Penerapan Alat Bantu Pembelajaran untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Tinggi Gaya *Straddle* pada Siswa Kelas X 1 SMA Negeri 1 Pacitan

Andy Widhiya Bayu Utomo¹, Andri Arif Kustiawan²

Pendidikan Jasmani STKIP Modern Ngawi

andystkipmodern@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* dengan penerapan alat bantu pembelajaran pada siswa kelas X 1 SMA Negeri 1 PACITAN tahun pelajaran 2015/2016.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Sumber data dalam penelitian ini adalah siswa kelas X 1 SMA Negeri 1 PACITAN tahun pelajaran 2015/2016, yang berjumlah 20 siswa terdiri dari 7 siswa putra dan 13 siswa putri. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan tes unjuk kerja lompat tinggi gaya *straddle* dan observasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif komparatif yaitu membandingkan data kuantitatif dari kondisi studi awal, siklus I dan siklus II dengan prosentase.

Berdasarkan penelitian ini diperoleh hasil sebagai berikut, dari hasil tes unjuk kerja dari kondisi awal, dari 20 siswa hanya 6 siswa atau 30,00% yang tuntas dan meningkat pada siklus I menjadi 12 siswa atau 60,00% tuntas dan pada siklus II meningkat menjadi 17 siswa atau 85,00% tuntas.

Simpulan penelitian ini adalah melalui penerapan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* pada siswa kelas X 1 SMA Negeri 1 PACITAN Tahun Pelajaran 2015/2016.

Kata Kunci: hasil belajar, lompat tinggi gaya *straddle*, alat bantu pembelajaran

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan sebuah kegiatan pendidikan yang bertujuan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas fisik. Disamping itu, pendidikan jasmani juga harus diutamakan karena mempunyai tujuan yang penting dalam upaya meningkatkan pertumbuhan dan pengembangan jasmani peserta didik

Dalam rangka mencapai tujuan tersebut, pembelajaran yang dilakukan antara guru dan siswa hendaknya mengacu pada peningkatan aktifitas dan partisipasi

siswa. Penggunaan modifikasi alat pembeBerdasarkan hasil pengamatan observasi pada siswa kelas X 1 SMA Negeri 1 PACITAN pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, pembelajaran pendidikan jasmani yang telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 PACITAN masih terdapat ada kendala yang dihadapi, pembelajaran belum menunjukkan proses pembelajaran yang efektif, misalnya siswa kurang senang dengan pelajaran atletik, serta siswa tidak sungguh-sungguh dalam mengikuti

pelajaran. Keberadaan siswa merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar siswa. Karena siswa yang tidak senang dan kurang sungguh-sungguh dalam mengikuti pelajaran, sehingga akan mempengaruhi hasil belajar siswa. Di samping itu juga, pendekatan pembelajaran dan penggunaan alat bantu pembelajaran yang selama ini diterapkan belum menunjukkan hasil yang optimal. Hal ini dapat dilihat dari keterampilan gerak dan hasil kemampuan siswa dalam melakukan lompatan yang masih rendah. Kondisi semacam ini harus diperhatikan dan perlu ditelusuri faktor-faktor penyebabnya. Mereka ingin mata pelajaran penjaskes adalah mata pelajaran yang menyenangkan, karena sudah penat dengan mata pelajaran lain, yang cenderung didalam kelas.

Sekarang ini muncul berbagai model pembelajaran yang dapat mengatasi permasalahan yang ada. Upaya mengatasi permasalahan pembelajaran lompat tinggi gaya *straddle* pada siswa kelas X 1 SMA Negeri 1 PACITAN diperlukan proses pembelajaran dengan menggunakan alat bantu pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar dari tujuan pembelajaran tersebut.

Cara memberikan materi ajar yang tepat adalah sangat penting dalam pembelajaran atletik pada siswa sekolah. Dengan pemberian materi yang baik dan tepat, disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik siswa yang aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan, maka pembelajaran penjaskes akan berjalan dengan baik dan tujuan pembelajaran dapat tercapai. Di samping itu juga, siswa akan termotivasi dalam belajarnya, merasa senang karena bentuk pembelajaran dilakukan sesuai dengan kondisi dirinya. Tetapi sebaliknya, jika pembelajaran tidak sesuai dengan kondisi dan karakteristik

siswa, maka siswa akan merasa takut, bosan dan jenuh, sehingga siswa akan malas melaksanakan tugas ajar. Untuk mengetahui sejauh mana penerapan alat bantu pembelajaran, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, "Penerapan Alat Bantu Pembelajaran Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Tinggi Gaya *Straddle* Pada Siswa Kelas X 1 SMA Negeri 1 PACITAN Tahun Pelajaran 2015/2016".

Metode

Pada penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan pada bulan Februari-Maret. akan dilakukan secara bertahap meliputi tahap persiapan, tahap penelitian dan tahap penyelesaian dengan rincian masing-masing tahap.

Subjek penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 1 PACITAN tahun pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 20 siswa. Dengan rincian siswa putra 7 anak dan siswa putri 13 anak.

Teknik alat pengumpulan data

Teknik pengumpulan data dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini terdiri dari : tes dan observasi

1. Tes digunakan untuk mendapatkan data tentang hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* siswa dari tes yang diberikan oleh guru.
2. Observasi digunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar saat penerapan alat bantu pembelajaran lompat tinggi gaya *straddle*

Teknik analisis data

Data yang dikumpulkan pada dari setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan teknik presentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran.

1. Hasil keterampilan lompat tinggi gaya *straddle* : dengan menganalisis nilai rata rata tes lompat tinggi gaya *straddle*. Kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.
2. Kemampuan melakukan rangkaian melakukan gerakan lompat tinggi gaya *straddle* dengan menganalisis rangkaian gerakan lompat tinggi gaya *straddle* kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang ditentukan.

Pembahasan

1. Siklus Pertama

Pada siklus pertama siswa belum sepenuhnya menunjukkan perbaikan ketuntasan yang berarti, baru mencapai 60.00% yang tuntas atau sebanyak 12 siswa dan siswa cukup merespon positif terhadap pembelajaran lompat tinggi gaya *straddle* dengan alat bantu pembelajaran. Mereka lebih bersemangat dalam melakukan praktek lompat tinggi gaya *straddle* dengan alat bantu pembelajaran dan melakukan apa yang diperintahkan guru. Biasanya siswa hanya melakukan tanpa tindak lanjut, dengan demikian siswa merasakan pembelajaran yang “menyenangkan” dalam pembelajaran lompat tinggi gaya *straddle* dengan alat bantu pembelajaran yang terbukti mampu meningkatkan kemampuan dan daya serap siswa terhadap materi dan pelajaran penjasorkes materi “Lompat tinggi Gaya *Straddle*” sehingga kemampuan atau hasil belajar meningkat, sedangkan siswa yang belum tuntas sebanyak 8 siswa atau sebesar 40.00%. Maka peneliti perlu

untuk menindaklanjuti pembelajaran pada siklus ke 2.

2. Siklus Kedua

Pada siklus kedua yang menunjukkan indikasi peningkatan maka peneliti dibantu observer berusaha untuk mencoba memaksimalkan perbaikan pembelajaran dan dapat dilihat dari hasil tes formatif pada siklus kedua dapat memenuhi kriteria ketuntasan 85.00%.

Untuk itu pada siklus kedua peneliti berusaha melaksanakan bimbingan secara intensif, khususnya kepada siswa yang belum tuntas. Melakukan demonstrasi secara kelompok dan bergantian. Tiap kelompok juga dirolling untuk menyeimbangkan antara siswa yang sudah tuntas dengan siswa yang belum tuntas. Tiap kelompok melakukan teknik dasar lompat tinggi gaya *straddle* dan dalam menyelesaikan tugas yang selanjutnya memaparkan kepada kelompok lain. Peneliti yakin hasil belajar akan lebih bermakna jika prosesnya menyenangkan. Langkah tersebut terbukti memberikan hasil yang lebih meningkat pada siklus I baru mencapai 12 siswa yang tuntas atau sebesar 60.00% dan masih ada 8 siswa yang belum tuntas atau sebesar 40.00%. Terbukti pada siklus II memberikan hasil yang lebih meningkat mencapai 17 siswa dari 20 siswa yang tuntas atau sebesar 85.00% dan masih ada 3 siswa yang belum tuntas atau 15.00% yang berarti perbaikan pembelajaran melalui Penelitian Tindakan Kelas telah berakhir pada siklus kedua.

Keterlibatan keaktifan siswa terhadap materi ajar hingga mencapai keaktifan dengan kriteria Baik. Hal ini memberikan bukti bahwa belajar akan lebih bermakna jika siswa merasa “senang” apa yang dipelajarinya. Melalui pembelajaran lompat tinggi gaya *straddle* dengan alat bantu pembelajaran, kemampuan dan hasil belajar

diharapkan lebih bermakna bagi siswa. Proses pembelajaran yang berlangsung secara menyenangkan dalam kegiatan siswa bekerja dan mengalami, menyebabkan siswa berperan secara aktif dalam pembelajaran.

Ternyata dari 20 siswa yang belum tuntas dalam perbaikan pembelajaran lompat tinggi gaya *straddle* hanya 3 orang siswa atau sebesar 15,00%. Peneliti berhasil mengungkapkan ketidakberhasilan dalam perbaikan pembelajaran yaitu karena 3 orang siswa tersebut ada yang kelebihan berat badan dan ada yang lagi sakit sehingga siswa tersebut juga kurang aktif dalam pembelajaran.

Melihat data tersebut di atas Pembelajaran lompat tinggi gaya *straddle* dengan alat bantu pembelajaran mengalami keberhasilan hal ini dibuktikan dengan perolehan nilai, baik aktivitas siswa dan kemampuan siswa dari Siklus I sampai dengan Siklus II mengalami Peningkatan dan melebihi KKM.

Hasil Rekap Ketuntasan Belajar Lompat Tinggi Gaya *Straddle* pada Studi Awal, Siklus I dan Siklus II.

Simpulan

Penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan pada siswa kelas X 1 SMA Negeri 1 PACITAN Kabupaten Boyolali dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu : (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi, (4) refleksi. Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan sebagai berikut, peningkatan kualitas hasil dapat dilihat dari hasil belajar siswa yang mengalami peningkatan dari sebelum tindakan hingga akhir siklus terakhir, dalam penelitian ini adalah akhir siklus II. Sebelum pelaksanaan tindakan, siswa yang berhasil tuntas untuk

hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* 6 siswa atau sebesar 30,00%. Pada siklus I mengalami peningkatan untuk hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* 20 siswa yang tuntas menjadi 12 siswa atau sebesar 60,00% dan pada siklus kedua ketuntasan belajar meningkat dari jumlah 20 siswa yang tuntas mencapai 17 siswa atau sebesar 85,00%. Dengan demikian, penelitian tindakan kelas pada siswa kelas X 1 SMA Negeri 1 PACITAN Kabupaten Boyolali dalam upaya peningkatan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* dengan alat bantu pembelajaran ini telah mencapai keberhasilan meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle*.

Saran

Berikut saran-saran yang dapat digunakan Guru Penjasorkes SMA Negeri 1 PACITAN Kabupaten Boyolali sebagai bahan pertimbangan untuk meningkatkan pembelajaran Penjasorkes :

1. Guru penjas hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat seiring dengan peningkatan kemampuan yang dimilikinya. Selain itu guru penjas hendaknya mau membuka diri untuk menerima berbagai bentuk masukan, kritik dan saran agar dapat lebih memperbaiki kualitas dalam mengajar.
2. Guru penjas hendaknya lebih inovatif dalam menerapkan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran, penggunaan alat bantu pembelajaran.
3. Guru penjas hendaknya menerapkan model-model pembelajaran yang dapat memberikan dan meningkatkan motivasi belajar sehingga juga akan

dapat meningkatkan hasil belajar anak didiknya salah satunya melalui penerapan alat bantu pembelajaran

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Kristiyanto. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK)*. Surakarta: UNS.
- Aip Syarifuddin. Dan Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*.
- Arif S Sadiman. (1984). *Media Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Dimiyati. (1999). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- H.J.Gino, Suwarni, Suropto, Maryanto, & Sutijan. (1993). *Belajar dan Pembelajaran I*. Surakarta: UNS.
- M. Toho Cholik. & Rusli Lutan,. (2001). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: CV Maulana.
- Nana Sudjana. (2002). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Soekidjo. (2003). *Alat Bantu Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soenarjo, Basoeki. (1987). *Atletik III*. Depdikbud. Surakarta. UNS
- Susilo. (2009). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Pustaka Book publisher.
- Syaiful, Sagala. (2003). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: CV Alfabeta.
- Yoyo Bahagia&Adang Suherman. (2001). *Atletik*. Depdikbud Derjen Pendidikan Dasar Menengah.
- Yusuf Adi Sasmita. (1992). *Prinsip-Prinsip Pendidikan jasmani, hakikat, filsafat, danperanan pendidikan jasmani dalam masyarakat*. Jakarta : Depdikbud Dirjen Dikti.
- Tim Penyusun. (2015). *Pedoman Penulisan Skripsi*. Surakarta: UNS