalam belajar dan lebih memahami apa yang dipelajari.
3. Penerapan Metode Pembelajaran Keseluruhan (whole method) dapat dijadikan salah satu alternatif pembelajaran di SD Negeri Ngadiboyo 1, sehingga dapat meningkatkan mutu pendidikan, dan
4. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempergunakan waktu sebaik mungkin untuk menerapkan Metode Pembelajaran Keseluruhan (whole method) terhadap peserta didi

V. DAFTAR PUSTAKA

An-Nur, D. (2012). Tehnik Pengolahan Data. Http://Diachs-An-Nur.Blogspot.Co.Id/2012/05/Teknik-Pengolahan-Data.Html.

Arikunto, P. D. (2013). Prosedur Peneliotian. Jakarta: Pt Rineka Cipta.

Dan, D. (2012). Pentingnya Pembelajaran Penjaskes Pada Pada Anak Usia SD .(online),tersedia: Http://Krisdaning217.Blogspot.Co.Id/2012/03/Pentingnya-Pembelajaran-Penjaskes-Pada.Html.diunduh14 November 2018

Drs. M. Ngalim Purwanto, M. (2003). Evaluasi Belajar Mngejar. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Drs. Sukidin, M. B. (2010). Manajemen Penelitian Tindakan Kelas . Insan Cendekia.

Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Pada Masyarakat (Lppm). (2017). Panduan Penulisan Karya Tulis Ilmiah. Kediri: Lppm.

Lestari, D. A. (2012). Metode Keseluruhan Dalam Mata Pelajaran Penjas. Catatan Saja,(online),tersedia: Http://Dryalestari.Blogspot.Co.Id/2012/05/Metode-Keseluruhan-DalamPembelajaran.Html. diunduh 23 November 2018.

Maslihah, R. E. (2012). Kumpulan Makalah Q . Penyusunan Instrumen Penelitian TindakanKelas(PTK),(onlline), tersedia: Http://Rishelcha.Blogspot.Co.Id/2012/10/Penyusunan-Instrumen-Penelitian.Html. diunduh 18 Agustus 2018

Muttaqin. (2018). 45 Soal Dan Jawaban Tentang Tolak Peluru (Pilihan Ganda, Essay).MuttaqinId,(onlline),tersedia: Https://Www.Muttaqin.Id/2017/11/Soal-Jawaban-Tolak-Peluru-Pilihan-Ganda-Essay.Html. diunduh 20 November 2018.

Percetakan, A. (2015). 67 Soal Pilihan Ganda Tolak Peluru. (onlline),tersedia : Http://Masda01.Blogspot.Com/2018/03/67-Soal-Pilihan-Ganda-Tolak-Peluru.Html. diunduh 24 November 2018, diunduh 20 November 2018.

Pratiwi, A. (2013). Pengertian Pendidikan Jasmani Menurut Para Ahli. Media Pembelajaran,(online),tersedia: Http://Anggipratiwi77.Blogspot.Co.Id/2013/07/Pengertian-Pendidikan-Jasmani-Menurut.Html. diunduh 24 November 2018.

Prof. Dr. H. Mohammad Asrori, M. (2012). Penelitian Tindakan Kelas. Bandung: CV WACANA PRIMA .

Sudjono, P. D. (2017). Pengantar Stastistik Pendidikan. Jakarta: Pt Rajagrafindo Persada.

Syakuro, A. (2017). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah.RumahSehat,(online), tersedia: Http://SupayaSehat.Blogspot.Co.Id/2014/12/Pentingnya-Pendidikan-Jasmani-Olahraga.Html. diunduh 24 November 2018