

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR TURBO MELALUI PENERAPAN  
MEDIA BANTU PEMBELAJARAN YANG DIMODIFIKASI  
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KADIPIRO 1  
KECAMATAN SAMBIREJO SRAGEN  
TAHUN PELAJARAN  
2011 / 2012**



**OLEH :  
SUPARDI  
NIM X 4711208**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA  
Juli 2012**

**PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini ;

Nama : Supardi

NIM : X4711208

Jurusan Program Studi : Penjaskesrek

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul “ PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR TURBO MELALUI PENERAPAN MEDIA BANTU PEMBELAJARAN YANG DIMODIFIKASI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KADIPIRO 1 KECAMATAN SAMBIREJO KABUPATEN SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2011 / 2012 ini benar – benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, Juli 2012

Yang membuat pernyataan

Supardi

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR TURBO MELALUI PENERAPAN  
MEDIA BANTU PEMBELAJARAN YANG DIMODIFIKASI  
PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KADIPIRO 1  
KECAMATAN SAMBIREJO SRAGEN  
TAHUN PELAJARAN  
2011 / 2012**



Skripsi

Ditulis dan diajukan untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA**

*commit to user*  
**Juli 2012**

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.



Pembimbing I

**Drs. H. Mulyono, MM.**  
NIP.19510809 197611 1 001

Surakarta, Juli 2012

Pembimbing II

**Sri Santoso Sabarini, S.Pd, M.Or**  
NIP. 19760822 200501 2 001


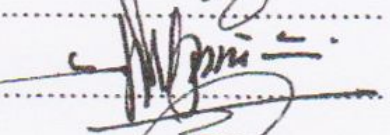


## PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Senin,

Tanggal : 30 Juli 2012

Tim Penguji Skripsi :

(Nama Terang)	(Tanda Tangan)
Ketua : Drs. Heru Suranto, M.Pd.	
Sekretaris : Drs. H. Muh. Mariyanto, M.Kes.	
Anggota I : Drs. H. Mulyono, MM.	
Anggota II : Sri Santoso Sabarini, S.Pd, M.Or	

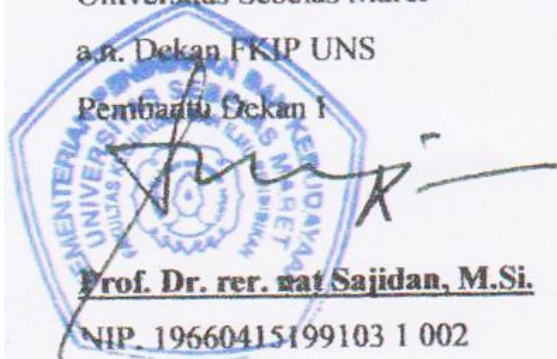
Disahkan oleh :

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret

a.n. Dekan FKIP UNS

Pembantu Dekan I



**Prof. Dr. rer. nat Sajidan, M.Si.**  
NIP. 19660415199103 1 002

*commit to user*

## ABSTRAK

Supardi. **PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR TURBO MELALUI PENERAPAN MEDIA BANTU PEMBELAJARAN YANG DIMODIFIKASI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KADIPIRO 1 KECAMATAN SAMBIREJO KABUPATEN SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2011 / 2012.** Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta, Juli 2012.

Tujuan Penelitian ini adalah meningkatkan hasil belajar lempar turbo melalui penerapan media bantu pembelajaran yang dimodifikasi pada siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Subyek penelitian adalah siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Sambirejo yang berjumlah 24 siswa. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, obsevasi dan refleksi. Sumber data dari siswa dan guru sejawat. Teknis pengumpulan data dengan tes dan observasi. Analisa data secara deskriptif dengan menggunakan teknik prosentase. Prosedur penelitian adalah secara kolabolator antara peneliti, teman sejawat, dosen pembimbing.

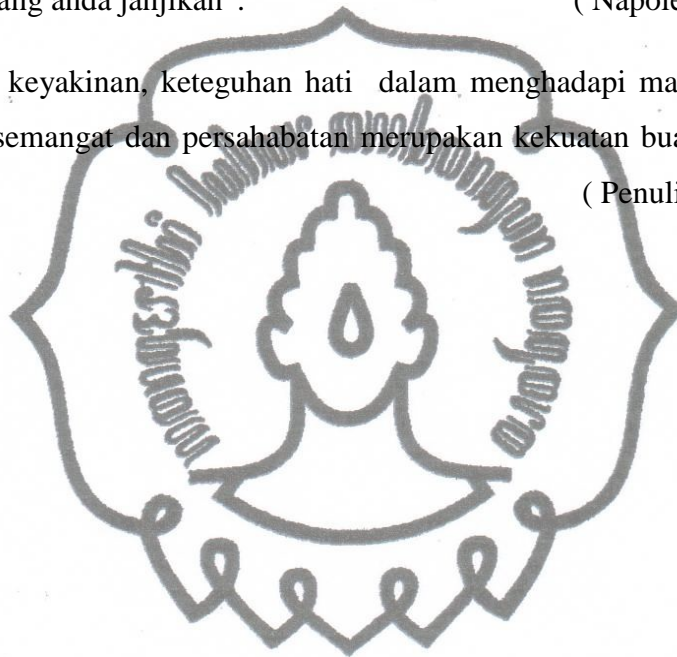
Hasil penelitian melalui tes dan observasi menunjukkan bahwa melalui penerapan media bantu pembelajaran yang dimodifikasi dapat meningkatkan hasil belajar lempar turbo siswa dari pra siklus (29,17%) sampai siklus 2(83,33%). Peningkatan terjadi pada siklus 1(37,51%) dan pada siklus ke 2 sebesar16,67%. Meskipun belum optimal, peningkatan dari kondisi awal sampai pada siklus 2 sebesar 54,17 %, sedangkan capaian indikator yang direncanakan peneliti dapat tercapai,pada pra siklus target capaian30% tercapaian 29,17, siklus 1 target 50% tercapai 66,67%, siklus 2 target capaian 80% tercapai 83,33%.

Simpulan penelitian ini adalah melalui penerapan media bantu pembelajaran yang dimodifikasi dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran lempar turbo pada siswa kelas V SD Negeri Kadipro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupatn Sragen Tahun Pelajaran 2011/2012..

**Kata kunci:** lempar turbo, media bantu,

## MOTTO

- \* “Barang siapa menunjukkan ( seseorang ) kepada kebaikan, maka baginya pahala seperti pahala orang yang mengerjakannya”. ( HR. Muslim )
- \* “Jangan menjajikan lebih besar dari yang bisa anda berikan , lebih baik berikan lebih besar dari yang anda janjikan”. ( Napoleon Hill )
- \* “Kesabaran, keyakinan, keteguhan hati dalam menghadapi masa – masa sulit, cinta dukungan, semangat dan persahabatan merupakan kekuatan buatku untuk melangkah maju”. ( Penulis )



## PERSEMBAHAN

Teriring syukurku pada-Mu, kupersembahkan karya ini untuk :

- ❖ Segenap warga SDN Kadipiro 1 yang telah memberikan waktu dan kesempatan untuk melakukan penelitian.
- ❖ Istri dan anak-anak tercinta, terimakasih karena senantiasa mendorong langkahku dengan perhatian dan semangat, selalu sabar dan tak kenal lelah mendukungku
- ❖ Rekan-rekan angkatan tiga 2011
- ❖ Almamater

*commit to user*



## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kepada Alloh SWT atas rohmat dan hidayahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan PTK Yang berjudul “PENINGKATAN HASIL BELAJAR LEMPAR TURBO MELALUI PENERAPAN MEDIA BANTU PEMBELAJARAN YANG DIMODIFIKASI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KADIPIRO 1 KECAMATAN SAMBIREJO, KABUPATEN SRAGEN TAHUN PELAJARAN 2011 / 2012 “.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada program studi Penjaskesrek . Jurusan pendidikan Olahraga dan Kesehatan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta . Atas terselesainya penulisan skripsi ini , tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta Yang telah memberikan surat Keputusan Penyusunan PTK dan telah memberikan ijin riset.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Drs. H. Mulyono .M.M selaku dosen pembimbing 1
5. Sri Santoso Sabarini, S.Pd.M.Or selaku dosen pembimbing 2.
6. Kepala Sekolah beserta Bapak, ibu guru SDN Kadipiro 1 yang telah sudi menjadi mitra dalam penelitian.
7. Berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan, bantuan penulisan PTK ini, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari sempurna yang dikarenakan keterbatasan penulis. Oleh karena itu saran dan kritik yang membangun dari pembaca sangat penulis harapkan.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis sendiri dan umumnya bagi pembaca.

Surakarta, Juli 2012

*commit to user*

Penulis



## DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	i
PERNYATAAN.....	ii
PENGAJUAN.....	iii
PERSETUJUAN.....	iv
PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	<b>6</b>
A. Kajian Teori.....	6
1. Lempar Turbo.....	6
a. Pengertian Lempar Turbo.....	6
b. Teknik Dasar Lempar Turbo.....	6
c. Cara Melakukan Lempar turbo.....	8
2. Pendekatan Pembelajaran.....	8

*commit to user*

a. Konsep Pembelajaran.....	8
b. Hakekat Pembelajaran.....	9
c. Prinsip-Prinsip Pembelajaran.....	12
3. Media Pembelajaran.....	12
a. Pengertian Media Pembelajaran.....	12
b. Peran dan Kegunaan Media Pembelajaran.....	12
c. Kreteria Pemilihan Media Pembelajaran.....	13
4. Alat Bantu Pembelajaran.....	14
a. Pengertian Alat Bantu Pembelajaran.....	14
b. Syarat Alat Bantu Pembelajaran yang Baik.....	14
c. Pembelajaran menggunakan alat modifikasi.....	14
B. Kerangka Berpikir.....	16
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>18</b>
A. Tempat dan Wakt Penelitian.....	18
1. Tempat Penelitian.....	18
2. Waktu Penelitian.....	18
B. Subyek Penelitian.....	19
C. Data dan Sumber Data.....	19
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	19
E. Uji Validitas Data.....	20
F. Analisa Data.....	21
G. Prosedur Penelitian.....	23
H. Proses Penelitian.....	24
I. Indikator Capaian Penilaian.....	28
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>30</b>
A. Deskripsi Kondisi Awal (Prasiklus).....	30
B. Deskripsi Hasil Penelitian Per Siklus.....	31
1. Siklus I Pertemuan 1.....	31
2. Siklus I Pertemuan 2.....	35
3. Siklus 2 Pertemuan 1.....	40

4. Siklus 2 Pertemuan 2.....	43
C. Perbandingan Hasil Tindakan Antarsiklus .....	49
D. Pembahasan .....	52
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN</b>	<b>53</b>
A. Simpulan.....	53
B. Implikasi.....	54
C. Saran.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>57</b>
1. RPP Siklus 1.....	58
2. RPP Siklus 2.....	80
3. Lembar Penilaian.....	103
4. Rekapitulasi Penilaian Hasil Belajar.....	106
5. Daftar Absensi Siswa.....	109
6. Foto Kegiatan .....	110
7. SuratKeterangan .....	115

**DAFTAR TABEL**

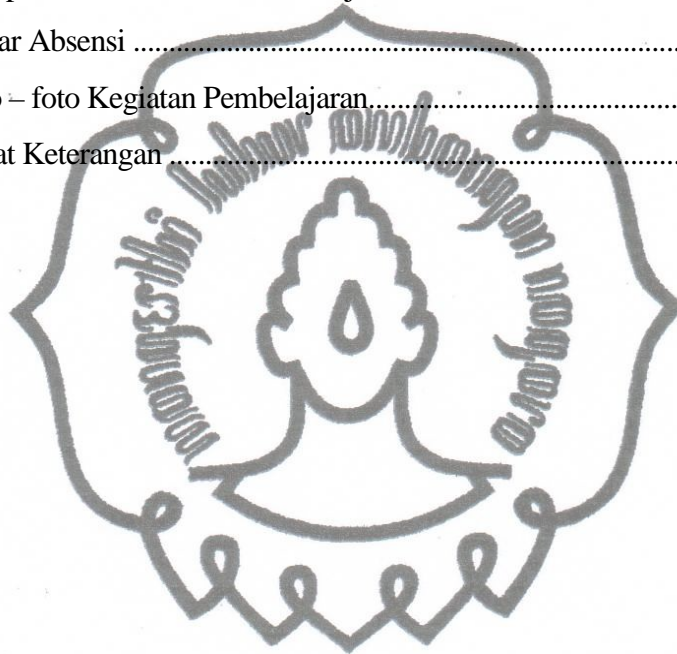
Tabel	Halaman
1. Perencanaan Kegiatan Penelitian.....	18
2. Teknik dan Pengumpulan Data.....	20
3. Prosentase Indikator Pencapaian Keberhasilan.....	29
4. Kondisi Awal hasil Belajar.....	30
5. Peningkatan Hasil Belajar dari Kondisi awal ke Siklus 1.....	38
6. Peningkatan hasil Belajar dari Siklus 1 ke Siklus 2.....	46
7. Peningkatan Hasil Belajar dari Kondisi Awal sampai Siklus 2.....	47
8. Perbandingan dari Kondisi Awl ke siklus 1.....	49
9. Perbandingan dari Siklus 1 ke Siklus 2.....	50
10 Perbandingan dari kondisi Awal ke Siklus 2.....	50
11 Capaian Hasil Belajar Lempar turbo.....	52

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar	Halaman
1. Rangkaian gerakan lempar lembing .....	7
2. Pembelajaran lempar lembing dengan kertas koran bekas.....	15
3. Pembelajaran lempar lembing dengan bola berekor.....	16
4. Kerangka Pemikiran.....	17
5. Uji Validitas Data.....	21
6. Model Anlisis Interaktif.....	22
7. Siklus Penelitian Tindakan Kelas.....	25
8. Histogram hasil belajar lempar turbo pada kondisi awal.....	31
9. Histogram hasil belajar lempar turbo dari kondisi awal ke siklus 1.....	38
10. Perbandingan hasil belajar kondisi awal ke siklus 1 dan ke siklus 2 .....	46
11. Histogram hasil belajar lempar turbo dari kondisi awal ke siklus 2.....	48
12. Rekapitulasi hasil belajar kondisi awal sampai siklus 2.....	51

### DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus 1.....	57
2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus 2.....	80
3. Blangko Penilaian.....	103
4. Rekapitulasi Penilaian Hasil Belajar .....	106
5. Daftar Absensi .....	109
6. Foto – foto Kegiatan Pembelajaran.....	110
7. Surat Keterangan .....	115





## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan wahana yang tepat untuk mendidik dan membina para anak didik. Melalui pendidikan jasmani anak dapat memperoleh peningkatan kemampuan jasmani, pertumbuhan kecerdasan, dan pertumbuhan watak. Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan anak keseluruhan dan tujuannya harus serasi dengan tujuan pendidikan.

Abdul Gafur, (dalam Agus Mukholid, 2011:3) menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pertumbuhan watak. Tujuan pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan, bimbingan, pengajaran dan atau latihan bagi peranannya dimasa yang akan datang. Oleh karena itu pendidikan jasmani harus diutamakan mengingat mempunyai tujuan yang penting dalam pengembangan pembelajaran.

Guru pendidikan jasmani memiliki tugas untuk membawa siswa kepada tujuan yang sebenarnya yaitu meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani peserta didik. Guru pendidikan jasmani dituntut mampu mengikuti perkembangan jaman dan kebutuhan manusia akan kebugaran dan kesehatan yang akan mendukung peningkatan dan perkembangan siswa untuk menunjang prestasi siswa.

Komponen-komponen yang ada dalam proses pembelajaran yaitu anak didik, pendidik, tujuan pendidikan, alat pendidikan, lingkungan pendidikan. Komponen tersebut harus ada didalam proses pembelajaran, serta saling berhubungan dan saling keterkaitan antara satu dengan yang lainnya.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani guru penjas sering dihadapkan suatu masalah, dari hari ke hari, bulan ke bulan bahkan tahun ketahun permasalahan semakin komplit. Permasalahan yang dihadapi dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah minimnya sumber dan media pembelajaran, kedua permasalahan ini sangat berkaitan. Kurangnya media (alat) pembelajaran menyebabkan anak kurang berpartisipasi, berminat dalam pembelajaran, bahkan anak kelihatan jenuh dan bosan. Mengingat masa anak-anak adalah masa bermain, meniru, mencoba. Apalagi pembelajaran pendidikan jasmani dalam cabang atletik, bagi anak sangat membosankan / menjenuhkan.

Banyak anak dalam mengikuti pembelajaran atletik terlihat enggan / malas, saling ngobrol dengan temannya, mengelompok kesana kemari, bahkan dalam jam pembelajaran ada yang pura – pura sakit. Terlihat dalam buku absensi siswa pada pertemuan pertama yang absen 2 anak, pertemuan ke-2 yang beralasan sakit 4 anak, pertemuan berikutnya bertambah. Karena kurangnya partisipasi dan minat siswa dalam pembelajaran akan menurunkan tingkat keberhasilan siswa dalam belajar. Dalam pembelajaran lempar lembing mini (turbo) siswa – siswi kelas V SDN Kadipiro 1 kemampuan lempar masih rendah, lemparan untuk putrid minimal 5 meter, maksimal 8 meter sedang untuk putra minimal 6 meter maksimal 12 meter. Pada kondisi awal siswa yang dapat tuntas 7 siswa ( 29,2%) sedang yang belum tuntas 17 siswa (70,8%) Oleh karena itu diperlukan suatu tindakan yang mampu membuat siswa berpartisipasi, berminat dan aktif dalam mengikuti pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut.

Kondisi SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo, Kabupaten Sragen, dari kota Sragen berjarak 20 kilometer terletak di lereng gunung Lawu. Keadaan lingkungan masyarakatnya perantauan, buruh. Jumlah ruang ada 10 ruang terdiri dari 6 ruang kelas, ruang kantor, ruang kompiuter, ruang UKS, mushola. Jumlah siswa 159 anak yang terdiri bagi 6 kelas , setiap kelas berjumlah 25 – 30 anak. Sedang media yang digunakan di sekolah dasar sangat terbatas dan belum dapat memenuhi siswa untuk materi ajar. Dalam pembelajaran guru sering kewalahan karena hanya menggunakan model bermain tanpa alat. Karena keterbatasnya media menjadikan rendahnya minat siswa mengikuti materi ajar, maka guru harus

lebih kreatif menggunakan media / alat bantu agar dapat menimbulkan minat siswa dalam belajar, sehingga dapat mencapai prestasi meskipun dengan media yang dimodifikasi.

Dalam memilih alat bantu harus mempertimbangkan tingkat keekonomian media yang akan digunakan , biaya harus seimbang dengan yang akan diperoleh. Dengan kata lain biaya sedikit memiliki banyak manfaat dan keunggulan dalam proses pembelajaran. Materi yang diberikan harus sesuai tingkat pemahaman siswa dan berisi hal – hal yang dekat siswa dan menarik perhatian siswa. Modifikasi penjas dilakukan dengan penekanan pada media / alat pembelajaran. Dengan modifikasi alat / media pembelajaran bertujuan untuk dapat meningkatkan minat , partisipasi , hasil belajar , menciptakan suasana dalam mengikuti pembelajaran yang menyenangkan. Salah satu pendekatan pembelajaran dengan menggunakan media / alat bantu (kertas koran bekas, bola berekor) yaitu suatu pendekatan yang dirasakan dapat membantu siswa mempelajari gerakan dasar lempar turbo.

Model pembelajaran dengan pendekatan modifikasi alat bantu tersebut untuk mengembangkan belajar siswa dan dapat dipelajari selangkah demi selangkah. Alat bantu berupa kertas koran bekas , bola berekor dalam pembelajaran akan membuat siswa lebih mudah menangkap materi ajar, dapat mengubah suasana menjadi santai, menyenangkan bahkan siswa tertarik untuk berkompetisi lewat alat bantu tersebut. Keadaan ini akan membantu menumbuhkan motivasi dan antusias terhadap materi ajar lempar lembing mini (turbo). Dalam penelitian ini modifikasi difokuskan pada aspek media / alat yaitu modifikasi pembelajaran lempar lembing mini (turbo).

Kendala yang dihadapi guru dalam pembelajaran lempar turbo adalah keterbatasnya media / alat pembelajaran. Untuk mengatasi hal tersebut guru harus kreatif untuk membuat strategi belajar yang baik yaitu berupa modifikasi alat mengajar lempar turbo yang mendukung jalannya pembelajaran tanpa meninggalkan tujuan pembelajaran.

Peneliti tindakan kelas ini, akan memodifikasi media bantu pembelajaran pendidikan jasmani pada siswa kelas V SDN Kadapiro 1, Kecamatan Sambirejo,

Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011 / 2012 dengan materi gerakan dasar lempar lembing mini (turbo). Pembelajaran dengan media / alat bantu bola berekor, kertas koran bekas untuk meningkatkan hasil belajar lempar lembing mini (turbo) yang lebih baik dilakukan siswa, untuk meningkatkan partisipasi peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran lempar lembing mini (turbo). Dengan penerapan modifikasi yang dilakukan peneliti diharapkan dapat memecahkan , memberi jalan keluar yang dihadapi dalam pembelajaran lempar lembing mini (turbo).

Tujuan modifikasi media pembelajaran lempar lembing mini (turbo) adalah agar siswa dalam mengikuti pembelajaran lebih berminat dengan perasaan senang, aktif, mudah menerima materi ajar serta dapat meningkatkan hasil belajar lempar turbo. Dalam mengajarkan lempar lembing mini (turbo) guru harus membuat rencana pelaksanaan pembelajaran yang menarik, menyenangkan bagi siswa serta media pembelajaran yang sesuai sehingga situasi pembelajaran lebih menyenangkan. Dari permasalahan yang dihadapi guru Pendidikan jasmani dalam menyampaikan materi gerakan dasar lempar lembing mini (turbo) , maka peneliti merasa tertarik melakukan penelitian tindakan kelas ( PTK ) pada siswa kelas V SDN Kadipiro 1 dengan judul “ Peningkatan Hasil Belajar Lempar Turbo Melalui Penerapan Media Bantu Pembelajaran yang Dimodifikasi pada Siswa Kelas V SDN Kadipiro 1, Kecamatan Sambirjo, Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011 / 2012.”

### **B. Rumusan Masalah.**

Berdasarkan latar belakang permasalahan, dalam penelitian ini dapat dirumuskan: “ Bagaimanakah penggunaan media / alat bantu ( bola berekor, kertas Koran bekas ) dalam pembelajaran penjasorkes dapat meningkatkan hasil belajar lempar turbo siswa – siswi Kelas V SD Negeri Kadipiro 1 ?”

### **C. Tujuan Penelitian.**

Berdasarkan permasalahan yang disampaikan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah : *commit to user*

Untuk mengetahui peningkatkan hasil belajar lempar turbo pada siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011 / 2012, melalui penerapan alat/ media bantu yang dimodifikasi berupa bola berekor , kertas koran bekas

#### **D. Manfaat Penelitian.**

Setelah penelitian ini selesai, diharapkan dapat bermanfaat :

1. Bagi Guru Penjas
  - a. Untuk mengembangkan media bantu dalam pembelajaran yang dimodifikasi menuju pembelajaran PAIKEM ( Pembelajaran Aktif, Inovatif, Kreatif, Efektif , Menyenangkan )
  - b. Untuk meningkatkan kreatifitas guru dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah.
  - c. Untuk meningkatkan kinerja guru dalam pengembangan media bantu pembelajaran.
2. Bagi Siswa Kelas V.
  - a. Menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan .
  - b. Meningkatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes.
  - c. Meningkatkan minat, kemauan serta kemampuan untuk pencapaian hasil belajar lempar turbo yang maksimal..
3. Bagi Sekolah

Dapat dijadikan referensi dan sebagai koleksi bacaan di perpustakaan sekolah.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Pustaka

##### 1. Lempar Turbo

###### a. Pengertian lempar turbo

Lempar turbo merupakan suatu aktivitas yang menuntut kecekatan dan kekuatan dalam melempar. Mediana berupa turbo yaitu sejenis lembing, yang sudah dimodifikasi, terbuat dari sepotong peralon + 40 cm, besar  $\frac{3}{4}$  dim, batangnya diberi mata turbo, ujungnya diberi sayap ( seperti roket )

Petunjuk pelaksanaan lomba *kids athletics* (Depdiknas, 2009:4) lempar turbo adalah lemparan satu lengan untuk mencapai jarak dengan suatu lembing mini/ modifikasi.

Nama : Lempar Turbo ( Lempar lembing anak )

Prosedur: Lempar lembing anak diawali dengan awalan 5 meter. Setelah melakukan lari awalan singkat, si peserta/siswa melempar lembing ke daerah lemparan dengan menggunakan lembing anak atau lembing turbo atau lembing mini hasil modifikasi yang disesuaikan.

###### b. Teknik dasar lempar lembing.

Teknik dasar lempar lembing adalah sebagai berikut :

###### 1) Menghadap arah lemparan.( Run Up )

Atlit menghadap lemparan, bahu dan pinggul lurus kedepan. Lembing mengarah kearah lemparan . saat atlit berekseleras dalam run up..Atlit menggerakkan lembing kebelakang dengan tangan lurus, sementara ujung lembing diangkat ke sudut lintasan. Bahu berputar 90 derajat ke kanan dan panggul tetap mengarah kearah lemparan (Gerry A.Car,1997: 247).

###### 2) Langkah jingkat.

Kaki kiri melangkah ke depan disertai tolakan kaki kanan berjingkat, mendarat dengan kaki kanan terlebih dahulu, kaki kiri diayun kedepan untuk segera mengambil sikap lempar (Soegito, 1993: 375).

###### 3) Posisi melempar.

Kaki kiri melangkah keluar dengan posisi melempar, dengan tumit menyentuh permukaan tanah lebih dahulu. Pinggul berputar kekanan sehingga pinggul kiri diarahkan kearah lemparan. Kaki yang berada di

belakang ditekuk pada lutut dan diputar ke samping luar. Tubuh dimiringkan ke belakang dan tangan yang melempar diluruskan sepenuhnya (Gerry A. Car, 1997: 247)

#### 4) Lemparan

Lutut kanan diputar dengan kuat ke arah lemparan dan memaksa pinggul bergerak ke arah yang sama. Pinggul diikuti oleh dada, didorong ke depan dengan paksa sehingga tubuh menjadi seperti busur. Tangan yang memegang lembing bertindak sebagai ujung pecut yang ditarik ke depan dada kecepatan tinggi di atas bahu. Tubuh digerakkan ke atas kaki kiri yang lurus, dan lembing dilepaskan di depan kepala pelempar. (Gerry A Car, 1977: 247)

#### 5) Sikap akhir.

Setelah lembing dilepaskan, siswa terus bergerak ke depan dengan membawa kaki kanan ke depan dan menempatkannya di depan kaki kiri. Gerakan ini menahan gerak maju dan mencegah siswa melakukan pelanggaran (Gerry A. Car, 1997: 247)

Teknik lempar lembing secara keseluruhan meliputi: Ancang-ancang atau awalan, langkah jingkat, langkah lempar/gerak lempar dan pemulihan.



Gambar 2.1 : Serangkaian Lempar Lembing langkah jingkat

(..Soegito dkk, 1993;377)

Lembing dibawa di atas bahu, kemudian sebelum melakukan langkah jingkat, lembing diturunkan ke belakang secara perlahan jangan sampai mengganggu kecepatan awalan. Lakukan gerakan langkah jingkat, selanjutnya melakukan langkah lempar,serta gerak lempar diikuti oleh gerak pemulihan.

### c. Cara melakukan lempar turbo.

Cara melakukan lempar turbo adalah setelah mengambil awalan lari cepat, maka pada saat kaki kanan sampai pada tanda yang ditentukan tangan kanan mulai telah sedikit diluruskan kebelakang bawah. Kemudian saat kaki kiri melangkah dan mendarat, maka dengan tumpuan kaki kanan tadi gerakan berjingkat dilakukan, mendarat dengan kaki kanan dahulu dan kaki kiri langsung diayun selabar dan sejauh mungkin kesamping kiri. Saat kaki kiri mendarat kaki kanan ditekek hingga badan benar – benar condong ke kanan dan berat badan sebagian besar pada kaki kanan. Pada saat itu lengan sudah lurus serong kebawah, mata turbo dan pandangan terarah ke sudut lemparan dan tangan kiri tetap diangkat rileks. Saat inilah terjadi sikap melempar yang sebenarnya. Selanjutnya dengan didahului tekukan siku kanan segera lembing dibawa ke depan serong atas lewat di atas bahu. Gerakan menekuk siku kanan hampir bersamaan dengan meluruskan kaki kanan. Selanjutnya bersamaan dengan terkandungnya kaki kiri sikap tangan kanan sudah benar – benar lurus kesudut lemparan. Saat inilah turbo dilepaskan. Terlepasnya turbo segera diikuti oleh kaki kanan kedepan untuk menahan jangan sampai badan terjerumus melewati garis lempar.

## 2. Pendekatan Pembelajaran.

### a. Konsep Pembelajaran.

Pembelajaran adalah proses interaksi antara pendidik dan peserta didik dengan sumber belajar pada situasi lingkungan belajar. Pembelajaran adalah pemberian bantuan dari pendidik kepada peserta didik agar dapat terjadi proses transformasi ilmu dan pengetahuan., ketrampilan dan karakter perilaku yang berguna bagi anak didik. Dengan kata lain pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Proses pembelajaran berlaku pada manusia sepanjang hayatnya dan dimanapun keberadaannya.



Sasaran dalam pembelajaran mencakup aspek *kognitif* (pengetahuan) , aspek *psikomotorik* ( ketrampilan gerak) , aspek *afektif* (sikap / perilaku). Peran guru bukan hanya semata-mata memberikan informasi melainkan juga mengarahkan dan memberi fasilitas belajar, agar proses belajar lebih memadai dan mudah diterima oleh siswa.

Pembelajaran mengandung arti setiap kegiatan yang dirancang untuk membantu seseorang mempelajari suatu kemampuan atau nilai yang baru. Proses pembelajaran merupakan seperangkat prinsip-prinsip yang dapat digunakan sebagai pedoman untuk menyusun berbagai kondisi yang dibutuhkan mencapai tujuan pendidikan. Proses pembelajaran merupakan suatu proses yang mengandung serangkaian perbuatan guru dan siswa atas dasar hubungan timbal balik, berlangsung untuk mencapai tujuan tertentu. .

#### **b. Hakikat Pembelajaran.**

Untuk menjalankan proses pendidikan, kegiatan belajar dan pembelajaran merupakan suatu usaha yang amat strategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan. pergaulan yang sifatnya mendidik itu terjadi melalui interaksi aktif antara siswa sebagai peserta didik dan guru sebagai pendidik. Kegiatan belajar dilakukan oleh siswa, dan melalui kegiatan itu akan ada perubahan perilakunya, sementara kegiatan pembelajaran dilakukan oleh guru, untuk memfasilitasi proses belajar, kedua peranan itu tidak akan terlepas dari situasi saling mempengaruhi dalam pola hubungan antara dua subyek, meskipun disini guru lebih berperan sebagai pengelola.

Istilah pembelajaran sama dengan *instruction* atau pengajaran. Pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya, sehingga terjadi perubahan perilaku kearah yang lebih baik. Interaksi adalah saling mempengaruhi yang bermula adanya saling hubungan antar komponen yang satu dengan yang lainnya. Interaksi dalam pembelajaran adalah kegiatan timbal balik dan saling mempengaruhi antara guru dengan peserta didik.

Pembelajaran merupakan upaya sistematis dan sistemik untuk memfasilitasi dan meningkatkan proses belajar, maka kegiatan pembelajaran

berkaitan erat jenis hakikat dan jenis belajar serta hasil belajar tersebut. Kegiatan belajar merupakan masalah yang sangat kompleks dan melibatkan keseluruhan aspek psiko-fisik, bukan saja aspek kejiwaan, tetapi juga aspek neuro-fisiologis. Pada tahap baru mengenal substansi yang dipelajari, baik yang menyangkut pembelajaran *kognitif*, *afektif*, maupun *psikomotor* bagi siswa materi pembelajaran itu menjadi sesuatu yang pada mulanya asing. Namun setelah guru berusaha untuk memusatkan perhatian siswa pada peristiwa pembelajaran maka sesuatu yang asing itu menjadi berangsur-angsur berkurang. Oleh karena itu guru harus mengupayakan semaksimal mungkin penataan lingkungan belajar perencanaan materi agar terjadi proses pembelajaran yang baik didalam maupun diluar kelas.

Dengan demikian proses belajar bisa terjadi dikelas, lingkungan sekolah, dan dalam kehidupan masyarakat, termasuk dalam bentuk interaksi sosial kultural melalui media massa. Dalam konteks pendidikan non formal justru sebaliknya, proses pembelajaran sebagian besar terjadi dalam lingkungan masyarakat, termasuk dunia kerja, media massa dan lain sebagainya. Hanya sebagian kecil saja pembelajaran terjadi dikelas.

Kegiatan mengajar selalu terkait langsung dengan tujuan yang jelas. Ini berarti, proses mengajar itu tidak begitu bermakna jika tujuannya tidak jelas. Jika tujuan tidak jelas maka isi pengajaran berikut metode mengajar juga tidak mengandung apa-apa. Oleh karena itu, seorang guru harus benar-benar menyadari keterkaitan antara tujuan, pengalaman belajar, metode, dan bahkan cara mengukur perubahan atau kemajuan yang dicapai. Untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam proses belajar mengajar, maka seorang guru harus mampu menerapkan cara mengajar yang cocok untuk mencapai tujuan yang dimaksud.

Mengajar merupakan kegiatan yang dilakukan oleh seseorang yang memiliki pengetahuan dan ketrampilan yang lebih daripada yang diajar, untuk memberikan suatu pengertian, kecakapan, ketangkasan. Kegiatan mengajar meliputi pengetahuan, menularkan sikap kecakapan atau ketrampilan yang diatur sesuai dengan lingkungan dan menghubungkannya

dengan subyek yang sedang belajar. Kompetensi yang harus dimiliki seorang guru, sesuai dengan yang dikemukakan oleh Nana Sudjana (2005:19) yaitu: “Untuk keperluan analisis tugas guru sebagai pengajar, maka kemampuan atau kompetensi guru yang banyak hubungannya dengan usaha meningkatkan proses dan hasil belajar dapat diguguskan ke dalam empat kemampuan yakni:

1)Merencanakan program belajar mengajar.2)Melaksanakan dan memimpin/mengelola proses belajar mengajar.3)Menilai kemajuan proses belajar mengajar.4)Menguasai bahan pelajaran dalam pengertian menguasai bidang studi atau mata pelajaran yang dipegangnya’.

Dalam kegiatan pembelajaran guru bertugas merencanakan program pembelajaran, melaksanakan pembelajaran, menilai kemajuan pembelajaran dan menguasai materi atau bahan yang diajarkannya. Jika seorang guru memiliki kemampuan yang baik sesuai dengan bidang studi yang diajarkan, maka akan diperoleh hasil belajar yang optimal. Hasil belajar dapat dicapai dengan baik, jika seorang guru mampu melaksanakan tugas diantaranya mengelola proses pengajaran berupa aktivitas merencanakan dan mengorganisasikan semua aspek kegiatan. Tugas utama guru adalah untuk menciptakan iklim atau atmosfer supaya proses belajar terjadi dikelas dilapangan, ciri utamanya terjadinya proses belajar adalah siswa dapat secara aktif ikut terlibat didalam proses pembelajaran. Para guru harus selalu berupaya agar para siswa dimotivasi untuk lebih berperan. Walau demikian guru tetap berfungsi sebagai pengelola proses belajar dan pembelajaran.

Untuk itu seorang guru harus memiliki beberapa kemampuan dalam menyampaikan tugas ajar, agar tujuan pengajaran dapat tercapai. Hal terpenting dan harus diperhatikan dalam mengajar yaitu, guru harus mampu menerapkan metode mengajar yang tepat dan mampu membelajarkan siswa menjadi aktif melaksanakan tugas yang diberikan oleh guru.

### c. Prinsip – Prinsip Pembelajaran.

Belajar merupakan suatu ketrampilan sangat komplek. Belajar membawa perubahan pada individu yang belajar. Perubahan akibat dari belajar adalah menyeluruh pada diri siswa. Untuk mencapai perubahan yang menyeluruh pada siswa maka harus diterapkan prinsip pembelajaran yang tepat. Prinsip – prinsip pembelajaran tersebut sangat penting diperhatikan seorang guru, agar diperoleh hasil belajar yang optimal. Menurut Wina Sanjaya (2006:30) bahwa :” sejumlah prinsip yang harus diperhatikan dalam kegiatan pembelajaran diantaranya : 1) Berpusat pada siswa, 2) belajar dengan melakukan, 3) mengembangkan kemampuan social, 4) mengembangkan keingintahuan, imijinasi, dan fitrah, 5) mengembangkan ketrampilan pemecahan masalah, 6) mengembangkan kreatifitas siswa, 7) mengembangkan ilmu dan tehnologi, 8) menumbuhkan kesadaran sebagai warga Negara yang baik, 9) belajar se panjang hayat”.

## 3. Media Pembelajaran.

### a. Pengertian media pembelajaran.

Media berasal dari bahasa latin *medius* yang berarti “tengah, perantara, atau pengantar” (Agus Kristiyanto, Hanik Liskustyawati, Budi Satyawan, 2012:15). Briggs 1970 (dalam Agus Kristiyanto dkk, 2012 : 15) berpendapat bahwa”media adalah segala alat fisik yang dapat menyajikan psan, serta merangsang siswa untuk belajar”. Beberapa ahli memberi definisi tentang media pembelajaran: Media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat menyalurkan pesan, dapat merangsang pikiran, perasaan, dan kemauan peserta didik sehingga dapat mendorong terciptanya proses belajar pada diri peserta didik.

### b. Peran dan kegunaan media.

Peran atau fungsi media didalam proses belajar mengajar sangat besar, dapat menjelaskan hal – hal yang abstrak maupun yang tersembunyi. Ketidak jelasan dan kerumitan bahan ajar akan lebih mudah tersampaikan dengan bantuan media pembelajaran sebagai perantaranya.

Fungsi penggunaan media dalam proses pembelajaran menurut Pupuh Fathurrohman 2009 (dalam Agus Kristiyanto, Hanik Liskustyawati, Budhi Satyawati 2012 :17) diantaranya adalah sebagai berikut:” 1) Menarik perhatian siswa; 2) Membantu mempercepat pemahaman dalam proses pembelajaran; 3) Memperjelas penyajian pesan agar tidak bersifat Verbalistik (dalam bentuk kata-kata tertulis atau lisan); 4) Mengatasi keterbatasan ruang; 5) Pembelajaran lebih komunikatif dan produktif; 6) Waktu pembelajaran lebih bisa dikondisikan; 7) Menghilangkan kebosanan siswa dalam belajar; 8) Meningkatkan motivasi siswa dalam mempelajari sesuatu atau menimbulkan gairah belajar; 9) Melayani gaya belajar siswa yang beraneka ragam; 10) Meningkatkan kadar keaktifan / keterlibatan siswa dalam kegiatan pembelajaran”.

c. **Kriteria Pemilihan Media**

Dalam memenuhi kebutuhan atau mencapai tujuan yang diinginkan maka pemilihan media / metode yang akan diterapkan harus sesuai dengan kondisi siswa dengan materi yang akan diajarkan. Dick dan Carey 1978 (dalam Agus Kristiyanto, 2010 : 128) menyebutkan beberapa patokan sebagai bahan pertimbangan dalam memilih media yaitu ; “1) Ketersedianya sumber, 2) Ketersedianya dana , tenaga dan fasilitas, 3) Keluwesan , kepraktisan, dan daya tahan media.4) Efektifitas media dalam waktu yang panjang”.

Oleh Dick dan Cery (dalam Agus Kristiyanto.2010:128) dapat disajikan criteria pemilihan media adalah sebagai berikut:

1. Tujuan : Kalau yang diajarkan suatu proses, media ajarnya media gerak seperti tv/film, video.
2. Karakteristik siswa: Berapa jumlahnya ?, Dimana lokasinya ?, Bagaimana cara mengajarnya ?,dan berbagai karakteristik yang mempengaruhi pemilihan media itu .
3. Karakteristik Media : Dalam pemilihan media perlu mempertimbangkan kelebihan dan keterbatasan masing – masing media.
4. Alokasi waktu : Cukupkah waktu untuk kegiatan perancangan, pengembangan, pengadaan ataupun penyajian.
5. Ketersediaan: Tersediakah media yang diperlukan ?

6. Efektifitas : Apakah efektif untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan ?
7. Kaptibilitas : Apakah penggunaan alat tersebut tidak bertentangan dengan norma–norma yang berlaku? Tersedianya sarana penunjang pengoperasiannya ? Bagaimanakah daya tahan umurnya ?
8. Biaya. Cukupkah dana yang diperlukan ?

#### **4. Alat Bantu Pembelajaran.**

##### **a. Pengertian Alat bantu Pembelajaran.**

Alat bantu adalah alat – alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan materi pembelajaran. Alat bantu ini sering di sebut alat peraga, karena berfungsi untuk membantu atau memperagakan sesuat dalam proses pembelajaran.

Manfaat alat bantu pembelajaran menurut Soekidjo (dalam Agus Kristiyanto 2010 :129) Antara lain sebagai berikut :

- 1) Merangsang minat terhadap materi pembelajaran
- 2) Mencapai sasaran yang lebih banyak.
- 3) Merangsang sasaran pendidikan untuk melaksanakan pesan – pesan pendidikan.
- 4) Mempermudah menerima informasi oleh sasaran pendidikan.
- 5) Membantu sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan – pesan yang diterima kepada orang lain.
- 6) Mempermudah penyampaian bahan pendidikan.
- 7) Membantu mengatasi hambatan bahasa.
- 8) Membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat”.

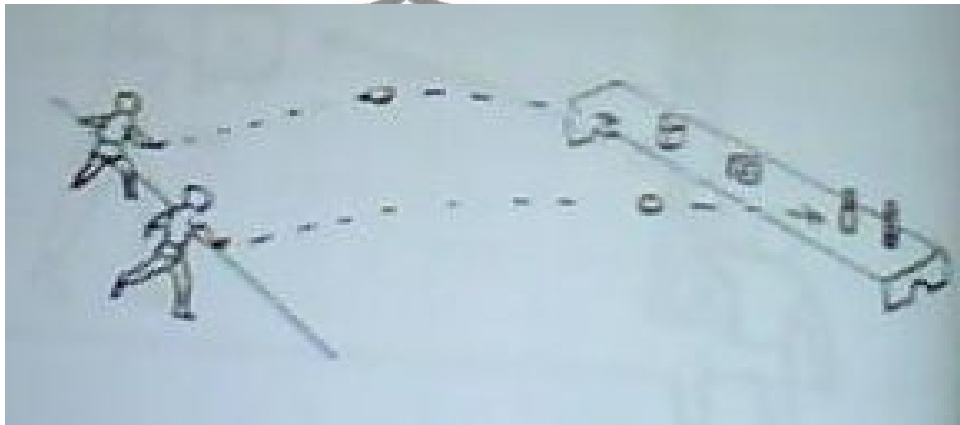
##### **b. Syarat alat bantu pembelajaran yang baik.**

Alat bantu yang baik adalah alat bantu yang mempunyai kriteria di antaranya: 1 )Mempunyai tujuan pendidikan untuk mengubah pengetahuan; 2) pengertian, pendapat dan konsep – konsep, mengubah sikap, persrpsi, menanamkan perbuatan /tingkah laku baru; 3) Harus efisien dalam penggunaannya, artinya dalam waktu singkat dapat mencakup isi yang luas. Efektif , memberikan hasil guna yang tinggi bagi siswa; 4)Komunikatif, mudah dimengerti maksudnya.

##### **c. Pembelajaran lempar turbo menggunakan alat bantu yang dimodifikasi , diantaranya:**

1. Pembelajaran lempar turbo menggunakan alat bola koran bekas.

Pembelajaran menggunakan Koran bekas merupakan bentuk belajar lempar turbo yang pelaksanaannya sebuah turbo diganti Koran bekas dibuat seperti bola. Dengan bola dari kertas anak tidak kesulitan dalam mempraktekkan gerakan, karena ringan dan bentuknya sederhana. Sehingga siswa akan senang melakukan gerakan – gerak dasar melempar. Salah satu bentuk kegiatan adalah melempari kotak kardus yang disusun dengan bola dari kertas dan terakhir disusun kembali.

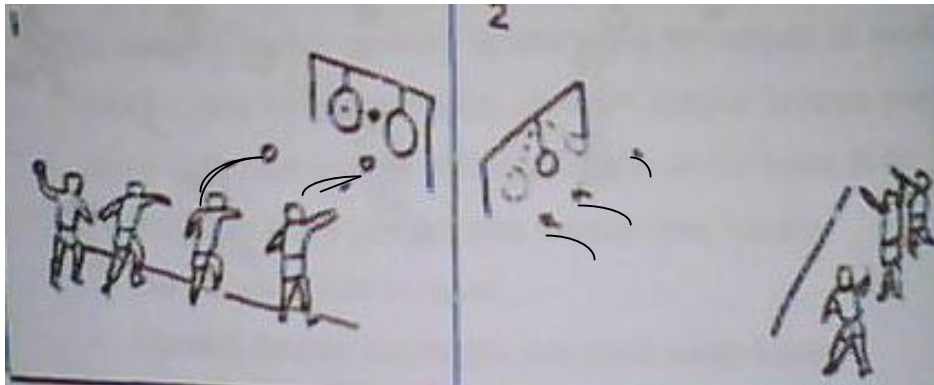


Gambar 2..2; Pembelajaran lempar turbo dengan koran bekas.

( Soepartono, 2004: 55 )

2. Pembelajaran lempar turbo dengan menggunakan alat bantu bola berekor.

Pembelajaran gerak dasar lempar turbo juga dapat menggunakan bola tenis berekor. Pembelajaran ini merupakan bentuk belajar lempar turbo yang pelaksanaannya sebuah turbo diganti sebuah bola tenis yang diberi ekor, yang tujuannya lebih mendekati ke alat yang sesungguhnya. Dengan menggunakan alat ini siswa lebih tertarik, serta cocok dan ada modifikasinya. Penggunaan bola berekor ini mempunyai banyak keuntungannya antara lain: akan mengurangi lajunya bola, menarik jika siswa melempar, relatif kecil bahayanya, dan dapat melakukan lontaran jika dipegang talinya, serta dapat dengan pendekatan gaya pemberian tugas. Salah satu kegiatan tersebut seperti gambar dibawah ini :



Gambar 2. 3. Pembelajaran lempar turbo dengan Bola Berekor

(Soepartono, 2004 : 75 )

Pembelajaran melalui penerapan media bantu yang dimodifikasi bagi siswa khusus untuk anak SD sangat menarik bila menggunakan bola tenis berekor yang berwarna warni. Di samping menarik, dengan alat tersebut resiko sangat kecil, mudah mendapatkannya .

### B.Kerangka Berfikir

Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang mampu melibatkan kreatifitas siswa dalam proses pembelajaran. Siswa diberi kesempatan seluas – luasnya untuk mengembangkan kemampuan berfikirnya untuk mnyelesaikan masalah yang sesuai dengan materi pembelajaran. Untuk menyelesaikan masalah siswa diarahkan sesuai dengan konsep yang dipelajari. Permasalahan yang dihadapi khususnya pada praktik gerak dasar lempar turbo. Siswa kurang mampu menganalisa gerakan yang diajarkan oleh guru, sebab guru menyampaikan materi hanya secara verbal adapun contoh / demonstrasi kurang dapat ditangkap siswa secara optimal.

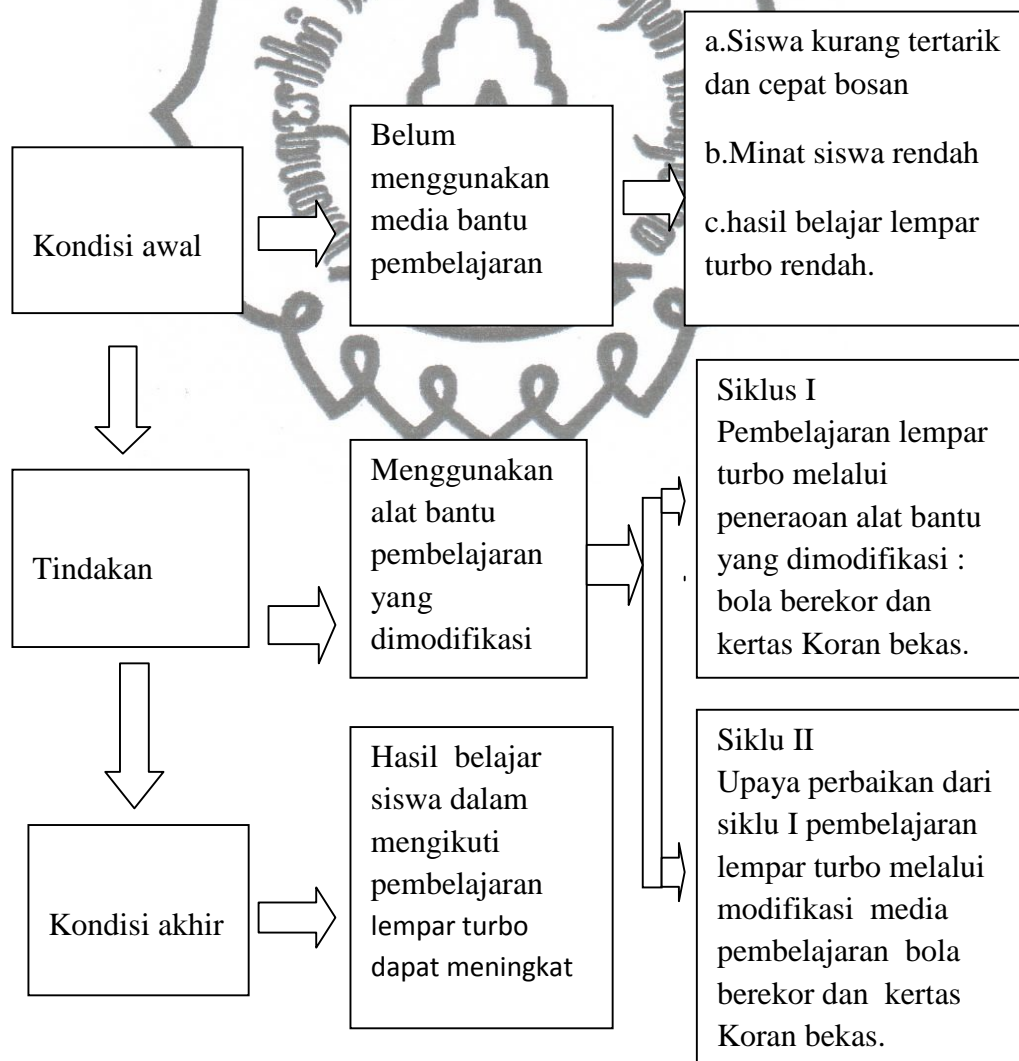
Permasalahan umum kurangnya sarana atau peran aktif siswa dalam kegiatan belajar. Juga kurang mengoptimalkan penggunaan modifikasi pembelajaran yang mendorong peran aktif siswa.

Penggunaan modifikasi memungkinkan siswa untuk terlibat aktif dan lebih banyak melakukan seperti; melihat, menyentuh, merasakan, melalui modifikasi alat bantu tersebut. Penggunaan modifikasi dalam pelaksanaan tindakan tiap siklusnya disesuaikan dengan topik materi yang dipelajari.



Modifikasi yang digunakan adalah berupa alat bantu bola berekor dan kertas Koran bekas, untuk pembelajaran dalam gerak dasar lempar turbo. Kurang kreatifnya guru dapat mempengaruhi rendahnya minat belajar siswa serta menurunnya hasil belajar siswa. Dalam membuat dan mengembangkan media pembelajaran guru kurang akan model serta pendekatan yang digunakan dalam pembelajaran, sehingga anak cepat merasa jenuh, bosan, malas dalam mengikuti pembelajaran. Metode yang digunakan hanya ceramah dan penugasan, dan hanya mengejar materi dapat selesai tepat waktu.

Secara sederhana kerangka pemikiran dan penelitian dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 2.4 Kerangka pemikiran dan penelitian

### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Tempat dan Waktu Penelitian

###### 1. Tempat Penelitian.

Penelitian Tindakan Kelas ( PTK ) akan direncanakan di Kelas V SD Negeri Kadipiro 1 , Desa Kadipiro, Kecamatan Sambirejo, Kabupaten Sragen.

###### 2. Waktu Penelitian.

Penelitian Tindakan Kelas ( PTK ) akan direncanakan selama 4 bulan dari bulan April 2012 sampai Juli 2012. Dengan menggunakan syistem siklus yaitu dua siklus

Tabel 3.1: Perencanaan Kegiatan Penelitian.

No	Rencana Kegiatan	Tahun 2012			
		April	Mei	Juni	Juli
1.	Persiapan Penelitian				
	a. Observasi	■			
	b. Identifikasi Masalah	■			
	c. Penentuan Tindakan	■			
	d. Pengajuan Judul		■		
	e. Penyusunan Profosal		■		
	f. Pengajuan Ijin Penelitian		■		
2.	Pelaksanaan Tindakan				
	a. Rapat Proposal			■	
	b. Pengumpulan Data Penelitian			■	
3.	Penyusunan Laporan				
	a. Penulisan Laporan			■	
	b. Ujian Skripsi				■
	c. Revisi				■

*commit to user*

## **B. Subyek Penelitian.**

Subyek Penelitian Tindakan Kelas adalah siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Tahun Pelajaran 2011 / 2012, yang berjumlah 24 siswa, yang terdiri dari 16 siswa laki – laki dan 8 siswa perempuan.

## **C. Data dan Sumber Data**

Sumber data dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah :

1. Siswa, untuk mendapatkan data tentang lempar turbo melalui media bantu yang dimodifikasi pada siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 tahun pelajaran 2011/2012.
2. Guru teman sejawat sebagai Kolaborator dan merupakan *partner* dalam setiap tahap, mulai perencanaan hingga refleksi dalam penelitian.

## **D. Teknik dan Pengumpulan Data.**

### **1. Teknik Dan Alat Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan oleh guru sebagai peneliti selama proses tindakan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas ( PTK ) ini terdiri dari:

#### **a. Observasi**

Observasi ini diawali dengan perencanaan bersama antara pengamat dengan yang diteliti, dalam hal ini teman sejawat yang akan membantu mengamati dengan guru (peneliti) yang akan mengajar. Perencanaan ini bertujuan untuk membangun rasa saling percaya dan menyepakati beberapa hal yang menjadi focus yang diamati. Fokus pengamatan spesifik dengan memfokuskan kepada kegiatan guru dan siswa serta hasil belajar siswa yang menjadi muaranya. Merekam data yang relevan dengan cara mencatat kemunculan respon siswa dan memberi komentar.

Adapun instrument observasi yang digunakan adalah lembar penilaian,lembar pengamatan untuk mengamati selama kegiatan pembelajaran.

## b. Tes

Tes pada penelitian ini adalah tes perbuatan yang mana siswa melaksanakan tugas lempar turbo dipergunakan untuk mendapatkan data tentang hasil lempar turbo yang dilakukan.

## 2. Alat Pengumpulan Data

Observasi dan tes dipergunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa dan guru selama kegiatan belajar mengajar saat penerapan pembelajaran lempar turbo melalui penerapan alat yang dimodifikasi. Sedangkan alat pengumpulan data yang digunakan peneliti sebagai berikut:

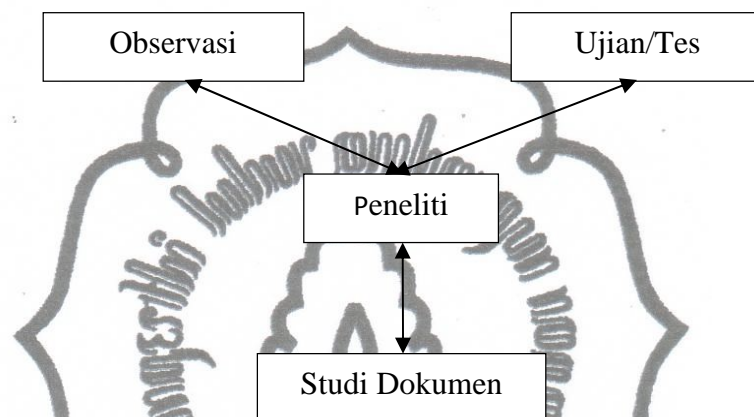
Tabel 3.2: Teknik dan alat pengumpulan data

No	Sumber Data	Jenis Data	Teknik Pengumpulan	Instrumen
1.	Siswa	Hasil ketrampilan lempar turbo	Tes Praktek	Tes ketrampilan lempar turbo
2.	Siswa	Kemampuan melakukan rangkaian gerakan ketrampilan lempar turbo	Praktek unjuk kerja	dan Melalui lembar observasi

## E. Uji Validitas Data

Teknik triangulasi sumber data adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan mengecek atau sebagai pembanding data. Triangulasi dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber data dan metode. Jenis triangulasi ini dilakukan dengan pengumpulan data sejenis tetapi menggunakan teknik atau metode pengumpulan data yang berbeda, dan bahkan lebih jelas untuk diusahakan mengarah pada sumber data yang sama

untuk menguji kebenaran informasinya. Menurut Lexy J Maleong yang dikutip Iskandar (2009: 86) dalam penelitian ini, digunakan pengumpulan data berupa observasi, dan tes KBM yang sedang berlangsung. Skema triangulasi dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar 3.1.



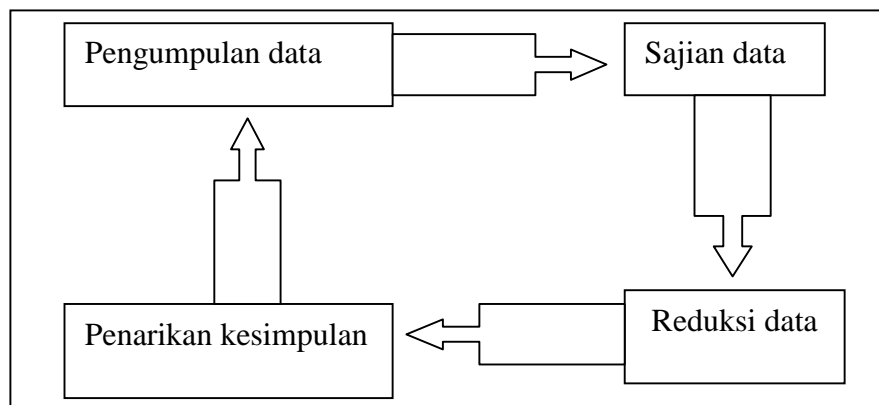
Gambar 3.1. Skema Triangulasi Sumber Data Penelitian (Iskandar, 2009: 86)

## F. Analisa Data

Analisis data dilaksanakan setelah satu paket perbaikan/penelitian selesai dilaksanakan. Analisis dimulai dengan menyeleksi dan mengelompokan data, kemudian memaparkan atau mendiskripsikan data tersebut dan selanjutnya menyimpulkan atau memberi makna. Adapun data yang diteliti terdiri dari berbagai sumber, yaitu : wawancara, observasi, dan lembar pengamatan yang telah dicatat, dilaporkan serta didokumentasikan termasuk tes, dan daftar nilai. Penyajian data dapat berupa tabel, grafik atau gambar. Sedangkan tehnik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah model interaktif yang memiliki tiga komponen yaitu:

1. Sajian data.
2. Reduksi data.
3. Penarikan kesimpulan.

*commit to user*



Gambar 3.2 Model analisis interaktif.

Analisis data tersebut dilakukan dengan berbagai tahap antara lain:

1. Menghitung persentase peningkatan kemampuan lemparan dalam pembelajaran lempar turbo, dengan cara sebagai berikut :

$$\frac{\sum \text{Skor yang dapat dicapai anak} \times 100 \%}{\sum \text{Skor maksimal}}$$

2. Membandingkan hasil persentase pencapaian pada setiap siswa dengan persentase keberhasilan pada setiap siklus yang sudah ditentukan peneliti. Adapun hasil perbandingan tersebut dapat dilihat pada berikut ini:
  - a. Persentase pencapaian : diperoleh dari perhitungan persentase kemampuan lemparan
  - b. Persentase keberhasilan : diperoleh dari minimal yang harus dicapai anak setiap siklus.
  - c. Status pencapaian : diperoleh dari perbandingan antara skor maksimum setiap siklus dan persentase pencapaian setiap anak, dengan ketentuan sebagai berikut:

S = Sudah mencapai, jika hasil persentase pencapaian  $\geq$  persentase keberhasilan

B = Belum mencapai, jika hasil persentase pencapaian  $\leq$  persentase keberhasilan.

Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK dianalisa secara deskriptif dengan menggunakan teknik prosentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran. Maka teknik yang digunakan dalam analisa data dan penilaian ini adalah :

1. Hasil ketrampilan lempar turbo dengan menganalisa nilai rata – rata tes lempar turbo.
2. Kemampuan melakukan rangkaian gerakan ketrampilan lempar turbo dengan menganalisa rangkaian gerak lempar turbo, kemudian dikatagorikan dalam klasifikasi penilaian.

### G. Prosedur Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti harus menentukan metode yang digunakan dalam penelitian yaitu metode penelitian tindakan kelas. Penelitian dilaksanakan secara kolaborasi antara peneliti , teman sejawat atau bahkan dengan Dosen. Kerjasama ini dilakukan mulai dari tahap perencanaan sampai pada tahap akhir / menyusun laporan. Diskusi dan refleksi penting dilakukan untuk mendapatkan hasil penelitian / tindakan yang actual.

Prosedur atau langkah-langkah PTK menurut Iskandar(dalam Agus Kristiyanto, 2010;140) adalah sebagai berikut:

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

Untuk memperoleh hasil penelitian seperti yang diharapkan , prosedur penelitian ini meliputi t ahap – tahap sebagai berikut :

1. Tahap persiapan survey awal. peneliti mengobservasi sekolah atau kelas yang akan dijadikan tempat penelitian.
2. Tahap Seleksi informan, penyiapan instrument dan alat meliputi :
  - a. Menentukan subyek penelitian
  - b. Meyiapkan alat , instrument penelitian dan evaluasi.
3. Tahap pengumpulan data , data yang dikumpulkan tentang :
  - a. Hasil belajar lempar turbo
  - b. Kepuasan siswa terhadap proses pembelajaran
  - c. Ketepatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.
  - d. Alat bantu pembelajaran
  - e. Pelaksanaan pembelajaran
  - f. Semangat dan keaktifan siswa.
4. Tahap analisa data.

Analisis yang digunakan adalah diskripsi kualitatif, karena informasi data yang dikumpulkan merupakan proses dari suatu gerak ketrampilan.

5. Tahap penyusunan laporan

Penyusunan laporan mulai dari survey awal sampai dengan analisa data dalam penelitian.

#### **H. Proses Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah meningkatkan ketrampilan dalam lempar turbo dengan memasukkan nilai – nilai pendidikan karakter di SDN Kadapiro 1 tahun pelajaran 2011 /2012 .

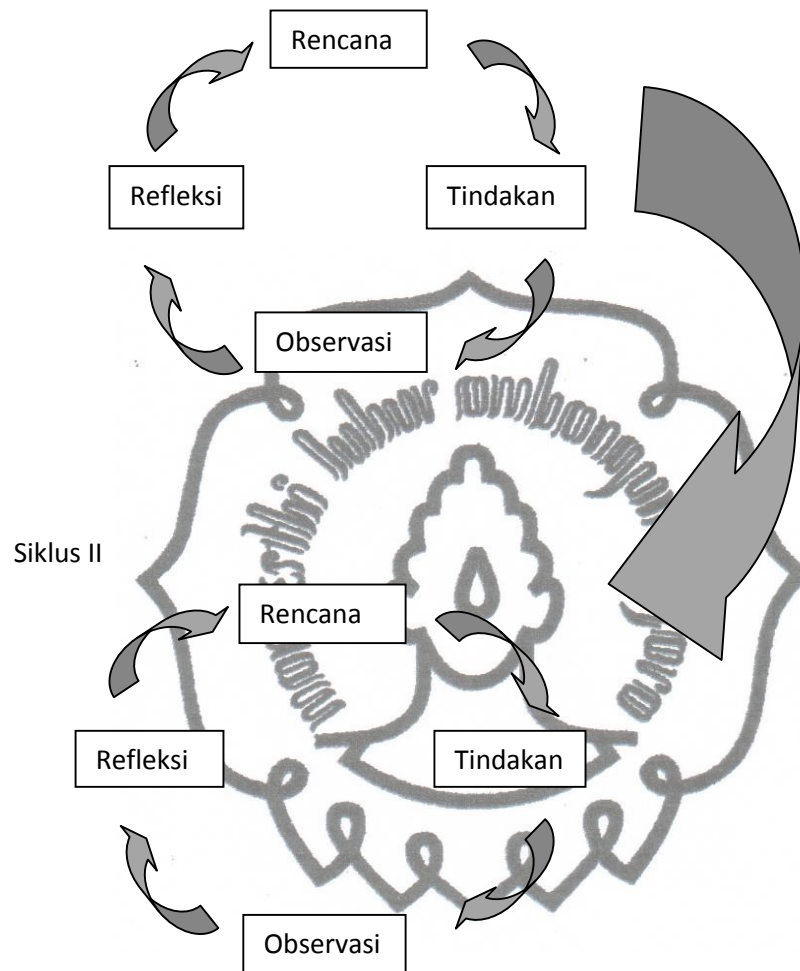
Adapun langkah–langkah pelaksanaan penelitian tindakan kelas dilaksanakan melalui empat tahap, yakni:

1. perencanaan tindakan, 2. pelaksanaan tindakan,3 observasi dan interpretasi,4analisis dan refleksi.



Secara jelas langkah–langkah tersebut dapat digambarkan seperti berikut :

Siklus I



Gambar 3.3. Siklus Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

### Rancangan Siklus 1

#### a. Tahap Perencanaan.

Pada tahap perencanaan peneliti dan kolaborasi menyusun skenario pembelajaran sebagai berikut :

- 1) Menganalisa kurikulum untuk mengetahui kompetensi dasar dalam pembelajaran.

- 2) Membuat RPP dengan mengacu pada tindakan dalam PTK, yaitu pembelajaran lempar turbo.
- 3) Menyiapkan instrument yang dipakai dalam siklus.
- 4) Menyiapkan media bantu.
- 5) Menyusun perangkat evaluasi.

b. Tahap pelaksanaan.

Dalam tahap pelaksanaan adalah proses pembelajaran dilapangan dengan langkah – langkah kegiatan sebagai berikut :

- 1) Menjelaskan kegiatan dalam pembelajaran.
- 2) Melakukan pemanasan.
- 3) Membentuk kelompok dalam pembelajaran.
- 4) Melakukan teknik dasar lempar turbo:
  - a) Cara memegang turbo melalui penerapan alat bantu yang telah disiapkan guru /peneliti.
  - b) Cara melakukan awalan lempar turbo melalui alat bantu yang telah disiapkan guru/ peneliti.
  - c) Cara melakukan melemparan turbo melalui alat bantu yang telah disiapkan guru / peneliti.
  - d) Sikap gerakan lanjut melalui penerapan alat bantu.
- 5) Menarik kesimpulan
- 6) Penilaian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung.
- 7) Melakukan pendinginan.

c. Pengamatan tindakan.

Pengamatan dilakukan terhadap:

- 1) Hasil ketrampilan lempar turbo,
- 2) Kemampuan melakukan rangkaian gerakan ketrampilan lempar turbo,
- 3) Aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung.

d. Tahap evaluasi ( Refleksi ).

Refleksi dilaksanakan oleh guru (peneliti) setelah selesai melaksanakan penelitian pada setiap siklus untuk melihat kondisi dan hasil yang telah dicapai oleh guru maupun siswa dalam kegiatan belajar

mengajar. Peneliti merefleksi kelebihan dan kekurangan yang ditemukan. Selanjutnya dari kelemahan yang ditemukan dari siklus I dicarikan solusinya dengan berdiskusi dengan teman sejawat untuk direkomendasikan pada siklus- siklus berikutnya. Dengan demikian pada siklus-siklus selanjutnya perbaikan pembelajaran yang merupakan penelitian ini kinerja guru (peneliti) dapat lebih baik dan kreatifitas serta hasil belajar siswa lebih meningkat lagi.

## 1. Rancangan Siklus II

### a. Tahap Perencanaan.

Pada tahap perencanaan peneliti dan kolaborasi menyusun skenario pembelajaran sebagai berikut :

- 1) Menganalisa kurikulum untuk mengetahui kompetensi dasar dalam pembelajaran.
- 2) Membuat RPP dengan mengacu pada tindakan dalam PTK , yaitu pembelajaran lempar turbo.
- 3) Menyiapkan instrument yang dipakai dalam siklus.
- 4) Menyiapkan media bantu.
- 5) Menyusun perangkat evaluasi.

### b. Tahap pelaksanaan.

Dalam tahap pelaksanaan adalah proses pembelajaran dilapangan dengan langkah – langkah kegiatan sebagai berikut :

- 1) Menjelaskan kegiatan dalam pembelajaran.
- 2). Melakukan pemanasan.
- 3) Membentuk kelompok dalam pembelajaran.
- 4) Melakukan gerak dasar lempar turbo:
  - a) Cara memegang turbo melalui penerapan alat bantu yang telah disiapkan guru /peneliti.
  - b) Cara melakukan awalan lempar turbo melalui alat bantu yang telah disiapkan guru/ peneliti.

- c) Cara melakukan melemparan turbo melalui alat bantu yang telah disiapkan guru / peneliti.
  - d) Sikap gerakan lanjut melalui penerapan alat bantu.
  - e) Menarik kesimpulan
- 5) Penilaian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung.
- 6) Melakukan pendinginan.
- c. Tahap pengamatan tindakan.

Pengamatan dilakukan terhadap: 1) Hasil ketrampilan lempar turbo, 2) Kemampuan melakukan rangkaian gerakan ketrampilan lempar turbo, 3) Aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung.

- d. Tahap evaluasi ( Refleksi ).

Refleksi dilaksanakan oleh guru ( peneliti ) setelah selesai melaksanakan penelitian pada setiap siklus untuk melihat kondisi dan hasil yang telah dicapai oleh guru maupun siswa dalam kegiatan belajar mengajar. Peneliti merefleksikan kelebihan dan kekurangan yang ditemukan. Selanjutnya dari kelemahan yang ditemukan dari siklus I dicarikan solusinya dengan berdiskusi dengan teman sejawat untuk direkomendasikan pada siklus- siklus berikutnya. Dengan demikian pada siklus-siklus selanjutnya perbaikan pembelajaran yang merupakan penelitian ini kinerja guru ( peneliti ) dapat lebih baik dan kreatifitas serta hasil belajar siswa lebih meningkat lagi.

## I. INDIKATOR CAPAIAN PENELITIAN

Indikator kinerja adalah ukuran atau target yang hendak dicapai untuk mengetahui keberhasilan penelitian. Adapun indikator keberhasilan kinerja adalah sebagai berikut:

1. Motivasi dan semangat belajar siswa meningkat.
2. Siswa lebih berani berpendapat.
3. Kemampuan siswa dalam melakukan lemparan turbo lebih meningkat.

4. Guru lebih menguasai materi.
5. Ketrampilan mengajar guru lebih meningkat.
6. Guru lebih menguasai pengelolaan kelas.

Secara garis besar indicator kinerja dapat dibuat table dibawah ini;

Tabel 3.3. Presentase Indikator Pencapaian Keberhasilan

Aspek yang diukur	Prosentase target capaian			Cara mengukur
	Kondisi Awal	Siklus I	Siklus II	
Hasil lempar turbo	30 .%	50%	80%	Diamati saat guru memberi materi lempar turbo pada awal pembelajaran.



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Pratindakan

Kondisi awal (pra siklus) diukur dari observasi dan tes unjuk kerja ketrampilan gerak dasar lempar turbo. Observasi dan tes unjuk kerja digunakan untuk mengetahui dan mengukur seberapa penguasaan siswa terhadap gerakan dasar lempar turbo. Kondisi awal ini dilihat pada pembelajaran sebelum menggunakan alat bantu pembelajaran.

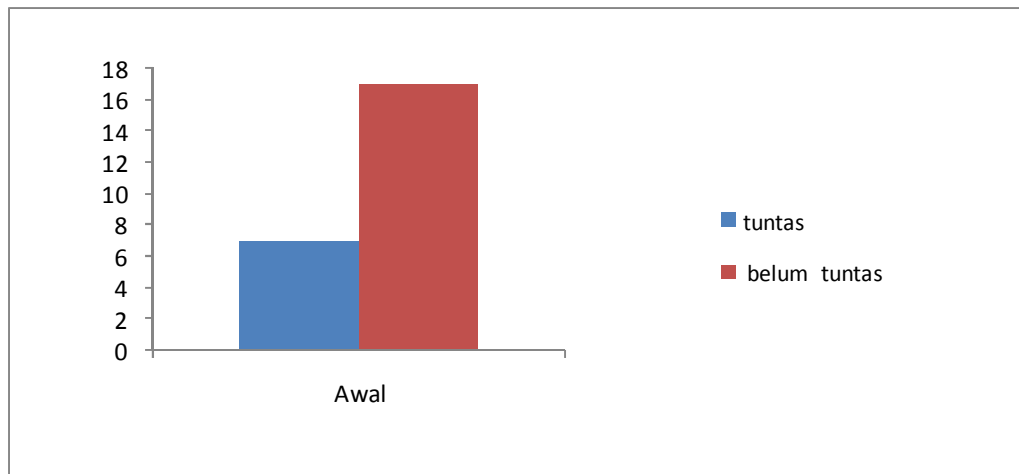
Hasil observasi dan penilaian pada seluruh indikator, sebelum dilaksanakan tindakan berupa penggunaan alat bantu dalam kegiatan belajar mengajar (Prasiklus) dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1. Kondisi Awal Hasil Belajar Lempar Turbo Siswa Kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011/ 2012.

Aspek yang diukur	Kondisi awal		Cara mengukur
	Jumlah siswa yang tuntas	Jumlah siswa yang belum tuntas	
Hasil belajar gerakan dasar lempar turbo	7 (29,17%)	17 (70,83%)	Pengamatan dan penilaian pada saat pembelajaran melalui unjuk kerja lempar turbo.

Berdasar tabel 4.1 di atas dapat disimpulkan bahwa dari jumlah keseluruhan yaitu 24 siswa kelas V SD Negeri kadipiro 1 , Kecamatan Sambirejo kabupaten Sragen tahun pelajaran 2011 / 2012 , sejumlah 17 siswa ( 70.83% dari jumlah keseluruhan 24 siswa ) memiliki hasil belajar yang berada dibawah nilai ketuntasan belajar minimal ( KKM ) yaitu 68. Data tersebut memiliki arti yaitu hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo, kabupaten Sragen tahun pelajaran 2011/ 2012 tergolong dalam kriteria

keberhasilan yang kurang , karena belum ada 80 % siswa yang memiliki nilai yang tuntas dari keseluruhan.



Gambar 4.1 Histogram Hasil Belajar Lempar Turbo Siswa Kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011 / 2012 Kondisi Awal .

Dari hasil observasi awal, peneliti menyusun tindakan penelitian untuk meningkatkan hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan sambirejo Kabupaten Sragen tahun 2011/ 2012 dengan melalui penerapan pendekatan media bantu yang dimodifikasi . Untuk pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam 2 siklus . Masing – masing siklus terdiri dari 4 tahapan : (1) perencanaan (2) pelaksanaan tindakan (3) observasi (4) analisa dan refleksi.

## B. Deskripsi Hasil Penelitian Per Siklus

### 1. Siklus 1 Pertemuan 1

#### a. Perencanaan Siklus 1

Sebelum melakukan tindakan, perencanaan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

*commit to user*

- 1) Tim peneliti melakukan analisis kurikulum untuk mengetahui kompetensi dasar yang akan disampaikan kepada siswa dalam pembelajaran penjasorkes.
- 2) Membuat rencana pembelajaran yang mengacu pada tindakan yang diterapkan pada PTK, yaitu pembelajaran lempar turbo.
- 3) Mempersiapkan sarana yang dibutuhkan untuk membantu kegiatan pembelajaran.
- 4) Menyusun lembar pengamatan pembelajaran.

#### **b. Tahap Pelaksanaan**

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan menjalankan langkah-langkah pembelajaran yang telah direncanakan, yaitu sebagai berikut:

- 1) Kegiatan awal.
  - a) Menjelaskan kegiatan belajar mengajar secara umum.
  - b) Melakukan pemanasan  
Pemanasan yang dilakukan berupa permainan dengan gerakan yang mengarah pada inti pembelajaran yaitu lempar turbo.
- 2) Inti pembelajaran.
  - a). Kegiatan dalam inti pembelajaran adalah siswa berbaris, guru menjelaskan dengan contoh gerakan dasar lempar turbo yang benar. Kemudian barisan dibuat formasi bersap dengan jarak rentang tangan.
  - b) Gerakan inti pertama adalah siswa melakukan gerak dasar memegang turbo melalui media bantu bala yang dibuat dari kertas koran bekas.
  - c) Gerakan berikutnya yaitu melakukan gerak dasar awalan melalui media bantu kertas bekas yang dibentuk kapal terbang.
  - d) Siswa melakukan gerak dasar melempar turbo melalui media bantu lempar sasaran menggunakan bola dari kertas,



e) siswa melakukan gerak dasar akhir setelah melempar turbo. Semua gerak dasar yang dicontohkan guru dilakukan siswa dengan semangat, kerjasama, percaya diri dan jujur..

3) Kegiatan akhir

a) Melaksanakan penenangan dan pendinginan dengan bernyanyi bersama sambil tepuk tangan.

b) Guru memberi evaluasi terhadap pembelajaran yang berlangsung dan memotivasi untuk tindak lanjut dalam kegiatan sehari-hari.

**c. Pengamatan Tindakan**

Pada kegiatan ini pengamatan dilakukan oleh guru peneliti dan rekan sejawat selaku kolaborator pada saat pembelajaran berlangsung. Pengamatan dilakukan terhadap beberapa unsur gerakan. Dari hasil observasi diperoleh kesimpulan, antara lain:

1) Penguasaan gerak lempar turbo.

Dalam pertemuan 1 ini, taraf penguasaan gerak dasar lempar turbo masih rendah. Pembelajaran pada siklus I lebih memfokuskan pada cara melakukan gerak dasar lempar turbo, gerak dasar yang dimaksud di sini adalah cara memegang, sikap awalan, cara melempar, dan posisi setelah melempar/ gerak lanjutan. Jika semua gerak dasar sudah benar, maka ketrampilan teknik dasar yang dihasilkan juga akan meningkat.

2) Ketrampilan melakukan gerak dasar lempar turbo

Ketepatan penggunaan media bantu pembelajaran dengan kondisi siswa membuat iklim belajar yang kondusif. Hal ini terlihat dari semangat dan antusias siswa dalam mengikuti setiap kegiatan dalam pembelajaran.

a) Pada saat pembelajaran siswa sangat senang dengan penyajian materi melalui penerapan media bantu yang diberikan. Hal ini dapat dilihat dari sikap semangat dan antusias siswa saat

pembelajaran berlangsung, siswa tanpa rasa jenuh mengikuti pembelajaran dan menanyakan gerakan yang belum dipahami.

b) Pembelajaran berjalan lancar sesuai dengan RPP. Pembelajaran melalui media bantu merangsang minat siswa untuk mengikuti dan menguasai materi pembelajaran, pola latihan memegang turbo melalui melempar sasaran, sikap awalan melalui permainan kertas dibuat kapal terbang, melempar dengan bola kerekor, melempar sasaran tertentu.

c) Rangkaian gerak lempar turbo  
Siswa sangat tertarik dengan pembelajaran lempar turbo menggunakan alat bantu pembelajaran ini. Kegiatan dilakukan bergantian sesuai dengan kelompok masing-masing. Pada tahap ini siswa yang menunggu giliran sambil mengamati dan mengevaluasi siswa lain yang melaksanakan. Rangkaian gerak mulai dari sikap memegang awalan, lemparan, dan posisi setelah akhir melempar turbo pada pembelajaran ini.

#### d. Refleksi dan Perencanaan Ulang (*Reflecting and Replanning*)

Pelaksanaan pembelajaran pada pertemuan I terdapat keberhasilan dan kekurangan antara lain sebagai berikut:

##### 1) Keberhasilan guru dan siswa

Pembelajaran melalui penerapan media bantu dapat memotivasi siswa untuk belajar. Pendekatan ini lebih menantang siswa untuk belajar dan mencoba gerakan melempar, karena model pembelajaran yang bervariasi siswa tidak mudah bosan dalam mengikuti pembelajaran.

##### 2) Kendala yang dihadapi guru dan siswa

Melalui penerapan media bantu pembelajaran yang dimodifikasi sedemikian rupa, ternyata belum membuat kepuasan siswa. Menyikapi hal ini, untuk mendorong siswa agar lebih aktif dalam pembelajaran,

*commit to user*

sebaiknya peneliti memberikan pujian (*reward*) kepada siswa, misalnya berupa pujian seperti: bagus, baik sekali dan lain sebagainya.

### 3) Rencana Perbaikan

Berdasarkan hasil pengamatan dan kendala-kendala dalam pembelajaran pada pertemuan 1 maka perlu adanya perbaikan-perbaikan pada pertemuan berikutnya, antara lain:

- a) Untuk meminimalisir kesalahan dalam melakukan lemparan, maka panduan dan koreksi guru sangat penting. Penjelasan yang bersifat evaluatif dapat menghindari kesalahan dalam melakukan lemparan.
- b) Siswa yang kurang berhasil dalam melakukan lemparan pada pertemuan 1 akan mendapat perhatian yang lebih intensif pada pertemuan berikutnya. Peneliti harus tetap memberikan pemahaman dan memotifasi siswa pada pembelajaran.
- c) Materi yang bersifat kompetisi sangat cocok untuk diterapkan dalam pembelajaran, misalnya: melakukan gerakan melempar pada sasaran.

## 2. Siklus I Pertemuan 2

### a. Perencanaan Tindakan

Berdasarkan hasil refleksi pada pertemuan 1, maka rencana tindakan pada pertemuan 2 adalah sebagai berikut:

- 1) Membuat rencana pembelajaran (RPP) dengan mengacu pada materi pertemuan 1. penambahan variasi latihan melalui penerapan media yang dimodifikasi diberikan untuk menghindari kejenuhan. Komposisi dan teknik pembelajaran juga perlu ditingkatkan agar penguasaan materi lebih meningkat.
- 2) Menyiapkan penambahan media yang dianggap perlu untuk membantu pembelajaran.
- 3) Menyusun lembar pengamatan.

*commit to user*

## b. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah yang telah direncanakan, yaitu sebagai berikut:

- 1) Kegiatan awal
  - a) Menjelaskan kegiatan belajar mengajar secara umum dan memberikan penekanan pada pembelajaran yang akan dilaksanakan.
  - b) Melakukan pemanasan berbentuk permainan yang mengarah pada gerakan-gerakan melempar. Peregangan yang menekankan pada otot-otot bahu, dan kekuatan otot lengan.

### 2) Inti pembelajaran

Melakukan gerak dasar lempar turbo, antara lain:

#### a) Langkah pertama

Pada pembelajaran pertemuan kedua, bentuk latihan merupakan pengembangan materi latihan pada pertemuan sebelumnya. Metode pembelajaran yang diterapkan mengarah pada metode *reciprocal*, yaitu siswa melakukan latihan dengan pengamatan dan evaluasi teman sendiri. Dalam kegiatan ini dimaksudkan untuk merangsang siswa dapat mengetahui kekurangan dan kesalahan yang dilakukan oleh diri sendiri dan siswa lain. Caranya siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, setiap kelompok menghadapi peralatan masing-masing berupa bola dari kertas dan bola berekor dan melakukan gerakan melempar dengan diamati dan dibetulkan oleh temannya sendiri gerakan yang kurang benar, kegiatan ini dilakukan bergantian dengan teman satu kelompok. Siswa yang dapat melakukan gerakan melempar yang benar akan mendapat pujian dari teman-temannya untuk merangsang penguasaan gerak dasar lempar turbo.

- b) Melakukan rangkaian gerak lempar turbo. Dalam tahap ini siswa mendalami sikap dan gerakan dalam melakukan lempar turbo, mulai dari sikap memegang turbo sampai gerakan akhir melempar turbo. Siswa membentuk formasi saling berkelompok, siswa memeragakan sikap memegang sampai melempar turbo dengan koordinasi yang benar .melalui media pembelajaran yang dimodifikasi.
  - c) Langkah berikutnya adalah belajar melempar turbo. Pelaksanaan pada pembelajaran ini dengan pengukuran kejauhan.
  - d) Siswa melakukan lempar turbo,dengan diukur kejauhan lemparan
- 3) Kegiatan akhir/penutup.
- Dalam kegiatan akhir/penutup guru dan siswa melakukan:
- a) Penenangan dan pendinginan
  - b) Evaluasi umum terhadap proses pembelajaran
  - c) Apresiasi terhadap keberhasilan siswa
  - d) Motivasi dan tindak lanjut kepada siswa untuk, yaitu pembiasaan dalam kegiatan sehari-hari.

### c. Pengamatan Tindakan

Pengamatan tindakan dilakukan pada proses pembelajaran berlangsung, adapun hasil pengamatan pertemuan 2 adalah sebagai berikut:

#### 1) Hasil ketrampilan lempar turbo.

Pada pembelajaran pertemuan kedua pemahaman siswa meningkat dibanding pertemuan sebelumnya. Variasi bentuk latihan dan pendekatan pembelajaran berhasil memotivasi siswa untuk semakin giat belajar.

- a) Kemampuan melakukan rangkaian gerak dalam lempar turbo. Pada pembelajaran pertemuan kedua, siswa semakin kaya akan variasi latihan. Hal ini mendorong siswa untuk berkompetisi dalam

belajar, siswa mengikuti pelajaran dengan tetap semangat sampai selesai.

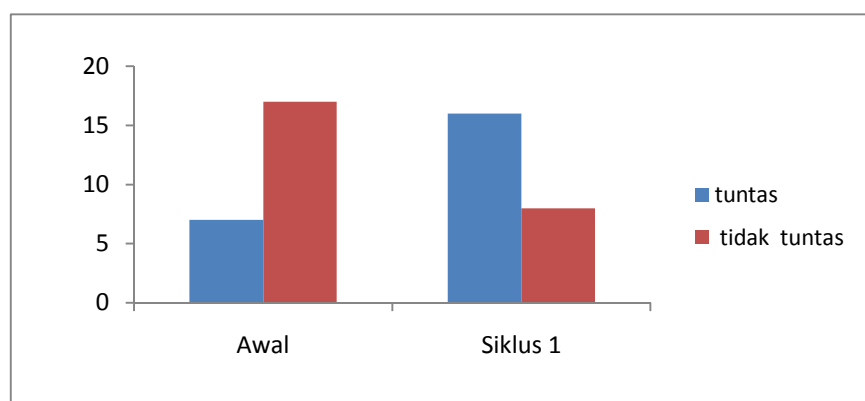
- b) Penguasaan ketrampilan melempar meningkat signifikan, motivasi dari guru mendorong siswa untuk berlatih sendiri di luar jam pembelajaran, sehingga menimbulkan rasa ingin mencoba melempar yang lebih jauh. Hal ini terlihat dari banyaknya siswa yang minta melempar lagi.

- 2) Diskripsi data hasil belajar lempar turbo dan kriteria ketuntasan minimal hasil belajar siklus 1 siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen tahun Pelajaran 2011 / 2012 disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.2. Peningkatan Hasil Belajar Lempar Turbo dan Nilai Ketuntasan Dari Kondisi Awal ke Siklus 1

Aspek yang dinilai	Kondisi Awal		Kondisi Siklus 1	
	tuntas	Belum tuntas	tuntas	Belum tuntas
Hasil belajar lempar turbo	7 (29,17%)	17 (70,83%)	16 (66,67%)	8 (33,33%)

Data tabel 4.2 menunjukkan bahwa hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011 / 2012 dari kondisi awal ke siklus 1 meningkat sebesar 37,50% yang dapat dilihat juga pada gambar berikut:



Gambar 4.2. Histogram Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Lempar Turbo dari Kondisi Awal ke Siklus 1

Dari gambar 4.2 dapat ditarik kesimpulan bahwa setelah diberi pembelajaran melalui penerapan media bantu yang dimodifikasi pada siklus 1 rata – rata hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan sambirejo kabupaten sragen tahun pelajaran 2011 / 2012 meningkat 37,50% dari kondisi awal.

Jumlah siswa yang memiliki nilai diatas KKM pada siklus 1 juga mengalami peningkatan sebanyak 16 siswa ( 66,67 % ) dari jumlah total 24 siswa memiliki nilai yang berada diatas KKM ( 68.00) Kondisi awal 7 siswa ( 29,17% ) dari jumlah 24 siswa yang nilainya di atas KKM. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan hasil belajar pada siswa dalam lempar turbo pada siklus 1. Akan tetapi peningkatan tersebut belum optimal ,karena belum memenuhi target yang diharapkan oleh peneliti yaitu kurang lebih 80 % siswa harus tuntas di atas KKM. Oleh karena itu keberhasilan yang tertunda akan diperbaiki pada siklus 2.

#### **d. Analisa dan Refleksi Pembelajaran Siklus 1.**

Hambatan atau kendala yang ditemukan dalam proses pembelajaran lempar turbo antara lain ; (1) Masih ada beberapa siswa yang masih bergurau dengan teman / seenaknya sendiri (2) Kurang paham terhadap materi yang diajarkan terutama gerakan dasar lempar turbo yang benar sesuai dengan penjelasan yang diberikan sebelumnya mengakibatkan pembelajaran kurang memenuhi tujuan pembelajaran.

Untuk mengurangi hambatan yang muncul pada siklus 1 peneliti dan kolabolator melakukan analisa dan refleksi yaitu (1) siswa diminta dalam mengikuti pembelajaran lebih serius dan memperhatikan penjelasan dan peragaan sesuai dengan apa yang diberikan peneliti (2) Peneliti dan kolabolator lebih fokus dalam melaksanakan observasi sehingga dapat

*commit to user*

menguasai kelas dengan baik agar kualitas hasil belajar dapat tercapai dengan optimal.

Kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolok ukur keberhasilan tindakan dalam siklus 1 antara lain : siswa merasa lebih semangat dan tertarik dengan pembelajaran lempar turbo melalui penerapan media bantu yang dimodifikasi menggunakan kertas bekas dan bola berekor, sehingga siswa memiliki minat serta lebih termotivasi dalam mengikuti pembelajaran lempar turbo yang selama ini dianggap menjemukan dapat menjadi pembelajaran yang menyenangkan.

### 3. Siklus II Pertemuan 1

#### a. Perencanaan Tindakan

Berdasarkan hasil refleksi pada siklus I, maka pada siklus II direncanakan sebagai berikut:

- 1) Merencanakan pembelajaran yang mengacu pada peningkatan siklus sebelumnya. Metode, model, gaya, dan pendekatan mengajar dibuat lebih variatif guna mendorong siswa untuk giat belajar.
- 2) Menyiapkan media yang lebih efektif untuk membantu proses pembelajaran.
- 3) Menyusun lembar pengamatan pembelajaran.

#### b. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan melaksanakan langkah-langkah pembelajaran yang telah direncanakan, sebagai berikut:

- 1) Kegiatan awal.
  - a) Menjelaskan tujuan dan kegiatan belajar mengajar secara umum.
  - b) Melakukan pemanasan  
Pemanasan dengan peregangan statis. Siswa berbaris empat saf Peregangan (*stretching*), dilanjutkan pemanasan dengan permainan menggusur bola. *commit to user*



## 2) Inti pembelajaran

Melakukan teknik gerak dasar lempar turbo , antara lain:

- a) Pembelajaran pada pertemuan 1 masih merupakan pendalaman dari hasil pada siklus I, yaitu perbaikan pada sikap dan teknik gerak dasar lempar turbo
- b) Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, masing-masing kelompok terdiri dari empat siswa, setiap siswa melakukan melempar kearah sasaran rendah secara bergiliran. Kegiatan selanjutnya melakukan lemparan kesasaran tinggi . Kegiatan ini dilakukan melalui media bantu yang dimodifikasi. Setelah siswa menguasai gerakan yang benar. Kegiatan selanjut rangkaian gerakan dasar melempar melalui media bantu bola berekor, melempar sejauh mungkin

## 3) Kegiatan akhir

Dalam kegiatan akhir/penutup guru dan siswa melakukan:

- a) Penenangan dan pendinginan.
- b) Evaluasi umum terhadap proses pembelajaran.
- c) Apresiasi terhadap keberhasilan siswa.
- d) Motivasi dan tindak lanjut kepada siswa untuk, yaitu pembiasaan dalam kegiatan sehari-hari.

Disamping kegiatan di atas, guru juga memberi pertanyaan kepada siswa tentang hal-hal yang telah dipelajari dan memberi kesempatan kepada siswa untuk menanyakan hal-hal yang belum dipahami.

## c. Pengamatan Tindakan

Hasil pengamatan yang dilakukan dalam pembelajaran pada pertemuan 1 siklus II adalah sebagai berikut:

### 1) Hasil belajar ketrampilan.

Dari hasil pengamatan dapat disimpulkan bahwa siswa semakin termotivasi untuk dapat lebih baik dalam melakukan gerakan

lempar hal ini dapat dilihat dari siswa yang dengan semangat dalam melakukan gerakan lempar turbo dalam pembelajaran.

- a) Keterampilan melakukan rangkaian gerakan melempar. Penyajian materi dan metode yang bervariasi membuat siswa tetap senang dalam belajar dan sangat menikmati jalannya pembelajaran. Metode yang diterapkan disini tetap mengacu pada kesesuaian dengan materi ajar.
- b) Pembelajaran berjalan dengan baik sesuai rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Siswa pun dapat mengikuti langkah demi langkah pembelajaran yang telah digariskan dalam RPP. Pembelajaran gerak melempar dengan media yang dimodifikasi semakin menambah motivasi siswa dalam melakukan latihan

#### **d. Refleksi dan Perencanaan Ulang (*Reflecting and Replanning*)**

Setelah dilakukan refleksi oleh peneliti dan kolaborator, sudah banyak keberhasilan yang dicapai oleh siswa, namun juga masih ada kendala yang harus diatasi. Keberhasilan dan kendala tersebut antara lain:

##### 1) Keberhasilan guru dan siswa.

Siswa sudah mulai memahami maksud dan tujuan dari tiap langkah yang di berikan oleh guru. Sehingga tugas guru dalam pembelajaran adalah mengamati dan memfasilitasi.

##### 2) Kendala yang dihadapi guru dan siswa.

- a) Sarana media bantu belum maksimal, hal ini dilihat dari masih banyaknya siswa yang sering berebut turbo karena kurangnya peralatan.
- b) Aktifitas sebagian siswa masih tergantung dari perintah dan aba-aba guru, hal ini dikarenakan belum memahami secara utuh tentang tujuan pembelajaran.
- c) Peneliti harus selalu memonitor setiap langkah pembelajaran.

##### 3) Rencana perbaikan. *commit to user*

Berdasarkan hasil pengamatan dan kendala-kendala yang dialami dalam pembelajaran pertemuan 1, maka perlu diadakan perbaikan-perbaikan pada pertemuan 2, antara lain:

- a) Memberikan penjelasan secara detail tentang tujuan gerakan yang dipelajari dan memfasilitasi kebutuhan siswa untuk meningkatkan hasil belajarnya.
- b) Mengelompokkan siswa yang lambat dalam penguasaan materi ajar, untuk diberikan tindakan yang lebih intensif.
- c) Terus memotivasi siswa untuk lebih giat berlatih.
- d) Mengidentifikasi dan memberi tindakan kepada siswa yang terlihat kurang serius dan jenuh dalam belajar.

#### **4. Siklus II Pertemuan 2**

##### **a. Perencanaan Tindakan**

Berdasarkan hasil refleksi pada pertemuan I , maka rencana tindakan selanjutnya adalah sebagai berikut:

- 1) Membuat rencana pembelajaran (RPP) dengan mengacu dan merupakan pendalaman terhadap materi pertemuan 1 dengan metode dan pendekatan yang lebih menarik dan bervariasi.
- 2) Menyiapkan media yang diperlukan untuk membantu jalannya pembelajaran.
- 3) Membuat lembar observasi.

##### **b. Tahap Pelaksanaan**

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan langkah-langkah yang telah direncanakan, yaitu sebagai berikut:

- 1) Kegiatan awal.
  - a) Menjelaskan kegiatan pembelajaran secara umum.
  - b) Melakukan pemanasan.

Pemanasan yang dilakukan berupa permainan yaitu permainan menggusur bola . siswa dibagi dua kelompok sama banyak ,setiap siswa memegang bola, setelah ada aba / peluit siswa berusaha melempar / menggusur bola yang berada di tengah lapangan. Dengan melempar bola yang berada di tengah lapangan,regu yang dapat menggusur bola kedaerah lawan lebih dahulu dinyatakan menang.

Siswa melakukan peregrangan statis dipimpin guru.

2) Inti pembelajaran.

Melakukan gerak dasar lempar turbo.

- a) Pembelajaran pada pertemuan kedua merupakan pendalaman dan tindak lanjut dari pertemuan sebelumnya, namun masih mengacu pada pertemuan 1. Hal-hal yang perlu pendalaman pada pertemuan ini ditekankan pada kebenaran gerak. Kegiatan yang dilakukan yaitu siswa melakukan melempar bola berekor sesuai dengan langkah-langkah dalam RPP.
- b) Pada pembelajaran ini siswa disuruh melakukan lempar bola berekor kearah sasaran lempar. Setelah melempar semua, langkah berikutnya adalah siswa melakukan melempar turbo ,diminta untuk mengamati temannya .

3). Kegiatan akhir

Dalam kegiatan akhir guru dan siswa melakukan:

- a) Refleksi.: Siswa diberi kesempatan untuk mengemukakan pendapat tentang hal-hal yang baru dipelajari.
- b) Evaluasi.: Guru menjelaskan dan meluruskan hal-hal yang belum dipahami siswa, dan siswa diberi kesempatan untuk menanyakan hal-hal yang belum dipahami.
- c) Apresiasi.: Memberi penghargaan atas hasil kerja siswa, baik individu maupun kelompok.

- d) Tindak lanjut.: Guru menekankan kepada siswa untuk melakukan pembiasaan dalam kegiatan sehari-hari.
- e) Penutup.: Berdoa, pelajaran selesai.

**c. Pengamatan Tindakan**

Adapun hasil pengamatan pada pertemuan 2 siklus II ini sebagai berikut:

1) Hasil belajar lempar turbo

Dalam pembelajaran pertemuan 2 ini gerak dasar lempar turbo lebih meningkat meskipun belum semua siswa dapat menguasai materi dengan baik.

2) Kemampuan melakukan rangkaian gerak dasar lempar turbo

a) Model pembelajaran yang menyenangkan dapat merangsang minat siswa untuk mengikuti pembelajaran, sehingga taraf penguasaan siswa terhadap materi pada pertemuan ini cukup memuaskan.

b) Variasi metode dan model dalam pembelajaran membuat siswa semakin senang dengan pelajaran, hal ini dapat dilihat terdapat sebagian siswa yang mampu melempar lebih jauh.

c) Keberhasilan pada pertemuan 2 siklus II telah memotivasi siswa untuk mengenal dan mempelajari lempar turbo, hal ini dilihat dari sebagian siswa yang mulai mencoba melempar turbo. Penggunaan alat bantu pembelajaran yang dimodifikasi ternyata cukup memberi perubahan yang signifikan terhadap pembelajaran lempar turbo hal ini dapat dilihat dari hasil tes yang selalu meningkat dari siklus I, ke siklus II pada tabel 4.3.

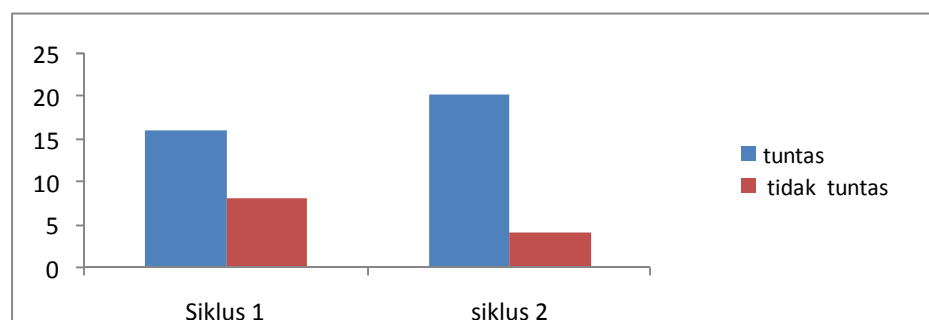
Diskripsi data hasil belajar lempar turbo dan kriteria ketuntasan minimal hasil belajar siklus 2 siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen tahun Pelajaran 2011 / 2012 disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.3. Peningkatan Hasil belajar lempar turbo dan Nilai Ketuntasan Minimal Hasil Belajar Siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011 / 2012 dari siklus 1 ke siklus 2

Aspek yang dinilai	Kondisi Siklus 1		Kondisi Siklus 2	
	tuntas	belum tuntas	tuntas	Belum tuntas
Hasil belajar lempar turbo	16 (66,67%)	8 (33,33%)	20(83,33%)	4(16,67%)

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011 / 2012 dalam pembelajaran lempar turbo melalui enerapan media bantu yang dimodifikasi kertas koran bekas dan bola berekor naik menjadi 83,33%, yang semula siklus 1 66,67 % . Sehingga rata- ratanya meningkat 16,67% , siswa ( 20 siswa ) dari jumlah 24 siswa memiliki nilai diatas nilai ketuntasan ( 68.0) hal ini menunjukkan setelah diberi pembelajaran pada siklus 2 dengan penambahan gerak dasar lempar turbo , hasilnya mengalami peningkatan yang signifikan.

Dibawah ini digambarkan histogram peningkatan hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen tahun Pelajaran 2011 / 2012 dari siklus1 ke siklus 2



Gambar 4.3 Peningkatan hasil belajar lempar turbo dari siklus 1 ke siklus2

#### d. Analisa dan Refleksi Pembelajaran Siklus 2.

Hambatan atau kendala yang ditemukan dalam proses pembelajaran lempar turbo antara lain ; (1) Masih ada beberapa siswa yang masih bergurau dengan teman / seenaknya sendiri (2) Kurang paham terhadap materi yang diajarkan terutama gerak – gerakan dasar lempar turbo yang benar sesuai dengan penjelasan yang diberikan sebelumnya mengakibatkan pembelajaran kurang memenuhi tujuan pembelajaran.

Untuk mengurangi hambatan yang muncul pada siklus 2 peneliti dan kolabolator melakukan analisa dan refleksi yaitu (1) siswa diminta dalam mengikuti pembelajaran lebih serius dan memperhatikan penjelasan dan peragaan sesuai dengan apa yang diberikan peneliti (2) Peneliti dan kolabolator lebih fokus dalam melaksanakan observasi sehingga dapat menguasai kelas dengan baik agar kualitas hasil belajar dapat tercapai dengan optimal.

Kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolok ukur keberhasilan tindakan dalam siklus 2 antara lain : siswa merasa lebih semangat dan tertarik dengan pembelajaran lempar turbo melalui penerapan media bantu yang dimodifikasi menggunakan kertas bekas dan bola berekor, sehingga siswa memiliki minat serta lebih termotivasi dalam mengikuti pembelajaran lempar turbo yang selama ini dianggap menjemukan dapat menjadi pembelajaran yang menyenangkan.

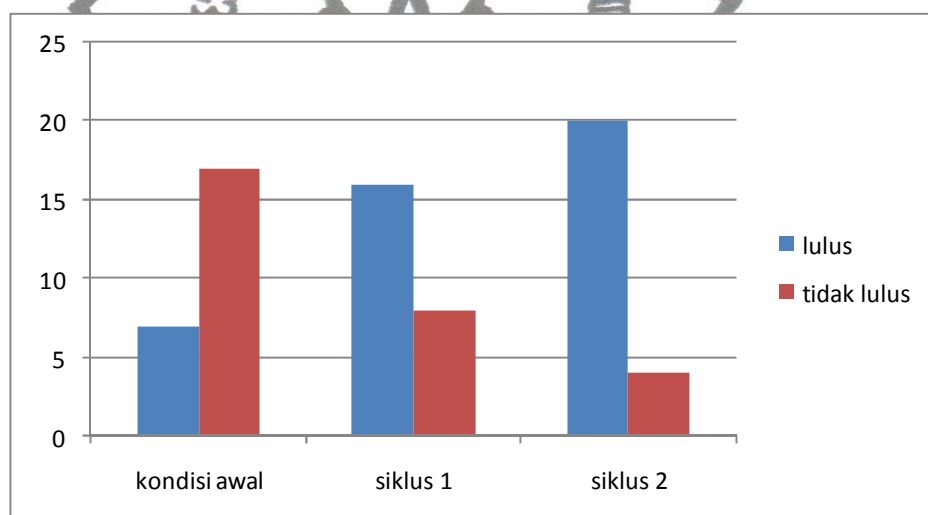
Peningkatan hasil belajar lempar turbo siswa dari kondisi awal, siklus 1 dan siklus 2 dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.4 Peningkatan Hasil Belajar Lempar Turbo Kondisi Awal ke Siklus 2

Kondisi Awal		Siklus 1		Siklus 2		Peningkatan kondisi awal ke siklus 2
Tuntas	Belum tuntas	Tuntas	Belum tuntas	Tuntas	Belum tuntas	
7	17	16	8	20	4	13
29,17%	70,83%	66,67%	33,33%	83,33%	16,67%	54,17 %

Dari tabel 4.4 dapat diperoleh informasi bahwa rata – rata hasil belajar lempar turbo siswa siswi kelas V SD Negeri Kadipiro 1, Kecamatan Samberejo Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2011 / 2012 dari kondisi awal hingga siklus 2 meningkat sebesar 54,17 dimana pada kondisi awal hanya 29,17 sedangkan setelah diberi pembelajaran dengan penerapan media bantu kertas bekas dan bola berekor pada siklus 1 dan 2 meningkat menjadi 83,33 pada siklus 2. Dari peningkatan tersebut diketahui hanya 4 siswa yang memiliki nilai dibawah KKM, sedangkan 20 siswa mengalami peningkatan dalam hasil lempar turbo.

Dibawah ini disajikan grafik perbandingan hasil lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Samberejo Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2011 / 2012 dari kondisi awal ke siklus 1 dan siklus 2



Gambar 4.4. Perbandingan Hasil Lempar Turbo Dari Kondisi Awal ke Siklus 1 dan Siklus 2.

Berdasarkan observasi pada siklus 2 berikut analisa dan refleksi siklus 2

- 1) Model pembelajaran melalui penerapan pendekatan media bantu yang dimodifikasi yang diterapkan oleh guru dan kolabolator cukup efektif untuk meningkatkan hasil belajar dan minat siswa terhadap pembelajaran lempar turbo , sehingga proses pmbelajaran serta tranfer materi dapat berlangsung lebih maksimal, serta penguatan materi yang dilakukan pada siklus 2 dapat dilaksanakan dengan baik.



- 2) Jumlah dan frekuensi pertemuan siklus 2 telah menunjukkan hasil yang sesuai dengan target penelitian dalam meningkatkan hasil belajar lempar turbo . Dari hasil belajar siswa yang diperoleh pada siklus 2 diketahui bahwa peneliti tindakan kelas dirasa sudah optimal sesuai dengan apa yang diharapkan.

### C. Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus

Berikut hasil penelitian pelaksanaan tindakan kelas pada siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011 / 2012 :

#### 1. Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Lempar turbo Kondisi Awal ke Siklus 1

Berikut tabel perbandingan peningkatan hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen tahun Pelajaran 2011 / 2012 dari kondisi awal ke siklus 1 :

Tabel 4.5 Perbandingan Peningkatan rata- rata hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen Tahun pelajaran 201 / 2012 dari kondisi awal ke siklus 1

Rata – rata Kondisi Awal Hasil belajar Lempar turbo	Rata – rata Hasil belajar Lempar turbo pada Siklus 1	Peningkatan Hasil belajar Lempar turbo
7 (29,17%)	16 (66,67%)	9 (37,50%)

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa, rata – rata hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan sambirejo Kabupatn Sragen tahun pelajaran 201 / 2012 mengalami peningkatan.

#### 2. Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Lempar turbo siklus 1 ke Siklus 2

Tabel 4.6. Perbandingan Peningkatan Rata – Rata Hasil Belajar Lempar Turbo Siswa Kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Tahun Pelajaran 2011 / 2012 dari Siklus 1 ke Siklus 2

Rata – rata Ketuntasan pada Siklus 1	Rata – rata Ketuntasan pada Siklus 2	Peningkatan rata-rata Ketuntasan
16 (66,67%)	20 (83,33%)	4 (16,67%)

Berdasar tabel 4.6 diketahui bahwa rata- rata hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2011 / 2012 meningkat dari siklus 1 ke siklus 2 sebesar 16,67.

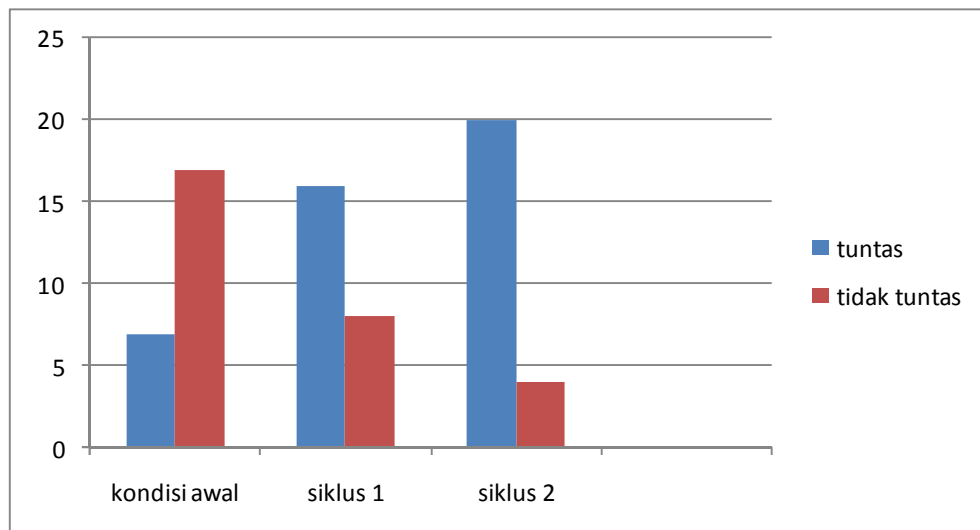
- Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Lempar Turbo dari Kondisi Awal ke Siklus 2.

Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Lempar Turbo Siswa Kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen Tahun Pelajaran 2011 / 2012 dari Kondisi Awal ke Siklus 2 disajikan dalam tabel 4.7 berikut:

Tabel 4.7. Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Lempar Turbo dari Kondisi Awal ke Siklus 2

Rata – rata Ketuntasan Kondisi Awal	Rata – rata ketuntasan pada Siklus 2	Peningkatan Hasil belajar Lempar turbo
7 (29,17%)	20 (83,33%)	13 (54,17%)

Rekapitulasi hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2011 / 2012 dari kondisi awal ke siklus 2 disajikan dalam gambar 4.5 berikut:



Gambar 4.5 Histogram Rekapitulasi hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2011 / 2012 dari kondisi awal ke siklus 2

Berdasar gambar 4.4, diketahui bahwa rata - rata hasil belajar lempar turbo siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan sambirejo Kabupaten sragen tahun pelajaran 2011 / 2012 meningkat dari kondisi awal ke siklus 2 sebesar 54,17

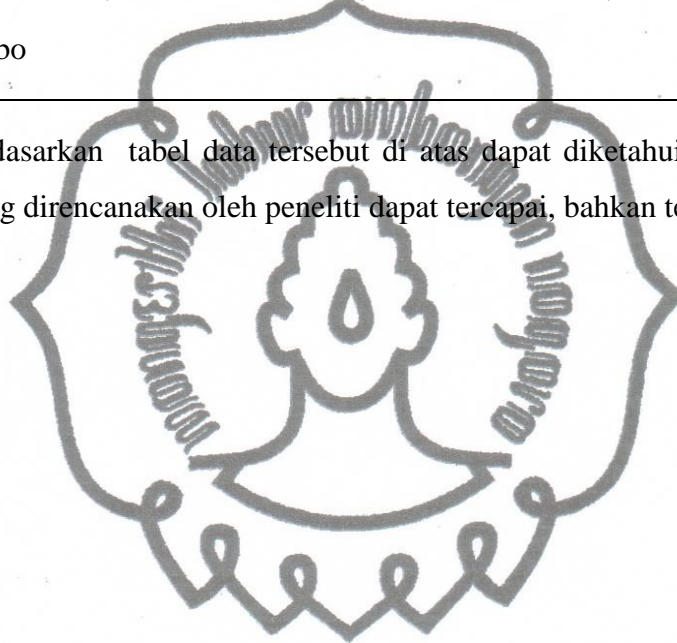
#### D. Pembahasan

Dengan adanya tindakan yang dilakukan oleh peneliti dengan metode yang bervariasi pada tiap pertemuan masing-masing siklus, dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam lempar turbo dengan indikator yang ditetapkan. Peningkatan ini tidak terlepas dari tahapan-tahapan yang dirancang dengan matang oleh peneliti dan kolaborator. Refleksi tiap akhir siklus sangat penting untuk menentukan rancangan pada siklus berikutnya, hal ini dapat melihat keberhasilan dan kendala yang ada sehingga mendorong untuk dilakukan perbaikan dan diberikan pengayaan pada siklus berikutnya. Peningkatan dari siklus I ke siklus II dapat dilihat pada tabel 4.6.

Tabel 4.7. Deskripsi Capaian Hasil Belajar Lempar Turbo Antarsiklus

Aspek yang diukur	Prasiklus	Akhir siklus I		Akhir siklus II		Cara mengukur
		Target	Capaian hasil	Target	Capaian hasil	
Proses dan produk hasil belajar lempar turbo	29,17%	50%	66,67%	80%	83,33 %	Melalui pengamatan dan tes unjuk kerja lempar turbo

Berdasarkan tabel data tersebut di atas dapat diketahui bahwa indikator capaian yang direncanakan oleh peneliti dapat tercapai, bahkan terlampaui.



---

## BAB V

### KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari hasil pembahasan pada bab sebelumnya, dalam proses pembelajaran lempar turbo dilaksanakan melalui dua siklus. Setiap siklus dua kali pertemuan, setiap pertemuan terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Dalam proses pembelajaran melalui penerapan atau penggunaan media bantu pembelajaran yang dimodifikasi berupa bola, kapal terbang, longsongan kertas seperti terompet yang terbuat dari kertas bekas, bola berekor menimbulkan minat dan motivasi siswa untuk belajar. Dalam proses pembelajaran siswa tidak mudah bosan, dalam mengikuti pembelajaran lebih semangat, tertarik serta merasa senang. Ketrampilan melakukan rangkaian gerak dasar melempar, penyajian materi dan metode yang bervariasi membuat siswa senang dan sangat menikmati jalannya pembelajaran. Pembelajaran berjalan dengan baik sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran ( RPP ). Siswa pun dapat mengikuti langkah demi langkah dalam pembelajaran.

Hasil analisa produk yang diperoleh dari 24 siswa, pada kondisi awal ( pra siklus) siswa yang tuntas 7 ( 29,17 % ) dari kondisi awal ke siklus 1 dan siklus 2 mengalami peningkatan, dari kondisi awal ke siklus 1(37,51) dan siklus1 ke siklus 2(16,67%) peningkatan dapat dilihat dari ketentuan nilai kriteria ketuntasan minimal / KKM ( 68,00 ) pada kondisi awal siswa hanya 7 siswa dari 24 siswa yang memiliki nilai di atas KKM( 68.00) atau tuntas sebesar 29,17%. Dari kondisi awal ke siklus 1 sebanyak 16 dari 24 siswa atau tuntas sebesar(66,67%), peningkatan kondisi awal ke siklus 2 sebanyak 20 siswa dari 24 siswa, tuntas sebesar(83,33%) siswa yang memiliki nilai di atas KKM(68.00).

Kesimpulan melalui penerapan media bantu pembelajaran yang dimodifikasi berupa kertas koran bekas, bola berekor dapat meningkatkan hasil belajar lempar turbo pada siswa kelas V SD Negeri Kadipiro 1 Kecamatan Sambirejo Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2011 / 2012, peningkatan hasil

belajar siswa dari pra siklus sampai siklus 2 dari 24 siswa yang memiliki nilai di atas KKM 68,00 tuntas sebesar 83,33%. Indikator capaian yang direncanakan peneliti ( 80 % ) dapat tercapai, bahkan terlampaui.

### **B. Implikasi**

Peneliti memberikan diskripsi yang jelas bahwa, melalui penerapan media bantu pembelajaran yang dimodifikasi ( kertas koran bekas, bola berekor ) yang dimodifikasi serupa dengan pembelajaran lempar turbo, sesuai dengan latar belakang masalah yang terjadi serta sesuai dengan karakteristik siswa, dapat memotivasi, menarik bahkan siswa merasa lebih semangat dalam mengikuti pembelajaran. Sehingga dalam mengikuti pembelajaran lempar turbo yang selama ini dianggap menjenukan /membosankan menjadi pembelajaran yang menyenangkan Kemampuan guru dalam mengembangkan materi , menyampaikan materi, mngelola kelas, metode yang digunakan dalam pembelajaran , serta teknik yang digunakan guru sebagai sarana untuk menyampaikan materi.

Faktor dari siswa yaitu minat, motivasi dan semangat dalam mengikuti proses pembelajaran , ketersediaan alat / media yang menarik dapat membantu siswa dalam mengikuti pembelajaran, sehingga dalam pembelajaran lempar turbo dapat meningkatkan hasil belajar yang optimal.

Kendala yang ditemukan selama proses pembelajaran lempar turbo antara lain ; (1) masih ada sebaaian siswa yang bersendagurau dengan teman/ bermain – main menggunakan alat seenaknya saja( untuk memukul teman), (2) sarana yang belum memadai / maksimal, sehingga banyak siswa saling berebut peralatan,(3) aktivitas sebaaian siswa masih tergantung dari perintah dan aba – aba guru, hal ini dikarenakan belum memahami secara sepenuhnya tentang tujuan dalam pembelajaran lempar turbo.

### **C. Saran**

Berikut saran - saran yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani dalam hal ini antara lain :

1. Bagi sekolah

Alat dan fasilitas untuk pembelajaran mohon ditambah atau dilengkapi, sehingga guru dalam hal ini dapat mengajar dengan baik dan siswa dapat menerima materi dengan optimal

2. Bagi guru

Dalam pembelajaran lempar turbo sebaiknya dalam penyampaian materi ditambah dengan permainan yaitu permainan – permainan yang menyenangkan yang mengarah pada materi yang akan dilaksanakan. Penggunaan media /alat pembelajaran semaksimal mungkin agar siswa dapat belajar dengan optimal.

3. Bagi siswa

Dalam pembelajaran siswa bersikap aktif dan sungguh – sungguh serta memiliki motivasi dalam mengikuti pembelajaran , sehingga pembelajaran yang diikuti akan lebih bermanfaat dan berhasil optimal.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Agus Kristiyanto, (2010). Penelitian Tindakan Kelas Dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olahraga, UNS Press..
- Agus Kristiyanto, Hanik Liskustyawat, Budhi Satyawan , (2012 ), Modul PLPG UNS Surakarta.UNS Press
- Agus Mukholid,( 2011), Dalam Dasar – Dasar Pendidikan Jasmani.UNS Press.
- Departemen Pendidikan Nasional, (2001) , Pedoman Pengajaran Permainan di Sekolah Dasar, Dirjen Dikdasmen Jakarta
- Departemen Pendidikan Nasional, (2009), Petunjuk Pelaksanaan Lomba Kids Athletics Sekolah Dasar. Dirjen Dikdasmen Jakarta.
- Geryy A. Carr,(1997) ,Atletik untuk sekolah , PT Raja Grafindo Persada , Jakarta.
- Iskandar,(2009),Penelitian Tindakan Kelas, Jakarta Gaung Persada ( GP ) Press.
- Nana Sundjana,(2005) Dasar – dasar Proses Belajar Mengajar , Bandung,Sinar Baru Algensindo
- Purwadarminta ,(2007), Dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia Edisi ketiga Susunan W.J.SPoerwadarminta, Diolah kembali oleh Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional Balai Pustaka Jakarta
- Soegito dkk ,(1993) , Pendidikan atletik PPDO 2132 Modul 7 – 12 Depdikbud Bagian Proyek Penataran Guru Pendidikan jasmani dan kesehatan SD Setara D II.
- Soepariono,( 2004), Pembelajaran Atletik PPGK 3134 ( Modul 1 s/d 3) Depdiknas, Bagian Proyek Pengendalian dan Peningkatan Mutu Guru Penjas Dikdasmen.
- Waloyo, (2011). Tehnologi Pendidikan Dalam Pendidikan Jasmani . Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Wina Sanjaya,(2006) Pembelajaran Dalam Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi, Jakarta, kencana Media Group.
- Yudha, M. , (2001) , Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar, Sebuah Pendekatan Pembelajaran Permainan. Jakarta Depdiknas, Depdikmen



