

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI ANALISIS KETERAMPILAN GERAK
MENGONTROL BOLA MELALUI METODE PERMAINAN (GAME)
DI KELAS XI SMA NEGERI 2 KALABAH**

I Nyoman Rame

Guru SMA Negeri 2 Kalabahi
Pos-el: nyomanramai@gmail.com

Abstrak

Penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar PJOK peserta didik pada Kelas XI SMA Negeri 2 Kalabahi pada materi Analisis Keterampilan Gerak Mengontrol Bola. Masalah yang diselidiki adalah rendahnya ketuntasan belajar siswa pada materi Analisis Keterampilan Gerak Mengontrol Bola yang merupakan salah satu materi pada pembelajaran PJOK. Penerapan Metode Permainan (Game) diimplementasikan sebagai alternatif pemecahan masalah. Penelitian tindakan ini dilakukan dalam dua siklus dan subjek penelitian Kelas XI yang jumlah seluruhnya 26 orang. Setiap siklus meliputi 4 tahap: (i) perencanaan (ii) pelaksanaan tindakan (iii) Observasi (iv) refleksi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK melalui metode permainan (game) dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas XI SMA Negeri 2 Kalabahi. Untuk hasil belajar siklus I diperoleh nilai ketuntasan belajar klasikal sebesar 70,85% dan daya serap klasikal sebesar 84,62%. Sedangkan pada siklus II diperoleh nilai ketuntasan belajar klasikal sebesar 77,75% dan daya serap klasikal sebesar 85,04%. Hal ini menunjukkan bahwa pesertadidik sudah melewati standar ketuntasan klasikal yang dipersyaratkan. Untuk hasil observasi aktivitas peserta didik dan guru pada siklus I berada pada kategori kurang baik, sedangkan pada siklus II berada pada kategori baik dan sangat baik.

Kata Kunci: Metode Permainan (Game), Hasil belajar, PJOK.

Abstract

This classroom action research aims to improve the learning outcomes of students' PJOK in class XI SMA Negeri 2 Kalabahi on the analysis of Ball Control Movement Skills. The problem that was investigated was the low completeness of student learning in the material of Ball Control Movement Skills Analysis which is one of the materials in PJOK learning. Application of the Game Method (Game) is implemented as an alternative to problem solving. This action research was conducted in two cycles and the research subjects were Class XI, totaling 26 people. Each cycle includes 4 stages: (i) planning (ii) implementing action (iii) observing (iv) reflection. The results showed that learning PJOK through the game method can improve the learning outcomes of class XI students of SMA Negeri 2 Kalabahi. For the learning outcomes of the first cycle, classical learning completeness was obtained at 70.85% and classical absorption at 84.62%. Whereas in the second cycle, the classical learning completeness value was 77.75% and classical absorption was 85.04%. This shows that students have passed the required classical completeness standards. For the results of observations of the activities of students and teachers in the first cycle were in the poor category, while the second cycle was in the good and very good categories.

Keyword: ame Methods (Game), Learning Outcomes, PJOK

A. PENDAHULUAN

Upaya meningkatkan prestasi peserta didik pada mata pelajaran pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan merupakan hal yang esensi dan bagian yang tidak bisa terpisahkan dari individu, kelompok dan masyarakat umum.

Pada hakekatnya pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan, tidak saja bermanfaat untuk mencapai target kurikulum, akan tetapi yang paling penting adalah bagaimana menanamkan budaya sehat dan budaya bersih serta keakuratan dalam bersaing dengan dunia luar.

Dalam rangka meningkatkan prestasi dan prestise di bidang olahraga pemerintah melalui bidang pendidikan terus menghimbau agar para pendidik harus membimbing siswa atau peserta didik melalui proses belajar mengajar dan praktik sesuai dengan bidang tugas masing-masing guru teristimewa selalu tanggap dengan isu-isu pembangunan di ilmu pengetahuan dan teknologi demi merespon program pemerintah dibidang pendidikan yang muaranya pada masa masing-masing mata pelajaran dengan disiplin yang berbeda agar ikut bersaing dengan dunia luar dalam hal ini khusus masalah olah raga dan kesehatan bagi peserta didik. Karena itu sebagai guru mata pelajaran PJOK, materi pembelajaran “Analisis Keterampilan Gerak Mengontrol Bola” dalam permainan bola voli atau bola besar melalui metode permainan (gem) dirasakan sangat sulit dalam proses yang diwujudkan dengan nilai siswa rendah ketika tes, peserta didik hanya bisa mencapai kisaran nilainya adalah 60 -70 mendominasi sementara hanya sekelompok kecil siswa yang bisa mencapai KKM. Karena itu sebagai guru mata pelajaran PJOK berniat untuk melaksanakan penelitian tindakan kelas untuk mengukur kompetensi peserta didik dengan KKM 75%.

Permainan sepak bola fungsinya dalam penjasorkessama pentingnya dengan cabang olahraga lainnya, yakni sebagai salah satu media pembelajaran dengan teknik teknik

permainan yang harus di kuasai oleh siswa. Adapun teknik –teknik permainan sepak bola terdiri dari; (a) teknik tanpa bola yang meliputi tenik lari , teknik melompat dan teknik gerak tipu badan, (b) tenik dengan bola yang meliputi, teknik menendang bola, menerima/mengontrol bola, menipu lawan, merampas bola dan teknik penjaga gawang. Dari keseluruhan teknik yang di sebutkan, teknik menendang dan mengontrol bola merupakan dasar dari permainan sepak bola, karna permainan akan kelihatan hidup kalau pemain mampu melakukan kedua teknik tersebut. Oleh karna itu dalam setiap indikator pencapaian untuk setiap proses pembelajaran permainan sepak bola, berbunyi; siswa mampu menendang dan menghentikan bola dengan kontrol yang baik. Akan tetapi jika di lihat dengan kenyataan di lapangan, sebagian besar siswa hanya terampil dalam menendang bola sedang dalam mengontrol bola siswa tidak dapat melakukannya dengan baik, sehingga ketika mereka bermain dengan perturan sederhana, sering di temukan siswa dalam regu yang sama bertengkar. Pemicunya tidak lain adalah siswa yang di operkan bola tidak mampu mengontrol hingga membuka peluang bagi pemain lawan untuk merebut bola (Risman, 2012).

Dengan demikian maka judul penelitian tindakan kelas adalah:” Peningkatan Hasil Belajar PJOK Materi Analisis Keterampilan Gerak Mengontrol Bola Melalui Metode Permainan (Game) di Kelas XI SMA Negeri 2 Kalabahi Tahun Pelajaran 2018/2019

B. METODE

Sesuai dengan jenis penelitian yang dipilih, yaitu penelitian tindakan, maka penelitian ini menggunakan model penelitian tindakan dari Kemmis dan Taggart yaitu yang berbentuk spiral dari siklus yang satu ke siklus yang berikutnya. Setiap siklus meliputi planning (rencana), action (tindakan), observation (pengamatan), dan

reflection (refleksi). Instrumen penelitian menggunakan RPP, LKS, Tes Formatif yaitu Ulangan Harian, Mid semester, dan Tugas-mandiri. Subyek penelitian adalah Siswa/ISWI di Kelas XI SMA Negeri 2 Kalabahi Tahun Pelajaran 2018/2019.

C. KAJIAN TEORI

1. Pengertian Permainan

Permainan merupakan suatu aktivitas untuk memperoleh suatu keterampilan tertentu dengan cara menggembirakan. Apabila keterampilan yang diperoleh dalam permainan itu berupa keterampilan bahasa tertentu, permainan tersebut dinamakan permainan bahasa. Belajar dengan bermain adalah kegiatan terpadu antara belajar dan bermain yang diintegrasikan dalam sebuah materi pelajaran. Tindakan ini merupakan upaya menciptakan kegiatan pembelajaran yang menyenangkan, dengan tujuan akhir mencapai pembelajaran yang sehat dan pemerolehan mutu yang optimal (Mardiah,)

Permainan sepak bola mempunyai tujuan ganda, yaitu untuk memperoleh kegembiraan sebagai fungsi bermain, dan untuk melatih keterampilan mengontrol bola sebagai materi pelajaran. Bila ada permainan menggembirakan tetapi tidak melatih keterampilan berbahasa, tidak dapat disebut permainan bahasa. Demikian juga sebaliknya, bila permainan itu tidak menggembirakan, meskipun melatih keterampilan berbahasa tertentu, tidak dapat dikatakan permainan sepak bola. Untuk dapat disebut permainan sepak bola, harus memenuhi kedua syarat, yaitu menggembirakan dan melatih keterampilan mengontrol bola.

Hasanah (2003) menuturkan bahwa permainan ada dua pengertian. Pertama, permainan adalah sebuah aktifitas bermain yang murni mencari kesenangan tanpa mencari menang atau kalah. Kedua, permainan diartikan sebagai aktifitas bermain yang dilakukan dalam

rangka mencari kesenangan dan kepuasan, namun ditandai pencarian menang-kalah.

Menurut Zuhdi (1997) mengatakan bahwa definisi permainan adalah usaha olah diri (olah pikiran dan olah fisik) yang sangat bermanfaat bagi peningkatan dan pengembangan motivasi, kinerja, dan prestasi dalam melaksanakan tugas dan kepentingan organisasi dengan lebih baik. Lain halnya dengan Hainka mendefinisikan permainan sebagai suatu aktifitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik fisik, intelektual, sosial, moral, dan emosional.

Permainan (games), populer dengan berbagai sebutan antara lain pemanasan (ice-breaker) atau penyegaran (energizer). Arti harfiah ice-breaker adalah 'pemecah es'. Jadi, arti pemanasan dalam proses belajar adalah pemecah situasi kebekuan fikiran atau fisik peserta. Permainan juga dimaksudkan untuk membangun suasana belajar yang dinamis, penuh semangat, dan antusiasme. Karakteristik permainan adalah menciptakan suasana belajar yang menyenangkan (fun) serta serius tapi santai (sersan).

2. Prinsip dasar dan ciri-ciri metode pembelajaran bermain

Menurut Nur prinsip dasar dalam pembelajaran bermain sebagai berikut: 1. Setiap anggota kelompok (siswa) bertanggung jawab atas segala sesuatu yang dikerjakan dalam kelompoknya. 2. Setiap anggota kelompok (siswa) harus mengetahui bahwa semua anggota adalah tim. 3. Kelompok mempunyai tujuan yang sama, 4. Setiap anggota kelompok (siswa) harus membagi tugas dan tanggung jawab yang sama diantara anggota kelompoknya. 5. Setiap anggota kelompok (siswa) akan dikenai evaluasi, 6. Setiap anggota kelompok (siswa) berbagi kepemimpinan dan membutuhkan keterampilan untuk belajar bersama selama proses belajarnya, 8. Setiap anggota kelompok



(siswa) akan diminta mempertanggung jawabkan secara individual materi yang ditangani dalam kelompok bermain.

Ciri-Ciri Metode Pembelajaran Bermain Adalah Sebagai Berikut 1. Siswa dalam kelompok secara bermain menyelesaikan materi belajar sesuai kompetensi dasar yang akan dicapai. 2. Kelompok dibentuk dari siswa yang memiliki kemampuan yang berbeda-beda, baik tingkat kemampuan tinggi, sedang dan rendah. jikamungkin anggota kelompok berasal 3. Dari ras, budaya, suku yang berbeda serta memperhatikan kesetaraan jender. 4. Penghargaan lebih menekankan pada kelompok dari pada masing-masing individu.

Pada penelitian ini, permainan yang akan dilakukan adalah permainan gerak mengontrol bola. Mengontrol bola merupakan salah satu indicator keberhasilan belajar PJOK. Tipe permainan yang dipilih adalah Games.

Berbagai games seperti bermain kartu, gambar, benda alam, dan domino atau monopoli merupakan permainan yang mengajarkan siswa strategi memecahkan masalah ketika bermain untuk memenangkan permainan. Tentu saja siswa perlu waktu menguasai permainan jenis ini sebelum ia benar-benar mahir berstrategi. Siswa dikatakan bermain jika memenuhi kriteria *self chosen* dan *self directed*. Siswa yang kompeten dan berpengalaman dalam bermain akan menjadi pelajar yang kreatif, pede, dan memiliki motivasi diri. Yang utama, bermain adalah kerja sama bagi siswa. Itulah kunci yang harus dipegang guru.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melalui serangkaian tahap pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini, diperoleh data yang dapat dianalisis untuk mengetahui tingkat keberhasilan penelitian ini. Data tersebut telah diolah secara sistematis sesuai dengan kaidah-kaidah prosedur penelitian tindakan kelas.

Sesuai dengan tujuan utama dilakukannya penelitian tindakan kelas ini yang mana secara umum untuk memperoleh gambaran nyata, gamlang, dan jelas tentang usaha yang di lakukan oleh peneliti sebagai guru kelas untuk meningkatkan motivasi belajar sehingga berdampak pada hasil belajar pada mata pelajaran PJOK melalui Metode permainan (game) di Kelas XI SMA Negeri 2 Kalabahi Untuk lebih jelas berikut diuraikan secara menyeluruh hasil dari serangkaian pelaksanaan proses penelitian tindakan kelas ini sebagai berikut:

Siklus I

Setelah dilakukan evaluasi pada siklus I dapat dijelaskan bahwa dengan menerapkan model pembelajaran Demonstrasi di peroleh nilai rata-rata hasil belajar peserta didik adalah 70,85%. Dan ketuntasan belajar siswa mencapai 77,75%. atau 9 dari 26 peserta didik sudah tuntas belajar. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada siklus I secara klasikal siswa belum tuntas belajar karena siswa yang memperoleh nilai ≥ 75 hanya sebesar 70,85% lebih kecil dari persentase ketuntasan yang di kehendaki yaitu sebesar 75%. hal ini di sebabkan karena siswa masih merasa baru dan belum mengerti apa yang di maksudkan dan di gunakan guru peneliti dengan menerapkan metode permainan (game).

Hasil refleksi pada siklus I dapat di jelaskan bahwa peserta didik belum memahami materi permainan bolavoli secara baaik dan model pembelajaran permainan (gem) dan teknik menerapkannya karena pendidik terdahulu lebih banyak menerapkan metode ceramah sementara menurut kurikulum berbasis kompetensi tingkat satuan pendidikan lebih menghendaki proses pembelajaran yang berhasil adalah pembelajaran yang selalu dikritisi akan lebih baik sesuai ketentuan yang berlaku dalam kurikulum lama maupun baru. Sehingga penelitian dilanjutkan pada siklus II.

Siklus II

Kegiatan belajar mengajar untuk Siklus II di laksanakan pada minggu pertama bulan September Tahun pelajaran 2018/2019 di Kelas XI SMA Negeri 2 Kalabahi Tahun Pelajaran 2018/2019.”dengan jumlah peserta didik 26 siswa . Dalam hal ini peneliti bertindak sebagai pengamat sekaligus sebagai pengajar. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dengan memperhatikan kesalahan atau kekurangan pada siklus I, sehingga kekurangan pada siklus I tidak terulang lagi pada siklus II. Observasi Pengamatan di laksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar.

Hasil pelaksanaan tindakan pada siklus II dijelaskan bahwa dengan menerapkan metode pembelajaran permainan game di peroleh nilai rata-rata hasil belajar peserta didik adalah 84,62%. Dan ketuntasan belajar siswa mencapai 85,04%, atau 18 peserta didik dari 21. peserta didik sudah tuntas belajar. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada siklus II secara klasikal siswa sudah tuntas belajar karena siswa yang memperoleh nilai ≥ 75 sebesar 85,04% lebih besar dari persentase ketuntasan yang di kehendaki yaitu sebesar 75%. Hal ini di sebabkan karena siswa telah mengerti analisis keterampilan gerak mengontrol bola apa yang di maksudkan dan di gunakan guru peneliti dengan menerapkan metode permainan (game).

Penelitian Tindakan Kelas ini di laksanakan dalam dua (2) siklus dengan judul sebagai mana di dalam bab pendahuluan, siklus II di laksanakan dalam 3 tahap yakni tahap perencanaan, tahap pelaksanaan pengamatan, dan tahap penilaian atau Pos tes. Dalam pelaksanaan tahap siklus II hasil belajar belum mencapai ketuntasan minimal, hal ini di sebabkan peserta didik belum memahami benar materi pembelajaran yang di sajikan dan langkah-langkah pembelajaran dengan modelnya belum di kuasai oleh peserta didik. Hal ini dibuktikan melalui hasil diskusi di mana nilai peserta didik

secara kulitatif seperti yang di deskripsikan pada siklus II. Oleh karena itu peneliti sebagai guru memperbaiki hasil belajar peserta didik dengan melanjutkan pada siklus II.

Selanjutnya peneliti sebagai guru kelas melanjutkan prose pembelajaran ke siklus II dengan men gulangi kembali materi analisis keterampilan gerak mengontrol bola yang sudah di persiapkan dalam perencanaan pelaksanaan pembelajaran (RPP) Kemudian peneliti mengkondisikan peserta untuk membentuk kelompok diskusi dan mendiskusikan masalah yang telah di tentukan sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran.

Peneliti mengamati peserta didik setiap kelompok baik secara individu maupun secara kelompok hasil pengamatan atau observasi yang di amati oleh peneliti ternyata setelah di analisis dalam kualitatif nilai pengamatan seperti yang telah di deskripsikan. Selanjutnya peneliti mencoba mengukur kemampuan peserta menyimak dan mengamati materi pembelajaran analisis keterampilan gerak mengontrol bola pada siklus II melalui penilaian pri tes dan penilaian pos tes maka ternyata hasil tes menjadi lebih baik karena peserta didik sudah memahami pembelajaran melalui model pembelajaran permainan (game) dengan teknik diskusi kelompok pada siklus II maka hasil pos tes mencapai KKM yakni: 75% lebih besar dari ketentuan KKM. Dengan demikian maka pembelajaran dengan metode permainan (game) si dapat menumbuhkan pengetahuan peserta didik baik secara individu maupun kelompok.

E. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan pembelajaran yang telah di lakukan selama dua siklus, dan berdasarkan seluruh pembahasan serta serta analisis yang telah di lakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pembelajaran dengan meodel pembelajaran permainan (game) dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik yang di tandai dengan

peningkatan ketuntasan belajar nilai rata-rata peserta didik dalam setiap siklus, yaitu siklus I (70,85%) dan siklus II (84,62%), sedangkan ketuntasan belajar siklus I (77,75%), dan siklus II (85,04%);

2. Penerapan model pembelajaran permainan (game) dapat meningkatkan hasil belajar PJOK peserta didik di Kelas XI SMA Negeri 2 Kalabahi Tahun Pelajaran 2018/2019."Hal ini di buktikan dengan keaktifan peserta didik pada diskusi kelompok, pelatihan perorangan, berlatih bermain bolavoli serta mengikuti evaluasi penilaian yakni ulangan harian baik pada siklus 1 dan siklus 2.

F. DAFTAR PUSTAKA

- Hasanah .2003. Penilaian Pembelajaran Bahasa Indonesia di Sekolah Dasar. Bahan Ajar. Disajikan dalam Pemagangan Dosen PGSD Universitas Negeri BENGKULU.
- Darmiati Zuch di dan Budiasih . 1997. Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia di Kelas Rendah . Jakarta: Ditjen Dikti Depdikbud. Proyek Pengembangan Pendidikan GURU sekolah Dasar. IBRD: LOAN 3496-IND.
- Risman S. (2012) Upaya Meningkatkan Keterampilan Mengontrol Bola Menggelinding Pada Permainan Sepak Bola Melalui Metode Modeling. Dapat diakses pada <https://repository.ung.ac.id/skripsi/show/831410289>