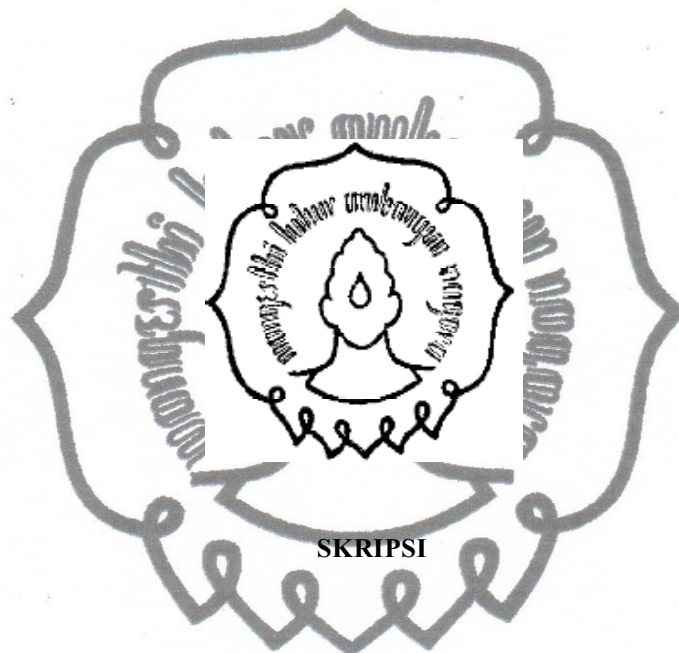


**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LONCAT KATAK (*KIDS  
ATHLETIC*) MELALUI PENERAPAN ALAT BANTU  
PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS IV  
SD NEGERI WONOWOSO SURAKARTA  
TAHUN AJARAN 2011/2012**



**SKRIPSI**

**Oleh:**

**HAFID KURNIYAWAN**

**X4610058**

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

**PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hafid Kumiyawan  
NIM : X4610058  
Jurusan/Program Studi : POK / Penjaskesrek

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **"MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LONCAT KATAK (*KIDS ATHLETIC*) MELALUI PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI WONOWOSO SURAKARTA TAHUN AJARAN 2011/2012"** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

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

Surakarta, 14 September 2012



Hafid Kumiyawan

**MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LONCAT KATAK (*KIDS ATHLETIC*) MELALUI PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI WONOWOSO SURAKARTA TAHUN AJARAN 2011/2012**



Oleh:

**HAFID KURNIYAWAN**

**X4610058**

**Skripsi**

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

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

## PERSETUJUAN

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

Surakarta, 14 September 2012

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Haris Nugroho, S.Pd, M.Or  
NIP. 19720208 199903 1 003

**PENGESAHAN**

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

Pada hari : Senin

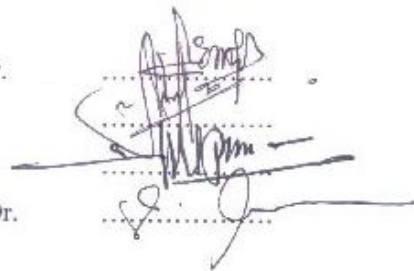
Tanggal : 29 Oktober 2012

Tim Penguji Skripsi :

(Nama Terang)

(Tanda Tangan)

1. Ketua : Fadilah Umar, S.Pd., M.Or.
2. Sekretaris : Drs. Sukono, M.Or.
3. Anggota I : Drs. H. Mulyono., M.M
4. Anggota II : Haris Nugroho, S.Pd., M.Or.

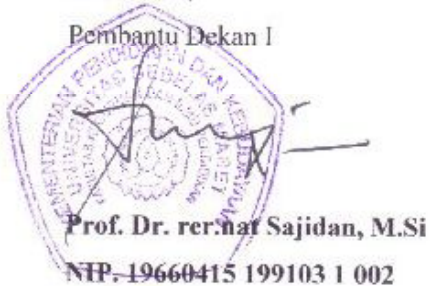


Disahkan oleh :

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

a.n. Dekan,

Pembantu Dekan I



**Prof. Dr. rer.haf Sajidan, M.Si**  
NIP. 19660415 199103 1 002

## ABSTRAK

Hafid Kumiyawan. **MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LONCAT KATAK (*KIDS ATHLETIC*) MELALUI PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI WONOWOSO SURAKARTA TAHUN AJARAN 2011/2012**. Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. September 2012.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar loncat katak pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 melalui penerapan alat bantu pembelajaran (kardus, ban bekas, karet gelang).

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas IV SD Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 berjumlah 32 orang yang terbagi atas 21 siswa putra dan 11 siswa putri. Teknik pengumpulan data adalah melalui tes dan pengukuran kemampuan gerak dasar loncat katak dan observasi dari proses kegiatan pembelajaran. Analisis data menggunakan teknik deskriptif yang didasarkan pada analisis kualitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui penerapan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar loncat katak siswa dari kondisi awal ke siklus 1, dari siklus 1 ke siklus 2. Pada kondisi awal menunjukkan hasil belajar 46,88% (15 siswa yang tuntas), pada siklus 1 menunjukkan hasil belajar 75% (24 siswa yang tuntas) yang artinya sudah ada peningkatan dari kondisi awal tetapi belum mencapai persentase target yang diharapkan, sedangkan pada siklus 2 hasil belajar menunjukkan peningkatan 90,63% (29 siswa yang tuntas) yang artinya sudah mencapai persentase target yang diharapkan. Proses pembelajaran pada kondisi awal bersifat monoton atau konvensional sehingga kemampuan gerak dasar dan ketuntasan hasil belajar loncat katak rendah. Peningkatan terjadi pada siklus 1. Kemampuan gerak dasar dan ketuntasan hasil belajar siswa meningkat walaupun belum optimal. Pelaksanaan siklus 2 menyebabkan kemampuan gerak dasar dan ketuntasan hasil belajar siswa meningkat menjadi lebih tinggi sehingga bisa mendukung suatu pembelajaran yang berkualitas.

Simpulan penelitian ini adalah penerapan alat bantu pembelajaran (kardus, ban bekas, dan karet gelang) dapat meningkatkan hasil belajar loncat katak dalam pembelajaran Penjas siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012.

**Kata kunci:** hasil belajar loncat katak, alat bantu pembelajaran

## MOTTO

- ❖ Bukankah kesederhanaan itu akan membawa kepada kesahajaan dan kesahajaan itu akan membawa kepada keagungan.

(Umar Ibnul Khattab)

- ❖ Usaha dan kerja keras adalah setengah dari keberhasilan.

(Penulis)

- ❖ Bila ada niat dan kesungguhan dalam meraih sesuatu, disitulah pasti ada jalan.

(Penulis)



## PERSEMBAHAN

Teriring syukurku pada-Mu, kupersembahkan karya ini untuk :

❖ “Kepala Sekolah dan Guru Penjas SD Negeri Wonowoso”

*Terima kasih karena telah memberikan support dan bantuannya.*

❖ “Bapak dan Ibu”

*Doamu yang tiada terputus, kerja keras, kasih sayang, dan perhatianmu tiada henti, semuanya membuatku bangga memiliki kalian.*

❖ “Adik dan Kakaku”

*Terima kasih atas semangat, doa, serta dorongannya sehingga membuatku pantang menyerah.*



## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-NYA, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LONCAT KATAK (*KIDS ATHLETIC*) MELALUI PENERAPAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI WONOWOSO SURAKARTA TAHUN AJARAN 2011/2012.**

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, 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 yang telah memberikan ijin untuk mengadakan penelitian.
3. Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Drs. H. Mulyono, MM, selaku Pembimbing I, yang selalu memberikan motivasi dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Haris Nugroho, S.Pd, M.Or, selaku Pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepala SD Negeri Wonowoso yang telah memberikan ijin penelitian.
7. Faridha Isnaini, S.Pd, selaku Guru Penjas SD Negeri Wonowoso, yang telah bersedia menjadi rekan dalam pelaksanaan penelitian.
8. Siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso Tahun Ajaran 2011/2012 yang telah bersedia menjadi sampel penelitian.

9. Rekan JPOK yang telah membantu pelaksanaan penelitian.
10. Semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca umumnya.

Surakarta, 14 September 2012



Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>JUDUL</b> .....	i
<b>PERNYATAAN</b> .....	ii
<b>PENGAJUAN</b> .....	iii
<b>PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>PENGESAHAN</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>MOTTO</b> .....	vii
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Perumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	9
A. Kajian Pustaka .....	9
1. Atletik Anak ( <i>Kids Athletic</i> ).....	9
a. Pengertian Atletik Anak ( <i>Kids Athletic</i> ).....	9
b. Pengertian Loncat Katak.....	11
c. Gerak Dasar Loncat Katak.....	12
2. Pembelajaran.....	14
a. Pengertian Pembelajaran.....	14
b. Prinsip-prinsip Pembelajaran.....	15

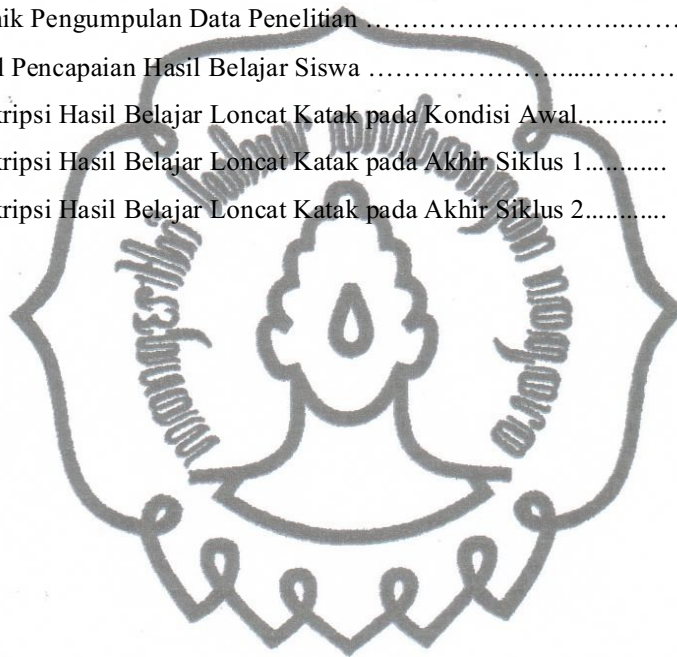
c. Ciri-ciri Pembelajaran.....	17
3. Media Pembelajaran.....	17
a. Pengertian Media Pembelajaran.....	17
b. Peran dan Kegunaan Media Pembelajaran.....	18
c. Kriteria Pemilihan Media Pembelajaran.....	19
d. Karakteristik Siswa SD Kelas IV.....	21
4. Alat Bantu Pembelajaran.....	22
a. Pengertian Alat Bantu Pembelajaran.....	22
b. Syarat Alat Bantu Pembelajaran yang Baik.....	23
c. Pembelajaran dengan Alat Bantu Kardus, Ban Bekas, dan Karet Gelang.....	23
B. Kerangka Pemikiran.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	26
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
B. Subjek Penelitian.....	27
C. Data dan Sumber Data.....	27
D. Pengumpulan Data.....	28
E. Uji Validitas Data.....	29
F. Analisis Data.....	30
G. Indikator Kinerja Penelitian.....	30
H. Prosedur Penelitian.....	31
<b>BAB IV HASIL TINDAKAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	36
A. Deskripsi Pratindakan.....	36
B. Deskripsi Hasil Penelitian Tiap Siklus.....	38
1. Siklus I.....	38
2. Siklus II.....	54
C. Perbandingan Hasil Tindakan Antarsiklus.....	59
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	60
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN</b> .....	65
A. Simpulan.....	65
B. Implikasi.....	65

C. Saran .....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>68</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>69</b>



**DAFTAR TABEL**

Tabel	Halaman
1 Kelompok Umur dan Event Atletik Anak .....	12
2 Jadwal Penelitian Tindakan Kelas .....	27
3 Teknik Pengumpulan Data Penelitian .....	28
4 Hasil Pencapaian Hasil Belajar Siswa .....	31
5 Deskripsi Hasil Belajar Loncat Katak pada Kondisi Awal.....	37
6 Deskripsi Hasil Belajar Loncat Katak pada Akhir Siklus 1.....	39
7 Deskripsi Hasil Belajar Loncat Katak pada Akhir Siklus 2.....	49



**DAFTAR GAMBAR**

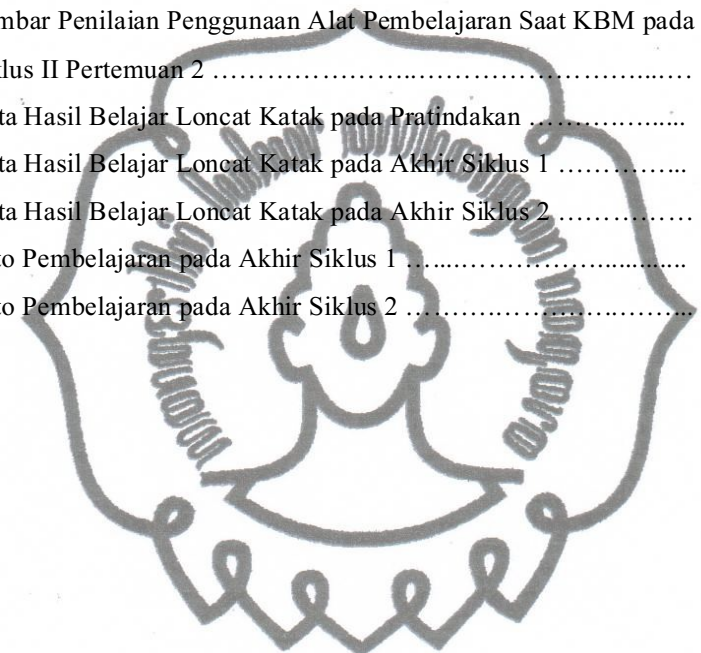
Gambar	Halaman
1 Sikap awal dalam Loncat Katak.....	13
2 Sikap Meloncat dalam Loncat Katak.....	13
3 Alur Kerangka Berpikir.....	25
4 Siklus PTK dalam Penjas .....	31
5 Grafik Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Loncat Katak Akhir Siklus 1.....	49
6 Grafik Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Loncat Katak Akhir Siklus 2.....	58
7 Grafik Persentase Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Loncat Katak.....	59

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Petunjuk Pelaksanaan Tes Loncat Katak .....	69
2 Bentuk Kartu Ceria .....	71
3 Lembar Observasi Aktivitas Guru Saat KBM .....	72
4 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus 1 .....	73
5 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus 2 .....	84
6 Lembar Observasi Aktivitas Siswa pada Siklus I Pertemuan 1 .....	94
7 Rekap Lembar Observasi Aktivitas Siswa pada Siklus I Pertemuan 1 .....	96
8 Lembar Observasi Aktivitas Siswa pada Siklus I Pertemuan 2 .....	97
9 Rekap Lembar Observasi Aktivitas Siswa pada Siklus I Pertemuan 2 .....	99
10 Lembar Observasi Aktivitas Siswa pada Siklus II Pertemuan 1.....	100
11 Rekap Lembar Observasi Aktivitas Siswa pada Siklus II Pertemuan 1.....	102
12 Lembar Observasi Aktivitas Siswa pada Siklus II Pertemuan 2.....	103
13 Rekap Lembar Observasi Aktivitas Siswa pada Siklus II Pertemuan 2.....	105
11 Hasil Kartu Ceria Antar Siklus .....	106
12 Lembar Penilaian Aktivitas Guru Saat KBM pada Siklus I Pertemuan 1 .....	110
13 Lembar Penilaian Aktivitas Guru Saat KBM pada Siklus I Pertemuan 2 .....	111
14 Lembar Penilaian Aktivitas Guru Saat KBM pada Siklus II Pertemuan 1 .....	112
15 Lembar Penilaian Aktivitas Guru Saat KBM pada Siklus II Pertemuan 2 .....	113
16 Lembar Penilaian Penggunaan Alat Pembelajaran Saat KBM pada	



Siklus I Pertemuan 1 .....	114
17 Lembar Penilaian Penggunaan Alat Pembelajaran Saat KBM pada Siklus I Pertemuan 2 .....	115
18 Lembar Penilaian Penggunaan Alat Pembelajaran Saat KBM pada Siklus II Pertemuan 1 .....	116
19 Lembar Penilaian Penggunaan Alat Pembelajaran Saat KBM pada Siklus II Pertemuan 2 .....	117
20 Data Hasil Belajar Loncat Katak pada Pratindakan .....	118
21 Data Hasil Belajar Loncat Katak pada Akhir Siklus I .....	125
22 Data Hasil Belajar Loncat Katak pada Akhir Siklus 2 .....	132
23 Foto Pembelajaran pada Akhir Siklus 1 .....	139
24 Foto Pembelajaran pada Akhir Siklus 2 .....	141



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan Jasmani (Penjas) bertujuan untuk mengembangkan kemampuan organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional secara menyeluruh. Sebagai bagian integral dari pendidikan pada umumnya, Pendidikan Jasmani memberikan kontribusi besar bagi pencapaian tujuan-tujuan pendidikan pada umumnya. Penjas memegang peranan penting dalam mengembangkan nilai-nilai humanitas yang diorientasikan pada peningkatan kualitas manusia seutuhnya. Penjas ditingkatkan di sekolah dengan tujuan untuk membantu siswa dalam meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif, serta kemampuan gerak dasar dan berbagai pendekatan jasmani bagi siswa. Oleh karena itu Penjas dan kesehatan merupakan mata pelajaran wajib dan dilaksanakan sesuai dengan kurikulum yang berlaku, ini terbukti bahwa pendidikan jasmani diberikan pada tiap-tiap sekolah mulai dari tingkat Taman Kanak-kanak, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah sampai Perguruan Tinggi.

Atletik merupakan cabang olahraga yang wajib diberikan di semua jenjang pendidikan (SK. Mendikbud Nomor 0413/U/1987). Dasar dari diberikannya pembelajaran atletik di semua jenjang pendidikan ini karena atletik merupakan induk dari semua cabang olahraga, dan oleh karenanya atletik dipandang penting untuk diberikan sejak usia dini. Komponen-komponen gerak dalam atletik merupakan bagian dari gerak yang paling sering dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, sebagian besar cabang olahraga melibatkan komponen-komponen gerak dalam atletik.

Meskipun atletik merupakan induk dari semua cabang olahraga, namun pada kenyataan dilapangan atletik merupakan cabang olahraga yang paling tidak diminati dan disenangi oleh sebagian besar siswa di SD Negeri Wonowoso. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti, dari 32 siswa kelas IV hanya 15 siswa yang berantusias untuk mengikuti pelajaran olahraga pada materi

atletik. Salah satu penyebab kurang diminatinya materi atletik adalah kurang menarik dan menyenangkan model pembelajaran dan metode pendekatan pembelajaran yang diterapkan oleh guru penjasorkes. Ketidakmenarikannya pembelajaran inilah yang membuat siswa malas-malasan, kurang sungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran, ngobrol sendiri dengan temannya, dan pada akhirnya siswa menghindari dari kegiatan pembelajaran atletik. Perlu diyakini bahwa sebenarnya atletik dapat menjadi pelajaran primadona melebihi pembelajaran permainan yang selama ini menjadi idola sebagian besar siswa, asalkan para guru penjasorkes mampu mengemas program pembelajaran atletik ini sedemikian rupa dalam bentuk “permainan atletik”

“Permainan atletik” merupakan kombinasi antara kegembiraan tugas bergerak dan tantangan tugas gerak atletik yang dekat dengan pengalaman nyata. Ada beberapa hal yang harus dipertimbangkan dalam merencanakan program pembelajaran permainan atletik yang sekaligus merupakan karakteristik dari permainan atletik ini, yaitu: (1) semua siswa terlibat dalam tugas gerak yang bervariasi dengan irama tertentu, (2) model pendekatan pembelajarannya dapat membangkitkan kegemaran dan kegembiraan berkompetisi secara sehat, (3) memberi kesempatan kepada semua siswa untuk menyalurkan keinginan mencoba menggunakan alat-alat pembelajaran, (4) ada tugas gerak yang mengandung resiko yang sepadan dengan kemampuan siswa, siswa meski pola gerak sama, (5) setiap siswa memperoleh kepuasan dan pengalaman sukses dalam memperlihatkan ketrampilan pada setiap tahapan pembelajaran, dan (6) memberi kesempatan kepada semua siswa menguji ketrampilan untuk melaksanakan tugas gerak yang baru, dalam arti bias model yang berbeda atau dengan model sama tetapi tingkat kesulitan berbeda.

Dari berbagai cabang olahraga yang ada di SD, cabang atletik merupakan salah satu kegiatan yang mudah dilakukan para siswa sesuai dengan ciri perkembangannya. Untuk anak usia SD, terdapat materi atletik yang khusus untuk anak, materi tersebut dinamakan atletik anak (*kids athletics*). Materi atletik anak yang dapat diajarkan seperti lempar turbo, lompat katak, lari gawang, dan lain sebagainya. Kondisi itulah yang saat ini terjadi di SD Negeri Wonowoso pada

siswa kelas IV tahun ajaran 2011/2012. Hasil survei yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa tingkat penguasaan materi pembelajaran loncat katak masih rendah sehingga perlu di tingkatkan.

Pembelajaran loncat katak disesuaikan dengan tingkat umur yaitu antara umur 8 sampai dengan 11 tahun. Pembelajaran loncat katak cocok diberikan pada siswa kelas IV yang berumur antara 10-11 tahun. Selain itu kompetensi dasar untuk anak kelas IV di SD Negeri Wonowoso berisikan tentang mempraktikkan gerak dasar atletik yang dimodifikasi yaitu loncat katak. Loncat katak merupakan modifikasi dari lompat jauh. Loncat katak atau nama lainnya disebut sebagai lompat jongkok ke depan merupakan jenis cabang olahraga dalam atletik anak yang dibentuk badan organisasi atletik tingkat dunia yang disingkat IAAF. *Kids Athletic* adalah cabang olahraga atletik khusus untuk anak-anak yang di lakukan secara individu maupun kelompok dalam bentuk perlombaan sehingga melatih anak untuk berkompetisi dalam permainan yang menyenangkan. Awalan dalam loncat katak gerakannya sama seperti katak waktu meloncat yaitu menggunakan kedua kaki untuk maju ke depan, maka dinamakan loncat katak.

Pada umumnya pembelajaran loncat katak yang sering dilaksanakan guru penjas masih bersifat tradisional. Pembelajaran penjas secara tradisional yaitu, guru menerangkan materi pelajaran yang diajarkan, kemudian memberikan contoh dan siswa harus mengulang-ulang sampai materi yang dipelajari dikuasai siswa. Jika materi belum dapat diselesaikan, maka pada pertemuan berikutnya diulang kembali. Pembelajaran seperti ini sangat monoton, siswa merasa jenuh, siswa harus mengikuti semua instruksi dari guru, bahkan terkadang siswa merasa takut dengan gurunya bila tidak dapat melaksanakannya. Di samping itu juga, guru terkadang kurang inovatif dan kreatif, sehingga pembelajarannya kelihatan monoton. Pembelajaran pendidikan jasmani yang monoton disebabkan oleh beberapa hal diantaranya tidak adanya sarana pendukung, dan dari pihak guru sendiri tidak kreatif dan inovatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Kegiatan-kegiatan pembelajaran yang monoton akan berdampak pada motivasi belajar menurun. Jika dalam belajar penguasaan materi siswa menurun, maka tujuan pembelajaran tidak dapat dicapai secara maksimal. Jadi, hal ini sangat perlu

dikaji dan benar-benar diperhatikan karena sangat besar manfaatnya bagi kelancaran proses KBM, maupun pengembangan pengetahuan siswa mengenai materi-materi dalam Pendidikan Jasmani secara menyeluruh. Oleh sebab itu, penulis tertarik dan berniat untuk berkreasi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan efisien dengan menerapkan alat bantu pembelajaran yang menarik dan sesuai untuk anak. Sebagai gagasan, untuk membatu proses pembelajaran materi loncat katak dapat diusahakan dengan menerapkan alat bantu pembelajaran. Alat bantu merupakan alat-alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan materi pembelajaran. Alat bantu ini lebih sering disebut alat peraga karena berfungsi untuk membantu dan mempraktekan sesuatu dalam proses pendidikan, pengajaran.

Berdasarkan hasil survei peneliti yang bersamaan dengan kegiatan PKM di SD Negeri Wonowoso, peneliti mengamati lebih dahulu cara mengajar pamong (guru Penjas SD Negeri Wonowoso). Pada waktu mengajar, guru memberikan materi pelajaran langsung pada cara melakukan/ mempraktikkan cabang olahraga yang akan diambil nilainya, tanpa diawali dengan proses pembelajaran, sehingga siswa mengalami kesulitan dalam melakukan loncat katak. Sebagian besar siswa baru menguasai cara melakukan awalan, mereka belum mampu melakukan gerakan secara keseluruhan. Dari hasil pratindakan oleh peneliti, dari 32 siswa yang senang dan minat terhadap materi loncat katak hanya 15 siswa yang mampu melakukan teknik pembelajaran dengan benar, sehingga nilai untuk pembelajaran loncat katak pada anak kelas IV menjadi rendah. Menurut hasil pengamatan peneliti, rendahnya nilai untuk mata pelajaran Penjas khususnya pada materi loncat katak di kelas IV SD Negeri Wonowoso tersebut disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu: (1) Materi loncat katak yang diterima anak tergolong materi baru, sehingga anak belum begitu paham, (2) Prasarana dan sarana pembelajaran penjas kurang memadai, (3) Guru kesulitan dalam membangkitkan minat siswa.

Media yang digunakan guru pendidikan jasmani di SD Negeri Wonowoso masih sangat terbatas dan belum mampu membangkitkan kesenangan siswa terhadap materi ajar. Keterbatasan media dan tingginya tingkat kesulitan

siswa memahami materi ajar memaksa guru harus lebih banyak menggunakan metode, agar siswa dapat memahami materi ajar meskipun hanya dengan dukungan media yang terbatas.

Dalam memilih sebuah media alat bantu, seorang guru juga harus mempertimbangkan tingkat ke ekonomisan media yang akan digunakan. Biaya yang digunakan harus seimbang dengan yang akan diperoleh. Diutamakan penggunaan media dengan biaya pengeluaran seminimal mungkin tetapi memiliki banyak manfaat dan keunggulan dalam proses pembelajaran, materi yang diberikan juga harus sesuai dengan tingkat pemahaman siswa, berisi hal-hal yang dekat dengan siswa, dan sebaiknya menarik perhatian siswa.

Sebenarnya dalam pembelajaran loncat katak tidak dibutuhkan peralatan yang mutakhir. Dengan peralatan yang sederhana pun pembelajaran itu bisa berlangsung untuk mencapai tujuan. Guru berpesan untuk memanfaatkan berbagai fasilitas yang ada di lingkungan sekolah dan sumber belajar yang digunakan pun cukup dengan alat yang dapat dimodifikasi guru atau siswa secara bersama-sama. Modifikasi pendidikan jasmani dapat dilakukan dengan penekanan pada berbagai aspek seperti materi, alat, ukuran lapangan, bentuk, jumlah pemain. Dengan modifikasi pembelajaran bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar, minat atau partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran, menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dan tidak membosankan bagi siswa.

Salah satu pendekatan dalam pembelajaran yang dapat digunakan dalam hal ini adalah pendekatan pembelajaran dengan menggunakan alat bantu berupa media (kardus, ban bekas, dan karet gelang) yaitu suatu pendekatan pembelajaran yang dapat membantu siswa mempelajari ketrampilan dasar dalam mempelajari teknik dasar. Model pembelajaran dengan pendekatan alat bantu tersebut dirancang secara khusus untuk mengembangkan belajar siswa tentang pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik dan dapat dipelajari selangkah demi selangkah.

Penelitian tindakan kelas ini, akan mencoba modifikasi alat pembelajaran dalam pendidikan jasmani pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 dengan materi gerak dasar loncat katak.

Pembelajaran dengan pendekatan alat bantu berupa kardus, ban bekas, dan karet gelang untuk meningkatkan hasil belajar loncat katak yang lebih baik dilakukan oleh siswa. Selain itu modifikasi pembelajaran ini untuk meningkatkan peran aktif siswa, partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran loncat katak. Dengan penerapan modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan peneliti diharapkan dapat memecahkan atau memberi jalan keluar yang dihadapi guru dalam proses pembelajaran loncat katak.

Menerapkan model pembelajaran dengan alat bantu yang tepat adalah sangat penting dalam pembelajaran loncat katak pada siswa SD. Dengan model pembelajaran dengan alat bantu yang baik dan tepat, direncanakan dengan baik, disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik siswa, aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan, maka pembelajaran penjas akan berjalan dengan baik dan tujuan pembelajaran akan tercapai. Di samping itu juga, siswa akan termotivasi dalam belajarnya, merasa senang karena bentuk pembelajaran yang dilakukan sesuai dengan kondisi dirinya. Tetapi sebaliknya, jika pembelajaran tidak sesuai dengan kondisi dan karakteristik siswa, maka siswa akan merasa bosan dan jenuh, sehingga siswa akan malas melaksanakan tugas ajar, sehingga penguasaan materinya menurun. Dari permasalahan umum yang dihadapi guru penjas dalam menyampaikan materi khususnya teknik dasar loncat katak, maka peneliti merasa tertarik melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 dengan judul "Meningkatkan Hasil Belajar Loncat Katak (*Kids Athletic*) Melalui Penerapan Alat Bantu Pembelajaran (Penelitian Tindakan Kelas) Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Wonowoso Surakarta Tahun Ajaran 2011/2012".

### **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan yang menjadi pokok penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

"Adakah peningkatan hasil belajar loncat katak melalui penerapan alat bantu (kardus, ban bekas, karet gelang) pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso Surakarta tahun ajaran 2011/2012?"

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Pembelajaran dengan Alat Bantu

Pembelajaran dengan alat bantu kardus, ban bekas, dan karet gelang sebagai media untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

2. Hasil Belajar Loncat Katak

Hasil belajar loncat katak adalah hasil penilaian dari melakukan rangkaian gerakan loncat katak menggunakan pembelajaran dengan alat bantu.

3. Siswa Kelas IV SD Negeri Wonowoso Tahun Ajaran 2011/2012

Siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 berjumlah 32 siswa. Dengan perincian siswa putra berjumlah 21 dan siswa putri berjumlah 11 anak.



### C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar loncat katak pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 melalui penerapan alat bantu pembelajaran (kardus, ban bekas, karet gelang).

### D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Bagi Peneliti

Peneliti mendapatkan fakta bahwa melalui penerapan model pembelajaran dengan alat bantu dapat meningkatkan hasil belajar loncat katak.

2. Bagi Guru

Memotivasi kreatifitas guru di sekolah dalam rangka menciptakan media pembelajaran serta suasana pembelajaran khususnya pembelajaran penjas menjadi efektif dan berkualitas untuk mempermudah dalam mentransfer ilmu pengetahuan terhadap siswa atau peserta didik.

3. Bagi Siswa

Mempermudah siswa dalam menyerap segala informasi yang disampaikan oleh guru dalam pembelajaran. Sehingga mampu meningkatkan



kemampuannya dalam menguasai gerak dasar loncat katak. Dengan meningkatkan hasil belajarnya diharapkan siswa lebih bersemangat dan terpacu dalam mengikuti pelajaran di sekolah.



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Kajian Pustaka

##### 1. Atletik Anak (*Kids Athletic*)

###### a. Pengertian Atletik Anak (*Kids Athletic*)

Atletik anak atau sering disebut dengan *kids athletic* merupakan permainan yang sangat mengembirakan karena dalam *kids athletic* akan disuguhkan latihan event-event yang baru dan gerakannya sangat mudah dilakukan karena merupakan gerakan dasar yang beragam bagi anak dan selain itu anak harus bisa bekerja sama dalam tim dengan kompak. Dalam *kids athletic* anak akan diajak untuk melakukan dalam suasana bermain, tuntutan fisiknya sangat mudah dan memungkinkan bagi anak untuk berpartisipasi ikut serta. Atletik Anak–IAAF (*IAAF Kids' Athletic*) setiap eventnya memberikan kesempatan kepada anak untuk mendemonstrasikan kemampuannya dan event ini dapat di perlombakan di mana saja contohnya: lapangan, tempat-tempat rekreasi, pusat-pusat belanja, tempat olah raga dalam ruang, dengan pelaksanaan tempat yang fleksibel sehingga mempunyai daya tarik yang kuat tentang atletik yang baik dan menyenangkan.

Maksud dan tujuan dari organisasi IAAF *Kids Athletics* (2002) menyusun program ini adalah :

- 1) Bahwa dengan jumlah yang besar anak-anak dapat diaktifkan pada saat yang bersamaan.
- 2) Bahwa bentuk gerakan atletik dasar dengan beragam gerakan dapat di lakukan dengan mudah oleh anak-anak.
- 3) Yang dapat menyumbangkan hasil yang baik bukan hanya anak-anak yang kuat dan cepat saja. Tetapi merupakan kerja tim yang solid.
- 4) Bahwa suatu sifat dari petualangan masuk dalam program menawarkan suatu pendekatan kepada atletik yang sesuai bagi anak-anak.
- 5) Susunan dan sistem penilaian terhadap event adalah mudah di dasarkan atas urutan tingkatan dari tiap-tiap tim.
- 6) Bahwa atletik di tawarkan sebagai suatu event tim campuran (putra dan putri).

- 7) Bahwa dalam pelaksanaan perlombaan di perlukan beberapa asisten dan juri (hlm. 6).

Maksud dan tujuan dari aletik anak menurut IAAF *Kids Athletics* (2002) meliputi:

- 1) Aktifitas Fisik  
Semua gerakan atletik anak di sesuaikan dengan baik, dengan tujuan memberi motivasi kepada anak-anak pelajar dari berbagai sekolah, kepada klub-klub dan institusi/lembaga ataupun kelompok lainnya agar terlibat dalam aktivitas fisik dan untuk mengetahui sendiri keuntungan dan manfaat dari latihan yang teratur.
- 2) Peningkatan Kesehatan  
Salah satu tujuan utama dari atletik anak adalah untuk mengajak anak bermain dalam rangka meningkatkan kesehatan jangka panjang. Apabila anak menginginkan kesehatan fisik yang bagus, maka anak harus melakukan cara hidup dalam kehidupan yang aktif. Sedangkan tujuan umumnya agar dikenal oleh khalayak ramai dengan memantapkan pijakan dasar pada gerakan dan gemar berpartisipasi dalam berbagai olahraga di sepanjang hidupnya. Tidak ada olahraga yang lebih cocok untuk pendirian suatu dasar aktivitas fisik yang sehat dari pada atletik. Maka Atletik Anak-IAAF yang di desain secara unik untuk memenuhi tantangan ini dengan menawarkan tugas-tugas koordinatif yang beragam dan yang berkaitan dengan umur.
- 3) Interaksi Sosial  
Dalam permainan atletik anak ditekankan sebagai suatu event yang di lakukan beregu yang akan memberi rangsangan kepada anak-anak untuk saling bekerja sama, dan setelah anak melakukan semua permainan ini anak akan menyadari betapa pentingnya nilai kerjasama dalam satu tim. Selain itu permainan ini dilakukan dengan cara yang demikian guna menekankan bagaimana cara "bermain *sportif*" (*fair play*) yang akan menambah nilai pendidikan yang berkaitan dengan nilai Atletik Anak- IAAF.
- 4) Sifat-sifat Adventure (Petualangan)  
Kunci daya tarik dari perlombaan Atletik "Anak-IAAF" adalah ketegangan yang di timbulkan saat pertandingan berlangsung dari babak penyisihan sampai mencapai babak final, apabila anak di perlombaan pertama kalah belum tentu pada perlombaan selanjutnya kalah karena pada lomba berikutnya yang di perlombakan berbeda, jangan sampai anak menyerah karena penampilan pertama yang kurang prima, anak harus bisa memberi semangat kepada teman satu timmu agar lebih bersemangat dan sungguh-sungguh. Yakinkan pada diri anak dan teman satu timnya bahwa mereka bisa dan pasti menang (hlm. 6).

**b. Pengertian Loncat Katak**

Ada 14 cabang olahraga dalam Atletik Anak–IAAF yang kesemuanya cabang mempunyai tujuan yang berbeda-beda dan mempunyai gerakan yang berbeda pula. Peraturan *kids athletic* telah dibakukan oleh induk organisasi atletik tingkat Internasional yaitu IAAF *Kids Athletic (International Athletic Amateur Federation)*.

Loncat katak merupakan salah satu dari 14 cabang olahraga dalam atletik anak. Loncat katak atau nama lainnya disebut sebagai lompat jongkok ke depan merupakan jenis cabang olahraga dalam atletik anak yang dibentuk badan organisasi atletik tingkat dunia yang disingkat IAAF. *Kids Athletic* adalah cabang olahraga atletik khusus untuk anak-anak yang di lakukan secara individu maupun kelompok dalam bentuk perlombaan sehingga melatih anak untuk berkompetisi dalam permainan yang menyenangkan. Awalan dalam loncat katak gerakannya sama seperti katak waktu meloncat yaitu menggunakan kedua kaki untuk maju ke depan.

Di bawah ini di jelaskan kelompok umur dan event apa saja yang termasuk di dalamnya.

Tabel 2.1. Kelompok Umur dan Event Atletik Anak

No	Kelompok Umur	I 8-9 Tahun	II 10-11 Tahun	III 12-13 Tahun
<b>Grup Event Lari</b>				
1	Lari Gawang	--	x	X
2	Lari Slalom (zig-zag)	--	--	X
3	Lari Formula Satu	x	x	X
4	Lari Daya Tahan	x	x	X
<b>Grup Event Lompat</b>				
5	Lompat Jauh Galah	--	x	X
6	Lompat Tali	x	--	--
7	Lompat Jongkok Ke Depan	x	x	--
8	Jingkat Silang	x	x	X
9	Lari Tangga	--	--	X
<b>Grup Event Lempar</b>				
10	Melempar Sasaran	x	x	--
11	Lempar Lembing Anak	--	x	X
12	Lempar Sikap Berlutut	x	--	--
13	Lempar ke Belakang di Atas Kepala	--	--	X
14	Lempar Dengan Putaran	--	x	X
<b>Jumlah Event</b>		<b>7</b>	<b>9</b>	<b>10</b>

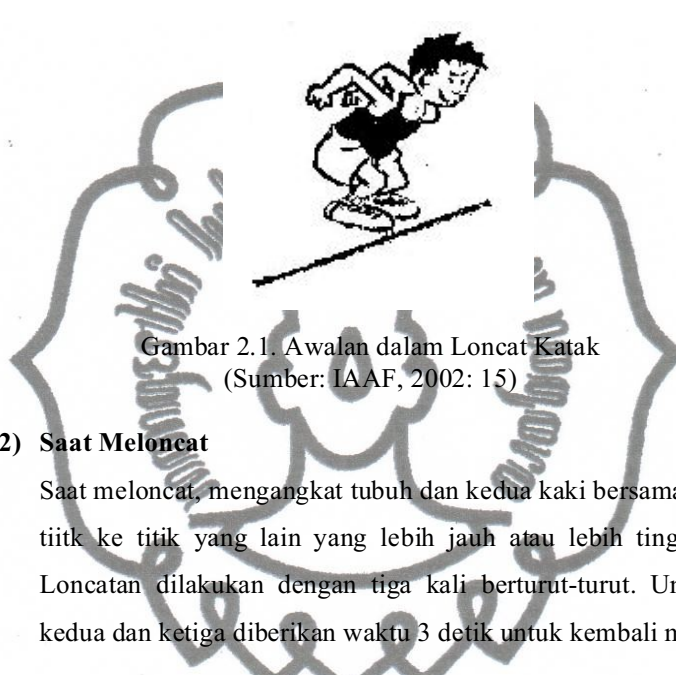
(Sumber: IAAF, 2002: 8)

### c. Gerak Dasar Loncat Katak

Pembelajaran atletik di Sekolah Dasar sama sekali belum memberikan teknik-teknik dasar standar/baku, namun pengenalan pola-pola gerak dasar dominan dalam atletik yang disesuaikan dengan perbedaan kemampuan siswa. Namun demikian pengenalan dan pematangan gerak dasar ini tetap harus dikemas dalam model pembelajaran yang menarik, dengan berbagai pendekatan yang sesuai. Segala sesuatu yang berkaitan dengan pembelajaran atletik harus disesuaikan dengan perkembangan siswa, jumlah siswa, dan lapangan yang tersedia. Faktor-faktor yang sangat menentukan untuk mencapai prestasi loncat katak adalah awalan, meloncat, dan mendarat.

### 1) Sikap Awal

Siswa berdiri di depan bak lompat. Dengan posisi kedua lutut ditekuk, dan kedua tangan diayun ke depan dan ke belakang sambil lutut mengeper badan sedikit dibungkukkan.



Gambar 2.1. Awalan dalam Loncat Katak  
(Sumber: IAAF, 2002: 15)

### 2) Saat Meloncat

Saat meloncat, mengangkat tubuh dan kedua kaki bersamaan dari suatu titik ke titik yang lain yang lebih jauh atau lebih tinggi ke depan. Loncatan dilakukan dengan tiga kali berturut-turut. Untuk loncatan kedua dan ketiga diberikan waktu 3 detik untuk kembali meloncat.



Gambar 2.2. Sikap Meloncat dalam Loncat Katak  
(Sumber: IAAF, 2002: 15)

### 3) Mendarat

Pendaratan dilakukan dengan kedua kaki bersamaan. Bagi siswa yang jatuh ke belakang maka tandanya adalah pada tangan yang dekat garis start.

## 2. Pembelajaran

### a. Pengertian Pembelajaran

Pengertian pembelajaran menurut Rudi Susilana & Cepi Riyana (2009: 1) “Pembelajaran merupakan suatu kegiatan yang melibatkan seseorang dalam upaya memperoleh pengetahuan, keterampilan dan nilai-nilai positif dengan memanfaatkan berbagai sumber untuk belajar”. Sedangkan pembelajaran menurut H.J. Gino dkk. (1999: 32) bahwa, “pembelajaran merupakan usaha sadar dan disengaja oleh guru untuk membuat siswa belajar dengan jalan mengaktifkan faktor intern dan faktor ekstern dalam kegiatan belajar-mengajar”. Dilihat dari dua pendapat tentang pembelajaran di atas maka dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memfasilitasi, meningkatkan intensitas dan kualitas belajar pada diri peserta didik.

Menurut M. Furqon Hidayatullah (2009) Pembelajaran yang berkualitas, setidaknya memiliki beberapa indikator, diantaranya :

(1) Menantang, pembelajaran yang menantang adalah pembelajaran yang memberikan tantangan kepada peserta didik untuk melakukan dan menyelesaikan, akan membuat anak: muncul rasa ingin tahu, ingin mencoba, ingin melakukan, ingin menyelesaikan tugas dari guru, ataupun ingin memecahkan masalah; (2) Menyenangkan, pembelajaran sebaiknya diselenggarakan dalam suasana menyenangkan. Pembelajaran yang menyenangkan mungkin akan mendorong peserta didik untuk belajar dan menyebabkan peserta didik tertarik terhadap pembelajaran tersebut; (3) Mendorong eksplorasi, pembelajaran yang disajikan dengan menyenangkan dan menantang akan menyebabkan peserta didik terdorong untuk mengeksplorasi dan mengembangkan sendiri pembelajaran yang telah disajikan guru sebagai tindak lanjutnya; (4) Memberikan pengalaman sukses, pembelajaran yang berkualitas harus mampu memberikan pengalaman sukses kepada peserta didiknya. Pengalaman sukses yang dimaksud adalah adanya perasaan yang menyenangkan dan membanggakan bagi peserta didik sebagai hasil dari akibat telah berhasil menyelesaikan atau memecahkan sesuatu masalah; (5) Mengembangkan kecakapan berfikir, pembelajaran berkualitas akan berdampak pada pengembangan kecakapan berfikir. Kemampuan berfikir dapat dilihat pada kreatifitas peserta didik. Oleh karena itu, pembelajaran yang disajikan kepada peserta didik harus dikemas sedemikian rupa sehingga mampu merangsang peserta didik untuk berfikir secara kreatif (hlm. 158).

Tujuan pembelajaran dapat dicapai maka perlu dibuat program pembelajaran yang baik dan benar. Program pembelajaran merupakan rencana kegiatan yang menjabarkan kemampuan dasar dan teori pokok secara rinci yang memuat metode pembelajaran, alokasi waktu, indikator pencapaian hasil belajar dan langkah-langkah kegiatan pembelajaran dan setiap pokok mata pelajaran. Sistem dan pendekatan pembelajaran dan karena adanya kebutuhan akan sistem dan pendekatan tersebut untuk menyakinkan yaitu adanya alasan untuk belajar dan siswa belum mengetahui apa yang akan diajarkan. Oleh karena itu, guru menetapkan hasil-hasil belajar atau tujuan apa yang diharapkan akan dicapai.

#### **b. Prinsip-prinsip Pembelajaran**

Prinsip belajar merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi agar kegiatan belajar tersebut dapat berjalan dengan baik. Belajar membawa sesuatu perubahan pada individu yang belajar. Perubahan itu tidak hanya mengenai jumlah pengetahuan, melainkan juga dalam bentuk kecakapan, kebiasaan, sikap, pengertian, penghargaan, minat, penyesuaian diri, pendeknya mengenai segala aspek organisme atau pribadi seseorang.

Dari hasil penelitian dan berdasarkan pengalaman dari para ahli yang termuat dalam buku yang ditulis oleh H.J. Gino, dkk (1999) ada beberapa prinsip belajar yang terutama berkenaan dengan:

##### **1) Perhatian dan Motivasi Pebelajar**

Perhatian pebelajar waktu belajar akan sangat mempengaruhi hasil belajar. Belajar dengan penuh perhatian (konsentrasi) pada materi yang dipelajari akan lebih berkesan lebih mendalam dan tahan lama pada ingatan.

Dengan motivasi dimaksud usaha-usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi sehingga anak itu mau, ingin melakukan sesuatu. Di belakang setiap perbuatan kita terdapat suatu motivasi yang mendorong kita melakukannya.

Motivasi mempunyai kaitan yang erat dengan minat. Siswa yang memiliki minat terhadap suatu bidang studi tertentu cenderung tertarik perhatiannya dan dengan demikian timbul motivasinya untuk mempelajari bidang studi tersebut.



- 2) Keaktifan Pebelajar  
Dari semua unsur belajar, boleh dikatakan keaktifan pebelajarlah prinsip yang terpenting, karena belajar sendiri merupakan suatu kegiatan. Tanpa adanya kegiatan tak mungkin seseorang belajar. Dengan keaktifan tidak hanya dimaksud keaktifan jasmani saja, melainkan juga keaktifan rohani.
- 3) Keterlibatan Langsung Pebelajar  
Kualitas hasil belajar berbeda-beda antar pebelajar yang satu dengan yang lain, tergantung pada pengalaman yang diperoleh dan kondisi serta kemampuan tiap-tiap pebelajar. Dari kenyataan ini timbullah keyakinan bahwa tujuan pendidikan/pengajaran hanya dapat dicapai apabila setiap pebelajar mendapatkan pengalaman belajar sendiri sesuai dengan kondisi dan kemampuan yang dimilikinya. Maka dapat disimpulkan bahwa keterlibatan langsung pebelajar dalam mendapatkan pengalaman-pengalaman belajar sangat berpengaruh terhadap hasil belajar dan perubahan tingkah lakunya.
- 4) Pengulangan Belajar  
Ulangan-ulangan dan latihan-latihan dapat mempertinggi kesanggupan memperoleh pemahaman dalam situasi-situasi yang bersamaan yang telah banyak dihadapi sebelumnya. Menurut hukum Jost, lebih baik diadakan beberapa kali pengulangan belajar daripada satu kali pengulangan belajar untuk bahan yang sama. (3x2 lebih baik daripada 6x1).
- 5) Sifat Merangsang dan Menantang dari Materi yang Dipelajari  
Maksud dari pengertian di atas yaitu materi tersebut mengandung banyak masalah-masalah yang merangsang untuk dipecahkan. Apabila pebelajar dapat mengatasi masalah yang dihadapinya, maka ia akan mendapatkan pemuasan.
- 6) Pemberian Balikan dan Penguatan Kepada Pebelajar  
Pada umumnya pemberian balikan mempunyai pengaruh positif dalam kehidupan pebelajar, yaitu mendorong pebelajar untuk memperbaiki tingkah laku dan meningkatkan usaha belajarnya.
- 7) Perbedaan Individual Pebelajar yang Satu dari yang Lainnya  
Perbedaan-perbedaan individual yang pada umumnya dapat kita lihat antara lain mengenai: perkembangan intelektual, kemampuan berbahasa, latar belakang pengalaman, cara/gaya belajar, bakat dan minat (hlm. 52-56).

Prinsip-prinsip pembelajaran di atas sangat penting untuk diperhatikan oleh seorang guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Pembelajaran yang didasarkan pada prinsip-prinsip belajar yang benar, maka akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

### c. Ciri-ciri Pembelajaran

Menurut H.J. Gino, dkk (1999) menyebutkan ciri-ciri pembelajaran yang terletak pada adanya unsur-unsur dinamis dalam proses belajar siswa, yaitu:

- 1) Motivasi belajar, serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang itu mau dan ingin melakukan sesuatu, dan bila ia tidak suka, maka akan berusaha untuk mengelakkan perasaan tidak senang/suka itu.
- 2) Bahan belajar, merupakan isi dalam pembelajaran. Bahan atau materi belajar perlu berorientasi pada tujuan yang akan dicapai siswa, dan memperhatikan karakteristik siswa agar dapat diminati siswa.
- 3) Alat bantu belajar, alat bantu belajar atau media belajar merupakan alat yang dapat membantu siswa belajar untuk mencapai tujuan belajar misalnya media cetak (buku-buku paket), media elektronik (radio, TV, tape recorder, dan lain-lain).
- 4) Suasana belajar, suasana belajar dapat menimbulkan aktivitas atau kegairahan dalam belajar.
- 5) Kondisi siswa yang belajar, kondisi siswa dapat dipengaruhi oleh faktor dalam misalnya motivasi, dan faktor dari luar, yaitu segala sesuatu yang ada di luar diri siswa, termasuk situasi belajar-mengajar yang diciptakan guru (hlm. 36).

## 3. Media Pembelajaran

### a. Pengertian Media Pembelajaran

Media merupakan kata yang berasal dari bahasa latin *medius*, yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar. (Rudi Susilana & Cepi Riyana, 2009: 6). Oleh karena itu media dapat diartikan sebagai perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Media dapat berupa sesuatu bahan, atau alat. Menurut Miarso (dalam Dina Indriana, 2011: 14), bahwa “media merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan, yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan siswa untuk belajar”. Selanjutnya Briggs (dalam Dina Indriana, 2011: 14) menyatakan bahwa “media pengajaran adalah alat-alat fisik untuk menyampaikan materi pelajaran dalam bentuk buku, film, rekaman video, dan lain sebagainya”. Jadi menurut pengertian ini,

guru, teman sebaya, buku teks, lingkungan sekolah dan luar sekolah, bagi seorang siswa merupakan media

Banyak batasan tentang media, *Association of Education and Communication Technology* (AECT) memberikan pengertian tentang media sebagai salah satu bentuk dan saluran yang digunakan untuk menyampaikan pesan dan informasi. Dalam dunia pendidikan, seringkali istilah alat bantu atau media komunikasi digunakan secara bergantian atau sebagai pengganti istilah media pendidikan (pembelajaran).

Media merupakan sarana pembelajaran yang digunakan untuk menyampaikan informasi kepada siswa yang bertujuan untuk membuat tahu siswa, media adalah pembawa pesan yang berasal dari suatu sumber pesan (dapat berupa orang atau benda) kepada penerima pesan. Dalam proses belajar mengajar penerima pesan itu ialah siswa. Pembawa pesan (media) itu berinteraksi dengan siswa melalui indera mereka. Siswa dirangsang dengan media itu untuk menggunakan inderanya untuk menerima informasi. Kadang-kadang siswa dituntut untuk menggunakan kombinasi dari beberapa indera supaya dapat menerima pesan itu lebih lengkap.

Dalam suatu proses belajar mengajar, pesan yang disalurkan oleh media dari sumber pesan ke penerima pesan itu ialah materi pelajaran. Dengan perkataan lain pesan itu ialah isi pelajaran yang berasal dari kurikulum yang disampaikan oleh guru kepada siswa. Pesan ini dapat bersifat rumit dan mungkin harus dirangsang dengan cermat supaya dapat dikomunikasikan dengan baik kepada siswa. Sehingga dengan adanya media itu mempermudah siswa dalam menerima materi pelajaran yang diajarkan oleh guru.

#### **b. Peran dan Kegunaan Media**

Media dapat digunakan dalam proses belajar mengajar dengan dua arah yaitu sebagai alat bantu mengajar dan sebagai media belajar yang dapat digunakan sendiri oleh siswa. Media yang dipakai sebagai alat bantu

mengajar disebut dependent media. Sebagai alat bantu efektifitas media itu sangat tergantung pada cara dan kemampuan guru dalam menggunakan alat tersebut, tetapi kalau guru kurang kreatif atau tak banyak memanfaatkannya siswa tak akan banyak belajar dari media itu. Jadi guru harus dituntut untuk lebih pandai dan kreatif dalam menggunakan media pembelajaran. Media belajar yang dapat digunakan oleh siswa dalam kegiatan belajar mandiri, disebut independent media. Media itu dirancang dan dikembangkan dan diproduksi secara sistematis, serta dapat menyalurkan informasi secara terarah untuk mencapai tujuan instruksional tertentu. Contohnya media film bingkai bersuara, film rangkai bersuara, radio, TV, video dan media tercetak seperti modul yang memang dirancang untuk belajar secara mandiri. Siswa diminta belajar dari berbagai media dan sumber belajar yang lain yang sesuai dengan tujuan yang dicapai. Dalam sistem belajar ini media digunakan untuk menggantikan sebagian dari fungsi guru, yaitu fungsi dalam memberikan informasi atau isi pelajaran.

Menurut Rudi Susilana & Cepi Riyana (2009) mengungkapkan secara umum kegunaan dari media, yaitu:

- 1) Memperjelas pesan agar tidak terlalu verbalistis.
- 2) Mengatasi keterbatasan ruang, waktu tenaga dan daya indera.
- 3) Menimbulkan gairah belajar, interaksi langsung antara murid dengan sumber belajar.
- 4) Memungkinkan anak belajar mandiri sesuai dengan bakat dan kemampuan visual, auditori & kinestetiknya.
- 5) Memberi rangsangan yang sama, mempersamakan pengalaman & menimbulkan persepsi yang sama (hlm. 9).

### c. Kriteria Pemilihan Media

Salah satu penyebab mengapa orang memilih media adalah untuk memenuhi kebutuhan atau mencapai tujuan yang diinginkan. Sekiranya suatu media yang telah sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai, maka media tersebut dapat dimanfaatkan. Salah satu kriteria yang harus digunakan dalam pemilihan media yaitu sesuai dengan faktor-faktor diatas.

Dick dan Carey (2001) menyebutkan beberapa patokan yang perlu dipertimbangkan dalam memilih media yaitu: 1) Ketersediaan bahan, 2) Produksi batasan, 3) Fasilitas pendidik. (dalam Dina Indriana, 2011: 45).

Atas dasar uraian mengenai faktor-faktor yang perlu dipertimbangkan dalam memilih media dan saran yang diberikan oleh Dina Indriana (2011) dapat disajikan kriteria pemilihan media adalah sebagai berikut:

- 1) Kesesuaian dengan Tujuan Pengajaran  
Menyesuaikan media pengajaran dengan tujuan instruksional umum atau khusus yang ada dalam setiap mata pelajaran. Bisa juga disesuaikan dengan tujuan kognitif, afektif, dan psikomotorik.
- 2) Kesesuaian dengan Materi yang Diajarkan  
Bahan atau yang akan disampaikan proses belajar dan mengajar harus disesuaikan. Selain itu, juga harus memperhatikan dan menyesuaikan dengan tingkat kedalaman yang akan dicapai dalam proses pembelajaran.
- 3) Kesesuaian dengan Fasilitas Pendukung, Kondisi Lingkungan, dan Waktu  
Betapa pun bagus media yang digunakan, apabila lingkungan dan fasilitas pendukung serta waktu yang ada tidak mendukung, maka tujuan pembelajaran menggunakan media tersebut tidak akan tercapai dengan baik.
- 4) Kesesuaian dengan Karakteristik Siswa  
Seorang pendidik harus mengetahui karakteristik siswa untuk bisa disesuaikan dengan media yang akan digunakan dalam proses belajar dan mengajar.
- 5) Kesesuaian dengan Gaya Belajar Siswa  
Gaya belajar siswa dibagi menjadi 3, yaitu gaya belajar visual, auditorial, dan kinestetik. Siswa yang memiliki gaya belajar tipe visual akan dengan mudah memahami materi jika media yang digunakan adalah media visual seperti televisi, video, grafis, dan lain sebagainya. Sedangkan siswa yang memiliki gaya belajar auditif akan sangat merespons dengan baik media pembelajaran yang menggunakan media auditoris. Ia akan lebih responsif dengan mendengarkan atau melihat tayangan atau menulis. Sedangkan gaya belajar siswa yang kinestetik lebih suka melakukan dibandingkan membaca atau mendengarkan, sehingga media pengajaran yang sifatnya langsung melakukan atau praktik langsung akan menjadi lebih disukai oleh siswa kinestetik ini.
- 6) Kesesuaian dengan Teori yang Digunakan  
Penggunaan media tidak boleh dilakukan hanya merujuk pada pilihan dari seorang guru, sehingga mengabaikan teori yang memang sudah tepat digunakan dalam pengajaran (hlm. 28-31).

#### d. Karakteristik Siswa SD Kelas IV

Anak kelas IV, kira-kira berumur antara 9 sampai 10 tahun, mempunyai karakteristik :

- 1) Jasmani
  - a) Pertumbuhan organ tubuh yang cepat dan sangat berminat pada aktivitas jasmani.
  - b) Membanggakan kekuatan jasmaninya, sehingga mereka cenderung memilih pemimpin yang mempunyai fisik yang kuat.
  - c) Karakteristik fisik yang perlu diperhatikan guru adalah:
    - (1) Memperbaiki koordinasi tubuh dalam melempar, menangkap, memukul, melompat dan berlari.
    - (2) Pertumbuhan dan ketahanan jasmani meningkat cepat.
    - (3) Koordinasi antara tangan dan mata lebih baik.
    - (4) Anak-anak pada masa ini sangat dinamis sehingga kecelakaan sering terjadi.
- 2) Sosial dan Emosional
  - a) Mudah terpengaruh, dan mudah tersinggung.
  - b) Hidup dalam khayalan masih pekat sehingga terkesan pembual, dan senang berpura-pura menjadi seorang yang dikagumi.
  - c) Senang menggoda dan menyakiti temannya.
  - d) Mempunyai kemauan yang kuat.
  - e) Kurang hati-hati, senang membuat gaduh dan senang cari pembenaran.
  - f) Menginginkan kebebasan walaupun tetap dalam perlindungan orang dewasa.
  - g) Lebih senang permainan beregu dari pada permainan yang bersifat perorangan.
  - h) Suka membandingkan dirinya dengan teman-temannya (keberhasilan, kegagalan, dan prestasi).
  - i) Senang pada bunyi-bunyian dan irama.
  - j) Senang meniru orang yang dipujanya.
  - k) Senang aktivitas yang bersifat lomba atau pertandingan (Tisnowati Tamat, 2005: 8.22).

Jadi seorang guru harus bisa memberi penjelasan akan perkembangan yang terjadi pada diri siswa tersebut sehingga dalam kegiatan pembelajaran permasalahan yang muncul dapat diatasi, serta kegiatan pembelajaran akan berjalan lancar.

Dalam kegiatan belajar mengajar, media pada dasarnya digunakan untuk membantu siswa mempelajari obyek, suara, proses, peristiwa atau lingkungan yang sulit dihadirkan ke dalam kelas. Dengan menggunakan

media, pengajaran yang berhubungan dengan objek, suara proses, peristiwa atau lingkungan yang sulit dihadirkan ke dalam kelas. Dengan menggunakan media, pengajaran yang berhubungan dengan objek, suara, proses, peristiwa atau lingkungan seperti tersebut di atas akan lebih terasa bagi siswa diharapkan dapat memperoleh persepsi yang tepat kemudian akan mempengaruhi pemahamannya tentang pelajaran yang diberikan.

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

##### **a. Pengertian Alat Bantu Pembelajaran**

Alat bantu merupakan alat-alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan materi pembelajaran. Alat bantu ini lebih sering disebut alat peraga karena berfungsi untuk membantu dan mempraktekan sesuatu dalam proses pendidikan pengajaran.

Jelas pula pengertian atau pengetahuan yang diperoleh. Dengan perkataan lain, alat peraga ini dimaksudkan untuk mengerahkan indera sebanyak mungkin suatu objek sehingga mempermudah persepsi.

Manfaat alat bantu pembelajaran menurut Soekidjo yang dikutip oleh Agus Kristiyanto (2010) secara terperinci manfaat alat peraga antara lain sebagai berikut:

- 1) Menimbulkan minat sasaran pendidikan
- 2) Mencapai sasaran yang lebih banyak
- 3) Membantu mengatasi hambatan bahasa
- 4) Merangsang sasaran pendidikan untuk melaksanakan pesan-pesan kesehatan
- 5) Membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat.
- 6) Merangsang sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain
- 7) Mempermudah penyampaian bahan pendidikan/informasi oleh para pendidik pelaku pendidikan.
- 8) Mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran pendidikan (hlm. 129).

Seperti diuraikan di atas bahwa pengetahuan yang ada pada seseorang diterima melalui indera.

**b. Syarat Alat Bantu Pembelajaran yang Baik**

Suatu alat pembelajaran dikatakan baik, apabila mempunyai tujuan pendidikan untuk mengubah pengetahuan, pengertian, pendapat dan konsep-konsep, mengubah sikap dan persepsi, menanamkan tingkah laku/kebiasaan yang baru. Selain itu alat bantu harus efisien dalam penggunaannya, dalam waktu yang singkat dapat mencakup isi yang luas dan tempat yang diperlukan tidak terlalu luas. Penempatan alat bantu perlu diperhatikan ketepatannya agar dapat diamati dengan baik oleh siswa. Efektif artinya memberikan hasil guna yang tinggi ditinjau dari segi pesannya dan kepentingan siswa yang sedang belajar sedangkan yang dimaksud dengan komunikatif ialah bahwa media tersebut mudah untuk dimengerti maksudnya, sehingga membuat siswa menjadi lebih mudah dalam menerima pembelajaran yang diberikan oleh guru.

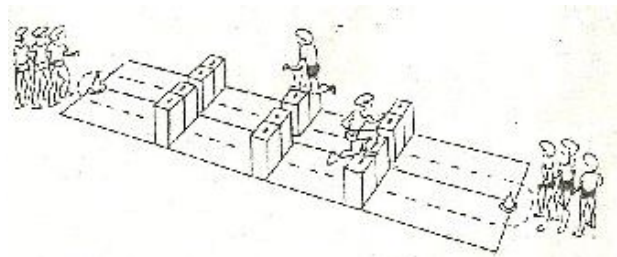
**c. Pembelajaran dengan Alat Bantu Kardus, Ban Bekas, Karet Gelang**

Adapun kelebihan dari pembelajaran dengan alat bantu kardus, ban bekas, dan karet gelang antara lain adalah:

- 1) Dapat meningkatkan kekuatan otot kaki, daya tahan, kelincahan, kecepatan, dan ketangkasan.
- 2) Siswa menjadi lebih termotivasi karena dengan pembelajaran dan alat bantu yang menarik dan menyenangkan.
- 3) Gerakannya menyerupai gerakan meloncat dalam loncat katak.



Salah satu bentuk kegiatannya adalah tampak seperti gambar di bawah ini:



Gambar 2.3. Pembelajaran dengan Alat Bantu  
(Sumber: Mochamad Djumidar A. Widya, 2006: 50)

### **B. Kerangka Pemikiran**

Berdasarkan kajian teori yang telah diuraikan di atas maka dikemukakan kerangka berpikir bahwa melalui penerapan alat bantu pembelajaran diharapkan mampu meningkatkan hasil belajar loncat katak. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui pendekatan jasmani atau olahraga. Dengan Pendidikan jasmani yang benar maka akan memberikan sumbangan terhadap pendidikan anak secara keseluruhan.

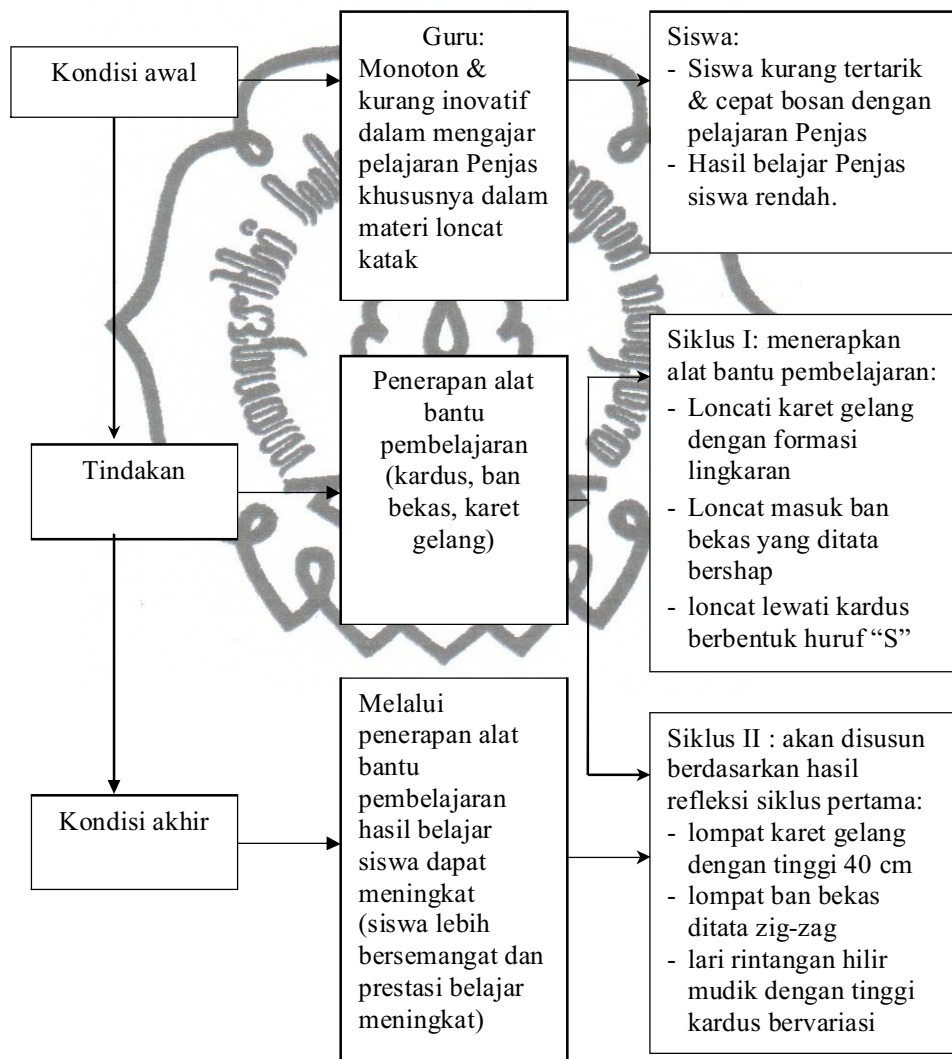
Sebagian siswa menyatakan bahwa pelajaran Penjas merupakan pelajaran yang tidak menarik. Cara mengajar guru dalam pelajaran Penjas menurut siswa selalu monoton sehingga terlihat membosankan. Di sisi lain, dari pihak guru sendiri, mengalami kesulitan dalam mengajarkan materi Penjas kepada siswa. Hal ini menyebabkan siswa kurang aktif dalam proses pembelajaran. Akibatnya, kualitas pelajaran Penjas rendah.

Oleh karena itu, peneliti yang bekerja sama dengan guru Penjas berusaha untuk mencari solusi yang dapat digunakan untuk mengajar di sekolah agar siswa tertarik untuk mengikuti proses pembelajaran yaitu melalui penerapan alat bantu pembelajaran berupa kardus, ban bekas, dan karet gelang/lompat tali.

Pemanfaatan alat bantu sederhana berupa kardus, ban bekas, dan karet gelang/lompat tali, sebagai sarana membantu guru dalam menjelaskan gerak dasar

loncat katak pada siswa. Melalui alat bantu sederhana tersebut guru dapat memperlihatkan, dan memberikan penjelasan yang mendetail mengenai gerak dasar loncat katak.

Adapun gambar alur kerangka berpikir dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 2.4. Alur Kerangka Berpikir

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Tempat dan Waktu Penelitian**

###### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan di SD Negeri Wonowoso yang beralamatkan di jalan Sumpah Pemuda No.163 Kelurahan Mojosongo Kecamatan Jebres Kota Surakarta Telepon (0271) 855174. Sarana dan prasarana yang dimiliki SD Negeri Wonowoso ini tergolong belum lengkap dan belum memadai dengan perbandingan jumlah siswanya. Sarana dan prasaranya antara lain perpustakaan, laboratorium komputer, sarana olahraga, dan lain sebagainya.

###### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan selama kurang lebih dua bulan, yaitu bulan Mei sampai dengan Juni 2012. Penelitian ini dilaksanakan pada dua siklus. Setiap siklus mempunyai kesempatan dua kali pertemuan, namun pertemuan bisa ditambah lagi sebelum mencapai target capaian yang ditentukan oleh guru dan peneliti. Setiap tatap muka merupakan bagian dari siklus yang dapat digunakan untuk melihat peningkatan kemampuan gerak dan aktifitas siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar loncat katak melalui penerapan alat bantu pembelajaran (kardus, ban bekas, dan karet gelang). Waktu pelaksanaan tindakan dari awal siklus, siklus 1, kemudian siklus 2 tersebut dapat dilihat pada jadwal yang berupa *Gantt Chart* sebagai berikut :

Tabel 3.1. Jadwal Penelitian Tindakan Kelas

Kegiatan Penelitian	Bulan							
	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli	Agt
<b>1. Persiapan Penelitian</b>								
a. Koordinasi peneliti dengan kepala sekolah dan guru Penjas	■							
b. Diskusi dengan guru untuk mengidentifikasi masalah pembelajaran dan merancang tindakan	■	■						
c. Menyusun proposal penelitian		■	■	■				
d. Menyiapkan perangkat pembelajaran dan instrument penelitian (lembar observasi)				■				
e. Mengadakan simulasi pelaksanaan tindakan					■			
<b>2. Pelaksanaan Tindakan</b>								
a. Siklus I - perencanaan - pelaksanaan tindakan - observasi - refleksi					■			
b. Siklus II - perencanaan - pelaksanaan tindakan - observasi - refleksi					■	■		
<b>3. Analisis Data dan Pelaporan</b>								
a. Analisis data (hasil tindakan 2 siklus)					■	■		
b. Menyusun laporan/skripsi					■		■	
c. Ujian dan Revisi								■
d. Penggandaan dan pengumpulan laporan								■

## B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 yang berjumlah 32 anak. Dengan rincian siswa putra berjumlah 21 dan siswa putri berjumlah 11 anak.

## C. Data dan Sumber Data

Sumber data yang dipergunakan dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah sebagai berikut :

1. Informan, meliputi:
  - a. Siswa, yaitu berupa tes loncat katak siswa dan aktivitas siswa selama pembelajaran dengan penerapan alat bantu berupa kardus, ban bekas, dan karet gelang pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso Surakarta tahun ajaran 2011/2012.
  - b. Guru, untuk melihat tingkat keberhasilan penerapan alat bantu pembelajaran (kardus, ban bekas, karet gelang) untuk meningkatkan hasil belajar loncat katak pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso Surakarta tahun ajaran 2011/2012.
2. Tempat penelitian di lapangan Mojoasri kompleks SD Negeri Wonowoso; Peristiwa yang terjadi yaitu proses pembelajaran loncat katak yang sebelumnya guru memberikan sedikit penjelasan tentang teknik pembelajaran loncat katak, kemudian siswa mempraktekkannya; Perilaku yaitu siswa melakukan pembelajaran loncat katak.
3. Dokumen, berupa berupa daftar absensi dan daftar nilai Penjas kelas IV, silabus, RPP, hasil tes loncat katak.

#### D. Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data penelitian ini diantaranya melalui Tes dan observasi. Secara terperinci teknik pengumpulan data pada penelitian dapat didiskripsikan dalam tabel berikut:

Tabel 3.2 Teknik Pengumpulan Data Penelitian

No	Sumber Data	Jenis Data	Teknik Pengumpulan	Instrumen
1	Siswa	1. Loncat katak 2. Kemampuan melakukan loncat katak	1. Test praktek/hasil tes selama mengajar 2. Praktik dan unjuk kerja	1. Tes loncat katak 2. Pedoman observasi
2	Kolaborator	Aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung	Observasi dan Dokumentasi	Pedoman observasi dan menggunakan gambar photo.

3	Kejadian selama KBM	1. Penggunaan alat bantu 2. Aktivitas siswa 3. Aktivitas guru	1. Observasi 2. Observasi 3. Observasi	1. Lembar observasi 2. Lembar observasi 3. Lembar observasi
---	---------------------	---------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi informasi tentang keadaan siswa dilihat dari aspek kuantitatif dan kualitatif. Aspek kuantitatif yakni hasil pengukuran kemampuan loncat katak pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012. Sedangkan aspek kualitatif di dasarkan atas hasil pengamatan dan catatan pembelajaran selama penelitian berlangsung. Data penelitian dikumpulkan dari berbagai sumber, diantaranya :

- Info mitra kolaboratif (guru Pendidikan Jasmani SD Negeri Wonowoso) dan siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012.
- Tempat peristiwa dan berlangsungnya aktifitas pembelajaran.
- Dokumentasi atau arsip yang antara lain berupa kurikulum, skenario pembelajaran, silabus, buku penelitian dan buku referensi mengajar.

#### E. Uji Validitas Data

Penelitian ini menggunakan triangulasi peneliti. Menurut HB. Sutopo (2006) mengungkapkan bahwa:

Triangulasi peneliti pada umumnya dilakukan dengan menyelenggarakan diskusi, melibatkan beberapa peneliti yang memiliki cukup pengetahuan dan pengalaman atau dalam bentuk seminar kecil guna membahas prosedur, pilihan metodologi, dan hasil penelitian yang hampir selesai dilakukan, atau pada tingkat laporan awal (hlm. 97).

Jadi dalam penelitian tindakan kelas ini, peneliti berkolaborasi dengan guru penjas dan dengan rekan mahasiswa yang juga mengadakan penelitian tindakan kelas di SD Negeri Wonowoso, berdiskusi membahas analisis hasil penelitian dan refleksi yang berkaitan dengan proses dan dampak tindakan perbaikan yang dilaksanakan serta kriteria dan rencana bagi siklus tindakan berikutnya.

## F. Analisis Data

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

1. Hasil keterampilan loncat katak: dengan menganalisis nilai rata-rata tes loncat katak Kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.
2. Kemampuan melakukan rangkaian gerakan keterampilan loncat katak: dengan menganalisis rangkaian gerakan loncat katak. Kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.

Sedangkan dalam penelitian ini melalui angka-angka yang diperoleh saat unjuk kerja loncat katak. Menurut Iskandar (2009), yang menyatakan bahwa, “Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan persentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran”. (dalam Agus Kristiyanto, 2010: 137).

## G. Indikator Kinerja Penelitian

Melalui pembelajaran loncat katak dengan menggunakan alat bantu, diharapkan kemampuan penguasaan loncat katak siswa meningkat menjadi lebih baik dibandingkan sebelumnya. Kemampuan yang diharapkan adalah siswa menguasai gerakan loncat katak.

Dan dalam penelitian ini ditentukan indikator keberhasilan yaitu apabila 80% dari jumlah siswa (32 siswa) dapat memperoleh nilai penguasaan loncat katak sama atau lebih dari KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu nilai 75.

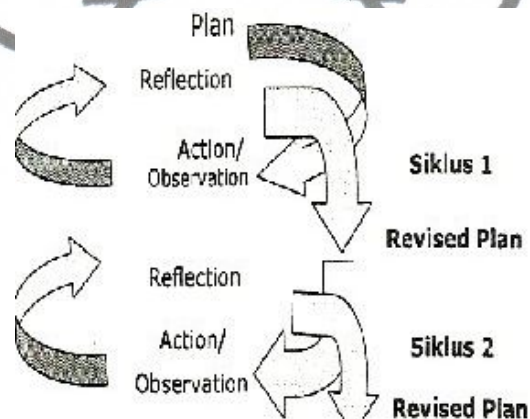
Persentase indikator pencapaian keberhasilan penelitian pada tabel berikut:

Tabel 3.3. Hasil Pencapaian Belajar Siswa

Aspek yang diukur	Persentase Siswa yang Ditargetkan	Cara mengukur
Kemampuan dalam melakukan loncat katak	80 %	Diukur dan diamati pada saat guru melaksanakan proses pembelajaran, pengamatan secara langsung pada kemampuan gerak dasar loncat katak di setiap tatap muka yang meliputi psikomotor, afektif dan kognitif (mengerjakan soal)

### H. Prosedur Penelitian

Adapun langkah-langkah pelaksanaan PTK dilakukan melalui empat tahap, yaitu: (1) perencanaan tindakan (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Secara jelas langkah-langkah tersebut dapat digambarkan sebagai berikut.



Gambar 3.1 Siklus Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olahraga  
(Sumber: Agus Kristiyanto, 2010: 19)

Keterangan :

1. *Plan* (perencanaan tindakan): peneliti mengobservasi siswa yang dijadikan subjek penelitian.



2. *Action* (pelaksanaan tindakan): guru dan peneliti berkolaborasi membuat dan memodifikasi alat bantu pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar loncat katak.
3. *Observation* (observasi dan interpretasi): mengamati proses penerapan alat bantu pembelajaran dan melakukan wawancara kepada siswa setelah diteliti.
4. *Reflection* (analisis dan refleksi): mengidentifikasi kelemahan dan keunggulan penerapan alat bantu pembelajaran yang telah dilakukan pada siklus 1 dan 2.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah meningkatnya hasil belajar loncat katak pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso melalui penerapan alat bantu pembelajaran. Setiap tindakan upaya pencapaian tujuan tersebut dirancang dalam satu unit sebagai satu siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahap, yaitu: (1) perencanaan tindakan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi untuk perencanaan siklus berikutnya. Penelitian ini, dilaksanakan dalam 2 siklus.

## 1. Rancangan Siklus I

### a. Tahap Perencanaan

Berdasarkan hasil tes dan pengukuran kemampuan loncat katak dan hasil nilai ketuntasan hasil belajar, selanjutnya peneliti merencanakan tindakan 1, meliputi kegiatan sebagai berikut:

- 1) Peneliti merancang model pembelajaran dengan alat bantu untuk meningkatkan hasil belajar loncat katak dengan langkah-langkah sebagai berikut:
  - a) Peneliti merancang bentuk pembelajaran dengan alat bantu kardus, ban bekas, dan karet gelang. Bentuk pembelajarannya berupa melompati tali dengan formasi lingkaran, melompat masuk simpai yang ditata bershap, dan melompati kardus berbentuk huruf "S".
  - b) Peneliti, guru penjas, dan siswa merefleksikan terhadap proses pembelajaran yang dilakukan.

- 2) Peneliti bersama guru penjas menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) materi gerak dasar loncat katak sesuai dengan materi pada siklus 1.

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

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan proses pembelajaran di lapangan dengan langkah-langkah kegiatan antara lain:

- 1) Menjelaskan kegiatan belajar mengajar loncat katak.
- 2) Melakukan pemanasan
- 3) Membentuk kelompok dalam proses pembelajaran
- 4) Melakukan latihan gerak dasar loncat katak melalui penerapan alat bantu pembelajaran yaitu:
  - a) Melompati karet gelang dengan formasi lingkaran
  - b) Melompat masuk ke dalam ban bekas yang ditata bershap
  - c) Melompati kardus berbentuk huruf "S"
  - d) Penilaian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung
  - e) Melakukan pendinginan
  - f) Melakukan evaluasi

#### **c. Tahap Pengamatan Tindakan**

Pengamatan dilakukan terhadap: (1) Hasil tes keterampilan loncat katak; (2) Kemampuan melakukan rangkaian gerakan keterampilan loncat katak; (3) Aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung.

#### **d. Tahap Evaluasi (Refleksi)**

Refleksi merupakan uraian tentang prosedur analisis terhadap hasil penelitian dan refleksi berkaitan dengan proses dan dampak tindakan perbaikan yang dilaksanakan serta kriteria dan rencana bagi siklus tindakan berikutnya.

## 2. Rancangan Siklus II

### a. Tahap Perencanaan

Berdasarkan dari analisis dan refleksi pada siklus pertama, maka perencanaan tindakan berikutnya adalah sebagai berikut:

- 1) Guru dan peneliti bersama-sama membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dengan mengacu pada tindakan (*treatment*) yang diterapkan dalam PTK, yaitu menerapkan model pembelajaran dengan alat bantu untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar loncat katak dengan tingkat kesulitan yang meningkat.
- 2) Menyiapkan alat yang digunakan dalam permainan untuk membantu pembelajaran dan menyiapkan formasi penataan alat yang lebih menarik lagi.
- 3) Menyusun lembar observasi atau pengamatan pembelajaran.

### b. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan yang dilakukan adalah melaksanakan proses pembelajaran di lapangan dengan langkah-langkah kegiatan antara lain:

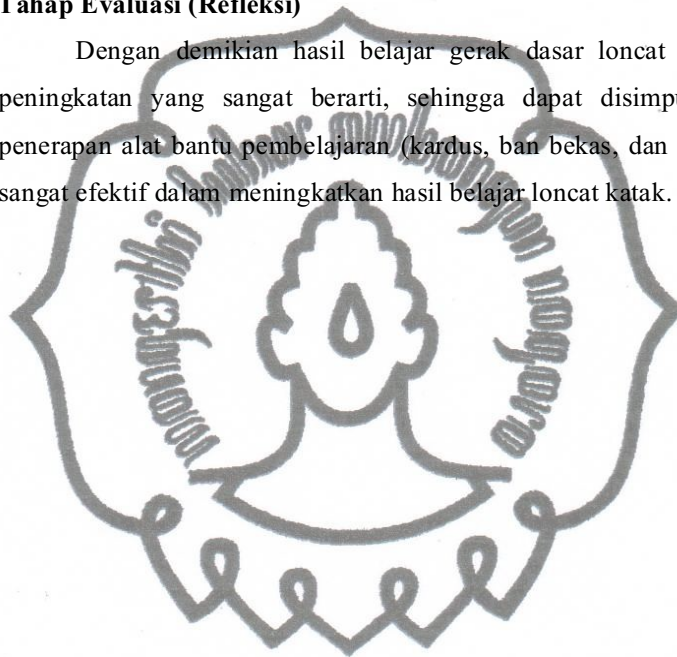
- 1) Menjelaskan kegiatan belajar mengajar loncat katak
- 2) Melakukan pemanasan
- 3) Membentuk kelompok dalam proses pembelajaran
- 4) Melakukan latihan gerak dasar loncat katak melalui penerapan alat bantu pembelajaran yaitu:
  - a) Melompati karet gelang dengan ketinggian 40 cm
  - b) Melompati ban bekas yang ditata zig-zag
  - c) Lari rintangan hilir mudik dengan ketinggian kardus bervariasi
  - d) Penilaian dilaksanakan selama proses pembelajaran berlangsung
  - e) Melakukan pendinginan
  - f) Melakukan evaluasi

**c. Tahap Pengamatan Tindakan**

Pengamatan dilakukan terhadap: (1) Hasil tes keterampilan loncat katak; (2) Kemampuan melakukan rangkaian gerakan keterampilan loncat katak; (3) Aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung.

**d. Tahap Evaluasi (Refleksi)**

Dengan demikian hasil belajar gerak dasar loncat katak terjadi peningkatan yang sangat berarti, sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan alat bantu pembelajaran (kardus, ban bekas, dan karet gelang) sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar loncat katak.



## BAB IV HASIL TINDAKAN DAN PEMBAHASAN

### A. Deskripsi Pratindakan

Sebelum melaksanakan proses penelitian, terlebih dahulu peneliti melakukan kegiatan survei untuk mengetahui keadaan nyata di lapangan. Hasil dari survei awal sebagai berikut:

1. Siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 yang mengikuti pelajaran Penjas berjumlah 32 anak yang terdiri atas 21 siswa putra dan 11 siswa putri. Dilihat dari hasil penilaian harian siswa yang nilainya baik pada pelajaran Penjas, khususnya yang berhubungan dengan materi loncat katak hanya berjumlah 15 siswa, dan selebihnya belum tuntas dalam mengikuti pelajaran loncat katak. Dari kegiatan pengamatan siswa cenderung sulit diatur saat pembelajaran Penjas berlangsung. Hal ini dapat dibuktikan oleh observer saat melakukan pengamatan. Saat mengikuti pembelajaran Penjas, siswa menunjukkan sikap seenaknya sendiri, tidak memperhatikan penjelasan guru, tidak memperhatikan pelajaran sepenuhnya (sambil lalu), ada yang berbicara dengan teman lainnya, bahkan ada yang bermain sendiri dengan temannya.
2. Guru kurang bisa mengkondisikan kelas karena jumlah siswa putra lebih banyak dibandingkan dengan siswa putri yaitu 3 : 1 sehingga siswa sulit diatur. Dengan jumlah siswa putra yang banyak dan model pembelajaran yang monoton maka situasi pembelajaran kurang menarik dan menyenangkan. Keadaan seperti ini berdampak pada rendahnya kemampuan gerak dasar loncat katak.
3. Terbatasnya sarana dan prasarana Penjas  
Terbatasnya sarana dan prasarana Penjas yang digunakan untuk mendukung proses pembelajaran Penjas. Hal ini terbukti dengan sedikitnya alat-alat olahraga yang dimiliki sekolah untuk pembelajaran Penjas.

Dari hasil observasi juga diperoleh kondisi awal yang didapat berdasarkan pengamatan langsung di lapangan selama proses pembelajaran oleh guru penjas. Berikut merupakan hasil observasi yang telah dilakukan.

Tabel 4.1. Deskripsi Pratindakan (Prasiklus)

Aspek yang Diukur	Pratindakan		Cara Mengukur
	Jumlah Siswa yang Tuntas	Persentase Ketuntasan	
Kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar loncat katak	15	46.88%	Diamati pada saat guru memberikan materi gerak dasar loncat katak dan soal kognitif dalam kelas.

Berdasarkan data awal yang diperoleh, dapat diketahui bahwa nilai yang menunjukkan angka ketuntasan 46.88% dari jumlah keseluruhan siswa. Ini berarti 17 siswa dari 32 siswa belum mencapai batas KKM yaitu nilai 75. Jumlah dari nilai siswa yang mendapat nilai dibawah 75 menjadi bukti kongkrit bahwa kemampuan gerak dasar loncat katak siswa kelas IV belum mampu mencapai batas ketuntasan belajar siswa.

Selain hasil survei berupa pengambilan data tentang hasil keterampilan dan rangkaian loncat katak, kenyataan atau kondisi di lapangan pada saat observasi ditemukan terdapat beberapa siswa kurang memperhatikan saat pembelajaran penjas. Dari kegiatan pengamatan siswa cenderung sulit diatur saat pembelajaran penjas berlangsung. Saat mengikuti pembelajaran penjas, siswa menunjukkan sikap seenaknya sendiri, tidak memperhatikan penjelasan guru, tidak memperhatikan pelajaran sepenuhnya (sambil lalu), ada yang berbicara dengan teman lainnya, bahkan ada yang bermain sendiri dengan temannya. Selain itu sarana dan prasarana yang dimiliki sangat terbatas. Hal ini terbukti dengan sedikitnya alat-alat olahraga yang dimiliki sekolah untuk pembelajaran Penjas. Seperti bak lompat yang sudah rusak, sampai hanya memiliki 4 buah, tidak memiliki bilah, tidak memiliki bendera, dan lain sebagainya.

Dari kondisi awal yang telah diketahui, peneliti menerapkan dua siklus dengan menerapkan pembelajaran dengan alat bantu kardus, ban bekas, dan karet gelang untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada kelas IV. Pada setiap siklus yang diterapkan masing-masing menggunakan pembelajaran dengan alat bantu kardus, ban bekas, dan karet gelang. Skenario pembelajaran telah dibuat

sebagai kegiatan lanjutan yang meliputi perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi, analisis dan refleksi tindakan. Penelitian diakhiri sampai ada perubahan pada indikator partisipasi siswa ke arah yang lebih baik. Pembahasan masing-masing siklus dapat dilihat seperti di bawah ini.

### **B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus**

Tujuan penelitian dapat dicapai melalui pengambilan data terhadap sampel yang telah ditentukan. Data yang dikumpulkan dari hasil tes kemampuan loncat katak dan nilai ketuntasan hasil belajar sebelum diberi pembelajaran dengan alat bantu kardus, ban bekas, dan karet gelang, dan setelah diberi siklus 1 dan siklus 2. Berikut ini disajikan secara berturut-turut pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sebagai berikut:

#### **1. Siklus 1 Pertemuan 1**

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

Pelaksanaan PTK loncat katak meliputi: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi dan (4) analisis dan refleksi.

Pada siklus 1 diberi pembelajaran dengan alat bantu kardus, ban bekas, dan karet gelang yang terdiri dari cara melakukan gerak dasar awalan, cara mlompat, dan mndarat dalam loncat katak. Pembelajaran ini diberikan satu (1) kali dalam satu minggu selama dua minggu.

Sebelum siklus 1 diberikan peneliti bersama guru penjas melakukan tes dan pengukuran hasil belajar loncat katak dan penilaian observasi dari proses kegiatan pembelajaran. Hal ini dimaksudkan untuk mengetahui survei awal (pratindakan) kemampuan loncat katak sampel penelitian. Survei awal (pratindakan) kemampuan loncat katak dan ketuntasan hasil belajar disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.2. Deskripsi Hasil Belajar Loncat Katak pada Siswa Kelas IV SD Negeri Wonowoso Tahun Ajaran 2011/2012 pada Survei Awal (Pratindakan)

Aspek yang diukur	Pratindakan		Cara Mengukur
	Jumlah Siswa yang tuntas	Persentase Ketuntasan	
Kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar loncat katak	15	46.88%	Diamati pada saat guru memberikan materi gerak dasar loncat katak dan soal kognitif dalam kelas.

Berdasarkan data awal yang diperoleh, dapat diketahui bahwa nilai yang menunjukkan angka ketuntasan 46,88% dari jumlah keseluruhan siswa. Ini berarti 17 siswa dari 32 siswa belum mencapai batas KKM yaitu nilai 75. Jumlah dari nilai siswa yang mendapat nilai dibawah 75 menjadi bukti kongkrit bahwa kemampuan gerak dasar loncat katak siswa di kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 belum mampu mencapai batas ketuntasan belajar siswa.

Berdasarkan hasil tes dan pengukuran kemampuan loncat katak dan hasil nilai ketuntasan hasil belajar, selanjutnya peneliti merencanakan tindakan I, meliputi kegiatan sebagai berikut:

- 1) Peneliti merancang alat bantu pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar loncat katak dengan langkah-langkah sebagai berikut:
  - a) Peneliti merancang alat bantu pembelajaran yang berupa kardus bekas yang ditata berbentuk huruf "S".
  - b) Peneliti merancang alat bantu pembelajaran yang berupa ban bekas yang ditata bershap.
  - c) Peneliti merancang alat bantu pembelajaran yang berupa karet gelang dibuat formasi lingkaran.
  - d) Peneliti dan siswa merefleksikan terhadap proses pembelajaran yang dilakukan.



- 2) Peneliti bersama guru penjas menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) materi gerak dasar loncat katak sesuai dengan materi pada siklus 1.

**b. Pelaksanaan Tindakan**

Pelaksanaan tindakan siklus 1 pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 16 Mei 2012, di lapangan Mojoasri. Setiap tatap muka dilaksanakan selama 2 x 35 menit. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan melaksanakan skenario pembelajaran yang telah direncanakan dalam RPP, implementasinya adalah sebagai berikut :

Pelaksanaan tindakan 1 dilaksanakan selama dua minggu dengan dua (2) kali pertemuan. Dalam satu minggu pembelajaran diberikan dengan satu kali pertemuan dengan waktu pembelajaran 2 x 35 menit. Pelaksanaan tindakan 1 dengan memberikan pembelajaran penjas dengan menerapkan alat bantu pembelajaran berupa kardus, ban bekas, dan karet gelang. Pelaksanaan dari masing-masing pembelajaran pada siklus 1 sebagai berikut:

- 1) Kegiatan Awal
  - a) Guru Menyiapkan peralatan / media pembelajaran, setting letak dan alat.
  - b) Guru menyiapkan pertanyaan-pertanyaan untuk mengelaborasi respon siswa.
  - c) Peneliti dan guru menyiapkan siswa dengan memulai proses pembelajaran dengan berdoa kemudian mempresensi.
  - d) Guru memberikan apersepsi, motivasi, penjelasan tujuan pembelajaran dan indikator yang harus dicapai.
  - e) Guru mengajak siswa jalan menuju lapangan Mojoasri.
  - f) Melakukan pemanasan statis dan dinamis.
- 2) Kegiatan Inti
  - a) Pengenalan loncat katak

Loncat katak merupakan salah satu dari 14 cabang olahraga dalam atletik anak. Loncat katak atau nama lainnya disebut sebagai lompat jongkok ke depan merupakan jenis cabang olahraga dalam atletik anak yang dibentuk badan organisasi atletik tingkat dunia yang disingkat IAAF.

b) Pengenalan Sarana dan Prasarana untuk Loncat Katak

Untuk melakukan loncat katak diperlukan lapangan yang terbuat dari tanah atau pasir serta tidak begitu luas, yang perlu diperhatikan adalah lapangan harus rata.

c) Pembelajaran dengan Kardus

Siswa dibagi menjadi 2 banjar. Kardus ditata dibentuk huruf "S". Kemudian barisan paling depan setelah tanda peluit berbunyi langsung maju ke depan melompat dengan kedua kaki bersamaan posisi badan menghadap kardus, setelah sampai kardus yang ditengah dilanjutkan siswa berikutnya. Satu siswa mendapat kesempatan 3 kali melompat.

d) Pembelajaran dengan Ban Bekas

Siswa dibagi menjadi 5 bershap. Ban bekas ditata bershap dengan jarak dari garis awal lari  $\pm$  1,5 meter. Kemudian barisan paling depan setelah tanda peluit berbunyi langsung melompat masuk ke dalam ban bekas. Kemudian dilanjutkan siswa di belakangnya. Satu siswa mendapat kesempatan 3 kali melompat.

e) Pembelajaran dengan Karet Gelang

Siswa dibagi menjadi 3 regu. Satu regu terdiri dari 10 sampai 11 siswa. 6 siswa bertugas memegang karet gelang secara berpasangan dan duduk jongkok. Siswa yang lain melompat saling bergantian dengan membentuk formasi lingkaran. Setelah melakukan lompatan dengan melewati 3 kali formasi lingkaran kemudian bergantian tugas dengan teman yang memegang karet gelang..

f) Melakukan Pembelajaran Loncat Katak.

Siswa melakukan pembelajaran loncat katak. Satu siswa diberi kesempatan 2 kali melompat.

- g) Setiap akhir pembelajaran guru penjas memberikan tes kepada siswa dengan melakukan rangkaian gerak dasar loncat katak satu siswa diberi kesempatan 2 kali melompat.

3) Penutup

- a) Melaksanakan penenangan / pendinginan.  
b) Evaluasi mengenai pembelajaran yang telah dilakukan.  
c) Siswa berdoa, kembali ke SD, kemudian masuk kelas untuk menjawab soal yang telah dipelajari selama proses pembelajaran.

**c. Observasi Tindakan**

Pengamatan dilakukan oleh peneliti dan guru kolaborasi saat proses pembelajaran berlangsung. Pengamatan dilakukan menggunakan lembar observasi dan lembar penilaian terhadap kemampuan gerak dasar loncat katak dan afektif siswa selama mengikuti proses KBM. Hasil observasi tersebut adalah :

1) Proses Tindakan

Pertemuan pertama pengenalan tentang loncat katak dan pembelajaran gerak dasar loncat katak berjalan cukup baik. Peneliti sudah menyampaikan materi dan memberi contoh. Namun masih banyak siswa yang gerakannya masih salah dalam melakukan gerak dasar awalan, saat melompat, maupun pendaratan. Pada gerak awalan ada 20 siswa yang masih belum benar, pada gerak melompat ada 17 siswa yang masih belum benar, dan pada gerak mendarat ada 17 siswa yang masih belum benar.

2) Pengaruh Tindakan

Pembelajaran yang menggunakan alat bantu pembelajaran ternyata lebih menarik perhatian siswa. Peserta didik menjadi semangat untuk mengikuti permainan yang diberikan oleh peneliti. Perbaikan-perbaikan gerakan mulai bisa diamati menjadi lebih baik meskipun belum semuanya mengalami peningkatan.

### 3) Kendala dalam Implementasi Tindakan

Ada beberapa kendala yang dihadapi ketika pelaksanaan tindakan. Pada pertemuan pertama, siswa masih sulit diatur di awal kegiatan. Konsentrasi siswa terkadang tidak fokus. Hal ini disebabkan karena siswa belum terbiasa dengan gerak dasar loncat katak. Selain itu pembelajarannya kurang menantang belum ada permainan yang berkaitan dengan inti pembelajaran.

### 4) Identifikasi Penyebab Terkendalanya Tindakan

Kendala yang dihadapi dapat diidentifikasi penyebabnya. Dalam 1 lapangan digunakan dengan sekolah yang lain dalam waktu yang bersamaan. Lapangan yang lainnya cukup jauh untuk dijangkau. Selain itu juga beresiko karena melewati sepanjang jalan raya. Konsentrasi yang tidak fokus disebabkan karena siswa melihat secara langsung siswa dari sekolah lain dengan materi pembelajaran yang berbeda. Kendala dalam pelaksanaan pembelajaran karena belum sepenuhnya siswa memahami dan terbiasa dengan gerak dasar loncat katak. Sebab lain yaitu karena jumlah siswa putri yang lebih sedikit dibandingkan dengan jumlah siswa putra, maka dalam melakukan gerakan siswa putri cenderung malu-malu karena dilihat dan disorak oleh siswa putra.

### 5) Persoalan Lain yang Timbul

Proses tindakan berlangsung bersamaan dengan pembangunan rumah dekat lapangan sehingga lapangan yang teduh tidak dapat digunakan. Dengan terpaksa para siswa berolahraga di lapangan yang sebelahnya dengan kondisi cuaca yang begitu panas.

## d. Refleksi Tindakan

Berdasarkan hasil observasi pada tindakan pertama tersebut, peneliti melakukan analisis dan refleksi sebagai berikut:

- 1) Pada pertemuan pertama, indikator yang tercantum dalam RPP belum sepenuhnya tercapai. Namun demikian telah menunjukan hasil yang

lebih baik. Terbukti dengan hasil rekap nilai dimana siswa yang nilainya sudah mencapai KKM bertambah 5 siswa. Siswa tersebut adalah Nurul, Muh. Rizki, Bayu, Jefri, dan Yemya. Bukti ini diperoleh dari hasil penjumlahan nilai psikomotor, afektif, dan kognitif yang sudah di rekap menjadi bentuk presentase ketuntasan.

- 2) Pelaksanaan proses belajar mengajar telah sesuai dengan rencana yang telah dibuat dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- 3) Model pembelajaran dengan alat bantu pembelajaran kardus, ban bekas, dan karet gelang dalam proses pembelajaran yang diterapkan oleh peneliti dan guru lebih menarik dan menyenangkan bagi siswa sehingga proses belajar mengajar serta transfer materi dapat berlangsung lebih maksimal.
- 4) Hasil dari rekap nilai psikomotor, afektif dan kognitif sudah menunjukkan peningkatan. Meskipun telah menunjukkan peningkatan akan tetapi belum sesuai dengan target capaian pada siklus I. Maka peneliti harus melanjutkan pada pertemuan berikutnya dengan perbaikan-perbaikan pada kekurangan yang ditemui pada pertemuan pertama.
- 5) Untuk menghindari gangguan konsentrasi siswa, guru akan melakukan pencegahan dengan menjaga suasana kondusif diwaktu proses belajar mengajar. Mengkondisikan siswa untuk tidak terpengaruh dengan sekolah lain. Salah satu caranya adalah dengan membuat barisan yang berlawanan arah dengan kelas yang lain serta pembelajaran dibuat menyenangkan.
- 6) Agar pembelajaran menjadi lebih tertib, guru akan selalu memantau, mengingatkan siswa, dan menegur siswa yang tidak memperhatikan pelajaran atau bercanda dengan temannya.
- 7) Dalam penyusunan RPP selanjutnya hendaknya memilih bentuk pemanasan yang menarik yang berkaitan dengan inti pembelajaran tujuannya siswa lebih terbiasa dengan gerak dasar loncat katak. Untuk menumbuhkan motivasi dan antusias siswa terhadap pembelajaran

maka siswa diberikan kesempatan seluas-luasnya untuk melakukan aktifitas dan bertanya apabila mereka mengalami kesulitan saat pembelajaran berlangsung. Jika diperlukan, penguatan yang diberikan kepada siswa tidak hanya berupa kata-kata atau pujian saja, tetapi juga berupa hadiah atau *reward*.

## 2. Siklus 1 Pertemuan 2

### a. Perencanaan Tindakan

Berdasarkan dari analisis dan refleksi pada pertemuan pertama, maka perencanaan tindakan berikutnya adalah sebagai berikut:

- 1) Guru dan peneliti bersama-sama membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dengan mengacu pada tindakan (*treatment*) yang diterapkan dalam PTK, yaitu menerapkan alat bantu pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar loncat katak dengan tingkat kesulitan yang meningkat.
- 2) Menyiapkan alat yang digunakan dalam permainan untuk membantu pembelajaran dan menyiapkan formasi penataan alat yang lebih menarik lagi.
- 3) Menyusun lembar observasi atau pengamatan pembelajaran.

### b. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan siklus 1 pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 23 Mei 2012, di lapangan Mojoasri. Setiap tatap muka dilaksanakan selama 2 x 35 menit. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan melaksanakan skenario pembelajaran yang telah direncanakan dalam RPP, implementasinya adalah sebagai berikut :

- 1) Kegiatan Awal
  - a) Guru Menyiapkan peralatan / media pembelajaran, setting letak dan alat.
  - b) Guru menyiapkan pertanyaan-pertanyaan untuk mengelaborasi respon siswa.

- c) Peneliti dan guru menyiapkan siswa dengan memulai proses pembelajaran dengan berdoa kemudian mempresensi.
  - d) Guru memberikan apersepsi, motivasi, penjelasan tujuan pembelajaran dan indikator yang harus dicapai.
  - e) Guru mengajak siswa jalan menuju lapangan Mojoasri.
  - f) Melakukan pemanasan statis dan dinamis.
- 2) Kegiatan Inti
- a) Pengenalan loncat katak  
Loncat katak merupakan salah satu dari 14 cabang olahraga dalam atletik anak. Loncat katak atau nama lainnya disebut sebagai lompat jongkok ke depan merupakan jenis cabang olahraga dalam atletik anak yang dibentuk badan organisasi atletik tingkat dunia yang disingkat IAAF.
  - b) Pengenalan Sarana dan Prasarana untuk Loncat Katak  
Untuk melakukan loncat katak diperlukan lapangan yang terbuat dari tanah atau pasir serta tidak begitu luas, yang perlu diperhatikan adalah lapangan harus rata.
  - c) Pembelajaran dengan Kardus  
Siswa dibagi menjadi 2 banjar. Kardus ditata dibentuk huruf "S". Kemudian barisan paling depan setelah tanda peluit berbunyi langsung maju ke depan melompat dengan kedua kaki bersamaan posisi badan menghadap kardus, setelah sampai kardus yang ditengah dilanjutkan siswa berikutnya. Satu siswa mendapat kesempatan 3 kali melompat.
  - d) Pembelajaran dengan Ban Bekas  
Siswa dibagi menjadi 5 banjar. Ban bekas ditata banjar dengan jarak dari garis awal lari  $\pm 2$  meter. Kemudian barisan paling depan setelah tanda peluit berbunyi langsung melompat masuk ke dalam ban bekas. Kemudian dilanjutkan siswa di belakangnya. Satu siswa mendapat kesempatan 3 kali melompat.
  - e) Pembelajaran dengan Karet Gelang  
Siswa dibagi menjadi 3 regu. Satu regu terdiri dari 10 sampai 11 siswa. 6 siswa bertugas memegang karet gelang secara

berpasangan dan duduk jongkok. Siswa yang lain melompat saling bergantian dengan membentuk formasi lingkaran. Setelah melakukan lompatan dengan melewati 3 kali formasi lingkaran kemudian bergantian tugas dengan teman yang memegang karet gelang..

f) Melakukan Pembelajaran Loncat Katak.

Siswa melakukan pembelajaran loncat katak. Satu siswa diberi kesempatan 2 kali melompat.

g) Setiap akhir pembelajaran guru penjas memberikan tes kepada siswa dengan melakukan rangkaian gerak dasar loncat katak satu siswa diberi kesempatan 2 kali melompat.

3) Penutup

a) Melaksanakan penenangan / pendinginan.

b) Evaluasi mengenai pembelajaran yang telah dilakukan.

c) Siswa berdoa, kembali ke SD, kemudian masuk kelas untuk menjawab soal yang telah dipelajari selama proses pembelajaran.

**c. Observasi Tindakan**

Pengamatan dilakukan oleh peneliti dan guru kolaborasi saat proses pembelajaran berlangsung. Pengamatan dilakukan menggunakan lembar observasi dan lembar penilaian terhadap kemampuan gerak dasar loncat katak dan afektif siswa selama mengikuti proses KBM. Hasil observasi tersebut adalah :

1) Proses Tindakan

Pertemuan kedua, peneliti menjalankan skenario yang ada dalam RPP. Peserta didik semakin tertarik dengan pemanasan yang diberikan dibuat sebuah permainan yang menantang. Siswa antusias dalam mengikuti permainan. Semua siswa mengikuti proses pembelajaran. Dalam melakukan pembelajaran terkadang beberapa siswa afektifnya masih kurang.



## 2) Pengaruh Tindakan

Pembelajaran menjadi semakin menarik. Dengan didahului dengan pemanasan yang dibuat permainan dalam bentuk kompetisi antar individu dapat lebih terlihat kemampuan gerak yang semakin baik. Peningkatan kebenaran gerak dari sebagian besar siswa. Semangat yang ditunjukkan oleh siswa juga semakin tinggi.

## 3) Kendala dalam Implementasi Tindakan

Pelaksanaan permainan dalam pemanasan terkadang harus terhambat karena lapangan yang digunakan tidak begitu luas sehingga harus bergantian, padahal terpacu dengan waktu sehingga kesempatan siswa dalam mencoba permainan dalam pemanasan tidak bisa banyak.

## 4) Identifikasi Penyebab Terkendalanya Tindakan

Karena luas tempat untuk yang digunakan untuk pemanasan tidak memungkinkan sehingga harus saling bergantian.

## 5) Persoalan lain yang timbul

Kondisi lapangan yang harus berbagi dengan sekolah lain, sehingga tempat untuk melakukan pemanasan tidak dapat leluasa.

### d. Refleksi Tindakan

Berdasarkan hasil observasi pada tindakan kedua tersebut, peneliti melakukan analisis dan refleksi sebagai berikut:

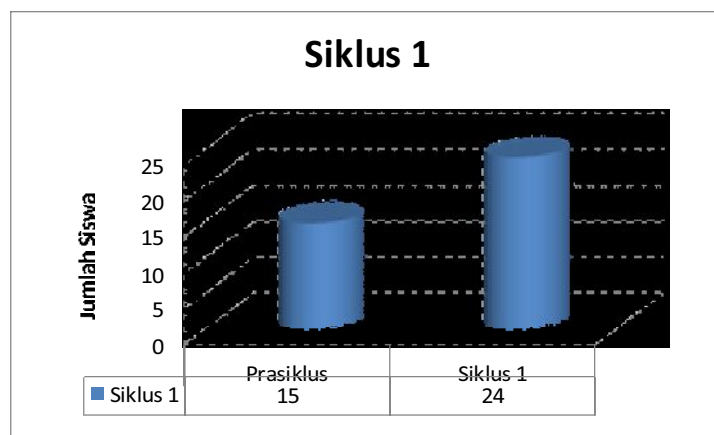
- 1) Siklus 1 pertemuan kedua, indikator yang tercantum dalam RPP juga belum sepenuhnya tercapai. Namun ada peningkatan yang lebih baik lagi. Pada pertemuan ini, ada 4 siswa yang semula belum tuntas mampu mencapai batas KKM. Siswa-siswi tersebut adalah Cahyo, Sukma, Siti dan Ariningtyas.
- 2) Pelaksanaan proses belajar mengajar telah sesuai dengan rencana yang telah dibuat dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- 3) Untuk menghindari gangguan konsentrasi siswa, guru harus tetap menjaga suasana kondusif diwaktu proses belajar mengajar. Mengkondisikan siswa untuk tidak terpengaruh dengan sekolah lain.

Salah satu caranya adalah dengan membuat suasana pembelajaran lebih menyenangkan.

- 4) Agar pembelajaran menjadi lebih tertib, guru harus selalu memantau, mengingatkan siswa, dan menegur siswa yang tidak memperhatikan pelajaran atau bercanda dengan temannya.
- 5) Hasil dari rekap nilai psikomotor, afektif dan kognitif sudah menunjukkan peningkatan yang baik. Dari data tersebut dapat dihitung bahwa target capaian pada siklus I sudah terpenuhi.

Tabel 4.3. Deskripsi Hasil Pengamatan Ketuntasan Hasil Belajar Loncat Katak Pada Siklus I

Aspek yang Diukur	Survei Awal		Siklus I		Cara Mengukur
	Jumlah Siswa yang Tuntas	Persentase Ketuntasan	Jumlah Siswa yang Tuntas	Persentase Ketuntasan	
Kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar loncat katak	15	46.88%	24	75 %	Diamati saat proses belajar mengajar dengan menggunakan lembar observasi peneliti



Gambar 4.1. Grafik Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Gerak Dasar Loncat Katak Siklus I

Berdasarkan deskripsi tabel 4.3 dan gambar 4.1, pada akhir siklus 1 dapat dilihat 24 siswa sudah mencapai batas KKM. Angka ini menunjukkan 75% dari jumlah siswa di Kelas IV SD Negeri Wonowoso telah tuntas. Persentase ini sudah melebihi target capaian yaitu 60%. Maka proses tindakan dilanjutkan ke Siklus 2.

### 3. Siklus 2 Pertemuan 1

#### a. Perencanaan Tindakan

Berdasarkan hasil tes gerak dasar loncat katak dan hasil nilai ketuntasan hasil belajar pada siklus 1, selanjutnya peneliti merencanakan tindakan 2, meliputi kegiatan sebagai berikut:

- 1) Peneliti merancang bentuk pembelajaran dengan alat bantu untuk meningkatkan gerak dasar loncat katak yang berbeda/variatif yang bertujuan untuk penguasaan gerak dasar meloncat dan pendaratan dengan langkah-langkah sebagai berikut:
  - a) Peneliti menjelaskan pembelajaran gerak dasar loncat katak yang akan diberikan.
  - b) Peneliti memberikan pemanasan dengan permainan yang dinamakan "Menjala Ikan". Tujuan dari permainan ini yaitu siswa akan terbiasa dengan gerakan meloncat dan mendarat. Peraturan dalam permainan ini adalah apabila ada ikan yang tertangkap jala, maka siswa yang menjadi ikan tersebut mendapat sanksi melakukan lompat dengan lutut ditekuk 5 kali langsung ditempat.
  - c) Peneliti memberikan contoh tentang pembelajaran gerak dasar loncat katak dengan alat bantu pembelajaran (kardus, ban bekas, dan karet gelang).
  - d) Peneliti dan siswa merefleksikan terhadap proses pembelajaran yang dilakukan.
- 2) Peneliti menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) gerak dasar loncat katak sesuai dengan materi pada siklus 2.

## b. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan siklus 2 pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 30 Mei 2012. Pembelajaran dilaksanakan selama 2 x 35 menit. Siklus 2 diberikan dengan tujuan agar kemampuan gerak dasar loncat katak khususnya gerak melompat dan mendarat lebih maksimal dan benar. Sehingga terjadinya diskualifikasi dapat diminimalkan. Sebelum siswa melakukan loncat katak, siswa diberikan pembelajaran terlebih dahulu yang bertujuan sebagai pembiasaan dalam gerak melompat dan mendarat. Bentuk pembelajaran sebagai berikut:

### 1) Kegiatan Awal

- a) Guru Menyiapkan peralatan /media pembelajaran, setting letak dan alat.
- b) Guru menyiapkan pertanyaan-pertanyaan untuk mengelaborasi respon siswa.
- c) Peneliti dan guru menyiapkan siswa dengan memulai proses pembelajaran dengan berdoa kemudian mempresensi.
- d) Guru memberikan apersepsi, motivasi, penjelasan tujuan pembelajaran dan indikator yang harus dicapai.
- e) Guru mengajak siswa jalan menuju lapangan Mojoasri.
- f) Melakukan pemanasan dengan permainan yang dinamakan “Menjala Ikan”. Prosedur permainannya sebagai berikut:

Siswa dibagi menjadi 2 regu/ kelompok. Setelah dibagi kemudian dijelaskan permainannya yaitu seperti menangkap ikan namun di dalam kolam diberi kotak-kotak kardus dan tali. Siswa yang akan di tangkap harus berlari dan setiap melewati kotak harus melompat. Siswa yang menjadi jaring juga harus melompat saat melewati kotak dan tali.

### 2) Kegiatan Inti

- a) Pembelajaran dengan Kardus

Pembelajaran ini dinamakan lari rintangan hilir mudik. Pelaksanaannya kardus ditata dua banjar dengan ketinggian kardus

dibuat bervariasi. Siswa dibagi menjadi 2 regu. Kedua regu berlari saling berlawanan arah, dan regu yang menang adalah yang paling cepat sampai garis akhir.

b) Pembelajaran dengan Ban Bekas

Siswa dibagi menjadi 5 bershap. Ban bekas ditata zig-zag dengan jarak dari garis awal lari  $\pm 1,5$  meter. Kemudian barisan paling depan setelah tanda peluit berbunyi langsung melompat masuk ke dalam ban bekas. Kemudian dilanjutkan siswa di belakangnya. Satu siswa mendapat kesempatan 3 kali melompat.

c) Pembelajaran dengan Karet Gelang

Siswa dibagi menjadi 2 banjar. Karet gelang dipancarkan dengan bambu/kayu. Setelah tanda peluit berbunyi siswa langsung lari dan melompati karet gelang dengan kedua kaki bersamaan. Kemudian dilanjutkan siswa dibelakangnya.

d) Melakukan Pembelajaran Loncat Katak

Siswa melakukan pembelajaran loncat katak. Satu siswa diberi kesempatan 2 kali melompat.

e) Setiap akhir pembelajaran guru penjas memberikan tes kepada siswa dengan melakukan rangkaian gerak dasar loncat katak satu siswa diberi kesempatan 2 kali melompat.

3) Penutup

a) Melaksanakan penenangan / pendinginan.

b) Evaluasi mengenai pembelajaran yang telah dilakukan.

c) Siswa berdoa, kembali ke SD, kemudian masuk kelas untuk menjawab soal yang telah dipelajari selama proses pembelajaran.

**c. Observasi dan Interpretasi**

Pengamatan dilakukan oleh peneliti dan guru kolaborasi saat proses pembelajaran berlangsung. Pengamatan dilakukan menggunakan lembar observasi dan lembar penilaian terhadap kemampuan gerak dasar loncat katak dan afektif siswa selama mengikuti proses KBM. Hasil observasi tersebut adalah :

1) Proses Tindakan

Pertemuan pertama pada siklus 2 proses tindakan berjalan dengan baik. Peserta didik semakin senang dan semangat mengikuti pembelajaran. Siswa sangat menyukai pembelajaran berkompetisi.

2) Pengaruh Tindakan

Kemampuan gerak dasar loncat katak diamati semakin meningkat dibandingkan dengan pertemuan sebelumnya. Antusias siswa juga semakin tinggi. Mereka ikut membantu mempersiapkan alat sebelum pembelajaran dimulai.

3) Kendala dalam Implementasi Tindakan

Siswa mulai bosan dengan mengerjakan soal di dalam kelas. Beberapa siswa menjawab soal dengan tulisan yang tidak bagus atau sulit dibaca. Siswa laki-laki menjawab soal dengan cepat-cepat karena ingin bermain di halaman.

4) Identifikasi Penyebab Terkendalanya Tindakan

Sebelum diadakan tindakan siswa tidak pernah mengerjakan soal di dalam kelas. Setiap jam pelajaran penjasorkes terbiasa dengan selalu bermain di halaman.

**d. Refleksi Tindakan**

Berdasarkan hasil observasi pada siklus 2 pertemuan pertama tersebut, peneliti melakukan analisis dan refleksi sebagai berikut:

- 1) Pada pertemuan pertama siklus 2, pencapaian indikator yang tercantum dalam RPP menunjukkan banyak sekali peningkatan. Hasil rekap nilai siswa yang nilainya sudah mencapai KKM bertambah 3 siswa (Arin Vemula, Septiana, dan Veronika Lina) dari siklus 1 yang belum tuntas.
- 2) Pelaksanaan proses belajar mengajar telah sesuai dengan rencana yang telah dibuat dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- 3) Siswa yang dirasa kurang berhasil pada pertemuan ini akan lebih diperhatikan.

- 4) Peneliti harus lebih pintar mengatur waktu. Pada pertemuan ini, alokasi waktu banyak dihabiskan pada pembelajaran menjala karena siswa sangat menyenangi pembelajaran ini.
- 5) Guru harus selalu memperhatikan siswa, karena masih ada siswa yang tidak serius waktu pembelajaran berlangsung.
- 6) Guru dan peneliti memberikan *reward* bagi siswa yang dapat melakukan gerakan dengan benar meski hanya dengan pujian.
- 7) Memberikan waktu untuk bisa bermain di halaman bagi anak laki-laki.

#### 4. Siklus 2 Pertemuan 2

##### a. Perencanaan Tindakan

Perencanaan tindakan, sebagai berikut:

- 1) Guru dan peneliti berkolaborasi membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) berdasarkan kekurangan yang telah terjadi pada siklus 1 dan siklus 2 pertemuan pertama.
- 2) Menyiapkan dan melengkapi alat-alat menarik yang dapat digunakan dalam permainan untuk membantu pembelajaran.
- 3) Menyusun lembar observasi atau pengamatan pembelajaran.

##### b. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan siklus 2 pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 6 Juni 2012. Pembelajaran dilaksanakan selama 2 x 35 menit. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan melaksanakan skenario pembelajaran yang telah direncanakan dalam RPP, implementasinya adalah sebagai berikut :

- 1) Kegiatan Awal
  - a) Guru Menyiapkan peralatan /media pembelajaran, setting letak dan alat yang dibantu oleh para peserta didik.
  - b) Guru menyiapkan pertanyaan-pertanyaan untuk mengelaborasi respon siswa.

- c) Peneliti dan guru menyiapkan siswa dengan memulai proses pembelajaran dengan berdoa kemudian presensi.
- d) Guru memberikan apersepsi, motivasi, penjelasan tujuan pembelajaran dan indikator yang harus dicapai.
- e) Guru mengajak siswa jalan menuju lapangan Mojoasri.
- f) Melakukan pemanasan dengan permainan yang dinamakan “Menjala Ikan”. Prosedur permainannya sebagai berikut:

Siswa dibagi menjadi 2 regu/ kelompok. Setelah dibagi kemudian dijelaskan permainannya yaitu seperti menangkap ikan namun di dalam kolam diberi kotak-kotak kardus dan tali. Siswa yang akan di tangkap harus berlari dan setiap melewati kotak harus melompat. Siswa yang menjadi jaring juga harus melompat saat melewati kotak dan tali.

## 2) Kegiatan Inti

### a) Pembelajaran dengan Kardus

Pembelajaran ini dinamakan lari rintangan hilir mudik. Pelaksanaannya kardus ditata dua banjar dengan ketinggian kardus dibuat bervariasi. Siswa dibagi menjadi 2 regu. Kedua regu berlari saling berlawanan arah, dan regu yang menang adalah yang paling cepat sampai garis akhir.

### b) Pembelajaran dengan Ban Bekas

Siswa dibagi menjadi 5 bershap. Ban bekas ditata zig-zag dengan jarak dari garis awal lari  $\pm$  2 meter. Kemudian barisan paling depan setelah tanda peluit berbunyi langsung melompat masuk ke dalam ban bekas. Kemudian dilanjutkan siswa di belakangnya. Satu siswa mendapat kesempatan 3 kali melompat.

### c) Pembelajaran dengan Karet Gelang

Siswa dibagi menjadi 2 banjar. Karet gelang dipancarkan dengan bambu/kayu. Setelah tanda peluit berbunyi siswa langsung lari dan melompati karet gelang dengan kedua kaki bersamaan. Kemudian dilanjutkan siswa dibelakangnya.



- d) Melakukan Pembelajaran Loncat Katak.  
Siswa melakukan pembelajaran loncat katak. Satu siswa diberi kesempatan 2 kali melompat.
  - e) Setiap akhir pembelajaran guru penjas memberikan tes kepada siswa dengan melakukan rangkaian gerak dasar loncat katak satu siswa diberi kesempatan 2 kali melompat.
- 3) Penutup
- a) Melaksanakan penenangan / pendinginan.
  - b) Evaluasi mengenai pembelajaran yang telah dilakukan.
  - c) Siswa berdoa, kembali ke SD, kemudian masuk kelas untuk menjawab soal yang telah dipelajari selama proses pembelajaran.

#### c. Observasi Tindakan

Pengamatan dilakukan oleh peneliti dan guru kolaborasi saat proses pembelajaran berlangsung. Pengamatan dilakukan menggunakan lembar observasi dan lembar penilaian terhadap kemampuan gerak dasar loncat katak dan afektif siswa selama mengikuti proses KBM. Hasil observasi tersebut adalah :

##### 1) Proses Tindakan

Pertemuan kedua pada siklus 2 proses tindakan telah berjalan dengan lancar. Guru menyampaikan materi dengan baik. Peserta didik juga dapat dikondisikan dengan baik. Pembelajaran berlangsung menarik pembelajaran menembak sasaran. Semua siswa mengikuti pembelajaran dari awal hingga akhir tindakan.

##### 2) Pengaruh Tindakan

Peningkatan kemampuan gerak dasar loncat katak melalui penerapan alat bantu pembelajaran kardus, ban bekas, dan karet gelang telah diamati dapat meningkatkan kemampuan gerak. Selain psikomotor yang meningkat, afektif dan kognitif juga semakin baik.

3) Kendala dalam Implementasi Tindakan

Konsentrasi pembelajaran sedikit terpecah karena kondisi cuaca yang panas tidak seperti biasanya dan banyak siswa yang kondisi badannya kurang fit (pusing, batuk, dan pilek).

4) Identifikasi Penyebab Terkendalanya Tindakan

Karena kondisi cuaca panas dan banyak siswa yang kondisi badannya kurang fit (pusing, batuk, dan pilek) yang mungkin disebabkan karena banyak belajar karena akan menghadapi ujian akhir semester.

**d. Refleksi Tindakan**

Berdasarkan hasil observasi pada siklus 2 pertemuan pertama tersebut, peneliti melakukan analisis dan refleksi sebagai berikut:

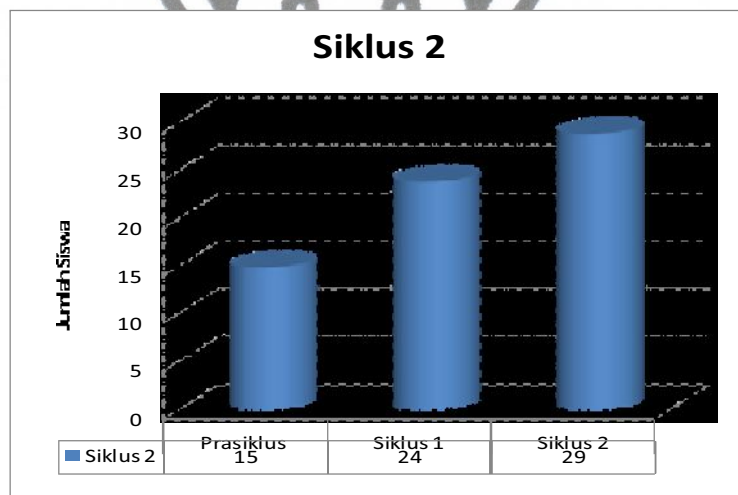
- 1) Pelaksanaan proses belajar mengajar telah sesuai dengan rencana yang dibuat pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus 2.
- 2) Alat bantu pembelajaran yang diterapkan oleh peneliti dan guru mampu mengatur kondisi kelas, sehingga proses belajar mengajar serta transfer materi dapat berlangsung lebih maksimal, serta penguatan materi yang dilakukan pada siklus 2 pertemuan kedua dapat terlaksana dengan baik.
- 3) Guru dan peneliti memberikan *reward* bagi siswa yang dapat melakukan gerakan dengan benar.
- 4) Afektif siswa selama mengikuti proses belajar mengajar pada 2I pertemuan kedua telah semakin baik, tetapi masih ada 3 siswa (Alif, Bagus Adi, dan Muhammad Kholilul) yang belum dapat mencapai nilai maksimal dikarenakan masih sulit untuk diatur dan dikarenakan badannya gemuk sehingga sulit dan malas untuk beraktivitas. Pada saat melakukan permainan terkadang masih seenaknya sendiri.
- 5) Pemahaman materi yang telah dituangkan dalam pengerjaan soal sudah ada sedikit peningkatan dibanding siklus sebelumnya.
- 6) Kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar loncat katak meningkat dari 75% ketuntasan pada siklus 1 menjadi 90,63% pada

akhir siklus 2. Ini membuktikan bahwa target capaian ketuntasan sudah tercapai.

Dengan demikian baik secara ketuntasan belajar maupun rata-rata hasil belajar gerak dasar loncat katak terjadi peningkatan yang sangat berarti, sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan alat bantu pembelajaran (kardus, ban bekas, dan karet gelang) sangat efektif dalam meningkatkan hasil belajar loncat katak.

Tabel 4.4. Deskripsi Hasil Pengamatan Ketuntasan Hasil Belajar Loncat Katak Pada Siklus 2

Aspek yang diukur	Pratindakan		Siklus I		Siklus II		Cara Mengukur
	Jumlah Siswa tuntas	Persentase Ketuntasan	Jumlah Siswa tuntas	Persentase Ketuntasan	Jumlah Siswa tuntas	Persentase Ketuntasan	
Kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar loncat katak	15	46.88%	24	75 %	29	90.63%	Diamati pada saat guru memberikan materi gerak dasar loncat katak dan soal kognitif dalam kelas

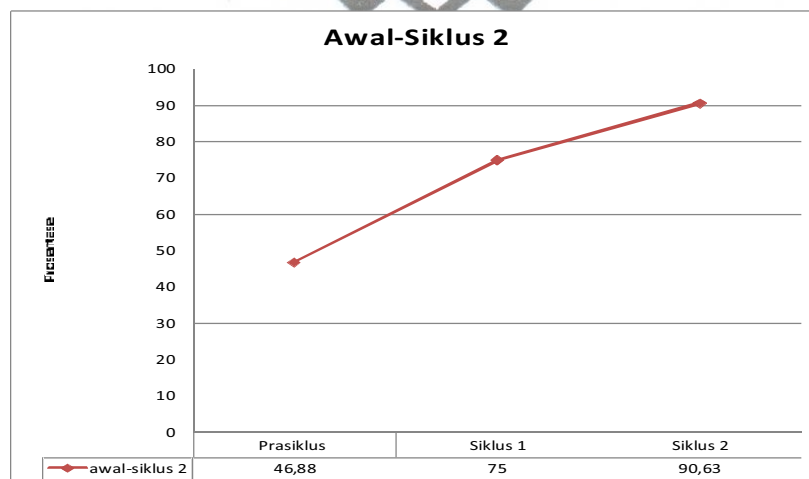


Gambar 4.2. Grafik Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Loncat Katak Siklus 2

Berdasarkan hasil diskripsi pada gambar 4.2 kemampuan gerak dasar loncat katak kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 mengalami peningkatan persentase ketuntasan. Data Pratindakan menunjukkan 15 siswa tuntas dengan persentase ketuntasan 46,88%. Setelah diadakan tindakan pada siklus 1 mengalami peningkatan menjadi 24 siswa tuntas dengan persentase ketuntasan 75%. Dan setelah diadakan siklus 2 mengalami peningkatan menjadi 29 siswa tuntas dengan persentase ketuntasan 90,63%. Dari jumlah total 32 siswa masih ada 3 siswa yang belum mencapai batas KKM pada semester II tahun ajaran 2011/2012. Jadi dapat disimpulkan bahwa target pembelajaran yang ditargetkan 80% dapat terpenuhi.

#### 5. Perbandingan Hasil Tindakan Antarsiklus

Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus 1 dan siklus 2, terdapat peningkatan kemampuan gerak dasar loncat katak pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso. Peningkatan ini dapat dilihat pada grafik yang merupakan gambaran peningkatan dari kemampuan tersebut.



Gambar 4.3. Grafik Peningkatan Persentase Ketuntasan Hasil Belajar

### Gerak Dasar Loncat Katak

Berdasarkan gambar 4.3 dapat dilihat bahwa persentase ketuntasan keadaan siswa pratindakan yang semula 46,88% meningkat menjadi 75% pada siklus 1 dan masih meningkat lagi menjadi 90,63% pada siklus 2. Peningkatan ini merupakan peningkatan secara aspek psikomotor, afektif dan kognitif siswa

### C. Pembahasan Hasil Penelitian

Pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran loncat katak, baik peningkatan kualitas proses maupun peningkatan kualitas hasil. Penelitian ini dilaksanakan di kelas IV SD Negeri Wonowoso melalui penerapan alat bantu pembelajaran (karus, ban bekas, dan karet gelang). Melalui penerapan alat bantu pembelajaran kardus, ban bekas, dan karet gelang, materi pembelajaran loncat katak yang semula bersifat monoton dan membosankan, akan menjadi lebih menyenangkan, tidak monoton, tidak menegangkan, dan membangkitkan minat siswa terhadap pembelajaran loncat katak.

Siklus 1 dilaksanakan dalam 2x pertemuan. Pelaksanaan tindakan 1 merupakan tindak lanjut dari hasil prapenelitian yang menunjukkan bahwa kelas IV SD Negeri Wonowoso memiliki masalah dalam pembelajaran loncat katak. Berdasarkan masalah yang ada di kelas tersebut, peneliti dan guru penjas melakukan diskusi untuk mengatasi masalah yang dihadapi siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso dalam pembelajaran loncat katak.

Pada pelaksanaan tindakan 1, siswa melakukan pembelajaran loncat katak dengan menerapkan alat bantu pembelajaran yang berupa pengenalan tentang loncat katak, pengenalan tentang sarana dan prasarana pembelajaran loncat katak, gerak dasar loncat katak, dan gerakan pemanasan. Dari hasil pengamatan peneliti terhadap proses pembelajaran, dapat diketahui bahwa pembelajaran loncat katak dengan menerapkan alat bantu pembelajaran tersebut pada siklus I masih terdapat kekurangan atau kelemahan. Kekurangan tersebut

berasal dari guru, siswa, dan tempat /lapangan pembelajaran yang digunakan dalam penelitian.

Kelemahan dari segi guru, yaitu pemberian umpan dari guru untuk membuat siswa aktif dalam pembelajaran masih kurang mendapat respon dari siswa, apersepsi yang diberikan masih belum memberi gambaran bagi siswa tentang materi yang sedang diajarkan, tanya jawab yang belum maksimal, dan belum adanya penguatan dari guru untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Kelemahan dari segi siswa, antara lain siswa tidak berkonsentrasi dan belum tampak aktif serta sungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran. Di samping itu, beberapa siswa dalam melakukan gerakan loncat katak masih banyak mengalami kesulitan terutama pada gerak meloncat dan pendaratan, sehingga hasilnya kurang maksimal, serta kebanyakan dalam melakukan gerak meloncat siswa masih ada waktu untuk berhenti untuk mengambil ancang-ancang. Nilai yang diperoleh siswa dari hasil tes loncat katak pada tindakan 1 ini masih harus ditingkatkan karena belum mencapai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan. Sedangkan kelemahan yang muncul dari segi pembelajaran dengan alat bantu kurang menantang siswa untuk termotivasi pada materi loncat katak, karena pembelajaran pada tindakan 1 belum ada tantangan atau game yang bersifat kelompok yang dapat membangkitkan minat siswa, selain itu pembiasaan gerak dasar loncat katak belum begitu dimunculkan.

Solusi yang disepakati oleh guru dan peneliti dalam pelaksanaan siklus 2, yaitu guru lebih menghidupkan suasana dalam kelas, melakukan apersepsi secukupnya sebelum pembelajaran dimulai, membuat pembelajaran yang memunculkan gerakan-gerakan yang membuat siswa akan lebih terbiasa dengan gerak dasar loncat katak, memberikan kesempatan bertanya seluas-luasnya bagi siswa, memancing siswa untuk aktif di dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan kecil, serta memberikan penghargaan/ *reward* disetiap munculnya sisi positif yang dilakukan siswa. Penghargaan tidak hanya dilakukan melalui pemberian pujian, tetapi juga tepuk tangan dan pemberian *reward* atau hadiah. Pembelajaran dengan alat bantu pada siklus 2 lebih dipersiapkan, yaitu sebelum berlatih gerak dasar loncat katak, siswa diberikan pembelajaran yang dinamakan

“Menjala Ikan” yang tujuannya siswa akan lebih terbiasa dalam melakukan gerak meloncat dan pendaratan. Selain itu dalam siklus 2 ini, ditambahkan dengan peraturan sehingga memotivasi siswa untuk lebih memperbaiki gerakan yang dilakukan.

Siklus 1 dalam penelitian ini masih belum mampu mencapai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan sebelumnya. Oleh karena itu, guru penjas dan peneliti mengadakan tindakan perbaikan dari siklus 1, yaitu dengan merencanakan dan melaksanakan siklus 2. Berdasarkan hasil observasi, analisis, dan refleksi pada siklus 1, peneliti bersama guru penjas merencanakan tindakan-tindakan yang akan dilakukan pada siklus 2 untuk mengatasi kelemahan proses pembelajaran loncat katak menggunakan penerapan alat bantu pembelajaran yang telah dilaksanakan pada siklus 1.

Dilihat dari perbaikan pada tindakan 1, pelaksanaan tindakan 2 menunjukkan peningkatan pembelajaran yang maksimal. Dari pelaksanaan siklus 2 dapat dilihat peningkatan motivasi belajar dan kemampuan melakukan loncat katak yang cukup signifikan pada siswa, jika dibandingkan pada hasil pembelajaran pada tindakan 1 ataupun sebelum dilaksanakannya tindakan. Dibandingkan sebelum adanya tindakan, pelaksanaan siklus 1 berdampak positif pada meningkatnya kualitas proses dan hasil loncat katak yang dilakukan siswa. Namun demikian, hasil pembelajaran pada siklus 1 belum mampu mencapai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan dan masih ditemukan beberapa kelemahan dalam proses pelaksanaannya.

Berdasarkan hasil refleksi pelaksanaan tindakan 1, dilakukan perbaikan kelemahan proses pembelajaran dengan melaksanakan tindakan 2. Akhir dari proses pembelajaran pada siklus 2 menunjukkan adanya peningkatan, baik proses maupun hasil loncat katak yang dilakukan oleh siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso. Keberhasilan siklus 2 ini dapat dilihat dari perubahan tingkah laku siswa dalam merespon dan mengikuti jalannya pembelajaran sebuah materi yang ditawarkan oleh guru. Keberhasilan tersebut tidak lepas dari peran guru penjas dalam memberikan motivasi serta *reward* kepada siswa, serta media yang digunakan dalam pembelajaran loncat katak. Pemilihan media pembelajaran yang

tepat dan efektif sangat menentukan keberhasilan sebuah pembelajaran karena karakteristik suatu media pembelajaran akan berbeda antara satu dengan yang lain. Oleh karena itu, guru harus melakukan banyak pertimbangan dalam memilih suatu media pembelajaran agar menemukan media yang paling efektif dan efisien dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Dengan pelaksanaan tindakan pada siklus 1 dan 2 menunjukkan peningkatan pembelajaran dibandingkan sebelum adanya tindakan. Pelaksanaan siklus 1 berdampak positif pada meningkatnya kualitas proses dan kemampuan gerak yang dilakukan siswa. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sudah terlaksana dengan baik, peneliti yang bekerjasama dengan guru penjasorkes menemukan beberapa hal sebagai temuan pada saat penelitian, yaitu sebagai berikut :

1. Meningkatnya Kemampuan Gerak Dasar Loncat Katak

Peningkatan kemampuan gerak dapat dilihat dari hasil selama proses belajar siswa dari sebelum tindakan hingga akhir siklus terakhir. Sebelum pelaksanaan tindakan, siswa yang berhasil mencapai batas ketuntasan nilai pada angka 75 sebanyak 15 siswa yaitu 46,88% tuntas dari jumlah siswa sebanyak 32 peserta didik. Selanjutnya mengalami peningkatan pada siklus 1 menjadi 24 siswa atau 75% dari jumlah siswa dan meningkat menjadi 29 atau 90,63% pada siklus 2. Dengan demikian, penelitian tindakan kelas pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso mencapai keberhasilan pada pelaksanaan siklus kedua. Dengan tercapainya indikator keberhasilan, maka penelitian ini dapat dikatakan berhasil dan dapat dihentikan.

2. Meningkatnya Keaktifan Siswa

Penerapan pembelajaran dengan alat bantu pada materi loncat katak dapat meningkatkan kualitas kegiatan belajar mengajar. Dengan memanfaatkan media pembelajaran berarti guru melakukan usaha untuk membuat proses pembelajaran menjadi tidak monoton, semata hanya menggunakan media ceramah saja. Guru memancing siswa untuk aktif dan memberikan kesempatan seluas-luasnya bagi siswa untuk bertanya tentang kejelasan materi ataupun kesulitan yang dihadapi siswa ketika mengikuti proses pembelajaran. Pembelajaran dibuat semenarik mungkin sehingga



membuat siswa lebih semangat untuk mencoba serta menyerap pesan yang disampaikan oleh guru penjas dan peneliti.

### 3. Meningkatnya Perhatian Siswa

Perhatian siswa terhadap penjelasan guru sangatlah penting. Perhatian ini akan turut menentukan tingkat pemahaman siswa terhadap materi yang dijelaskan oleh guru. Dalam hal ini guru harus mampu memunculkan sesuatu yang baru, unik, dan inovatif dalam pembelajaran, termasuk di dalamnya adalah pemilihan media yang kreatif dan menyenangkan. Dalam hal ini guru dan peneliti membuat suatu pembelajaran yang di dalamnya siswa diminta untuk mempraktekkan pembelajaran yang dinamakan “Menjala Ikan” yang di dalamnya diberikan peraturan yaitu siswa yang melakukan kesalahan dalam melakukan gerak melompat akan diberi sanksi melompat di tempat 3x.

### 4. Meningkatnya Keterampilan Guru dalam Mengelola Kelas

Dengan adanya penelitian ini membuat guru semakin piawai dalam memimpin kelas. Pengelolaan kelas pada pelaksanaan tindakan 1 dan 2 jauh lebih baik dibandingkan dengan pengelolaan pada survei awal. Sedikit demi sedikit kelemahan guru berkurang karena setiap akhir siklus guru dan peneliti melakukan analisis dan refleksi kegiatan pembelajaran. Jika terdapat kekurangan dalam siklus yang bersangkutan, pada pelaksanaan tindakan selanjutnya akan dicarikan solusi pemecahan dan meminimalkan kekurangan tersebut sehingga kekurangan dalam pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan oleh guru dapat teratasi dan tidak akan terulang kembali. Selain itu guru juga dapat menguasai teknologi dan mengikuti perkembangan dunia pendidikan, sehingga wawasan dan pengetahuan guru dapat berkembang.

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Proses Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso tahun ajaran 2011/2012 dilaksanakan dalam dua siklus dan berjalan dengan lancar. Diperoleh simpulan bahwa penerapan alat bantu pembelajaran dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar loncat katak pada siswa kelas IV SD Negeri Wonowoso. Dari hasil analisis yang diperoleh pada saat pratindakan persentase kelulusan loncat katak adalah 46,88% yang mencapai batas KKM adalah 15 siswa. Kemudian setelah dilakukan tindakan terdapat peningkatan yang signifikan dari siklus 1 dan siklus 2. Kemampuan gerak dasar loncat katak pada siklus 1 dalam persentase kelulusan adalah 75% jumlah siswa yang mencapai batas KKM adalah 24 siswa. Pada siklus 2 terjadi peningkatan persentase kelulusan sebesar 90,63% dengan 29 siswa berhasil mencapai batas KKM dari keseluruhan jumlah 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 alat/media pembelajaran yang digunakan. Faktor dari pihak guru yaitu kemampuan guru dalam mengembangkan materi, mengembangkan keprofesionalitas atau kemampuan guru dalam dalam mengajar, 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. Ketersediaan alat/media pembelajaran yang menarik 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 alat bantu pembelajaran dalam pembelajaran loncat katak dapat meningkatkan kemampuan dan ketuntasan hasil belajar siswa dalam loncat katak (baik proses maupun hasil), sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu pertimbangan bagi guru yang ingin mengembangkan proses pembelajaran loncat katak kepada para siswanya. 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 loncat katak bagi pemula yang lebih efektif. Apalagi bagi guru yang memiliki kemampuan yang lebih kreatif dalam membuat model-model pembelajaran yang lebih banyak.

Melalui diterapkannya model pembelajaran dengan alat bantu dalam pembelajaran loncat katak, maka siswa memperoleh pengalaman baru dan berbeda dalam proses pembelajaran Penjas. Siswa mampu mencermati lebih jelas konsep gerak yang ada pada loncat katak, sehingga mampu memahami dan menirukan dengan baik.

Pemberian tindakan dari siklus 1 dan 2 memberikan deskripsi bahwa terdapatnya kekurangan atau kelemahan yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung. Namun, kekurangan-kekurangan tersebut dapat diatasi pada pelaksanaan tindakan pada pertemuan dan 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 motivasi belajar siswa. Dari segi proses pembelajaran Penjas, penerapan model pembelajaran dengan alat bantu 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 kepada para guru penjas sebagai berikut:

1. Guru Penjas hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat seiring dengan peningkatan kemampuan yang dimilikinya. Selain itu, guru hendaknya mau membuka diri untuk menerima berbagai bentuk masukan, saran, dan kritikan agar dapat lebih memperbaiki kualitas pengajarnya.
2. Guru Penjas hendaknya lebih kreatif dan inovatif dalam menerapkan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran dalam hal ini khususnya materi loncat katak.
3. Dengan penerapan alat bantu pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar loncat katak dan dapat meningkatkan aktivitas siswa.