

PENERAPAN PERMAINAN GUNUNGAN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR MELOMPAT MATA PELAJARAN PENJAS PADA SISWA KELAS III SD NEGERI 056031 BERAS BASAH PANGKALAN SUSU TAHUN PELAJARAN 2021/2022 SEMESTER I

Rosdiana Situmorang

Guru SD Negeri 056031 Beras Basah Pangkalan Susu .

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya hasil belajar gerak dasar melompat pada siswa kelas III SD Negeri 056031 Beras Basah Pangkalan Susu di masa Covid -19 .Tujuan penelitian untuk mengetahui peningkatan hasil belajar gerak dasar melompat pada siswa kelas III SD Negeri 056031 Beras Basah Pangkalan Susu .Penelitian ini adalah merupakan Penelitian Tindakan Kelas yang terdiri dari dua siklus. Subyek penelitian siswa kelas III SD Negeri 056031 Beras Basah Pangkalan Susu, yang berjumlah 29 siswa. Metode pengumpulan data menggunakan observasi, angket, dan tes hasil belajar ketrampilan gerak dasar melompat. Analisis data menggunakan data deskriptif dan persentase. Hasil penelitian adalah pada siklus I : 1) Aspek Kognitif sebanyak 22 anak (76%) berkategori berpengetahuan, 2) Aspek Afektif sebanyak 19 anak (66%) berkategori Baik , 3) Aspek Psikomotor siswa sebanyak 20 anak (69%) berkategori Baik. Dari pelaksanaan kegiatan pembelajaran aktif dari siklus I sampai siklus II mengalami peningkatan pada siklus II :1) Aspek Kognitif sebanyak 24 orang (83%), 2) Aspek Efektif sebanyak 24 orang (83%) , 3) Aspek Psikomotor 25 orang (86%) hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa Penerapan Permainan Gunungan untuk meningkatkan Ketrampilan Gerak Dasar Melompat dapat diterima lebih mudah oleh siswa. Dari hasil penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa Penerapan Permainan Gunungan dapat meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Melompat. Saran bagi guru dalam mengembangkan macam-macam model pembelajaran, agar kegiatan belajar mengajar menjadi lebih menyenangkan, dan guru menjadi lebih profesional dalam mengajar.

Kata Kunci : Permainan Gunungan , Hasil Belajar, Gerak Dasar Melompat

I. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan / olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) dari pembiasaan pola

hidup sehat.

Olahraga merupakan perilaku insani yang disadari sebagai perwujudan hasil kerja keseluruhan sistem yang sempurna dari unsur fisik, biologis, biokimia, system syaraf yang menyatu dengan unsur mental, rohaniah dan diwujudkan menjadi satu bagian dari puncak-puncak kreativitas manusia.

Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan dikdaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat

mencapai tujuan pengajaran. Melalui pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia. Adapun ruang lingkup pendidikan jasmani meliputi aspek permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, uji diri / senam, aktivitas ritmik, akuatik (aktivitas air) dan pendidikan luar kelas.

Sesuai dengan karakteristik siswa SD yang berusia 9 tahun kebanyakan dari mereka cenderung masih suka bermain. Untuk itu guru harus mampu mengembangkan pembelajaran yang efektif, disamping harus memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswa. Pada masa usia tersebut seluruh aspek perkembangan manusia baik itu kognitif, psikomotorik dan afektif mengalami perubahan. Perubahan yang paling mencolok adalah pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikologis. Agar standar kompetensi pembelajaran pendidikan jasmani dapat terlaksana sesuai dengan pedoman, maksud dan juga tujuan sebagaimana yang ada dalam kurikulum, maka guru pendidikan jasmani harus mampu membuat pembelajaran yang efektif dan menyenangkan.

Banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa yang salah satunya kurang kreatifnya guru pendidikan jasmani dalam membuat dan mengembangkan media pembelajaran yang sederhana, guru kurang akan model-model pembelajaran sehingga proses pembelajaran kurang menarik bagi siswa sehingga tercipta pembelajaran yang membosankan buat siswa.

Salah satu pendekatan dalam pembelajaran yang dapat digunakan dalam hal

ini adalah pendekatan pembelajaran dengan Permainan Gunung yaitu suatu pendekatan pembelajaran permainan yang dapat membantu siswa mempelajari keterampilan gerak dasar melompat. Model pembelajaran dengan pendekatan permainan tersebut dirancang secara khusus untuk mengembangkan belajar siswa, Tujuan pembelajaran gerak dasar melompat dengan permainan adalah agar siswa suka, senang mengikuti pembelajaran. Dengan perasaan suka akan pembelajaran tersebut, membuat siswa menjadi aktif dan antusias dalam pembelajaran serta lebih mudah menguasai materi yang diajarkan.

Permainan gunung adalah permainan yang mirip gunung, tetapi dalam bentuk kotak bertingkat dan cara bermainnya mengutamakan ketrampilan gerak dasar melompat. Penerapan model pembelajaran pendidikan jasmani tradisional sering mengabaikan tugas-tugas ajar yang sesuai dengan taraf perkembangan anak. Bentuk-bentuk modifikasi baik dalam peraturan, ukuran maupun jumlah pemain tidak diperhatikan. Karena tidak dilakukan modifikasi, sering mereka tidak mampu dan gagal untuk melaksanakan tugas yang diberikan dalam bentuk kompleks oleh guru. Sebagai akibat dari kondisi seperti ini, anak dapat menjadi kurang senang terhadap pelajaran pendidikan jasmani. Tugas-tugas ajar yang merupakan keterampilan kompleks itu sesungguhnya hanya mampu dilakukan upaya memodifikasi tugas gerak yang kompleks menjadi tugas gerak yang sederhana, maka dapat diramalkan tingkat keberhasilan siswa dalam menyelesaikan tugas yang harus dipelajari tergolong rendah.

Untuk itu kebutuhan akan modifikasi olahraga sebagai suatu pendekatan alternatif dalam mengajar pendidikan jasmani mutlak perlu

dilakukan. Guru dalam ini harus memiliki kemampuan untuk melakukan modifikasi keterampilan yang hendak diajarkan agar sesuai dengan tingkat perkembangan anak.

Dalam masalah ini, model pembelajaran yang digunakan dengan pendekatan bermain. Karena pendekatan bermain adalah salah satu bentuk dari sebuah pembelajaran jasmani yang dapat diberikan di segala jenjang pendidikan. Hanya saja, porsi dan bentuk pendekatan bermain yang akan diberikan, harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Selain itu harus dipertimbangkan juga faktor usia, perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani.

Model pembelajaran dengan pendekatan bermain erat kaitannya dengan perkembangan imajinasi perilaku yang sedang bermain, karena melalui daya imajinasi, maka permainan yang akan berlangsung akan jauh lebih meriah.

II. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian menerapkan metode penelitian tindakan kelas Model Kurt Lewin. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas III SD Negeri 056031 Beras Basah Pangkalan Susu Tahun Pelajaran 2021/2022 dengan jumlah siswa 29 orang. Konsep pokok penelitian tindakan kelas Kurt Lewin meliputi empat komponen, yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*) dan refleksi (*reflecting*). Keempat komponen ini menjadi satu siklus. Dalam penilaian ini dilakukan dua kali siklus. Teknik pengumpulan data secara lengkap dapat dilihat pada Tabel 1 di bawah ini :

Tabel 1. Teknik Pengumpulan Data

No	Sumber Data	Jenis Data	Teknik	
			Pengumpulan Data	Instrumen

1	Siswa	Afektif	Observasi	Pedoman observasi
2	Siswa	Kognitif	Tes siswa	Tes tertulis
3	Siswa	Psikomotor	Tes siswa	Praktek

Penelitian ini melihat hasil belajar siswa terhadap penerapan permainan gunung untuk meningkatkan ketrampilan gerak dasar melompat. Data yang terkumpul dianalisis secara kualitatif dan kuantitatif. Dan data hasil pengamatan terlebih dahulu dianalisis secara deskriptif (data kualitatif) kemudian dilakukan hitung presentase. Sedangkan data hasil belajar siswa dianalisis secara kuantitatif.

Menurut Sudjana (2004: 34-3 5) kriteria keberhasilan pembelajaran dapat ditinjau dari dua sudut pandang, yaitu dari prosesnya (*by process*) dan dari hasil yang dicapai (*by product*). Untuk mengetahui keberhasilan penerapan permainan gunung untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar melompat pada siswa kelas III SD Negeri 056031 Beras Basah Pangkalan Susu. Untuk itu keberhasilan tindakan dalam penelitian ini diukur dari hasil belajar siswa. Untuk melihat efektif tidaknya sebuah proses pembelajaran bisa dilihat dari pencapaian hasil pembelajarannya.

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

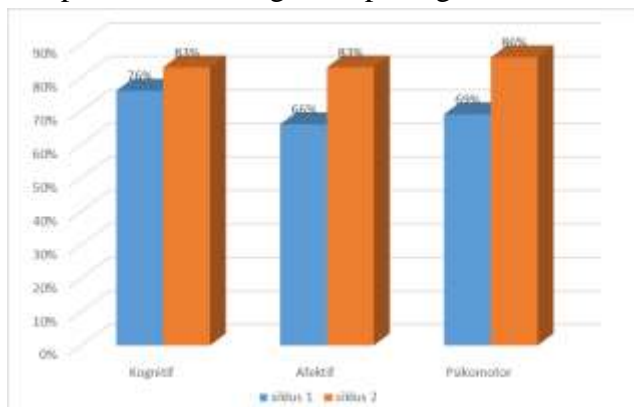
Setelah melakukan dan menyelesaikan siklus pertama dan siklus kedua, pada penerapan permainan gunung untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar melompat, maka didapat hasil seperti terlihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Tiap Aspek Selama 2 Siklus

No	Aspek	S 1		S 2		kriteria
		Frek	%	Frek	%	
1	Kognitif	22	76%	24	83%	Sangat baik

2	Afektif	19 66%	24 83 %	Sangat Baik
4	Psikomotor	20 69%	25 86%	Sangat efektif

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa hasil belajar siswa pada penerapan permainan gunung untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar melompat pada siklus pertama dan kedua adalah baik. Walaupun pada aspek kognitif tidak ada peningkatan, tetapi berkriteria sangat baik. Dan pada aspek afektif dan psikomotor mengalami peningkatan.



Gambar 1. Diagram selama 2 siklus

PEMBAHASAN

Aspek Kognitif Siswa dalam Belajar Gerak Dasar Melompat dengan Penerapan Permainan Gunung

Tabel 3. Aspek Kognitif Siswa

No	Kriteria	Siklus 1		Siklus 2	
		Frek	%	Frek	%
1	Sangat baik	22	76%	24	83%
2	Baik	2	7%	3	10%
3	Cukup	3	10%	2	7%
4	Kurang	2	7%	0	0
5	Sangat kurang	0	0	0	0
Jumlah		29	100%	29	100%

Aspek Afektif Siswa dalam Belajar Gerak Dasar Melompat dengan Penerapan Permainan Gunung

Tabel 4. Aspek Afektif Siswa

No	Kriteria	Siklus 1		Siklus 2	
		Frek	%	Frek	%
1	Sangat baik	19	66%	24	83%
2	Baik	5	17%	3	10%
3	Cukup baik	3	10%	2	7%
4	Kurang baik	2	7%	0	0
5	Tidak baik	0	0	0	0
Jumlah		29	100%	29	100%

Aspek Psikomotor Siswa dalam Belajar Gerak Dasar Melompat dengan Penerapan Permainan Gunung.

Tabel 5. Aspek Psikomotor Siswa

	Kriteria	Siklus I		Siklus II	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
1	Sangat Efektif	20	69%	25	86%
2	Efektif	3	10%	2	7%
3	Cukup Efektif	2	7%	2	7%
4	Kurang Efektif	4	14%	0	0
Jumlah		29	100%	29	100%

Mengacu pada Indikator Hasil Belajar Siswa pada, persentase tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran Awalan, cara melompat, sikap akhir pada gerak dasar melompat dengan penerapan permainan gunung, berkategori Sangat Efektif untuk siswa kelas III.

IV. KESIMPULAN

Aspek Kognitif siswa pada siklus pertama mencapai tingkat pencapaian 76%, sedangkan pada siklus kedua setelah melakukan treatment pada proses

pembelajaran, Aspek Kognitif siswa mencapai 83%. Ini berarti antusiasme siswa terhadap pembelajaran Gerak Dasar Melompat dengan Penerapan Permainan Gunung ada peningkatan. Mengacu pada kriteria kognitif siswa, besaran angka 80% termasuk kriteria Sangat Baik.

Aspek Afektif siswa selama mengikuti proses pembelajaran Gerak Dasar Melompat dengan Penerapan Permainan Gunung di kategorikan Aktif. Mencapai 66% Dan setelah dilakukan siklus kedua mencapai 83% sikap siswa mengalami peningkatan 17% ,keaktifan rata-rata sebesar 65% . Kalau mengacu pada kriteria Afektif siswa maka sebesar 75% termasuk kriteria Baik.

Aspek Psikomotor siswa selama mengikuti proses pembelajaran gerak dasar melompat dengan penerapan permainan gunung pada siklus pertama mencapai 69% dan dilaksanakan pembelajaran yang aktif pada siklus kedua mencapai 86% .Pada Apek Psikomotor siswa mengalami kenaikan sebesar 17% dalam ketuntasan belajar .

Pada persentase data tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran pada gerak dasar melompat dengan penerapan permainan gunung, berkategori Sangat Efektif pada siswa . Dengan demikian ,disimpulkan Penerapan Permainan Gunung dapat Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Melompat Mata Pelajaran Penjas pada kelas III SD Negeri 056031 Beras Basah Pangkalan Susu.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Kadir Ateng. 1992. *Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Depdikbud.
- Amung Ma'mun dan Yudha Saputra. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta : Depdiknas.
- Didik Komadi dan Wahyu Wijayati, 2011. *Penelitian Tindakan Kelas: Teori, Praktek dan Contoh PTK*. Yogyakarta : Sabda Media.
- Drs. Yudha M.Saputra,M.Ed dan Drs. Husdarta. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Edy Sih Mitranto, Slamet ; ilustrator, Suryono. 2010. *Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan Penjas Orkes*, Jakarta : Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional.
- Kristiyanto Agus. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olah Raga*. Surakarta : UNS Press.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta : litera.
- Sudjana, N. *Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah*. Bandung. Sinar Baru
- Suharsimi Ari Kunto, 1993. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, Jakarta : Bhineka Cipta.
- Sukintaka,. 1992. *Teori Bermain untuk D2 PGSD Penjakesrek*., BPK.
- Wijaya Kusuma dan Dedi Dwitagama. 2009. *Mengenal Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT Indeks.