

**APLIKASI MODEL PEMBELAJARAN BERMAIN MELALUI AKTIVITAS  
SIRKUIT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR  
GERAK DASAR LONCAT PADA SISWA KELAS III  
SEKOLAH DASAR NEGERI 04 BEJEN  
KARANGANYAR**



**IKHSAN SHOBARI**

**X 4610068**

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

**SURAKARTA**

**Oktober 2012**

*commit to user*

**PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

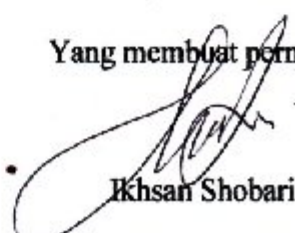
Nama : Ikhsan Shobari  
NIM : X4610068  
Jurusan/Program Studi : JPOK/Penjaskesrek KG

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“APLIKASI MODEL PEMBELAJARAN BERMAIN MELALUI AKTIVITAS SIRKUIT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LONCAT PADA SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR NEGERI 04 BEJEN KARANGANYAR ”** 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, Oktober 2012

Yang membuat pernyataan



Ikhsan Shobari

NIM. X4610068

**APLIKASI MODEL PEMBELAJARAN BERMAIN MELALUI AKTIVITAS  
SIRKUIT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR  
GERAK DASAR LONCAT PADA SISWA KELAS III  
SEKOLAH DASAR NEGERI 04 BEJEN  
KARANGANYAR**



**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi syarat mendapatkan  
Gelara Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani  
Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan  
Olahraga dan Kesehatan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
S U R A K A R T A  
Oktober 2012**

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi pada Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.



Surakarta, Oktober 2012

Pembimbing I



Drs.H. Sunardi, M.Kes  
NIP.1958.121.199003.1004

Pembimbing II



Dra. Idr. Aprilijanto U., M.Kes  
NIP. 19640417 199003 1 001

**PENGESAHAN**

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

Hari : Jum'at  
Tanggal : 19 Oktober 2012

Tim Penguji Skripsi :  
(Nama Terang)

Ketua : Drs.H Mulyono,MM  
Sekretaris : Slamet Riyadi, S.Pd., M. Or.  
Anggota I : Drs. H. Sunardi, M. Kes.  
Anggota II : Drs. Tri Aprilijanto Utomo, M. Kes.

(Tanda Tangan)



Disahkan oleh :  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Sebelas Maret



## ABSTRAK

Ikhsan Shobari. **APLIKASI MODEL PEMBELAJARAN BERMAIN MELALUI AKTIVITAS SIRKUIT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LONCAT PADA SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR NEGERI 04 BEJEN KARANGANYAR TAHUN AJARAN 2011/2012.** Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Oktober 2012.

Penelitian ini bertujuan untuk: meningkatkan hasil belajar gerak dasar loncat melalui penerapan pendekatan bermain dengan metode aktifitas sirkuit (MAS) pada siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011 / 2012.

Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam penelitian dilaksanakan dalam dua siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011 / 2012 yang berjumlah 42 siswa yang terdiri dari 19 siswa laki-laki dan 23 siswa perempuan. Data hasil belajar gerak dasar loncat diperoleh melalui tes unjuk kerja, lembar observasi digunakan untuk mengumpulkan data kegiatan siswa di dalam mengikuti proses pembelajaran gerak dasar loncat melalui penerapan pendekatan bermain dan MAS dengan menggunakan teknik prosentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran.

Hasil penelitian kemampuan siswa dalam melakukan rangkaian gerak dasar loncat meningkat dari 33,3 % atau 14 siswa yang mencapai batas tuntas pada kondisi awal menjadi 61,8 % atau 26 siswa yang mencapai batas tuntas pada akhir siklus I dan meningkat menjadi 85,7% atau 36 siswa yang mencapai batas tuntas pada akhir siklus II.

Kesimpulan penelitian ini adalah penerapan pendekatan bermain dan MAS dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar loncat siswa kelas III Sekolah Dasar Negeri 04 Bejen Karanganyar tahun ajaran 2011/2012.

Kata kunci : gerak dasar, pendekatan bermain, MAS, hasil belajar.

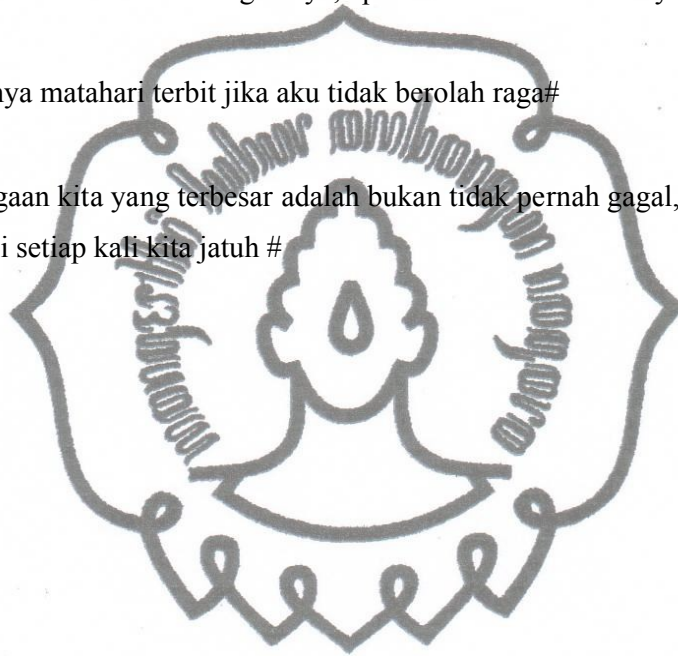
## MOTTO

#Saya datang, saya bimbingan, saya ujian, saya revisi dan saya menang!#

#Kegagalan bukanlah akhir segalanya,tapi awal dari kesuksesan yang tertunda#

#Apa artinya matahari terbit jika aku tidak berolah raga#

# Kebanggaan kita yang terbesar adalah bukan tidak pernah gagal, tetapi bangkit kembali setiap kali kita jatuh #



## PERSEMBAHAN

Teriring Syukurku pada-Mu,kupersembahkan karya ini untuk:

- ❖ “Sekolah Dasar Negeri 04 Bejen Karanganyar”
- ❖ “Bapak Sukiyono dan Ibu Suparmi selaku orang tua”  
Doamu yang tak pernah putus dan tiada kasih sayang yang seindah dan seabadi kasih sayangmu,selalu membimbingku,memberi suport dan semangat.
- ❖ “Adikku Tyas tercinta”
- ❖ “Seseorang yang saya sayangi,Ramadhani Galih N”
- ❖ “Bapak Tri Harso Selaku Guru Penjas,dan Bapak Sutardi Selaku Kepsek”  
Terima kasih selalu memberi suport,Memberikan pengarahan dalam Mengerjakanskripsi .
- ❖ ”Bapak Suryadi dan Ibu Endang setyowati.  
Trimakasih atas semangat yang diberikan.”
- ❖ “Teman-teman S1 Transfer Angkatan 2010”
- ❖ “Teman (yuky, muklis, taufik, davit, triplek dan nuri)”  
kalian-lah teman-teman yang selalu membantu aku sewaktu aku mengalami kesulitan.
- ❖ “Almamater”



## KATA PENGANTAR

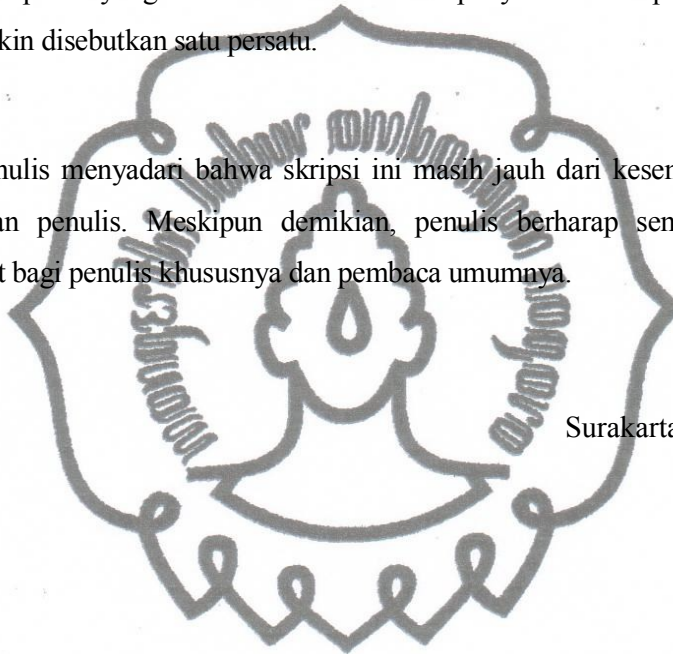
Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, yang memberi ilmu, inspirasi, dan kemuliaan. Atas kehendak-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul ” **APLIKASI MODEL PEMBELAJARAN BERMAIN MELALUI AKTIVITAS SIRKUIT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LONCAT PADA SISWA KELAS III SEKOLAH DASAR NEGERI 04 BEJEN KARANGANYAR**”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Penulis menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Bapak Drs. H. Sunardi, M.Kes selaku pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun skripsi.
5. Bapak Drs. Tri Aprilijanto Utomo ,M.Kes selaku pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan semangat dalam menyusun skripsi.
6. Sutardi S.Pd selaku Kepala Sekolah SD Negeri 04 Bejen Karanganyar yang telah memberi kesempatan dan tempat guna pengambilan data dalam penelitian.
7. Tri Harso, S.Pd selaku Guru Penjasorkes SD Negeri 04 Bejen Karanganyar yang telah memberikan ijin dan menjadi guru kolaborasi dalam penelitian ini.

8. Bapak dan ibu tercinta yang tidak henti-hentinya mendoakan dan mendukung saya.
9. Siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar yang telah bersedia menjadi subyek penelitian.
10. Semua pihak yang turut membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena keterbatasan penulis. Meskipun demikian, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca umumnya.



Surakarta, Oktober 2012

Penulis,

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PENGAJUAN SKRIPSI .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
HALAMAN ABSTRAK .....	vi
HALAMAN MOTTO .....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Perumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II LANDASAN TEORI .....	7
A. Tinjauan Pustaka .....	7
1. Atletik .....	7
a. Pengertian Atletik .....	7
b. Gerak Dasar Loncat .....	7
c. Meloncat duaKaki .....	8
2. Hakekat Pembelajaran .....	8
a. Pengertian Pembelajaran .....	8

b.	Tujuan Pembelajaran .....	10
c.	Prinsip-prinsip Pembelajaran .....	11
d.	Media Pembelajaran .....	13
e.	Assesmen Pembelajaran.....	15
f.	Rencana Pelaksanaan Pembelajaran.....	15
g.	Evaluasi Pembelajaran.....	16
3.	Pengertian Bermain .....	17
a.	Bermain Sambil Belajar.....	19
b.	Aspek-aspek Dalam Bermain.....	20
4.	Pembelajaran Loncat Dengan (MAS).....	22
a.	Model Aktifitas Sirkuit.....	22
b.	(MAS) Dalam Pembelajaran Loncat.....	26
5.	Model Pembelajaran .....	27
a.	Pengertian Model Pembelajaran.....	27
b.	Hakikat Model Pembelajaran.....	27
B.	Kerangka Berfikir.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....		31
A.	Waktu Dan Tempat Penelitian .....	31
1.	Waktu Penelitian .....	31
2.	Tempat Penelitian .....	31
B.	Subjek Penelitian.....	32
C.	Teknik Pengumpulan Data Dan Sumber Data .....	32
D.	Teknik Analisis Data .....	33
E.	Prosedur Penelitian.....	34
F.	Rancangan Siklus I .....	37
1.	Tahap Perencanaan .....	37
2.	Tahap Pelaksanaan.....	37
3.	Pengamatan Tindakan (Observasi).....	38
4.	Tahap Evaluasi atau Refleksi .....	38

G. Rancangan Siklus II.....	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Deskripsi Tiap Siklus .....	36
1. Pra Siklus.....	40
2. Siklus I.....	38
a. Rencana Tindakan I.....	42
b. Pelaksanaan Tindakan I.....	43
c. Observasi dan Tindakan I.....	45
d. Analisis dan Tindakan I.....	48
e. Data Deskripsi Tindakan I.....	50
3. Siklus II.....	51
a. Rencana Tindakan I.....	51
b. Pelaksanaan Tindakan II.....	52
c. Observasi dan Interpretasi II.....	54
d. Analisis dan Refleksi Tindakan II.....	57
e. Deskripsi Data Tindakan II.....	58
B. Pembahasan Hasil Penelitian.....	59
BAB V SIMPULAN,IMPLIKASI DAN SARAN .....	60
A. Simpulan .....	60
B. Implikasi .....	61
C. Saran .....	63
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN.....	65

**DAFTAR TABEL**

Tabel	Halaman
1. Rincian kegiatan dan waktu pelaksanaan	31
2. Pengumpulan data penelitian.....	32
3. Teknik dan alat Pengumpulan Data.....	34
4. Prosentasi Target Capaian.....	38
5. Data Awal Gerak Dasar Loncat Sebelum Diberi Tindakan.....	41
6. Data Hasil Belajar Gerak Dasar Loncat Setelah Tindakan I.....	50
7. Data Hasil Belajar Gerak Dasar Loncat Setelah Tindakan II.....	58
8. Perbandingan Hasil Gerak Dasar Loncat Setelah Diberi Tindakan.....	59
9. Deskripsi Hasil Belajar Pra Siklus.....	60

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar	Halaman
1 Gerak Dasar Loncat .....	8
2 Skema Aktifitas Sirkuit .....	23
3 Pos 1 Permainan Estafet Kardus.....	24
4 Pos 2 Permainan Lempar Gelang .....	24
5 Pos 3 Sirkuit Keterampilan.....	25
6 Pos 4 Permainan Halang Rintang .....	25
7 Kerangka Konseptual.....	29
8 Alur Tahapan Siklus dalam Penelitian Tindakan Kelas.....	36
9 Dokumentasi Alur Pembelajaran.....	128

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran	Halaman
1. Silabus pembelajaran .....	66
2. Rpp siklus I.....	68
3. Rpp siklus II .....	89
4. Lampiran data prasiklus.....	110
5. Lampiran data siklus I.....	112
6. Lampiran performace siklus I.....	118
7. Lampiran data siklus II.....	120
8. Lampiran pefomance siklus II.....	126
9. Dokumentasi dan surat permohonan ijin penelitian .....	128



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya peningkatan mutu sumber daya manusia Indonesia, hasil yang diharapkan itu akan dapat dicapai dalam waktu cukup lama. Oleh karena itu, jasmani dan olahraga terus ditingkatkan dan dilakukan dengan kesabaran dan keikhlasan. Hal ini tentu diperlukan suatu tindakan yang mendukung terciptanya pembelajaran yang kondusif. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan.

Atletik merupakan cabang olahraga yang paling tua usianya dan salah satu cabang olahraga yang diajarkan dalam pendidikan jasmani. Maksud dan tujuan diajarkannya cabang olahraga atletik yaitu, untuk membantu perkembangan dan pertumbuhan siswa serta mengenalkan nomor-nomor cabang olahraga atletik. Pembentukan gerak dasar khususnya pembentukan gerak dasar atletik adalah suatu dorongan dalam usaha mengalihkan bentuk-bentuk gerakan yang telah dimiliki anak sebelum memasuki sekolah menjadi bentuk-bentuk gerakan dasar yang mengarah pada gerakan dasar atletik”.

Cabang olahraga atletik didalamnya terdiri dari empat nomor utama yaitu jalan, lari, lompat dan lempar atau tolak. Dari setiap nomor tersebut di dalamnya terdapat beberapa nomor yang diperlombakan. Untuk nomor lari terdiri atas: lari jarak pendek, jarak menengah, jarak jauh atau marathon, lari gawang, lari sambung. Nomor lompat meliputi: lompat jauh, lompat tinggi, lompat jangkit, lompat tinggi galah, loncat indah. Nomor lempar meliputi lempar cakram, lempar lembing, tolak peluru dan lontar martil.

Loncat merupakan salah satu nomor dalam cabang olahraga atletik kids yang mempunyai peran penting untuk menunjang perkembangan dan pertumbuhan siswa. Pada dasarnya pembelajaran anak sekolah dasar dituntut

dalam penguasaan teknik yang mumpuni, namun lebih ditekankan pada gerak dasar yang telah tertulis dalam media pembelajaran

Dalam pembelajaran penjas di sekolah, seorang guru penjasorkes dituntut untuk mampu menciptakan kondisi belajar yang baik dan menyenangkan. Pembelajaran yang diberikan kepada siswa harus dapat membangkitkan motivasi belajar siswa, dengan memberikan bentuk-bentuk pembelajaran yang kreatif dan menyenangkan. Siswa perlu diberikan materi pelajaran dengan benar yang tersusun dengan baik dan bervariasi. Hal ini karena, anak-anak usia sekolah merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan, sehingga pembelajaran atletik yang diberikan harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak. Tingkat usia sekolah dasar (SD) merupakan masa dari anak-anak sehingga di tingkat usia anak SD khususnya kelas III masih didominasi oleh masa bermain sehingga guru harus menyesuaikan dengan usia perkembangan siswa.

Perkembangan anak SD masih senang dengan pembelajaran pendidikan jasmani yang bersifat bermain, karena pada usia tersebut mereka cenderung mencari sesuatu yang menyenangkan yaitu dengan bermain, termasuk dalam pembelajaran atletik. Semua guru penjas seharusnya mengerti bahwa apa yang seharusnya diajarkan pada peserta didik adalah keterampilan dasar yang mendasari cabang olahraga. Misalnya, pada pembelajaran loncat, apa yang harus dipelajari peserta didik adalah berbagai macam keterampilan meloncat dan mendarat dalam berbagai posisi atau sikap dengan memakai berbagai alat yang bisa diloncati. Dari segi kesiapan, seharusnya guru penjas lebih mengetahui perkembangan dan pertumbuhan peserta didik. Hal ini karena, pada masa-masa sekolah seperti siswa SD masih senang dengan bermain, maka dalam membelajarkan gerak dasar loncat harus disesuaikan dengan perkembangan dan pertumbuhan peserta didik, di antaranya dengan pendekatan bermain.

Berdasarkan karakteristik siswa Sekolah Dasar tersebut, maka pembelajaran gerak dasar loncat di Sekolah Dasar harus disesuaikan dengan kondisi siswa. Perlu diketahui oleh seorang guru bahwa siswa Sekolah Dasar mempunyai karakter cepat bosan. Untuk mengatasi hal tersebut, maka pembelajaran gerak dasar loncat hendaknya bisa diajarkan secara bervariasi dalam

bentuk aktivitas yang menyenangkan. Upaya meningkatkan hasil belajar siswa terhadap pelajaran atletik harus diterapkan melalui bentuk-bentuk pembelajaran yang sesuai dengan tingkat perkembangan siswa. Perkembangan anak SD masih senang dengan pembelajaran pendidikan jasmani yang bersifat bermain, karena pada usia tersebut mereka cenderung mencari sesuatu yang menyenangkan yaitu dengan bermain, termasuk dalam pembelajaran gerak dasar loncat. Seorang guru harus mampu menerapkan pembelajaran yang baik dan tepat. Dengan pembelajaran yang tepat, siswa akan mudah menerima materi pelajaran dan hasilnya juga akan optimal.

Dalam pelaksanaan pembelajaran atletik khususnya gerak dasar loncat di sekolah-sekolah, masih banyak para guru penjasorkes (Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan) belum memberikan suatu bentuk pelajaran yang sesuai, padahal pembelajaran gerak dasar loncat harus diajarkan sejak usia dini. Hal ini mengingat di dalam cabang olahraga atletik terdapat unsur dasar dari aktivitas manusia. Siswa perlu diberikan materi pelajaran dengan benar yang tersusun dengan baik dan bervariasi. Hal ini karena, anak-anak usia sekolah dasar merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan, sehingga pembelajaran atletik yang diberikan harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak. Tingkat usia SD merupakan masa-masa tumbuh dan berkembang sehingga di tingkat usia anak SD khususnya kelas III masih didominasi oleh masa bermain (siswa tertarik pada permainan) sehingga guru harus menyesuaikan dengan usia perkembangan siswa.

Dari observasi di SD Negeri 04 Bejen Karanganyar, diketahui pelaksanaan pembelajaran penjasorkes secara keseluruhan telah berjalan. Namun dalam sub pokok bahasan atletik khususnya materi gerak dasar loncat, masih banyak siswa yang belum maksimal dalam hasil belajarnya seperti siswa hanya mampu meloncat dengan sembarang, takut melakukan gerakan loncat, dan aspek dalam gerakan seperti awalan, melayang, mendarat masih banyak kesalahan. Dari (guru penjas/kolaborator) menyatakan bahwa jumlah 42 siswa, hanya 14 siswa atau 33% mampu melakukan rangkaian gerakan ketrampilan gerak dasar loncat dengan nilai lebih dari 75, dan 28 siswa atau 67% masih belum tuntas dengan nilai kurang dari

75. Padahal sesuai dengan (KKM) SD Negeri 04 Bejen, ketuntasan minimal disekolah tersebut adalah 75%, Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya siswa tidak tertarik terhadap mata pelajaran atletik khususnya loncat, sarana dan prasarana yang kurang memadai dan faktor perencanaan, pengemasan dan penyajian pembelajaran yang kurang menarik, di samping minimnya pengetahuan guru tentang perkembangan model dan desain pembelajaran khususnya yang terkait dengan pembelajaran Penjasorkes. Permasalahan pembelajaran tersebut tentunya berakibat pada prestasi belajar siswa, baik yang berhubungan dengan nilai proses maupun hasilnya.

Seiring dengan kemajuan di bidang teknologi pembelajaran, muncul banyak model pendekatan pembelajaran yang dapat menjadi salah satu alternatif dalam rangka mencari ragam jawaban dari permasalahan pembelajaran yang ada saat ini, sekaligus dapat digunakan untuk menciptakan suksesnya tujuan pembelajaran. Meskipun begitu, masih banyak guru yang belum memahami dan mengetahui tentang model pendekatan pembelajaran yang ada dan yang tengah berkembang. Mendesain, mengemas dan memberikan penyajian pembelajaran atletik yang menarik, praktis dan diminati siswa adalah tugas utama seorang guru. Oleh karena itu guru harus mampu menyesuaikan dan menganalisis karakteristik yang berhubungan dengan siswa dan materi pembelajaran tersebut. Guru juga harus mampu menerapkan model, metode dan strategi yang sesuai dengan materi pembelajaran yang akan disampaikan. Perlu disadari juga oleh para guru penjasorkes bahwa siswa SD merupakan masa perkembangan.

Terdapat berbagai model pendekatan pembelajaran yang menggunakan permainan sebagai mediasinya, seperti : (1) Model Pengembangan Penalaran melalui Permainan (MP3) (2) Model Keterpaduan Kebugaran Jasmani dan Keterampilan (MK3) (3) Model Aktivitas Sirkuit (MAS). MAS (Model Aktivitas Sirkuit). Bentuk-bentuk latihan dalam sirkuit adalah kombinasi dari semua unsur fisik. Model pendekatan pembelajaran yang dipakai untuk pembelajaran gerak dasar loncat salah satunya adalah model MAS karena meningkatkan peran aktivitas siswa untuk menerima pelajaran dan sekaligus mengapresiasi pembelajaran yang dilakukan. MAS juga bisa digunakan untuk cabang olahraga lainnya, karena menuntut kreativitas guru dalam menyusun pembelajaran tersebut.

Membelajarkan loncat dengan model permainan merupakan strategi dalam pembelajaran. Namun pada kenyataannya masih jarang para guru penjas menerapkannya. Pada umumnya para guru penjas lebih cenderung membelajarkan loncat secara konvensional. Pembelajaran secara konvensional lebih tepat diberikan jika dalam pembelajaran berorientasi pada penguasaan teknik gerak dasar loncat, namun aspek-aspek yang terdapat dalam peserta didik tidak dapat berkembang semua. Lain halnya pembelajaran dengan model permainan semua aspek yang terdapat dalam peserta didik dapat berkembang, termasuk skill atau keterampilan.

Memberikan model pembelajaran yang sesuai dengan perkembangan peserta didik adalah sangat penting. Model pembelajaran permainan merupakan strategi pembelajaran yang disesuaikan dengan perkembangan dan pertumbuhan peserta didik. Namun dari model pembelajaran permainan yang diberikan belum tentu peserta didik memahami keterkaitannya dengan tujuan yang hendak dicapai yaitu kemampuan gerak dasar loncat. Untuk mengetahui sejauh mana aktivitas siswa terhadap model pembelajaran permainan terhadap gerak lokomotor loncat, maka perlu dikaji dan diteliti melalui penelitian.

Dengan menggunakan bermain dengan MAS dapat menantang anak melalui aktivitas sirkuit keterampilan, merupakan cara yang sangat baik untuk mendorong dan meningkatkan keterlibatan di dalam rentang keterampilan dan aktivitas yang luas. Sirkuit keterampilan merupakan bentuk aktivitas yang dapat dilakukan kapan saja dan untuk cabang olahraga apa saja dan konsep sirkuit bukan merupakan hal yang baru. Guru dapat menggunakan sirkuit ini dalam mengajar atau melatih.

Berdasarkan uraian di atas, maka perlu dilakukan penelitian yang mendalam untuk mengetahui keefektifan penerapan pembelajaran MAS sebagai salah satu alternatif dalam permasalahan pembelajaran gerak dasar loncat pada siswa kelas III. Hal itu dilakukan sebagai upaya keberhasilan dalam pembelajaran gerak dasar loncat di SD Negeri 04 Bejen Karanganyar khususnya pada siswa kelas III. Maka diperlukan upaya pengoptimalan hasil belajar siswa melalui penelitian dengan judul “Aplikasi Model Pembelajaran Bermain Melalui Aktifitas Sirkuit

Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Loncat Pada Siswa Kelas III Sekolah Dasar Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Pelajaran 2011/2012”.

### **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

Bagaimana aplikasi model pembelajaran bermain dengan Metode Aktivitas Sirkuit (MAS) dapat meningkatkan hasil belajar loncat pada siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah dirumuskan di atas, penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui:

Peningkatan hasil belajar loncat pada siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar melalui penerapan pembelajaran bermain dengan menggunakan Metode Aktivitas Sikuit (MAS).

### **D. Manfaat Penelitian**

Setelah penelitian ini selesai, diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Bagi guru pendidikan jasmani, dapat dijadikan untuk masukan dalam memilih metode pembelajaran yang lebih baik dan efektif untuk meningkatkan hasil belajar loncat bagi siswanya.
2. Bagi Lembaga Pendidikan ( Instansi ), sebagai bahan masukan, saran, dan informasi untuk mengembangkan strategi belajar mengajar yang tepat dalam rangka meningkatkan kualitas proses dan kuantitas hasil belajar siswa maupun lulusan.
3. Bagi peneliti dapat menambah pengetahuan tentang karya ilmiah untuk dikembangkan lebih lanjut

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Tinjauan Pustaka

##### 1. Atletik

###### a. Pengertian Atletik

Atletik merupakan kegiatan jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan yang dinamis dan harmonis seperti: jalan,lari,lempar,lompat dan loncat.Djumidar (2007:1.3). Atletik merupakan aktivitas jasmani yang mendasar untuk cabang olahraga lainnya,juga merupakan unsur olahraga yang amat penting dalam acara pesta olahraga seperti PON, SEA GAMES, ASIAN GAMES dan OLIMPIADE. Atletik juga merupakan sarana untuk pendidikan jasmani dalam upaya meningkatkan daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan dan lain sebagainya, selain untuk sarana pendidikan juga sebagai sarana penelitian bagi para ilmuwan.

Atletik berasal dari bahasa Yunani *Athlon* atau *Athlum* yang berarti perlombaan, pertandingan, pergulatan, atau suatu perjuangan, orang yang melakukannya disebut *Athleta* (Atlet).

###### b. Gerak Dasar Loncat.

Meloncat adalah gerakan memindahkan tubuh dengan menggunakan dua kaki tumpu dari satu ketinggian dan mendarat tidak harus menggunakan kaki Djumidar (2007:6.3) Dalam hal ini kegunaan meloncat sendiri sebagai tujuan dari meningkatkan kekuatan otot pada kaki,sehingga apabila dapat diterapkan untuk pembelajaran sekolah dasar akan mempermudah proses pembelajaran gerak dan proses tumbuh kembang anak akan lebih mudah. Pada proses seperti ini kita akan mengambil beberapa contoh gerak dasar loncat yang sesuai untuk kurikulum anak sekolah dasar,supaya pada penerapannya akan mendapatkan hasil yang maksimal dan berjalan dengan baik. Diantaranya loncat menggunakan dua kaki bersamaan sebagai berikut.

REVISI

*commit to user*

### c. Meloncat Dua Kaki

Gerakan ini dilakukan dengan loncat menggunakan kedua kaki di tempat pada waktu meloncat, lutut dalam keadaan mengeper. Sementara itu, lengan bergerak mengayun di pinggang dan siku bengkok. Tegakkan badan dan arahkan pandangan lurus ke depan.



Gambar 1. Gerak Dasar Loncat  
Djumidar (2007:6.3)

## 2. Hakekat Pembelajaran

### a. Pengertian Pembelajaran

Dalam aktivitas kehidupan manusia sehari-hari hampir tidak pernah dapat terlepas dari kegiatan belajar, baik ketika seseorang melaksanakan aktivitas sendiri, maupun di dalam suatu kelompok tertentu. Dipahami ataupun tidak dipahami, sesungguhnya sebagian besar aktivitas di dalam kehidupan sehari-hari kita merupakan kegiatan belajar. Dengan demikian dapat kita katakan, tidak ada ruang dan waktu di mana manusia dapat melepaskan dirinya dari kegiatan belajar, dan itu berarti pula bahwa belajar tidak pernah dibatasi usia, tempat maupun waktu, karena perubahan yang menuntut terjadinya aktivitas belajar itu juga tidak pernah berhenti. Istilah pembelajaran sama dengan *instruction* atau pengajaran. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2009: 9), “belajar adalah sebuah perilaku. Pada saat orang belajar, maka responnya menjadi lebih baik”.



Pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya, sehingga terjadi perubahan perilaku ke arah 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 untuk memfasilitasi dan meningkatkan proses belajar, maka kegiatan pembelajaran berkaitan erat dengan jenis belajar dan 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. Namun setelah guru berusaha untuk memusatkannya dan menangkap 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 dan perencanaan materi agar terjadi proses pembelajaran di dalam maupun di luar kelas.

Dengan demikian proses belajar bisa terjadi di kelas, lingkungan sekolah, dan dalam kehidupan masyarakat, termasuk dalam bentuk interaksi sosial kultural melalui media masa. 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 di kelas dan lingkungan.

Menurut pasal 1 butir 20 UU No tahun 2003 tentang Sisdiknas, pembelajaran adalah, “ Proses interaksi peserta didik dan sumber belajar ada pada suatu lingkungan belajar ”. Jadi kita dapat mengetahui bahwa ciri pembelajaran yaitu inisiasi, fasilitasi, dan peningkatan proses belajar siswa. Hal ini menunjukkan bahwa unsur kesengajaan dari pihak diluar individu yang melakukan proses belajar, dalam hal ini pendidik secara perorangan atau kolektif dalam suatu sistem, merupakan ciri utama dalam pembelajaran.

## **b. Tujuan Pembelajaran**

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 menyadari benar-benar 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 seseorang yang memiliki pengetahuan dan ketrampilan yang lebih dari pada 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 oleh seorang guru ini sesuai dengan yang dikemukakan Nana Sudjana (2005: 19) yaitu:

Untuk keperluan analisis tugas guru sebagai pengajar, maka kemampuan guru atau kompetensi guru yang banyak hubungannya dengan usaha meningkatkan proses dan hasil belajar dapat diguguskan kedalam 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. Husdarta dan Yudha M. Saputra (2000: 4) bahwa:

Tugas utama guru adalah untuk menciptakan iklim atau atmosfer supaya proses belajar terjadi di kelas dan di lapangan, 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 yang 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.

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.

### **c. Prinsip-Prinsip Pembelajaran**

Dalam proses pembelajaran, guru dituntut untuk mampu mengembangkan potensi-potensi peserta didik secara optimal. Upaya untuk mendorong terwujudnya perkembangan potensi peserta didik tersebut tentunya merupakan suatu proses panjang yang tidak dapat diukur dalam periode tertentu, apalagi dalam waktu yang sangat singkat. Meskipun demikian, indikator terjadinya perubahan ke arah perkembangan pada peserta didik dapat dicermati melalui instrument-instrumen pembelajaran yang dapat digunakan guru. Belajar suatu ketrampilan adalah sangat kompleks. Belajar membawa suatu perubahan pada individu yang belajar. Perubahan akibat dari belajar adalah menyeluruh pada diri siswa untuk mencapai perubahan atau peningkatan pada diri siswa, maka

dalam proses pembelajaran harus diterapkan prinsip-prinsip pembelajaran yang tepat. Anurrahman (2010: 133) menyatakan:

Beberapa hal yang dapat menjadikan kerangka dasar bagi penerapan prinsip-prinsip belajar dalam proses pembelajaran, yaitu:

- 1) Hal apapun yang dipelajari murid maka ia harus mempelajarinya sendiri. Tidak seorangpun yang dapat melakukan kegiatan belajar tersebut untuknya.
- 2) Setiap murid belajarmenurut tempo (kecepatannya) sendiri dan untuk setiap kelompok umur, terdapat variasi dalam kecepatan belajar.
- 3) Seorang murid belajar lebih banyak bilamana setiap langkah segera diberikan penguatan (*reinforcement*).
- 4) Penguasaan secara penuh dari setiap langkah-langkah pembelajaran, memungkinkan murid belajar secara lebih berarti.
- 5) Apabila murid diberikan tanggung jawab untuk mempelajari sendiri, maka ia lebih termotivasi untuk belajar, dan ia akan belajar dan mengingat lebih baik

Prinsip belajar menunjukkan kepada hal-hal penting yang harus dilakukan guru agar terjadi proses belajar siswa sehingga proses pembelajaran yang dilakukan dapat mencapai hasil yang diharapkan. Prinsip-prinsip belajar juga memberikan arah tentang apa saja yang sebaiknya dilakukan oleh guru agar para siswa dapat berperan aktif di dalam proses pembelajaran. Bagi guru, kemampuan menerapkan prinsip-prinsip belajar dalam proses pembelajaran akan dapat membantu terwujudnya tujuan pembelajaran yang dirumuskan dalam perencanaan pembelajaran. Pembelajaran yang didasarkan pada prinsip-prinsip belajar yang benar, maka akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

#### **d. Media dalam Pembelajaran**

##### **1) Pentingnya Pemanfaatan Media**

Media berasal dari bahasa latin *medius* yang berarti “tengah”, “perantara” atau “pengantar”. Benny A. Pribadi (2009: 46) mengatakan bahwa, “Media adalah sarana pembelajaran yang dapat digunakan untuk memfasilitasi aktivitas belajar”. Media dalam pembelajaran adalah sebuah perantara yang digunakan dalam pembelajaran untuk mengoptimalkan pesan yang disampaikan guru, sehingga siswa dapat memahami materi yang diajarkan. Mukhtar dan Iskandar, (2010: 209) menyatakan, “Pemanfaatan media adalah penggunaan media secara sistematis

dari sumber-sumber yang ditujukan bagi siswa, proses penggunaan media adalah merupakan proses pengambilan keputusan (*decision making*) berdasarkan pada spesifikasi desain instruksional”. Selanjutnya Azhar Arsyad (2009: 25-27) mengemukakan:

Beberapa manfaat dari penggunaan media pembelajaran, yaitu:

- a. Media pembelajaran dapat memperjelas penyajian pesan dan informasi sehingga dapat memperlancar dan meningkatkan proses dan hasil belajar.
- b. Media pembelajaran dapat meningkatkan dan mengarahkan perhatian anak sehingga dapat menimbulkan motivasi belajar, interaksi yang lebih langsung antara siswa dan lingkungannya dan kemungkinan siswa untuk belajar sendiri-sendiri sesuai dengan kemamouan dan minatnya.
- c. Media pembelajaran dapat mengatasi keterbatasan indera, ruang dan waktu.
- d. Media pembelajaran dapat memberikan kesamaan pengalaman kepada siswa tentang peristiwa-peristiwa di lingkungan mereka, serta memungkinkan terjadinya interaksi langsung dengan guru, masyarakat dan lingkungannya.

Pentingnya media pembelajaran guna meningkatkan mutu pembelajaran telah disadari oleh guru, tetapi masih banyak guru yang belum memanfaatkannya dengan maksimal. Semakin berkembangnya teknologi akan mempermudah penggunaan media dalam pembelajaran. Banyak sekali media yang dapat dipakai dalam pembelajaran, pemanfaatannya tergantung dari materi dan kompetensi yang akan dicapai. Dengan penggunaan media yang menarik dan tepat dapat meningkatkan antusiasme siswa terhadap pembelajaran sehingga siswa lebih aktif sesuai dengan pandangan konstruktivistik.

## 2) Macam-Macam Media Pembelajaran

Wina Sanjaya (2010: 211-212) mengklasifikasikan media pembelajaran dilihat dari sifatnya, media dapat dibagi dalam:

- a. Media auditif, yaitu media yang hanya dapat didengar saja, atau media yang hanya memiliki unsur suara, seperti rekaman suara.
- b. Media visual, yaitu media yang hanya dapat dilihat saja, tidak mengandung unsur suara, seperti foto.
- c. Media audio visual, yaitu jenis media yang selain mengandung unsur suara juga mengandung unsur gambar yang dapat dilihat, seperti rekaman video.

Rudy Brets, dalam Wina Sanjaya (2010: 212) mengklasifikasikan media menjadi tujuh kelompok, yaitu:

- a. Media audiovisual gerak, seperti film suara, pita video, film tv.
- b. Media audiovisual diam, seperti film rangkai suara.
- c. Media visual bergerak, seperti film bisu.
- d. Media visual diam, seperti halaman cetak, foto, *slide* bisu.
- e. Media audio, seperti telephone, radio.
- f. Media cetak, seperti buku, modul, bahan ajar mandiri.

Menurut Mukhtar dan Iskandar (2010: 211), “Media dikelompokkan menjadi dua bentuk yaitu: media siap pakai (*media by utilization*) dan media rancangan yang dipersiapkan secara khusus untuk maksud atau tujuan pembelajaran (*media by design*)”.

Dari berbagai macam media yang telah dijabarkan diatas tidak semua bisa digunakan dalam setiap proses pembelajaran. Pemilihan media tergantung dari kompetensi yang akan dicapai, materi yang diajarkan, karakteristik siswa serta penyediaan media pembelajaran disekolah. Dengan pemilihan media pembelajaran yang tepat diharapkan mampu mengoptimalkan kemampuan peserta didik baik dalam prosesnya maupun hasil akhirnya.

#### **e. Assesmen Pembelajaran**

Pengajar yang baik selalu menggunakan pengujian untuk mengukur pencapaian siswanya secara individu dalam pembelajaran dan efektivitas program pembelajaran. Sedangkan siswa yang baik selalu menguji dirinya sendiri untuk memahami dan mengingat keberadaannya sebagai bagian dari metode pembelajaran. Assesmen merupakan proses penilaian sekaligus monitoring terhadap interaksi pembelajaran. Assesmen dapat diartikan sebagai perangkat yang dipakai untuk melakukan evaluasi pembelajaran. Assesmen ini dapat dilakukan kapan saja, baik di dalam kelas maupun di luar kelas. Waktunya bisa di awal, tengah, atau akhir pembelajaran. Hal ini dilakukan secara terintegrasi dalam proses pembelajaran. Assesmen dapat disesuaikan dengan kurikulum pendidikan, materi dan kebutuhan dalam pembelajaran. Assesmen harus memenuhi semua unsur yang ada dalam ranah pembelajaran yang meliputi assesmen kognitif,

*commit to user*

afektif dan psikomotorik. Sehingga semua unsur yang digarap dalam pembelajaran (kognitif, afektif, psikomotor) dapat terukur dan terkontrol untuk mengetahui tingkat keberhasilan pembelajaran. Assesmen dalam pembelajaran juga dapat bermanfaat untuk memperoleh pemahaman menyeluruh sehingga dapat menentukan langkah untuk pemilihan strategi pembelajaran berikutnya. Data dari assesmen ini berupa data deskriptif.

#### **f. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran**

Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dapat diartikan sebagai perkiraan atau proyeksi mengenai tindakan apa yang akan dilakukan pada saat melaksanakan kegiatan pembelajaran. RPP juga menggambarkan prosedur dan pengorganisasian pembelajaran untuk mencapai satu kompetensi dasar yang ditetapkan dalam standar isi dan telah dijabarkan di dalam silabus. Langkah-langkah Penyusunan RPP yaitu (1) mengisi kolom identitas; (2) menentukan alokasi waktu yang dibutuhkan untuk pertemuan yang telah ditetapkan; (3) menentukan SK, KD dan indikator yang akan digunakan; (4) merumuskan tujuan pembelajaran berdasarkan SK, KD, dan Indikator yang telah ditentukan; (5) mengidentifikasi materi ajar berdasarkan materi pokok atau pembelajaran yang terdapat dalam silabus; (6) menentukan metode pembelajaran yang akan digunakan; (7) menentukan langkah pembelajaran yang terdiri dari kegiatan awal, inti, dan akhir; (8) menentukan alat/bahan/sumber belajar; (9) menyusun criteria penilaian, lembar pengamatan, contoh soal, teknik penskoran.

#### **g. Evaluasi Pembelajaran**

Kegiatan evaluasi merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas pembelajaran secara keseluruhan. Pembelajaran di lingkungan formal (selokah) adalah tanggung jawab guru atas hasil kegiatan yang dicapai oleh siswa. Dengan demikian, guru patut dibekali dengan ketrampilan melakukan evaluasi sebagai ilmu yang mendukung tugasnya yaitu mengevaluasi hasil pembelajaran siswa. Dalam hal ini, guru bertugas mengukur apakah siswa telah menguasai ilmu yang telah dipelajarinya sesuai tujuan pembelajaran yang dirumuskan. Eko Putro W

(2009: 2) mengemukakan, “Tes merupakan salah satu alat untuk melakukan pengukuran, yaitu alat untuk mengumpulkan informasi karakteristik suatu objek”. Nurkencana dan Sumartana yang dikutip oleh Sarwiji Suwandi (2010: 39) berpendapat bahwa, “Tes adalah suatu cara untuk melakukan penilaian yang berbentuk tugas-tugas yang harus dikerjakan siswa untuk mendapatkan data tentang nilai dan prestasi siswa tersebut yang dapat dibandingkan dengan yang dicapai kawan-kawannya atau nilai standar yang ditetapkan”. Sedangkan Bermawi Munthe (2009: 89) menyatakan, “Tes adalah suatu pertanyaan atau tugas yang setiap butirnya mempunyai jawaban yang dianggap benar untuk memperoleh informasi tentang kemampuan atau kompetensi (sebelum atau sesudah belajar)”.

Menurut Eko Putro W (2009: 2), “Pengukuran adalah kuantifikasi atau penetapan angka tentang karakteristik atau keadaan individu menurut aturan-aturan tertentu”. Sedangkan Zaenal Arifin (2009: 4) berpendapat bahwa, “Pengukuran adalah suatu proses atau kegiatan untuk menentukan kualitas sesuatu”. Bermawi Munthe (2009: 89) menambahkan, “Pengukuran adalah pemberian angka kepada suatu pertanyaan atau tugas menurut aturan, atau formula, atau standar, atau kriteria, yang jelas”.

Bermawi Munthe (2009: 89) menyatakan, “Penilaian adalah proses untuk mengambil suatu keputusan baik atau buruk atas hasil belajar dengan menggunakan instrumen tes atau nontes setelah mengadakan pengukuran tertentu”. Zaenal Arifin (2009: 4) berpendapat bahwa, “Penilaian adalah suatu proses atau kegiatan yang sistematis dan berkesinambungan untuk mengumpulkan informasi tentang proses dan hasil belajar peserta didik dalam rangka membuat keputusan-keputusan berdasarkan kriteria dan pertimbangan tertentu. Evaluasi sendiri mempunyai adalah pengujian tingkat penguasaan ilmu untuk menentukan hasil akhir dari capaian prestasi pembelajaran setiap siswa. Dari uraian tersebut, evaluasi mengarah pada hasil akhir pembelajaran yang dicapai oleh siswa. Hal ini dilakukan melalui analisis dan simpulan terhadap lembaran kerja siswa serta ulangan hariannya. Kegiatan evaluasi ini dilakukan pada akhir pembelajaran dengan waktu yang telah ditentukan/ terjadwal dan sifatnya sangat formal.



### 3. Pengertian Bermain

Menurut Dani Wardani (2009: 17-18) Permainan, bermain atau padanan kata dalam bahasa Inggris disebut “*games*” (kata benda), “*to play*” (kata kerja), “*toys*” (kata benda) ini berasal dari kata “*main*”. Dalam kamus bahasa Indonesia, kata main berarti “melakukan perbuatan untuk tujuan bersenang-senang (dengan alat tertentu atau tidak) ; berbuat sesuatu dengan sesuka hati, berbuat asal saja.” Dan dalam dunia psikologi kegiatan bermain dipandang sebagai “suatu kegiatan (atau lebih luasnya aktivitas) yang mengandung keasyikan (*fun*) dan dilakukan atas kehendak diri sendiri, bebas, tanpa paksaan dengan tujuan untuk memperoleh kesenangan pada waktu mengadakan kegiatan tersebut”.

Menurut Yudha M. Saputra (2001: 6) menyatakan ”Bermain adalah kegiatan yang menyenangkan”. Aip Syarifudin (2004: 17) mengartikan, ”Bermain adalah bentuk kegiatan yang bermanfaat/produktif untuk menyenangkan diri”. Budhi Satyawati (2010:10) menyatakan, ”Bermain merupakan salah satu aktifitas di dunia yang paling menyenangkan”. Selanjutnya M. Furqon Hidayatullah (2008: 4) menyatakan bahwa:

Bermain adalah aktifitas yang menyenangkan, serius dan sukarela, di mana anak berada dalam dunia yang tidak nyata atau sesungguhnya. Bermain bersifat menyenangkan karena anak diikat oleh sesuatu hal yang menyenangkan, dengan tidak banyak memerlukan pemikiran. Bermain juga bersifat serius karena bermain memberikan kesempatan untuk meningkatkan perasaan anak untuk menguasai sesuatu dan memunculkan rasa untuk menjadi manusia penting. Bermain bersifat tidak nyata karena anak berada di luar kenyataan, dengan memasuki suatu dunia imajiner. Bermain memberikan suatu arena di mana anak masuk dan terlibat untuk menghilangkan dirinya, namun secara berlawanan asas anak kadang-kadang menemukan dirinya dari bermain.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa aktifitas jasmani siswa yang dilakukan dengan rasa senang dan mempunyai tujuan pengembangan mempunyai dampak yang positif pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Sehingga melalui bermain dapat memberikan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk siswa.

Siswa dan bermain merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Bermain bagi siswa merupakan kebutuhan hidup seperti halnya

*commit to user*

kebutuhan akan makan, minum, tidur, dan lain-lain. Melalui bermain anak dapat mengaktualisasikan diri dan mempersiapkan diri untuk menjadi dewasa. Seperti halnya atletik adalah nuansa permainan menyediakan pengalaman gerak yang kaya yang membangkitkan motivasi pada siswa untuk berpartisipasi. Menurut Yudha M. Saputra (2001: 9-10) kegiatan atletik bernuansa permainan mengandung beberapa ciri sebagai berikut:

1. Siswa terlibat dalam tugas gerak yang bervariasi dengan irama tertentu.
2. Mengakibatkan kegemaran berlomba/bersaing secara sehat.
3. Menyalurkan hasrat siswa untuk mencoba menggunakan alat-alat berlatih.
4. Tugas gerak yang mengandung resiko yang sepadan dengan kemampuan siswa dan menjadi tantangan.
5. Menguji ketangkasan untuk melaksanakan tugas-tugas gerak yang baru.

Hibanna S. Rahman (2002: 85) mengartikan "Bermain adalah segala kegiatan yang dapat menimbulkan kesenangan bagi anak".. Sedangkan menurut Agus Mahendra (2004: 4) yaitu "Bermain adalah dunia anak, sambil bermain mereka belajar, dalam belajar, anak-anak adalah ahlinya".

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan yang dimaksud bermain adalah dunia anak yang menjadi aktifitas jasmani dengan cara melakukan sesuatu untuk bersenang-senang.

#### **a. Bermain Sambil Belajar**

Aktivitas bermain sangat disukai oleh anak-anak, sebab anak-anak lebih sering menghabiskan waktunya untuk bermain. Didalam dunia bermain anak-anak juga biasa sambil belajar. Namun permainan atau bermain sering dimaksudkan dengan suatu aktivitas yang bernada negatif (kurang berarti) setidaknya dilihat dari fungsi, seperti kegiatan bernuansa canda, senda gurau, dan lebih jauhnya tidak serius, atau tidak berguna dilakukan dan berkaitan dengan hal remeh atau tidak berarti sama sekali.

Dunia bermain merupakan salah satu media bagi anak untuk belajar. Menurut M. Furqon H. (2006: 2) berpendapat, "Bermain merupakan cara untuk

*commit to user*

berekplorasi dan bereksperimen dengan dunia sekitarnya sehingga menemukan sesuatu dari pengalaman bermain. Dan menurut Dani Wardani (2009 : 24) menyatakan bahwa, "Mempelajari dunia permainan berarti kita sadar akan pentingnya pertumbuhan anak kita dan lebih jauh kita ikut membantu secara tidak langsung, mencoba mengkaji alternative metodologi belajar baru untuknya".

Dari pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa dunia bermain merupakan kegiatan yang memiliki unsur kesenangan dan kepuasan yang terletak di dalam situasi di waktu kegiatan bermain berlangsung. Dan dunia bermain sebenarnya sangat menguntungkan bagi anak-anak untuk bereksperimen dan bereksplorasi dengan dunia sekitarnya.

#### **b. Aspek-Aspek yang Dikembangkan dari Bermain**

Suatu kegiatan dapat dikatakan aktivitas bermain jika kegiatan tersebut memiliki ciri-ciri khusus yang merupakan ciri dari aktivitas bermain. Menurut Rusli Lutan (1992: 4) ciri-ciri dari bermain yaitu, "Bermain merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar, suka rela tanpa paksaan dan tak sungguhan dalam batas waktu, tempat dan ikatan peraturan". Menurut Soemitro (1992: 47) menyatakan, "Dengan bermain di dalamnya terkandung nilai-nilai yaitu: (1) nilai-nilai mental, (2) nilai-nilai fisik (kesehatan) dan, (3) nilai-nilai sosial". Sedangkan Yudha M. Saputra (2001: 7) berpendapat, "Aspek yang dikembangkan dari bermain mencakup fisik, motorik, sosial, emosional, kepribadian, kognisi, keterampilan olahraga dan lain sebagainya". Untuk lebih jelasnya nilai-nilai yang terkandung dalam bermain dijelaskan secara singkat sebagai berikut:

##### **1) Manfaat Bermain untuk Perkembangan Fisik**

Apabila siswa memperoleh kesempatan untuk melakukan kegiatan yang melibatkan banyak gerakan tubuh, maka tubuh siswa tersebut akan menjadi sehat, otot-otot tubuh akan tumbuh menjadi kuat. Siswa dapat menyalurkan energi yang berlebihan dengan aktivitas bermain, sehingga tidak merasa gelisah. Dalam melakukan kegiatan bermain, siswa tidak dibatasi dengan aturan-aturan yang mengikatnya. Agar kegiatan bermain memberi sumbangan yang positif bagi

perkembangan fisik siswa, maka guru dapat merancang kegiatan bermain yang konstruktif bagi perkembangan fisik anak.

## **2) Manfaat Bermain untuk Perkembangan Motorik**

Aspek motorik kasar seperti lari, lempar, lompat dan loncat dapat dikembangkan melalui kegiatan bermain. Salah satu contohnya adalah tampak pada saat kita amati siswa yang lari kejar-kejaran untuk menangkap temannya. Pada awalnya belum terampil untuk berlari, tetapi dengan bermain kejar-kejaran, kemudian siswa berminat untuk melakukannya dan menjadi lebih terampil dalam berlari. Keteraturan dan kreativitas siswa mengalami perkembangan tingkat kemampuannya dalam aspek motorik halus (*fine movement*). Kedua keterampilan akan berkembang melalui pengalaman belajar yang kaya dan kesempatan yang banyak bagi siswa untuk melakukannya dengan penuh keceriaan.

## **3) Manfaat Bermain untuk Perkembangan Sosial**

Biasanya kegiatan bermain dilakukan oleh siswa dengan teman sebayanya. Siswa akan belajar berbagai hak milik, menggunakan mainan secara bergiliran, melakukan kegiatan bersama, mempertahankan hubungan yang sudah terbina, atau mencari cara pemecahan masalah yang dihadapi dengan teman bermainnya. Perkembangan sosial pada siswa tingkat SD sedang memasuki masa bermain. Mereka akan selalu mencari teman sebaya untuk bisa bermain bersama. Pengalaman belajar yang disuguhkan melalui pendekatan bermain biasanya mampu memenuhi keinginan siswa. Dengan rancangan pengajaran yang kreatif, pengalaman itu akan berhasil merangsang perkembangan sikap sosial siswa.

## **4) Manfaat Bermain untuk Perkembangan Emosi**

Bagi siswa tingkat SD, bermain merupakan suatu kebutuhan. Tidak ada siswa yang tidak suka bermain. Melalui bermain siswa dapat melepaskan ketegangan yang dialaminya. Misalnya, siswa yang sering gagal untuk meraih prestasi bel ajar yang baik, ia dapat bermain peran seakan-akan menjadi murid yang terpandai. Dari kegiatan bermain yang dilakukan bersama sekelompok

*commit to user*

teman, siswa akan mempunyai penilaian terhadap dirinya tentang kelebihan yang dimiliki, sehingga dapat membantu pembentukan konsep diri ke arah yang lebih positif.

#### **5) Manfaat Bermain untuk Pengembangan Keterampilan Olahraga**

Apabila siswa yang terampil berlari, melempar, melompat dan meloncat, maka ia lebih siap untuk menekuni bidang olahraga tertentu pada saatnya nanti. Jadi, kalau siswa terampil melakukan kegiatan tersebut, maka lebih percaya diri dan merasa mampu melakukan gerakan yang lebih sulit. Kegiatan-kegiatan yang relevan dengan perkembangan siswa adalah atletik. Atletik memiliki kegiatan yang khas yakni, jalan, lari, lempar, lompat dan lonca. Kegiatan ini akan menjadi fundasi bagi siswa dalam berolahraga. Khususnya dalam konteks pendidikan jasmani, perlu ditata secara serius mengenai kegiatan atletik yang bernuansa permainan.

### **4. Pembelajaran Loncat Dengan Model Aktivitas Sirkuit**

#### **a. Model Aktivitas Sirkuit**

##### **1) Pengertian Latihan Sirkuit**

Menurut Muhajir (2007: 159), "Bentuk-bentuk latihan dalam sirkuit adalah kombinasi dari semua unsur fisik. Latihan-latihannya bisa berupa lari naik turun tangga, lari ke samping, ke belakang, melempar bola, memukul bola dengan raket, melompat, meloncat, berbagai latihan beban, dan sebagainya". Bentuk-bentuk latihannya biasanya disusun dalam lingkaran. Model Aktivitas Sirkuit merupakan suatu wahana yang menantang anak dengan aktivitas sirkuit keterampilan, merupakan cara yang sangat baik untuk mendorong dan meningkatkan keterlibatan di dalam rentang keterampilan dan aktivitas yang luas. MAS adalah aktivitas yang membagi berbagai pos yang terpisah

Kecerdikan dan kreativitas pelatih atau pembina akan dapat mendesain suatu sirkuit yang paling cocok untuk cabang-cabang olahraga tertentu. Sirkuit keterampilan merupakan bentuk aktivitas yang dapat dilakukan kapan saja dan

*commit to user*

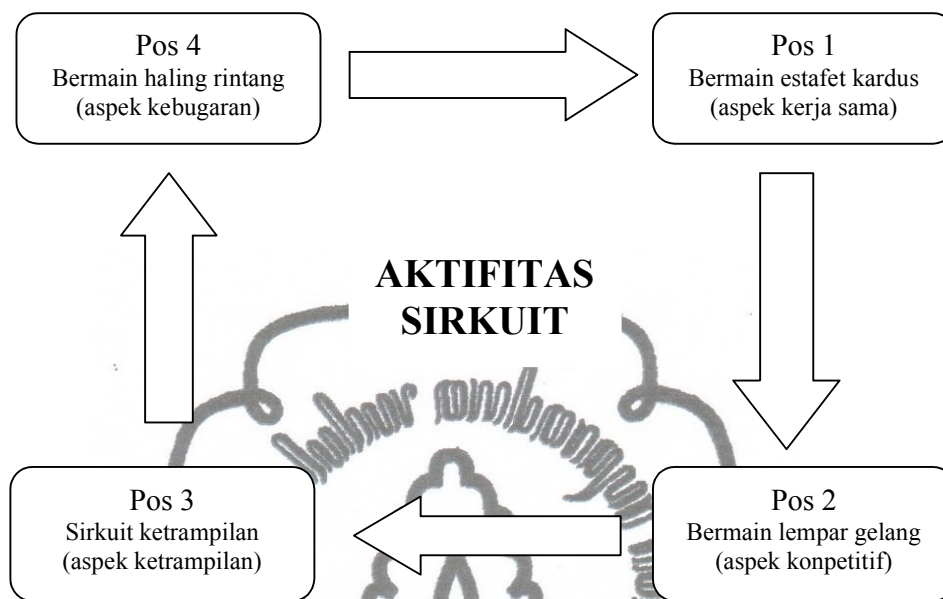
untuk cabang olahraga apa saja. Konsep sirkuit bukan merupakan hal yang baru. Pelatih dapat menggunakan sirkuit ini dalam mengajar/melatih.

## 2) Cara Melakukan Sirkuit

Berikut adalah cara melakukan latihan Sirkuit:

- (a) Dalam suatu daerah atau area tertentu ditentukan beberapa pos, 4 sampai 8 pos.
- (b) Di setiap pos, siswa atau atlet diharuskan melakukan suatu bentuk latihan atau permainan tertentu.
- (c) Anak harus bekerja di dalam kelompok yang berisi 5 atau 8 anak agar supaya tiap anak memperoleh tingkat keterlibatan yang tinggi dalam keterampilan tertentu.
- (d) Dalam aktivitas-aktivitas tertentu memerlukan pasangan, agar kelompok yang berisi 8 anak, memastikan bahwa tiap anak memiliki giliran dengan pasangannya.
- (e) Bentuk-bentuk latihan atau permainan pada setiap pos adalah : Meloncat benda yang ada di sekeliling siswa, meloncat dengan dua kaki, meloncat pada jarak tertentu, meloncat pada sasaran , kardus hadang.

Di bawah ini merupakan gambar rancangan konsep aktivitas sirkuit gerak dasar loncat dengan setiap pos mengandung unsur bermain yang terdiri dari aspek kebugaran jasmani, aspek kerjasama, aspek pengembangan skill, dan aspek kompetitif:

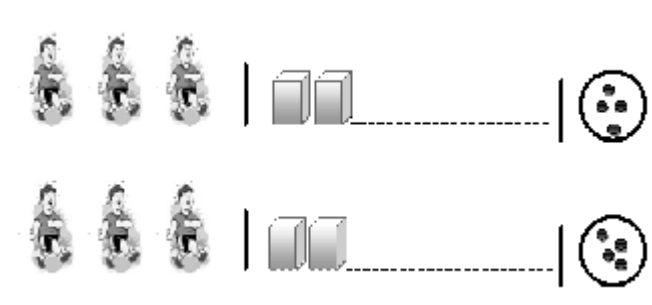


Gambar 2. Skema Aktifitas Sirkuit (Muhajir, 2006: 161)

Berikut ini adalah pembelajaran loncat dengan menggunakan MAS:

**a) Bermain estafet kardus (pos 1)**

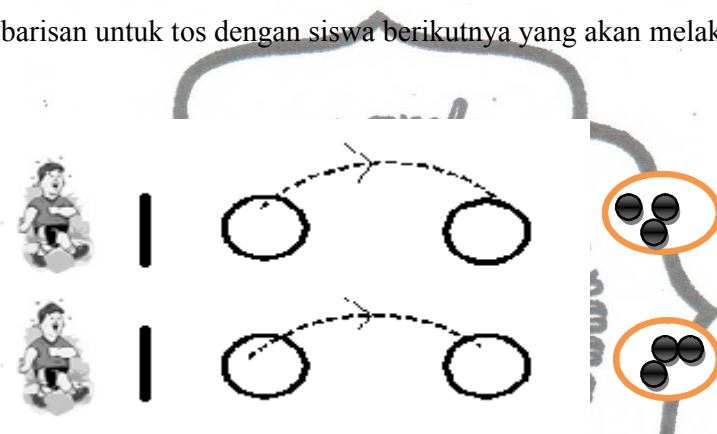
Siswa dibentuk dua kelompok masing-masing kelompok terdiri dari 5 siswa, masing-masing siswa membawa bola tenis satu, kemudian siswa pertama berlari menghindari rintangan kardus dengan cara meloncat, sampai diban, siswa meletakkan bola kedalam ban dan berlari menuju teman selanjutnya dengan cara tos, jarak kardus kurang lebih satu meter.



Gambar 3. (Pos 1) Permainan Estafet Kardus

**b) Bermain lempar gelang (pos 2)**

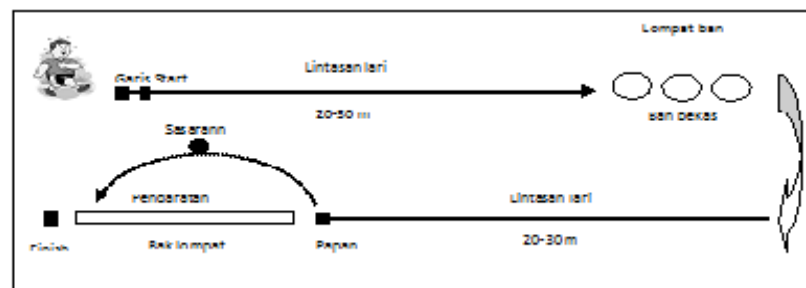
Siswa dibuat menjadi dua kelompok siswa yang berada dibarisan paling depan mengambil dua gelang 1. Gelang di letakan di bawah dan siswa berdiri di tengah gelang tersebut kemudian gelang ke dua dilempar ke depan setelah itu siswa berpindah dari gelang 1 ke gelang 2 dengan cara meloncat dua kaki dan seterusnya sampai ke titik akhir mengambil bola dalam ban dan kembali ke barisan untuk tos dengan siswa berikutnya yang akan melakukan.



Gambar 4. (Pos 2) Bermain Lempat Gelang

**c) Sirkuit ketrampilan (pos 3)**

Siswa melakukannya satu persatu, pertama yaitu lari dengan irama tetap setelah itu siswa berlari melewati simpai dan melakukan tolakan untuk menyundul bola yang digantung serta mendarat dengan posisi jongkok.

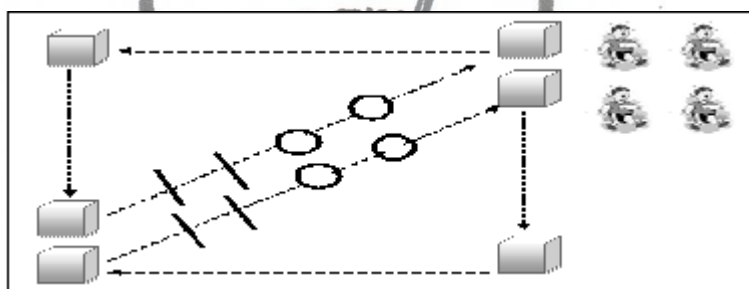


Gambar 5. (Pos 3) Sirkuit Keterampilan



#### d) Bermain halang rintang (pos 4)

Siswa dibuat menjadi dua kelompok yaitu kelompok kanan dan kelompok kiri, kelompok kanan berlari ke arah kanan dan kelompok kiri berlari ke arah kiri setelah sampai di titik ujung siswa harus berusaha bisa melewati halang rintang yang berupa bilah dan gelang untuk kembali lagi ke titik awal kemudian melakukan tos dengan siswa berikutnya yang akan melakukan.



Gambar 6. (Pos 4) Permainan Halang Rintang

Dalam mengajar bermain dengan MAS seperti gambar di atas, diperlukan kreativitas guru dalam mengajar. Penerapan bermain di atas adalah tentang menekankan unsur meloncat, juga menciptakan kesempatan yang merangsang para siswa untuk mencoba sendiri kemampuan meloncat dalam suasana bermain bebas dan kompetisi. Dalam mengajar MAS perlu memperhatikan dan menciptakan berbagai variasi kesempatan belajar, termasuk mengembangkan keterampilan gerak anak. Di dalam program semacam ini anak akan memperoleh suatu landasan keterampilan gerak yang memungkinkan anak berpartisipasi dengan baik. Jika anak telah memperoleh prasyarat keterampilan permainan, maka olahraga menjadi suatu alternative pengisi waktu luang yang menarik dalam kehidupan anak. Namun olahraga yang membutuhkan tingkat penguasaan teknik yang tinggi belum sesuai untuk kebanyakan anak.

Semua anak harus memiliki kesempatan untuk berpartisipasi dalam berbagai permainan. Permainan memiliki nilai rekreatif yang baik, memberikan kesempatan jasmani dan memberikan jalan keluar yang dipertlukan untuk

kegembiraan alami. Permainan bagi anak harus sederhana dan mudah diajarkan serta hanya menggunakan sedikit keterampilan. Sebagian besar permainan memerlukan gerak dasar lokomotor dan memberikan wahana yang menggairahkan dalam melatih gerakan.

#### **b. MAS Dalam Pembelajaran Loncat**

Dalam pelaksanaan belajar mengajar merencanakan kegiatan pembelajaran merupakan faktor utama yang harus diperhatikan. Seperti dikemukakan Rusli Lutan dan Adang Suherman (2000: 1):

Perencanaan merupakan bagian integral dari pengajaran yang efektif. Efektivitas pengajaran akibat diadakannya perencanaan akan nampak lebih jelas manakala guru ingin menerapkan model-model atau materi pembelajaran yang tidak pernah diterapkan sebelumnya atau pada saat dihadapkan dengan lingkungan pembelajaran yang serba terbatas.

Merencanakan pembelajaran mencakup beberapa aspek, salah satunya metode pembelajaran. Ditinjau dari karakteristik perkembangan anak, pada umumnya anak-anak senang bermain. Dapat dikatakan para siswa menginginkan suasana pembelajaran yang mengasyikkan, menggairahkan dan menyenangkan. Pembelajaran dengan penjelasan yang berbelit-belit dan bertele-tele, atau berbaris dalam waktu lama untuk memperoleh giliran dirasakan sangat membosankan bagi siswa. Jika dalam pelaksanaan pembelajaran siswa merasa bosan atau tidak senang, maka hasil belajar tidak optimal.

Untuk membelajarkan loncat dapat dikemas dengan bentuk permainan. Untuk membelajarkan loncat dengan MAS dapat menggunakan beberapa alat bantu seperti tali, ban bekas, kardus, bilah dan lain sebagainya.

Pembelajaran atletik yang dikemas dalam bentuk permainan mempunyai pengaruh yang cukup luas terhadap perkembangan anak. Melalui MAS dapat mengembangkan keterampilan gerak anak, mengembangkan fisik dan kesegaran jasmani, memberikan dorongan berkomunikasi, tempat menyalurkan energi emosional yang terpendam, penyaluran kebutuhan dan keinginan, sebagai sumber belajar, sebagai rangsangan berkeaktifan, sebagai tempat perkembangan wawasan diri, tempat belajar bermasyarakat dan mengembangkan kepribadian.

## 5. Model Pembelajaran

### a. Pengertian model pembelajaran

Suatu model pembelajaran yang dipilih yang dikembangkan guru untuk dapat mendorong siswa belajar dengan mendayagunakan potensi yang mereka miliki secara optimal. Pada dasarnya keberhasilan proses pembelajaran tidak terlepas dari kemampuan guru mengembangkan model pembelajaran yang berorientasi pada peningkatan intensitas keterlibatan siswa secara efektif di dalam proses pembelajaran. Pengembangan model pembelajaran yang tepat pada dasarnya bertujuan untuk menciptakan kondisi pembelajaran yang memungkinkan siswa dapat belajar secara aktif dan menyenangkan, sehingga siswa dapat meraih hasil belajar dan prestasi yang optimal.

### b. Hakikat model pembelajaran

Seluruh aktifitas pembelajaran yang dirancang dan dilaksanakan oleh guru harus bermuara pada terjadinya proses belajar siswa. Dalam hal ini model-model pembelajaran yang dipilih dan dikembangkan guru hendaknya dapat mendorong siswa untuk belajar secara optimal. Belajar yang kita harapkan bukan sekedar mendengar, memperoleh atau menyerap informasi yang disampaikan guru. Belajar harus menyentuh kepentingan siswa secara mendasar. Belajar harus dimaknai sebagai kegiatan pribadi siswa dalam menggunakan potensi pikiran dan nuraninya baik terstruktur maupun tidak terstruktur untuk memperoleh pengetahuan, membangun sikap dan memiliki keterampilan tertentu. Dalam sebuah situs tentang pembelajaran Huitt (2003:141), mengemukakan rasionalitas pengembangan model pembelajaran. Model-model pembelajaran dikembangkan utamanya beranjak dari adanya perbedaan berkaitan dengan berbagai karakteristik siswa. Karena siswa memiliki berbagai karakteristik kepribadian, kebiasaan-kebiasaan, modalitas belajar yang bervariasi antara individu satu dengan yang lain, maka model pembelajaran guru juga harus selayaknya tidak terpaku hanya pada model tertentu, akan tetapi harus bervariasi. Disamping

didasari pertimbangan keragaman siswa, pengembangan berbagai model pembelajaran juga dimaksudkan untuk menumbuhkan dan meningkatkan motivasi belajar siswa, agar mereka tidak jenuh dengan proses belajar yang sedang berlangsung. Itulah sebabnya maka di dalam menentukan model – model pembelajaran yang akan dikembangkan, guru harus mengembangkan.

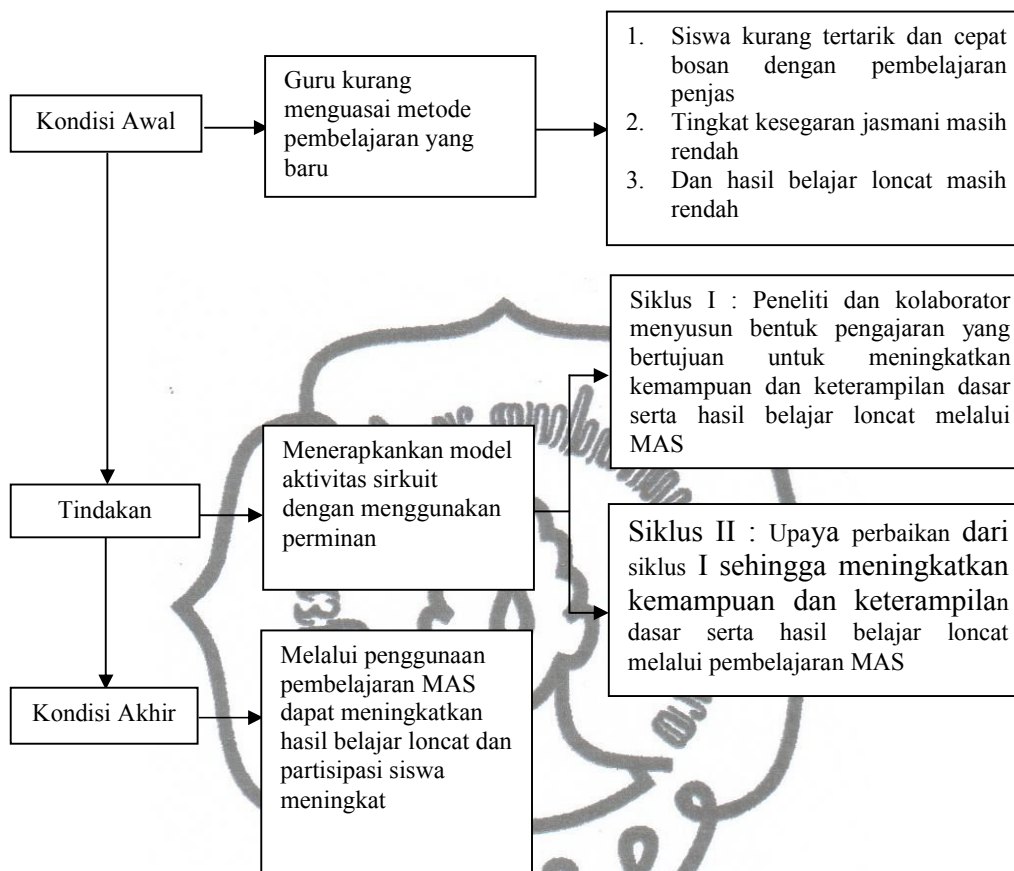
### **B. Kerangka Berpikir**

Pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang mampu melibatkan keaktifan siswa dalam proses belajar mengajar yakni menggunakan kegiatan siswa sendiri secara efektif di dalam pembelajaran. Siswa diarahkan untuk melakukan latihan yang sesuai dengan konsep pembelajaran yang sedang dipelajari. Dalam hal ini peran guru hanya sebagai motivator dan fasilitator. Siswa diberi kesempatan seluas-luasnya untuk mengembangkan kemampuan berpikirnya dengan melakukan latihan yang sesuai dengan materi pembelajaran.

Kurangnya kreatifitas guru yang dapat mempengaruhi rendahnya hasil belajar siswa. Kurang kreatifnya guru Pendidikan jasmani di sekolah dalam membuat dan mengembangkan media pembelajaran sederhana, guru kurang akan model-model pembelajaran, sehingga dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dilaksanakan dalam situasi dan kondisi yang monoton, guru hanya menggunakan metode ceramah dan metode tugas, karena mereka hanya mengejar bagaimana materi pelajaran tersebut dapat selesai tepat waktunya, tanpa memikirkan bagaimana pembelajaran itu bermakna dan dapat diaplikasikan oleh siswa dalam kesehariannya.

Permasalahan umum dalam pembelajaran Penjas adalah kurangnya model / strategi pembelajaran sehingga mempengaruhi peran aktif siswa dalam kegiatan belajar. Selama ini metode yang digunakan guru belum sesuai dengan karakteristik pembelajaran Penjas bagi siswa.

Secara sederhana kerangka pemikiran dari penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 7. Kerangka Konsep/Kerangka Berfikir

Berdasarkan kerangka konseptual yang digambarkan tersebut bahwa, pembelajaran loncat dengan model permainan merupakan bentuk bentuk pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan gerak siswa. Melalui permainan siswa menjadi lebih senang dan aspek-aspek yang terdapat pada diri siswa dapat dikembangkan. Pembelajaran loncat dengan model permainan aspek yang dikembangkan yaitu: untuk mengembangkan kebugaran jasmani, untuk mengembangkan kerjasama, untuk mengembangkan skill dan untuk mengembangkan sikap kompetisi. Hal ini artinya, pembelajaran yang dikonsept dengan permainan tidak hanya mengembangkan aspek peningkatan hasil belajar loncat saja, tetapi aspek lainnya juga dikembangkan. Oleh karenanya, model permainan yang harus dikembangkan dalam pembelajaran loncat harus

bertujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, untuk mengembangkan kerjasama, untuk mengembangkan skill dan untuk mengembangkan sikap kompetisi.



## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Tempat dan Waktu Penelitian

#### 1. Tempat Penelitian

Penelitian tindakan kelas (PTK) direncanakan di SD Negeri 04 Bejen Karanganyar. Alamat: Jalan Ronggowarsito No. 02 Bejen.

#### 2. Waktu Penelitian

penelitian dilakukan selama satu setengah bulan sesuai dengan jadwal pelajaran penjas siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar. Setiap siklus dilaksanakan dalam 2 kali pertemuan dengan intensitas pertemuan seminggu satu kali waktu pelaksanaannya adalah semester 1 bulan Agustus-September 2012.

Tabel 1. Rincian Kegiatan Waktu Dan Jenis Kegiatan Penelitian

No	Rencana Kegiatan	Tahun 2012									
		Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli	Agst	Sept	Okt
1	Persiapan										
	a. Observasi	■									
	b. Identifikasi Masalah	■									
	c. Penentuan Tindakan	■									
	d. Pengajuan Judul		■								
	e. Penyusunan Proposal		■	■							
	f. Pengajuan Izin Penelitian							■			
2	Pelaksanaan										
	a. Seminar Proposal					■					
	b. Pengumpulan Data Penelitian							■	■	■	
3	Penyusunan laporan										
	a. Penulisan Laporan									■	
	b. Ujian Skripsi										■
	c. Penggandaan Laporan										■

## B. Subjek penelitian

Subjek yang diteliti dalam penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar tahun pelajaran 2011/2012, yang berjumlah 42 siswa, yang terdiri dari 19 laki-laki dan 23 siswa perempuan.

## C. Teknik pengumpulan data dan sumber data

Adapun teknik pengumpulan data pada penelitian ini diantaranya melalui tes praktek, observasi lapangan, dan penyebaran angket atau kuisioner. Secara terperinci teknik pengumpulan data pada penelitian dapat dideskripsikan dalam tabel berikut :

Tabel 2. Teknik Pengumpulan Data Penelitian

No	Sumber Data	Jenis Data	Teknik Pengumpulan	Instrumen
1	Siswa	Hasil belajar siswa	Afektif	Skala sikap melalui observasi lapangan (sesuai dengan rubrik penilaian aspek afektif pada RPP)
			Kognitif	Soal tes (sesuai dengan rubrik penilaian aspek kognitif pada RPP)
			Psikomotor	Unjuk kerja praktik yang meliputi kemampuan gerak dasar loncat sesuai dengan rubrik penilaian aspek psikomotorik pada RPP
2	Siswa	Respon siswa terhadap metode dan media pembelajaran yang di gunakan	Penyebaran kuisioner	Angket atau kuisioner tanggapan siswa



Menurut H.E. Mulyasa (2009: 183) data penelitian dikumpulkan dan disusun melalui teknik pengumpulan data meliputi: sumber data, jenis data, teknik pengumpulan data, dan instrument yang digunakan.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi informasi tentang keadaan siswa dilihat dari aspek kuantitatif dan kualitatif. Aspek kuantitatif yakni hasil pengukuran kemampuan gerak dasar loncat pada siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karangayar tahun pelajaran 2011/2012. Sedangkan aspek kualitatif didasarkan atas hasil pengamatan dan catatan pembelajaran selama penelitian berlangsung. Data penelitian dikumpulkan dari berbagai sumber, diantaranya :

- a) Informasi mitra kolaboratif (guru pendidikan jasmani yang bersangkutan) dan siswa
- b) Tempat peristiwa dan berlangsungnya aktifitas pembelajaran
- c) Dokumentasi atau arsip yang antara lain berupa kurikulum, skenario pembelajaran, silabus, buku penelitian dan buku refrensi mengajar.

#### **D. Teknik Analisis Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas (PTK) ini terdiri dari: tes dan observasi.

1. Tes dipergunakan untuk mendapatkan data tentang kemampuan gerak dasar loncat yang dilakukan siswa.
2. Observasi: dipergunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa dan guru selama kegiatan belajar dan mengajar saat penerapan pendekatan bermain dan sesungguhnya dilaksanakan.

Tabel 3. Teknik dan alat pengumpulan data

No	Sumber Data	Jenis Data	Teknik Pengumpulan	Instrumen
1	Siswa	Hasil kemampuan gerak dasar loncat	Tes Praktek	Tes keterampilan gerak loncat
2	Siswa	Pemahaman siswa terhadap proses pembelajaran dan semangat serta keaktifan siswa	Praktek dan unjuk kerja	Melalui lembar observasi dan pengamatan lapangan

### E. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian adalah langkah – langkah yang harus dilalui oleh peneliti dalam menerapkan metode yang akan digunakan dalam penelitian. Langkah selanjutnya adalah menentukan banyaknya tindakan yang dilakukan dalam setiap siklus. Dalam Penelitian Tindakan Kelas ini akan dilaksanakan tindakan yang berlangsung secara terus menerus kepada subjek penelitian.

Langkah–langkah PTK secara prosedurnya dilaksanakan secara partisipatif atau kolaboratif antara (guru dengan tim lainnya) bekerjasama, mulai dari tahap orientasi hingga penyusunan rencana tindakan dalam siklus pertama, diskusi yang bersifat analitik, kemudian dilanjutkan dengan refleksi – evaluatif atas kegiatan yang dilakukan pada siklus pertama, untuk kemudian mempersiapkan rencana modifikasi, koreksi, atau pembetulan, dan penyempurnaan pada siklus berikutnya.

Untuk memperoleh hasil penelitian tindakan seperti yang diharapkan, prosedur penelitian secara keseluruhan meliputi tahap – tahap sebagai berikut:

#### 1. Tahap Persiapan Survey Awal

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah mengobservasi sekolah atau kelas yang akan dijadikan sebagai tempat Penelitian Tindakan Kelas.

Meninjau sejauhmana pelaksanaan pembelajaran gerak dasar loncat yang diterapkan dalam sekolah tersebut.

2. Tahap Seleksi Informan, Penyiapan Instrumen, dan Alat

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini, adalah :

- a. Menentukan subjek penelitian
- b. Menyiapkan metode dan instrument penelitian serta evaluasi

3. Tahap Pengumpulan Data dan Tindakan

Pada tahap ini dilakukan pengumpulan dan tabulasi data penelitian yang terdiri atas :

- a. Kepuasan siswa terhadap proses pembelajaran
- b. Pelaksanaan pembelajaran
- c. Semangat dan keaktifan siswa

4. Tahap Analisis Data

Dalam tahap ini analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena data yang terkumpul berupa uraian diskriptif tentang perkembangan belajar serta hasil test gerak dasar loncat siswa yang dideskriptifkan melalui hasil kuantitatif

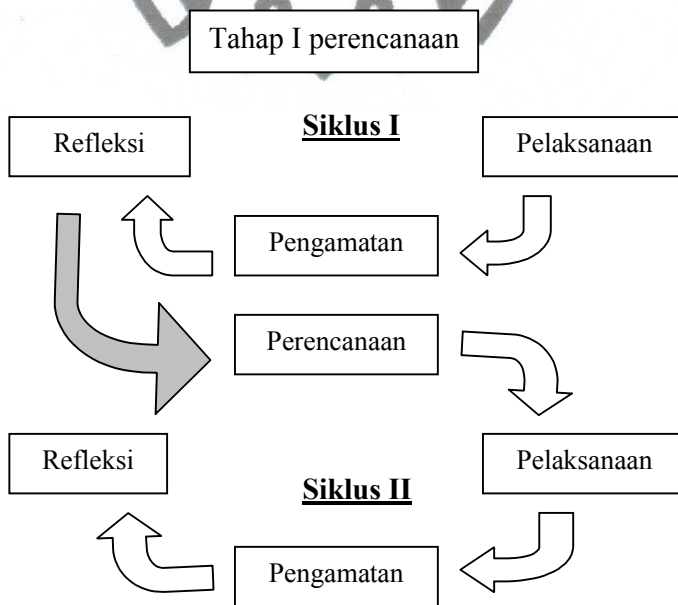
5. Tahap Penyusunan Laporan

Pada tahap ini disusun laporan pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas dari mulai awal survey hingga menganalisis data yang dilakukan dalam penelitian

Pada penelitian ini, metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research (CAR)*. Menurut Supadi (2008: 104) yakni penelitian tindakan yang diawali dengan perencanaan (*planning*), penerapan tindakan (*action*), mengobservasi dan mengevaluasi tindakan (*observation and evaluation*), dan melakukan refleksi (*reflecting*), dan seterusnya sampai perbaikan atau peningkatan yang diharapkan tercapai (*kriteria keberhasilan*). Penjelasan mengenai prosedur penelitian tindakan tersebut dipaparkan melalui penjelasan sebagai berikut :

1. Perencanaan (*Planing*) adalah tahap dimana dijelaskannya apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa, dan bagaimana penelitian itu dilakukan.
2. Penerapan Tindakan (*Action*) adalah tahap implementasi atau pelaksanaan rencana yang telah disusun pada tahap perencanaan sebelumnya.
3. Observasi dan Evaluasi Tindakan (*Observation and Evaluation*) adalah tahap pengamatan dan evaluasi atas tindakan yang telah dilakukan selama penelitian berlangsung.
4. Refleksi (*Reflection*) adalah tahap pengungkapan kembali hasil observasi dan evaluasi dalam penerapan tindakan dalam diskusi, sehingga dapat digunakan untuk merancang program penelitian pada siklus berikutnya

Keempat tahap yang telah dipaparkan diatas merupakan rancangan tindakan dalam satu siklus penelitian. Pada siklus berikutnya rancangan program penelitian yang digunakan berpedoman pada hasil refleksi yang dihasilkan pada siklus sebelumnya, begitu seterusnya hingga target penelitian tercapai. Adapun tahapan siklus pada Penelitian Tindakan Kelas ini dapat diterangkan melalui gambar sebagai berikut:



Gambar 8 : Alur Tahapan Siklus dalam Penelitian Tindakan Kelas

Agus Kristiyanto (2010: 19)

*commit to user*

## 1. Rancangan Siklus

### a. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti dan guru kelas menyusun skenario pembelajaran yang terdiri dari :

1. Menyusun Rencana Program Pembelajaran (RPP) gerak dasar loncat dengan MAS.
2. Menyusun instrument test gerak dasar loncat.
3. Menyusun lembar penilaian dan hasil pembelajaran
4. Menyusun lembar observasi
5. Menyiapkan lembar tes dan angket
6. Menyiapkan media yang diperlukan untuk membantu pengajaran
7. Menyiapkan tempat penelitian
8. Penetapan alokasi waktu pelaksanaan
9. Sosialisasi kepada subjek

### b. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan melaksanakan skenario pembelajaran yang telah direncanakan, tahap ini dilakukan bersama dengan tahap observasi terhadap dampak tindakan. Pada tahap pelaksanaan, kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan proses pembelajaran di lapangan dengan langkah - langkah kegiatan adalah :

- Guru bersama peneliti menyusun bentuk gerakan dan permainan dengan sarana pembelajaran MAS untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar loncat pada siswa kelas III
- Guru bersama peneliti membuat media yang diperlukan dalam pembelajaran gerak dasar loncat dengan kardus,ban,simpai,dsb secara Metode Aktivitas Sirkuit (MAS), siswa mempraktekan gerak dasar loncat dengan MAS sesuai dengan pos-pos yang dibagi dalam empat pos.

### c. Tahap Observasi

Kegiatan obeservasi dilakukan bersama dengan kegiatan pelaksanaan tindakan. Pada tahap ini dilakukan pengamatan terhadap penerapan model pembelajaran langsung pendidikan jasmani model pendekatan bermain dan MAS dengan alat modifikasi yang diterapkan terhadap proses pembelajaran gerak dasar loncat.

### d. Tahap Evaluasi (Refleksi)

Dilakukan dengan menganalisis hasil observasi dan interpretasi sehingga diperoleh kesimpulan apa saja yang perlu diperbaiki dan apa saja yang perlu dipertahankan. Tahap ini mengemukakan hasil penemuan dari pelaksanaan tindakan I yang memerlukan perbaikan pada siklus berikutnya. Prosentase indikator pencapaian keberhasilan penelitian pada tabel berikut:

Tabel 4. Prosentase Target Capaian

Aspek yang diukur	Prosentase target capaian			Cara mengukur
	Kondisi awal	Siklus 1	Siklus 2	
gerak dasar loncat dengan MAS	33 %	55 %	75%	Diamati saat guru memberikan materi gerak dasar loncat

## 2. Rancangan Siklus II

Pada siklus II perencanaan tindakan dikaitkan dengan hasil yang telah dicapai pada tindakan siklus I sebagai upaya perbaikan dari siklus tersebut dengan materi pembelajaran gerak dasar loncat sesuai dengan silabus mata pelajaran pendidikan jasmani yang dibuat guru kemudian setelah pembelajaran berlangsung siswa disuruh mengerjakan angket model pendekatan bermain dengan alat modifikasi pembelajaran gerak dasar loncat. Dari itu bisa dilihat apakah mengalami peningkatan atau tidak.

*commit to user*

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Tiap Siklus**

##### **1. Pra Siklus**

Sebelum melaksanakan poses penelitian tindakan kelas, terlebih dahulu peneliti melakukan kegiatan survey awal untuk mengetahui keadaan nyata yang ada di lapangan. Hasil kegiatan survey awal tersebut adalah sebagai berikut.

- a) Siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012, yang mengikuti materi pelajaran penjas khususnya atletik adalah 42 Siswa, yang terdiri atas 23 siswa putri dan 19 siswa putra. Dilihat dari proses pembelajaran gerak dasar loncat, dapat dikatakan proses pembelajaran dalam kategori kurang berhasil.
- b) Siswa kurang memiliki perhatian dan motivasi dalam pembelajaran gerak dasar loncat, sebab guru kurang memiliki metode mengajar yang tepat dalam materi gerak dasar loncat dalam jumlah siswa yang terlampau banyak.
- c) Dari hasil wawancara yang dilakukan diperoleh informasi bahwa siswa cenderung sulit diatur saat pembelajaran gerak dasar loncat. Hal ini dapat dibuktikan oleh peneliti saat melakukan pengamatan secara langsung di lapangan. Saat mengikuti pembelajaran gerak dasar loncat, siswa menunjukkan sikap seenaknya sendiri, tidak memperhatikan penjelasan guru, tidak memperhatikan pelajaran dengan sepenuhnya, ada yang berbicara dengan teman, bahkan ada yang bermain sendiri dengan temannya.
- d) Guru kurang bisa menghandel keadaan kelas, sebab situasi tempat belajar yang cukup ramai, menjadikan situasi belajar menjadi kurang dapat diatur dengan baik. Sehingga tingkat kemampuan siswa dalam pembelajaran gerak dasar loncat tidak dapat maksimal.
- e) Guru kesulitan menemukan model dan penerapan pendekatan pembelajaran yang tepat. Model pembelajaran yang monoton atau konvensional

mengakibatkan motivasi belajar siswa menurun, sehingga akan berdampak pada rendahnya kemampuan gerak dasar loncat pada siswa.

Sebelum melakukan pelaksanaan tindakan maka Peneliti dan kolaborator melakukan pengambilan data awal penelitian. Ini dimaksudkan untuk mengetahui kondisi awal keadaan kelas pada pembelajaran gerak dasar loncat pada kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012. Adapun diskripsi data yang diambil terdiri dari: kemampuan melakukan gerak dasar loncat, afektif siswa dan hasil belajar gerak dasar loncat pada siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012.

**a. Hasil Belajar Gerak Dasar Loncat Sebelum Diberi Penerapan Metode Aktivitas Sirkuit (MAS) dan Pendekatan Bermain.**

Kondisi hasil gerak dasar loncat siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012 sebelum diberikan tindakan model pembelajaran langsung disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 5. Diskripsi Data Awal Hasil Belajar Gerak Dasar Loncat Sebelum Diberikan Tindakan Penerapan Pendekatan Bermain.

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
>80	Baik Sekali	Tuntas	4	9.5%
75 – 79	Baik	Tuntas	10	23.8%
70 – 74	Cukup	Tidak Tuntas	10	23.8%
65 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	18	42, 9%
Jumlah			42	100%

Berdasarkan hasil diskripsi rekapitulasi data awal sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bawa mayoritas siswa belum menunjukan hasil yang baik, dengan prosentase ketuntasan belajar 33.3 % siswa.

Melalui diskripsi data awal yang telah diperoleh tersebut masing-masing aspek menunjukan kriteria keberhasilan pembelajaran yang Kurang. Maka disusun sebuah tindakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran gerak dasar loncat pada siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012, dengan pendekatan bermain. Pelaksanaan tindakan akan dilakukan sebanyak 2



siklus, yang masing masing siklus terdiri atas 4 tahapan, yakni: (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan Tindakan, (3) Observasi dan interpretasi, (4) Analisis dan Refleksi.

## 2. Siklus I

Pembelajaran gerak dasar loncat dengan penerapan pendekatan bermain dan MAS pada Siklus I adalah pengenalan gerak dasar loncat dengan metode aktivitas sirkuit MAS, yang meliputi; (1) Mempraktekkan gerakan dalam bentuk permainan estafet kardus (2) Mempraktekkan gerak dalam bentuk permainan lempar gelang (3) Mempraktekkan gerak dasar loncat dengan sirkuit keterampilan (4) mempraktekkan gerak dasar loncat dengan permainan halang rintang

Pembelajaran gerak dasar loncat Siklus I tersebut dilakukan selama dua kali pertemuan.

### a. Rencana Tindakan I

Kegiatan perencanaan tindakan I dilaksanakan pada hari kamis, 31 agustus 2012, di SD Negeri 04 Bejen Karanganyar. Peneliti dan kolaborator yang bersangkutan (mitra kolaboratif) mendiskusikan rancangan tindakan yang akan dilakukan dalam proses penelitian ini, seluruh rencana tindakan pada siklus I termuat dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus I. melalui RPP siklus I tersebut maka disepakati bahwa pelaksanaan tindakan pada siklus I diadakan selama dua kali pertemuan. Guru bersama peneliti melakukan pengukuran kemampuan gerak dasar loncat kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012, dengan melakukan tes *standing prow jump*. Dari hasil belajar gerak dasar loncat pada siswa kelas SD Negeri 04 Bejen Karanganyar, diperoleh hasil yang kurang maksimal, dari keseluruhan siswa yang mengikuti tes keseluruhannya sama sekali belum mengetahui gerak dasar loncat.

Melalui hasil pengukuran tersebut maka Peneliti dan kolaborator merancang rencana pelaksanaan tindakan Siklus I sebagai berikut :

- 1) Peneliti bersama guru pamong dan kolaborator, merancang skenario model pembelajaran melalui metoda aktifitas sirkuit (MAS) untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran gerak dasar loncat.
- 2) Peneliti dan kolaborator penyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) gerak dasar loncat dengan penerapan pendekatan bermain dan metode aktifitas sirkuit (MAS).
- 3) Peneliti dan kolaborator menyiapkan media yang akan digunakan dalam pelaksanaan proses pembelajaran gerak dasar loncat seperti; kardus, bilah, ban, cones dan simpai.
- 4) Peneliti dan kolaborator menyusun media pembelajaran yakni berupa tes dan non tes. Instrumen tes dinilai hasil peningkatan gerak dasar loncat dan motivasi belajar siswa dengan model pembelajaran melalui penerapan pendekatan bermain. Sedangkan instrumen non tes dinilai berdasarkan pedoman observasi yang dilakukan oleh peneliti dengan mengamati keaktifan dan sikap siswa selama kegiatan pembelajaran berlangsung dan melalui formulir penilaian / rubrik penilaian siswa yang tercantum dalam RPP.
- 5) Peneliti dan kolaborator menyusun standar penilaian pada penguasaan gerak dasar loncat.
- 6) Peneliti dan kolaborator menentukan lokasi pelaksanaan tindakan I, yakni di halaman sekolah SD Negeri 04 Bejen Karanganyar.

#### **b. Pelaksanaan Tindakan I**

Tindakan I dilaksanakan dua kali pertemuan, selama dua minggu yakni pada hari kamis tanggal 31 Agustus 2012, dan 6 september 2012, di halaman SD Negeri 04 Bejen Karanganyar. Masing-masing pertemuan dilaksanakan selama 2 x 35 menit. Sesuai dengan RPP pada siklus I ini pembelajaran dilakukan oleh Peneliti dan kolaborator yang bersangkutan, dan sekaligus melakukan observasi terhadap proses pembelajaran.

Materi pada pelaksanaan tindakan I, pertemuan pertama (kamis, 31 Agustus 2012) adalah praktek gerakan dasar loncat dalam bentuk permainan bangau memburu katak, selanjutnya adalah mempraktekkan gerakan dasar loncat

dengan MAS dalam bentuk permainan estafet kardus (POS1), materi ketiga mempraktekkan gerakan dasar loncat dalam bentuk lempar gelang (POS2), materi keempat mempraktekkan gerakan dasar loncat dalam bentuk sirkuit keterampilan (POS3), materi kelima mempraktekkan gerak dasar loncat dalam bentuk permainan halang rintang (POS4).

. Urutan pelaksanaan tindakan tersebut adalah sebagai berikut :

- 1) Peneliti menyiapkan siswa dengan memulai proses pembelajaran dengan berdoa kemudian mempresensi.
- 2) Peneliti menyampaikan motivasi dan tujuan pembelajaran, serta kompetensi dasar dan indikator yang harus dicapai siswa secara singkat.
- 3) Peneliti memulai proses pembelajaran diawali dengan proses *stretching* atau penguluran.
- 4) Peneliti memberikan gerakan pemanasan yang berkaitan dengan materi gerak dasar loncat.
- 5) Peneliti menyampaikan penjelasan mengenai materi yakni gerak dasar loncat. Siswa diminta memperhatikan pelaksanaan contoh yang dicontohkan oleh guru dengan gerakan setiap POS berbeda-beda, dari teknik hingga kompetisi.
- 6) Siswa melakukan gerakan loncat, dengan formasi siswa menjadi empat kelompok, satu kelompok berjumlah sepuluh siswa dan ada yang sebelas, masing-masing kelompok menempati pos-pos yang dibuat sebagai metode aktivitas sirkuit (MAS).
- 7) Setiap POS diberi waktu sepuluh menit untuk siswa melakukan gerakan dan materi tentang sirkuit, setelah selesai siswa berpindah dari satu POS ke POS yang lainnya dengan evaluasi dan arahan dari guru dan kolaborator.
- 8) Peneliti memberi bimbingan dan evaluasi kepada siswa tentang gerakan dasar loncat yang telah dilakukannya serta memberikan kesempatan bertanya apabila terjadi kesulitan.
- 9) Pelajaran di akhiri dengan berdoa dan siswa di bubarkan untuk selanjutnya mengikuti pelajaran selanjutnya.

Materi pada pelaksanaan siklus I, pertemuan kedua (Kamis, 6 September 2012) adalah ujian siklus I, berupa rangkaian POS pada sirkuit (MAS) dan gerakan standing prowl jump. Urutan pelaksanaan tindakan tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Peneliti dan kolaborator menyiapkan siswa dengan mempresensi, serta memulai proses pembelajaran dengan berdoa dan mempresensi.
- 2) Peneliti dan kolaborator menyampaikan motivasi dan tujuan pembelajaran, serta kompetensi dasar dan indikator yang harus dicapai siswa secara singkat.
- 3) Peneliti dan kolaborator memulai proses pembelajaran diawali dengan proses *stretching* atau penguluran.
- 4) Peneliti, guru pamong dan kolaborator memulai pembelajaran dengan mengulang materi yang telah disampaikan pada pertemuan sebelumnya, yakni: gerakan dasar loncat dengan (MAS).
- 5) Peneliti dan kolaborator melakukan evaluasi serta mengecek pelaksanaan praktik yang dilakukan oleh siswa, serta memberikan umpan balik (*feedback*) kepada siswa yang melakukan praktik, serta menyiapkan materi selanjutnya.
- 6) Peneliti, guru pamong dan kolaborator menyiapkan siswa untuk mengikuti tes akhir pada siklus I dengan memanggil satu persatu untuk melakukan gerakan standing prowl jump yang telah diajarkan.
- 7) Peneliti, guru pamong dan kolaborator melakukan posttest untuk siklus I, dengan mencatat dan menilai kualitas gerakan dasar loncat pada blanko penilaian yang telah disiapkan.
- 8) Diakhir pertemuan Peneliti dan kolaborator melakukan evaluasi terhadap hasil pembelajaran yang telah dilakukan serta memberikan informasi mengenai materi yang akan disampaikan minggu depan.

### c. Observasi Dan Tindakan I

Observasi dan interpelasi tindakan I dilakukan selama Tindakan I berlangsung. Dalam melakukan observasi dan interpelasi tindakan I peneliti berkolaborasi dengan guru yang bersangkutan sebagai pengelola kelas, adapun pelaksanaan tindakan I, yakni :

- 1) Peneliti mengamati proses pembelajaran gerak dasar loncat melalui penerapan pendekatan bermain dan MAS pada siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012. Pada pertemuan pertama (Kamis, 31 Agustus 2012 selama 2 x 35 menit), peneliti mengajarkan permainan bangau memburu katak, selanjutnya adalah mempraktekkan gerakan dasar loncat dengan MAS dalam bentuk permainan estafet kardus (POS1), materi ketiga mempraktekkan gerakan dasar loncat dalam bentuk lempar gelang (POS2), materi keempat mempraktekkan gerakan dasar loncat dalam bentuk sirkuit keterampilan (POS3), materi kelima mempraktekkan gerak dasar loncat dalam bentuk permainan halang rintang (POS4) dan dilakukan secara bersamaan.
- 2) Di pertemuan kedua (Kamis, 6 September 2012), peneliti melakukan tes akhir siklus I, untuk mengetahui hasil perkembangan proses pembelajaran selama siklus I.
- 3) Sebelum pembelajaran dilangsungkan Peneliti dan kolaborator bersangkutan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), sebagai pedoman atau acuan dalam proses pelaksanaan pembelajaran.
- 4) Peneliti melakukan proses pembelajaran dengan menggunakan sarana pembelajaran, yakni kardus, simpai, ban berwarna, bilah, balok tupuan dan cones sebagai alat yang digunakan .
- 5) Peneliti dan kolaborator memberikan motivasi kepada siswa agar mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Berdasarkan hasil pengamatan terhadap proses belajar mengajar diperoleh gambaran tentang motivasi dan aktivitas siswa selama kegiatan belajar mengajar berlangsung sebelum siklus, yaitu sebagai berikut:
  - a) Siswa yang aktif selama pemberian materi gerak dasar loncat sebesar 35%, sedangkan 65% lainnya tampak berbicara dengan temannya, melamun, dan bermain sendiri bersama teman yang lain. Dari hasil wawancara dengan siswa yang kurang aktif selama kegiatan belajar mengajar berlangsung, diperoleh penjelasan bahwa di antara mereka ada yang kurang menyukai materi, dan tidak bisa melakukan unjuk kerja praktik gerak dasar loncat.

b) Siswa yang antusias selama kegiatan belajar mengajar berlangsung sebesar 25%, sedangkan 75% lainnya kurang memperhatikan penjelasan dari peneliti. Siswa tersebut bermain sendiri dengan temannya. Karena peneliti berada pada satu tempat yang kurang dapat menjangkau siswa yang lain, sebab kondisi tempat yang cukup luas dan ramai, sehingga siswa yang tidak terjangkau merasa diabaikan, sehingga mereka cenderung bermain sendiri.

- 6) Peneliti bersama guru pamong melakukan penilaian melalui lembar observasi siswa, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa dalam menerima pembelajaran materi gerak dasar loncat melalui penerapan pendekatan bermain dan MAS.

Berdasarkan hasil pengamatan / observasi selama pelaksanaan Tindakan I berlangsung, berdasarkan hasil pekerjaan siswa dapat identifikasi:

Hasil belajar siswa dalam materi gerak dasar loncat setelah Tindakan I dilakukan menunjukkan hasil bahwa yang mencapai kriteria Baik sekali adalah 16,6%, sedangkan sisanya ( Baik 42,9%; Cukup 23,8%; Kurang 16,7%). Dalam hal ini sejumlah 25 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 17 siswa Tidak Tuntas dengan prosentase ketuntasan 60 %.

Dalam pelaksanaan Tindakan I terdapat kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolok ukur keberhasilan pelaksanaan tindakan I, adapun kelebihan dan pelaksanaan Tindakan I diantaranya :

- 1) Siswa merasa tertarik dengan metode baru yang disampaikan oleh peneliti yakni dengan penyampaian materi model inovatif dengan penerapan pendekatan bermain dan (MAS), sebab siswa merasa senang dengan kegiatan belajar, melalui penjelasan guru dan peneliti, disamping itu model pelaksanaan pembelajaran ini dianggap langka dan jarang digunakan dalam proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) pada mata pelajaran Penjasorkes.
- 2) Siswa mudah dalam menyerap pelaksanaan kegiatan melalui intruksi langsung, sehingga pelaksanaan KBM menjadi terpimpin dan terkomando dengan baik, dan siswa dapat secara cepat mengadaptasi materi karena sudah melihat gerakan yang diinstruksikan sebelumnya oleh peneliti.

- 3) Situasi kelas lebih tertata, dan terkomando dengan baik, sehingga materi yang diberikan terarah.

Akan tetapi dalam pelaksanaan Tindakan I ini masih terdapat kelemahan sehingga membuat kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan I, adapun kelemahan dan kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan I tersebut adalah:

- 1) Situasi halaman sekolah yang ramai membuat pelaksanaan pembelajaran kurang maksimal, serta mengganggu konsentrasi siswa dalam melaksanakan instruksi materi dari peneliti dan guru.
- 2) Mayoritas siswa belum dapat mempraktekkan beberapa gerakan dasar loncat yang didemonstrasikan oleh peneliti secara benar.
- 3) Siswa kurang paham dengan bentuk penjelasan Peneliti sebab sebagian siswa kurang konsentrasi dalam menerima materi yang diberikan oleh peneliti dan guru.
- 4) Siswa seringkali lupa dengan teknik gerakan yang telah diajarkan pada materi sebelumnya, sehingga Peneliti dan kolaborator seringkali mengulangi pelaksanaan materi sebelumnya.
- 5) Siswa kurang aktif bertanya sehingga kekurangan atau kesalahan gerakan maupun gerak dasar yang dilakukan siswa kurang dapat dipantau oleh guru dan peneliti.
- 6) Masih banyak siswa yang kurang berani melakukan gerak dasar karena malu.
- 7) Siswa kurang mampu mencermati contoh pelaksanaan gerakan kaki, pandangan mata dan tangan pada gerakan loncat sehingga sebagian siswa belum dapat menunjukkan kualitas gerakan yang maksimal

#### **d. Analisis dan Refleksi Tindakan I**

Berdasarkan hasil observasi pada Tindakan I tersebut, peneliti melakukan analisis dan refleksi sebagai berikut:

- 1) Jumlah dan frekuensi pertemuan pada Siklus I telah menunjukan hasil yang sesuai, mengingat jumlah materi yang disampaikan banyak dan bervariasi serta alokasi waktu dalam mengajar yang sedikit.

- 2) Pelaksanaan proses belajar mengajar telah sesuai dengan rencana yang dibuat pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I.
- 3) Model pembelajaran yang diterapkan oleh Peneliti dan kolaborator mampu mengatur kondisi kelas, sehingga proses belajar mengajar serta transfer materi dapat berlangsung lebih maksimal.
- 4) Hasil pekerjaan siswa pada Pelaksanaan Tindakan I belum menunjukkan hasil yang maksimal walaupun telah menunjukkan peningkatan dan sudah sesuai dengan target capaian pada siklus I. Secara lebih detail hasil kerja siswa selama Tindakan I, dijelaskan sebagai berikut :

Hasil belajar siswa dalam materi gerak dasar loncat setelah Tindakan I dilakukan menunjukkan hasil bahwa yang mencapai kriteria Baik sekali adalah 16,6%, Baik 42,9%; Cukup 23,8%; Kurang 16,7%. Dalam hal ini sejumlah 25 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 17 siswa Tidak Tuntas. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pada proses Siklus I, hasil belajar siswa dalam materi gerak dasar loncat dengan (MAS) dalam kategori baik. Dibandingkan dengan data awal yang dimiliki hasil belajar siswa dalam materi Gerak dasar loncat dengan (MAS) menunjukkan hasil yang meningkat dari data awal hanya 33, 3% siswa yang tuntas menjadi 60% siswa yang tuntas

Kelebihan dan keberhasilan dalam pelaksanaan tindakan pada siklus I, akan dipertahankan dan ditingkatkan.

- 5) Dalam mengantisipasi kelemahan dan kekurangan yang ditemukan selama pelaksanaan Tindakan I, maka disusun langkah antisipatif, yakni :
  - a) Untuk mengantisipasi situasi halaman yang ramai maka siswa diminta untuk sesegera mungkin menuju halaman.
  - b) Siswa diminta mengingat gerakan loncat sesuai yang telah diajarkan.
  - c) Guru dan peneliti memberikan reward bagi siswa yang dapat melakukan gerak dasar loncat secara benar.
  - d) Peneliti tidak hanya berada di depan saat memberikan penjelasan kepada siswa. Peneliti juga harus memonitor siswa yang berada di bagian belakang, agar mereka juga ikut aktif dalam kegiatan belajar mengajar.



- e) Peneliti meminta bantuan kepada beberapa teman untuk dapat membantu mengatur jalannya proses pembelajaran.

Peneliti dan kolaborator sepakat menyusun tindakan perbaikan dan menganulir sebagian materi yang dianggap sudah dapat dilaksanakan siswa dengan baik diantaranya; Gerak dasar loncat dan POS sirkuit yang digunakan sebagai metode mengajar .

#### e. Data Diskripsi Tindakan I

Selama pelaksanaan Tindakan I maka Peneliti dan kolaborator melakukan pengambilan data penelitian. Adapun diskripsi data yang diambil terdiri dari; gerakan meloncat atau standing prowl jump; aktifitas siswa dan hasil belajar gerak dasar loncat siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012.

#### 1) Hasil Belajar Gerak Dasar Loncat Setelah Diberikan Penerapan Pendekatan Bermain dan MAS.

Kondisi hasil belajar gerak dasar loncat kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012 setelah diberikan Tindakan I model pembelajaran dengan pendekatan bermain disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 6. Deskripsi Data Hasil Belajar Gerak Dasar Loncat Melalui Penerapan Pendekatan Bermain dan MAS Tindakan I

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
>80	Baik Sekali	Tuntas	7	16,6%
75 – 79	Baik	Tuntas	18	42,9%
70 – 74	Cukup	Tidak Tuntas	10	23,8%
65 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	7	16,7%
Jumlah			42	100%

Berdasarkan hasil diskripsi data awal, hasil belajar gerak dasar loncat siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012 setelah diberikan Tindakan I adalah Cukup dengan prosentase 23,8%, Kurang dengan

prosentase 16,7%, dan sisanya (Baik 42,9%; Baik sekali 16,6%). Sejumlah 25 siswa telah mencapai kriteria Tuntas sedangkan 17 siswa Tidak Tuntas.

### 3. Siklus II

Siklus II merupakan, tidak lanjut dari hasil analisis dan refkesi yang dilakukan pada Siklus I, dimana dalam pelaksanaan tindakan dalam Siklus I. Rata-rata siswa menunjukkan hasil yang kurang maksimal dan sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Pelaksanaan Siklus II mengacu pada pelaksanaan Siklus I, karena merupakan perbaikan dari Siklus I. Adapun tahapan yang dilakukan pada Siklus II ini diantaranya;

#### a. Rencana Tindakan II

Kegiatan perencanaan Tindakan II dilaksanakan pada hari Kamis, 13 September 2012, di SD negeri 04 Bejen Karanganyar. Peneliti dan kolaborator penjas yang bersangkutan (mitra kolaboratif) mendiskusikan rancangan tindakan yang akan dilakukan dalam proses penelitian ini, seluruh rencana tindakan pada siklus II, mengacu pada hasil analisis dan refleksi tindakan I yang termuat dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) siklus II.

Melalui hasil pengukuran tersebut maka Peneliti dan kolaborator merancang rencana pelaksanaan tindakan Siklus II sebagai berikut :

- 1) Peneliti, guru pamong dan kolaborator merancang skenario penerapan pendekatan bermain dan MAS, untuk meningkatkan motivasi serta kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar loncat. Dengan pembelajaran sebagai berikut :
  - a) Guru menjelaskan tujuan pembelajaran, informasi latar belakang pelajaran, pentingnya pelajaran, mempersiapkan siswa untuk belajar.
  - b) Guru mendemonstrasikan keterampilan dengan benar, atau menyajikan informasi tahap demi tahap.
  - c) Guru merencanakan dan memberi bimbingan pelatihan awal.
  - d) Mengecek apakah siswa telah berhasil melakukan tugas dengan baik, memberi umpan balik.

- e) Guru mempersiapkan kesempatan melakukan pelatihan lanjutan, dengan perhatian khusus pada penerapan kepada situasi lebih kompleks dan kehidupan sehari-hari.
- 2) Peneliti dan kolaborator menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II gerak dasar loncat melalui penerapan pendekatan bermain dan MAS dalam pembelajaran.
- 3) Peneliti dan kolaborator menyiapkan media,serta menyiapkan sarana yang akan digunakan seperti; kardus, ban bekas warna, simpai, cones, dsb.
- 4) Peneliti dan kolaborator menyusun media pembelajaran yakni berupa tes dan non tes. Instrumen tes dinilai hasil peningkatan ketangkasan gerak dasar loncat dengan model pembelajaran melalui penerapan pendekatan bermain dan MAS. Sedangkan instrumen non tes dinilai berdasarkan pedoman observasi yang dilakukan oleh peneliti dengan mengamati keaktifan dan sikap siswa selama kegiatan pembelajaran berlangsung dan melalui formulir penilaian / rubrik penilaian siswa yang tercantum dalam RPP.
- 5) Peneliti, guru pamong dan kolaborator menyusun standar penilaian pada penguasaan gerak dasar loncat.
- 6) Peneliti dan kolaborator menentukan lokasi pelaksanaan tindakan II, yakni pada halaman SD Negeri 04 Bejen Karanganyar.

#### **b. Pelaksanaan Tindakan II**

Tindakan II dilaksanakan selama dua kali pertemuan, selama dua minggu yakni pada setiap hari kamis tanggal 13 september 2012 dan 20 September 2012 di halaman SD Negeri 04 Bejen Karanganyar. Masing-masing pertemuan dilaksanakan selama 2 x 35 menit. Sesuai dengan RPP pada siklus II ini pembelajaran dilakukan oleh Peneliti dan kolaborator yang bersangkutan, dan sekaligus melakukan observasi terhadap proses pembelajaran. Seluruh proses pembelajaran dalam Tindakan II ini adalah penguatan materi sebab materi secara dasar telah diberikan pada Tindakan sebelumnya.

Materi pada pelaksanaan tindakan II, pertemuan pertama (Kamis, 13 September 2012) yaitu melakukan gerak dasar loncat dengan menggunakan kardus

dan ban dengan menggunakan awalan lari dan melaksa dengan rangsangan jarak semakinakan gerakan loncat pada ban dan kardus dan jarak disesuaikan sesuai dengan POS masing-masing . Urutan pelaksanaan tindakan tersebut adalah sebagai berikut :

- 1) Peneliti menyiapkan siswa dengan memulai proses pembelajaran dengan berdoa kemudian mempresensi.
- 2) Peneliti menyampaikan motivasi dan tujuan pembelajaran, serta kompetensi dasar dan indikator yang harus dicapai siswa secara singkat.
- 3) Peneliti memulai proses pembelajaran diawali dengan proses *stretching* atau penguluran.
- 4) Peneliti memberikan gerakan pemanasan yang berkaitan dengan materi gerak dasar loncat dengan permainan ”hijau/hitam..
- 5) Peneliti menyampaikan penjelasan mengenai gerak dasar loncat dengan MAS. Siswa diminta memperhatikan pelaksanaan contoh yang dicontohkan oleh guru,dengan dibagi menjadi empat kelompok setiap kelompok berjumlah sepuluh dan ada yang berjumlah sebedisertai kompetisilas,disetiap POS memiliki materi yang berbeda dan .
- 6) Siswa melakukan gerakan loncat,dengan formasi siswa menjadi empat kelompok,satu kelompok berjumlah sepuluh siswa dan ada yang sebelas,masing-masing kelompok menempati pos-pos yang dibuat sebagai metode aktivitas sirkuit (MAS)..
- 7) Setiap POS diberi waktu sepuluh menit untuk siswa melakukan gerakan dan materi tentang sirkuit,setelah selesai siswa berpindah dari satu POS kePOS yang lainnya dengan evaluasi dan arahan dari guru dan kolaborator.
- 8) Peneliti memberi bimbingan dan evaluasi kepada siswa tentang gerakan dasar loncat yang telah dilakukannya serta memberikan kesempatan bertanya apabila terjadi kesulitan.
- 9) Pelajaran di akhiri dengan berdoa dan siswa di bubarkan untuk selanjutnya mengikuti pelajaran selanjutnya.

10) Diakhir pertemuan Peneliti, guru pamong dan kolaborator melakukan evaluasi terhadap hasil pembelajaran yang telah dilakukan serta memberikan informasi mengenai materi yang akan disampaikan minggu depan.

Materi pada pelaksanaan tindakan II, pertemuan kedua (Kamis, 20 September 2012) adalah pengambilan data akhir tindakan II. Urutan pelaksanaan tindakan tersebut adalah sebagai berikut :

- 1) Peneliti, guru pamong dan kolaborator menyiapkan siswa dan baroda, serta memulai proses pembelajaran dengan mempresensi.
- 2) Peneliti, guru pamong dan kolaborator menyampaikan motivasi dan tujuan pembelajaran, serta kompetensi dasar dan indikator yang harus dicapai siswa secara singkat.
- 3) Peneliti, guru pamong dan kolaborator memulai proses pembelajaran diawali dengan proses *stretching* atau penguluran.
- 4) Siswa diminta menyimak secara detail pelaksanaan contoh gerakan dasar loncat yang dilakukan oleh peneliti.
- 5) Peneliti membagi jumlah siswa menjadi empat kelompok sesuai dengan POS/sirkuit dan memberi contoh gerakan disetiap POS, dan kelompok disetiap POA melakukan gerakan seskama dari POS 1-POS4.
- 6) Siswa melakukan gerakan MAS, sesuai dengan instruksi dari peneliti dan guru.
- 7) Selama kegiatan belajar mengajar berlangsung Peneliti dan kolaborator mengadakan observasi, serta memberikan penguatan kepada siswa dalam pelaksanaan gerak dasar loncat dengan MAS.
- 8) Pengambilan data akhir siklus II
- 9) Diakhir pertemuan Peneliti, guru pamong dan kolaborator melakukan evaluasi terhadap hasil pembelajaran yang telah dilakukan.

### c. Observasi Dan Interpretasi Tindakan II

Observasi dan interpelasi tindakan II dilakukan selama Tindakan II berlangsung. Dalam melakukan observasi dan interpretasi tindakan II peneliti

berkolaborasi dengan guru yang bersangkutan sebagai pengelola kelas, adapun pelaksanaan Tindakan II, yakni :

- 1) Peneliti mengamati proses pembelajaran gerak dasar loncat melalui penerapan pendekatan bermain dan MAS pada siswa kelas III SD Negeri 04 bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012. Pada pertemuan pertama (kamis, 13 September 2012 selama 2 x 35 menit), (Kamis, 20 September 2012, selama 2 x 35 menit).
- 2) Sebelum pembelajaran dilangsungkan Peneliti dan kolaborator bersangkutan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II, sebagai pedoman atau acuan dalam proses pelaksanaan pembelajaran.
- 3) Peneliti melakukan proses pembelajaran dengan menggunakan model instruksi langsung, dalam hal ini peneliti mengacu pada alur pembelajaran pada model pembelajaran melalui penerapan pendekatan bermain dan MAS, yakni adanya penjelasan materi, demonstrasi / unjuk kerja contoh, serta pelaksanaan instruksi secara langsung oleh siswa.
- 4) Peneliti dan kolaborator memberikan motivasi kepada siswa agar mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Sebelumnya Peneliti dan kolaborator memberikan contoh dengan benar. Siswa dengan semangat melakukan apa yang di perintah oleh guru. Berdasarkan hasil pengamatan terhadap proses belajar mengajar diperoleh gambaran tentang motivasi dan aktivitas siswa selama kegiatan belajar mengajar berlangsung, yaitu Siswa yang aktif selama pemberian materi gerak dasar meningkat sebesar 80%, sedangkan 20% lainnya masih memberikan respon yang kurang serius terhadap materi. Dari hasil wawancara dengan siswa yang kurang aktif selama kegiatan belajar mengajar berlangsung, diperoleh penjelasan bahwa di antara mereka ada yang kurang menyukai materi, dan tidak bisa melakukan unjuk kerja praktik gerak dasar loncat .
- 5) Guru, peneliti dan siswa selalu memberikan *applause* pada setiap penampilan siswa. Guru dan peneliti juga memberikan *reward* berupa pujian, seperti: “Bagus sekali”, “Ayo semangat”, “ Ya Bagus”, dan lain-lain. Suasana tampak hidup dengan semangat dan antusiasme siswa yang tinggi.

- 6) Peneliti bersama guru melakukan penilaian melalui lembar obeservasi siswa, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa dalam menerima pembelajaran materi gerak dasar loncat melalui penerapan pendekatan bermain dan MAS dalam pembelajaran.

Berdasarkan hasil pengamatan / observasi selama pelaksanaan Tindakan II\ berlangsung, berdasarkan hasil pekerjaan siswa dapat identifikasi:

- 1) Hasil belajar siswa dalam materi gerak dasar loncat setelah Tidakan II dilakukan menunjukkan hasil bahwa yang mencapai kriteria Baik Sekali 30, 9% sedangkan sisanya Baik 54,8%; Cukup 14,3%; Kurang 0 %. Sejumlah 36 Siswa mencapai kriteria Tunas sedangkan 6 siswa Tidak Tuntas. Telah memenuhi target dengan capaian berhasil lebih dari target capaian yang diharapkan.

Dalam pelaksanaan Tidakan II terdapat kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolok ukur keberhasilan pelaksanaan tindakan II, adapun kelebihan dan pelaksanaan Tindakan II diantaranya :

- 1) Sebagian siswa telah mampu menunjukkan gerakan dasar loncat dengan baik.
- 2) Melalui proses pengelompokan siswa dalam permainan sebagian besar siswa dapat berpartisipasi dalam pembelajaran yang dilakukan oleh guru dan peneliti.
- 3) Dengan dibantu oleh beberapa teman Peneliti dan kolaborator tidak kerepotan dalam proses transfer materi kepada siswa.
- 4) Melalui penguatan kegiatan permainan dan MAS siswa lebih berani dan beradaptasi dengan kegiatan gerak dasar loncat.

Akan tetapi dalam pelaksanaan Tindakan II ini masih terdapat kelemahan sehingga membuat kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan II, adapun kelemahan dan kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan II tersebut adalah:

- 1) Masih ada siswa yang kurang serius sehingga penerimaan materi pembelajaran kurang maksimal diterima.
- 2) Siswa yang merasa sudah lulus pada siklus I kurang serius mengikuti pembelajaran, walaupun tetap mendapat nilai kriteria tuntas, tapi hasil yang diperoleh pada siklus ke II kurang maksimal.

#### **d. Analisis dan Refleksi Tindakan II**

Berdasarkan hasil observasi pada Tindakan II tersebut, peneliti melakukan analisis dan refleksi sebagai berikut:

- 1) Jumlah dan frekuensi pertemuan pada Siklus II telah menunjukkan hasil yang sesuai yakni 1 kali pertemuan pembelajaran dengan 1 kali pertemuan untuk pengambilan data akhir siklus II, sebab materi yang diberikan sedikit hanya penguatan pada sebagian siswa sedangkan sebagian lain adalah penyempurnaan gerakan.
- 2) Pelaksanaan proses belajar mengajar telah sesuai dengan rencana yang dibuat pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II.
- 3) Melalui pendekatan bermain dan MAS yang diterapkan oleh Peneliti dan kolaborator mampu mengatur kondisi kelas, sehingga proses belajar mengajar serta transfer materi dapat berlangsung lebih maksimal, serta penguatan materi yang dilakukan pada siklus II dapat terlaksana dengan baik.
- 4) Motivasi siswa selama mengikuti proses belajar mengajar pada Tindakan II, cenderung naik menjadi 80% sedangkan antusias siswa selama mengikuti proses belajar naik menjadi 70%. Adanya antusias dan respon siswa terhadap materi karena Peneliti, guru pamong dan kolaborator meminta bantuan teman dalam membantu memberikan pengawasan dan kontrol terhadap siswa dalam belajar.
- 5) Hasil pekerjaan siswa pada Pelaksanaan Tindakan II menunjukkan hasil yang meningkat dibandingkan dengan hasil yang diperoleh pada siklus I. Secara lebih detail hasil kerja siswa selama Tindakan II, dijelaskan sebagai berikut :

Hasil belajar siswa dalam materi gerak dasar loncat setelah Tindakan II dilakukan menunjukkan hasil bahwa yang mencapai kriteria Baik Sekali 30, 9% sedangkan sisanya ( Baik 54, 8%; Cukup 14,3%; Kurang 0 %). Sejumlah 36 Siswa mencapai kriteria Tuntas sedangkan 6 siswa Tidak Tuntas. Telah memenuhi target dengan capaian berhasil lebih dari target capaian yang diharapkan. Melihat hasil yang diperoleh pada Tindakan II



maka penelitian tidak kelas telah memenuhi target dari rencana target yang diharapkan.

#### e. Diskripsi Data Tindakan II

Selama pelaksanaan Tindakan II maka Peneliti dan kolaborator melakukan pengambilan data penelitian. Adapun diskripsi data yang diambil terdiri dari kemampuan melakukan gerak dasar loncat dengan MAS siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012.

##### 1) Hasil Belajar Gerak Dasar Loncat Setelah Diberikan Penerapan Pendekatan Bermain dan MAS Dalam Pembelajaran.

Kondisi hasil belajar gerak dasar loncat siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012 setelah diberikan Tindakan II model pembelajaran dengan pendekatan bermain dan MAS disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 7. Deskripsi Data Hasil Belajar Gerak Dasar Loncat Setelah Diberikan Melalui Menerapan Pendekatan Bermain dan MAS Tindakan II.

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Prosentase
>80	Baik Sekali	Tuntas	13	30, 9%
75 – 79	Baik	Tuntas	23	54, 8%
70 – 74	Cukup	Tuntas	6	14, 3%
65 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	0	0%
Jumlah			42	100%

Berdasarkan hasil diskripsi data awal, hasil belajar gerak dasar siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012 setelah diberikan Tindakan II adalah Baik Sekali 30, 9% sedangkan sisanya Baik 54, 8 %; Cukup 14, 3%; dan kurang 0 %). Sejumlah 36 Siswa mencapai kriteria Tunas sedangkan 6 siswa Tidak Tuntas.

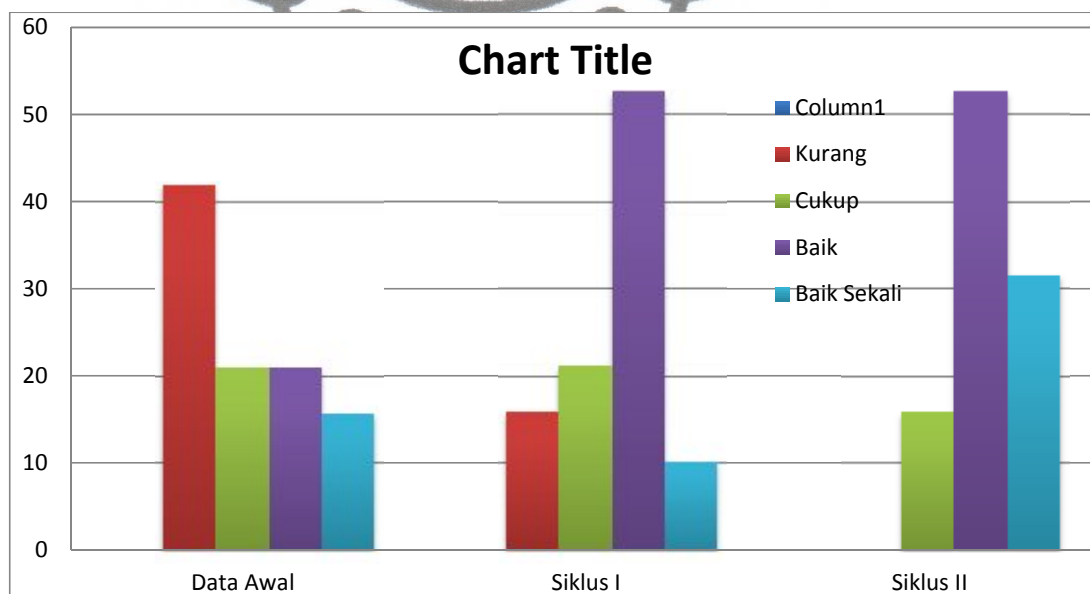
## B. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan pada siklus I dan II dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan hasil gerak dasar loncat siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012.

Tabel 8. Hasil Perbandingan Hasil Gerak Dasar Loncat Setelah Diberikan Penerapan Pendekatan Bermain dan MAS Siklus I dan Siklus II

Rentang Nilai	Keterangan	Prosentasi		
		Data Awal	Siklus I	Siklus II
>80	Baik Sekali	9,5% 4 siswa	16,6% 7 siswa	30,9% 14 siswa
75 – 79	Baik	23,8% 10 siswa	42,9% 18 siswa	54,8% 23 siswa
70 – 74	Cukup	23,8% 10 siswa	23,8% 10 siswa	14,3% 6 siswa
65 – 69	Kurang	42,9% 18 siswa	16,7% 7 siswa	0%

Melalui tabel perbandingan hasil belajar diatas apabila didistribusikan dalam grafik perbandingan, disajikan sebagai berikut:



Melalui grafik perbandingan hasil belajar gerak dasar loncat siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012, terjadi peningkatan hasil belajar siswa mulai dari data awal, Siklus I dan Siklus II

*commit to user*

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

#### A. Simpulan

Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV, diperoleh simpulan bahwa:

Melalui penerapan pendekatan bermain dan MAS dalam pembelajaran, dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar loncat pada siswa kelas III SD Negeri 04 Bejen Karanganyar. Untuk hasil belajar siswa pra siklus yang meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor dalam proses pembelajaran dapat dilihat dalam tabel berikut :

Tabel 9. Deskripsi Hasil Belajar Kondisi Awal (Pra Siklus)

Aspek yang diukur	Kondisi awal		Cara mengukur
	Jumlah siswa yang lulus	Persentase Kelulusan	
Kognitif, afektif dan psikomotor	14 Siswa	33,3 %	Pada saat proses pembelajaran

Tabel 10.Deskripsi Hasil Belajar Siklus I dan Siklus II

Aspek yang diukur	Kondisi Siklus I		Cara mengukur
	Jumlah siswa yang lulus	Persentase Kelulusan	
Kognitif, afektif dan psikomotor	25 Siswa	60 %	Pada saat proses pembelajaran
Aspek yang diukur	Kondisi Siklus II		Cara mengukur
	Jumlah siswa yang lulus	Persentase Kelulusan	
Kognitif, afektif dan psikomotor	36 Siswa	85,7 %	Pada saat proses pembelajaran

Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. hasil belajar gerak dasar loncat pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 60% jumlah siswa yang tuntas adalah 25 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan prosentase hasil belajar siswa dalam kategori tuntas sebesar 85,7%, sedangkan siswa yang tuntas 36 siswa.

### B. Implikasi

Penelitian ini memberikan suatu gambaran yang jelas bahwa keberhasilan proses pembelajaran tergantung pada beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut berasal dari pihak guru maupun siswa serta penerapan pendekatan pembelajaran yang digunakan. Faktor dari pihak guru yaitu kemampuan guru dalam mengembangkan materi, kemampuan guru dalam menyampaikan materi, kemampuan guru dalam mengelola kelas, metode yang digunakan guru dalam

proses pembelajaran, serta teknik yang digunakan guru sebagai sarana untuk menyampaikan materi. Sedangkan faktor dari siswa yaitu minat dan motivasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Penerapan pendekatan bermain dan MAS dalam pembelajaran dapat juga membantu motivasi siswa belajar siswa sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

Faktor-faktor tersebut saling mendukung satu sama lain, sehingga harus diupayakan dengan maksimal agar semua faktor tersebut dapat dimiliki oleh guru dan siswa dalam proses pembelajaran yang berlangsung di kelas maupun di lapangan. Apabila guru memiliki kemampuan yang baik dalam menyampaikan materi dan dalam mengelola kelas serta didukung oleh teknik dan sarana dan prasarana yang sesuai, maka guru akan dapat menyampaikan materi dengan baik. Materi tersebut akan dapat diterima oleh siswa apabila siswa juga memiliki minat dan motivasi yang tinggi untuk aktif dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar, kondusif, efektif, dan efisien.

Penelitian ini juga memberikan deskripsi yang jelas bahwa dengan penerapan pendekatan bermain dan MAS dalam pembelajaran gerak dasar loncat dapat meningkatkan hasil belajar siswa (baik proses maupun hasil), sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu pertimbangan bagi guru yang ingin menggunakan media pengajaran dengan pendekatan bermain dan MAS dalam pembelajaran. Bagi guru bidang studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam melaksanakan proses pembelajaran Penjas khususnya yang berkaitan dengan peningkatan hasil belajar gerak dasar loncat yang efektif dan menarik yang membuat siswa lebih aktif serta menghapus persepsi siswa mengenai pembelajaran Penjas yang pada awalnya membosankan menjadi pembelajaran yang menyenangkan. Apalagi bagi guru yang memiliki kemampuan yang lebih kreatif dalam membuat model-model pendekatan pembelajaran yang lebih banyak. Ia dapat menyalurkan kemampuannya tersebut dan memanfaatkan fasilitas yang tersedia di sekolah dalam upaya meningkatkan kinerja sebagai seorang pendidik yang profesional dan inovatif.

Dengan diterapkannya model pembelajaran dengan penerapan pendekatan bermain dan MAS dalam pembelajaran untuk peningkatan hasil belajar siswa terhadap pembelajaran gerak dasar loncat, maka siswa memperoleh pengalaman baru dan berbeda dalam proses pembelajaran Penjas. Pembelajaran Penjas yang pada awalnya membosankan bagi siswa, menjadi pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa.

Pemberian tindakan dari siklus I dan II memberikan deskripsi bahwa terdapatnya kekurangan atau kelemahan yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung. Namun, kekurangan-kekurangan tersebut dapat diatasi pada pelaksanaan tindakan pada siklus-siklus berikutnya. Dari pelaksanaan tindakan yang kemudian dilakukan refleksi terhadap proses pembelajaran, dapat dideskripsikan terdapatnya peningkatan kualitas pembelajaran Penjas (baik proses maupun hasil) dan peningkatan hasil belajar siswa. Dari segi proses pembelajaran Penjas, penerapan model pembelajaran melalui penerapan pendekatan bermain dan MAS dalam pembelajaran ini dapat merangsang aspek motorik siswa. Dalam hal ini siswa dituntut untuk aktif dalam pembelajaran Penjas yang nantinya dapat bermanfaat untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mengembangkan kerjasama, mengembangkan skill dan mengembangkan sikap kompetitif yang kesemuanya ini sangat penting dalam pendidikan jasmani.

### C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal, khususnya pada guru SD Negeri 04 Bejen Karanganyar, sebagai berikut:

1. Guru hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi gerak dasar loncat, menyampaikan materi dengan metode aktifitas sirkuit (MAS), serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat seiring dengan peningkatan kemampuan yang dimilikinya. Selain itu, guru hendaknya mau membuka diri untuk menerima berbagai bentuk masukan, saran, dan kritikan agar dapat lebih memperbaiki kualitas pengajarannya.

2. Guru hendaknya lebih inovatif dalam menerapkan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran.
3. Kepada guru yang belum menerapkan model penerapan pendekatan bermain dan MAS dalam pembelajaran hendaknya mencoba teknik tersebut dalam pembelajaran Penjas sehingga nantinya dapat bermanfaat untuk meningkatkan hasil belajar anak didiknya.
5. Penelitian ini dapat diterapkan di kelas lain maupun di sekolah lain. Namun tentu saja dalam penerapannya harus diikuti oleh penyesuaian seperlunya sesuai dengan konteks kelas ataupun sekolah masing-masing. Hal ini disebabkan meskipun sekolah-sekolah yang ada di Indonesia ini pada dasarnya hampir sama satu dengan yang lainnya, namun tetap memiliki suatu karakteristik khusus yang hanya dimiliki oleh masing-masing kelas atau sekolah sebagai akibat dari keanekaragaman yang dimiliki oleh masing-masing individu yang ada di kelas atau sekolah tersebut.