

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TOLAK PELURU GAYA
MENYAMPING MELALUI MODEL BERMAIN PADA SISWA
KELAS X SMK PUTRA BANGSA, KECAMATAN CIRUAS
KABUPATEN SERANG TAHUN 2017/2018**

Andita Febriyanto, M.Pd.

Universitas Primagraha

febristmpd@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan peningkatan hasil belajar tolak peluru gaya menyamping melalui model bermain pada siswa kelas X SMK Putra Bangsa. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Sumber data penelitian adalah siswa kelas X AP/MM/OT, SMK Putra Bangsa yang berjumlah 24 siswa. Tempat penelitian ini dilakukan di sekolah. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah mengamati hasil belajar tolak peluru gaya menyamping selama 2 kali pertemuan (2 siklus). Hasil penelitian ini mendeskripsikan adanya peningkatan positif pada setiap siklusnya. Setelah data dianalisis, siklus pertama menunjukkan hasil yang berarti pada siswa, persentase belajar belum tercapai, hanya 58 % atau 14 siswa yang telah mencapai ketuntasan belajar. Selanjutnya, pada siklus kedua siswa yang mencapai ketuntasan belajar meningkat menjadi 92% atau 22 siswa. Hasil ini menunjukkan peningkatan dari siklus pertama dan sudah mencapai ketuntasan belajar ialah 75. Dengan melihat deskripsi hasil penelitian pada pembelajaran keterampilan gerak dasar tolak peluru gaya menyamping, dapat disimpulkan bahwa pada setiap siklusnya tindakan yang diberikan memberikan pengaruh yang berarti terhadap peningkatan persentase keberhasilan gerak dasar tolak peluru gaya menyamping. Persentase keberhasilan dapat ditingkatkan lagi dengan pemilihan dan penggunaan model bermain yang lebih tepat dan lebih menarik.

Kata Kunci: PTK, Hasil belajar, model bermain, tolak peluru gaya menyamping

ABSTRACT

The purpose of this study was to describe the improvement of learning outcomes of shot put sideways style through the playing model for students of class X SMK Putra Bangsa. This research is classroom action research (CAR). The source of research data is students of class X AP / MM / OT, SMK Putra Bangsa which is 24 students. The place of this research was conducted at school. The data analysis technique in this study was to observe the learning outcomes of shot put sideways style for 2 meetings (2 cycles). The results of this study describe a positive increase in each cycle. After the data is analyzed, the first cycle shows results that mean to students, the percentage of learning has not been achieved, only 58% or 14 students have achieved mastery learning. Furthermore, in the second cycle students who achieved mastery learning increased to 92% or 22 students. This result shows an increase from the first cycle and has reached learning completeness is 75. By looking at the description of the research results on learning the basic movement skills of shot put sideways style, it can be concluded that in each cycle the action given gives a significant influence on the percentage increase in the success of the basic repulsion sideways bullet. The percentage of success can be increased again by the selection and use of play models that are more appropriate and more interesting.

Keywords: CAR, learning outcomes, playing model, shot put sideways style

PENDAHULUAN

Cabang olahraga atletik disebut sebagai induk seluruh cabang olahraga, karena dalam cabang olahraga atletik mencakup gerak fundamental dari semua cabang olahraga lainnya, seperti: jalan, lari, lompat dan lempar yang pada umumnya juga digunakan pada cabang olahraga lain. Begitu juga dengan tolak peluru nomor olahraga yang dipertandingkan pada cabang olahraga atletik. Cabang olahraga atletik nomor tolak peluru sudah banyak dikenal dikalangan masyarakat karena olahraga ini merupakan olahraga yang dipertandingkan tidak hanya di nasional melainkan internasional. Oleh karena itu tolak peluru juga ikut tergabung dalam kurikulum disekolah.

Mewujudkan tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dalam pelaksanaannya tidak selalu berjalan sesuai harapan karena dalam pelaksanaannya pastilah ada suatu masalah yang menghambatnya. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMK Putra Bangsa, peneliti menemukan permasalahan dalam pembelajaran tolak peluru utamanya gaya menyamping yang berakibat pada hasil belajar tolak peluru siswa yang kurang maksimal. Nilai rata-rata hasil penilaian tolak peluru siswa adalah 70 yang masuk dalam kriteria cukup standar ketuntasan hasil belajar siswa yaitu 75 dan hanya 12 siswa atau 35% yang memenuhi standar

ketuntasan hasil belajar siswa. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar tolak peluru yang kurang maksimal.

Dengan pembelajaran melalui permainan ini, harapan peneliti adalah dapat memecahkan dan menemukan solusi masalah dalam pembelajaran tolak peluru. Pembelajaran melalui permainan adalah solusi yang diharapkan membuat siswa tertarik dan senang dalam mengikuti proses pembelajaran. Dari perasaan senang/suka tersebut akan membuat siswa menjadi aktif berpartisipasi dan antusias mengikuti pembelajaran serta lebih mudah memahami materi yang diajarkan guru, dan sebagai tujuan akhir adalah meningkatkan hasil belajar tolak peluru melalui aktifitas bermain. Oleh karena itu peneliti melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pada siswa kelas X SMK Putra Bangsa dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tolak Peluru Gaya Menyamping Melalui Model Bermain Pada Siswa Kelas X SMK Putra Bangsa, Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Tahun 2017/2018”.

A. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut.

1. Siswa dalam mengikuti pembelajaran tolak peluru gaya menyamping masih kurang semangat.

2. Terdapat beberapa siswa yang pasif dan kurang antusias dalam proses pembelajaran, serta siswa masih kurang memahami tentang gerak-gerak dasar tolak peluru.
3. Kegiatan proses pembelajaran gerak dasar tolak peluru gaya menyamping bagi siswa kurang maksimal karena keadaan situasi dan kondisi yang kurang kondusif.
4. Perlu mengetahui hasil belajar tolak peluru gaya menyamping pada siswa SMK Putra Bangsa
5. Perlu mengetahui model belajar atau pendekatan pada siswa SMK Putra Bangsa.

B. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa permasalahan terkait dengan hasil belajar tolak peluru gaya menyamping siswa kelas X SMK Putra Bangsa, oleh sebab itu agar pembahasan menjadi lebih fokus dengan mempertimbangkan segala keterbatasan, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi pada model bermain yang diambil dari modifikasi alat bantu dan alat lainnya. Adapun bentuk model bermain antara lain: menolak arah sasaran ban digantung setinggi 3 meter, menolak dengan sasaran kardus yang berada didepan siswa dengan jarak 5 meter, menolak melewati tali setinggi 3 meter yang dibentangkan menggunakan tangan kanan dan tangan kiri

secara bergantian dan permainan yang diberikan dengan membagi siswa secara individu dan kelompok. Oleh sebab itu peneliti menamakan model bermain ini ialah "*Throwing and Goal*".

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka permasalahan yang menjadi pokok penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

"Bagaimana meningkatkan hasil belajar tolak peluru pada siswa kelas X SMK Putra Bangsa, Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Tahun 2017/2018?". Dari rumusan masalah tersebut, peneliti akan mencari tahu apakah pembelajaran melalui permainan *Throwing and Goal* dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru pada siswa kelas X SMK Putra Bangsa, Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Tahun 2017/2018.

D. Maksud Dan Tujuan Penelitian

Maksud dan Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas pembelajaran tolak peluru melalui model bermain *Throwing and Goal* dalam meningkatkan hasil belajar pada siswa kelas X SMK Putra Bangsa, Kecamatan Ciruas Kabupaten Serang Tahun 2017/2018.

E. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Bagi Guru

Dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam menentukan model belajar atau pendekatan yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak,

sehingga anak dapat mengoptimalkan segenap kemampuannya dan tercapailah keberhasilan pembelajaran.

2. Bagi Siswa

- a. Mengalami pembelajaran dengan model yang menyenangkan
- b. Memperoleh prestasi belajar yang tinggi, dan
- c. Mendapat pengalaman aktif dalam pembelajaran

3. Bagi Sekolah

Sekolah hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi sekolah dalam menentukan variasi pembelajaran khususnya pada mata pelajaran tolak peluru.

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.

Desain penelitian Kemmis merupakan pengembangan dari konsep dasar yang diperkenalkan Kurt Lewin. Desain penelitian Kemmis dikenal dengan model spiral. Hal ini karena dalam perencanaan, Kemmis menggunakan sistem spiral refleksi diri, yang dimulai dengan rencana, tindakan, pengamatan, refleksi dan perencanaan kembali merupakan dasar untuk suatuancang-ancang pemecahan masalah.



Gambar 3.1

Siklus Penelitian Tindakan Kelas

Sumber : Suharsimi Arikunto (2015: 42)

1. Siklus I

a. Perencanaan Tindakan:

Pada tahap ini dilakukan persiapan pembelajaran *Throwing and Goal*, yaitu :

- 1) Identifikasi keadaan awal siswa yang meliputi hasil belajar tolak peluru gaya menyamping dan daftar siswa kelas X SMK Putra Bangsa Ciruas yang terdiri dari 8 siswa laki-laki dan 16 siswa perempuan.

- 2) Menyiapkan perangkat pembelajaran *Throwing and Goal* yang meliputi silabus, lembar evaluasi, rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), dan menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan dalam pembelajaran *Throwing and Goal*.

b. Pelaksanaan Tindakan:

- 1). Pendahuluan (25 menit)
 - a. Guru menyiapkan siswa di dalam kelas.
 - b. Guru memimpin doa sebelum memulai pembelajaran, mempresensi siswa kemudian memberi penjelasan kepada siswa tentang materi apa yang akan diberikan serta memberi motivasi kepada siswa. (15 menit)

- c. Guru mempersiapkan siswa di halaman sekolah dan membariskannya.
- d. Guru membagi siswa menjadi 4 kelompok
- e. Guru menjelaskan tentang permainan Throwing and Goal sebagai pemanasan.

1. Tata cara permainan

Permainan pemanasan terbagi atas 4 kelompok atau regu yang saling berhadapan. Setiap kelompok berusaha melempar pemain lawan dengan bola kasti sampai mengenainya dan jika kena, pemain lawan tersebut pindah lapangan menjadi teman dan berbalik menjadi musuh timnya sendiri.

2. Peraturan permainan

Peraturan permainan pemanasan sangat sederhana dan pastinya akan sangat mudah dimengerti anak-anak, antara lain adalah:

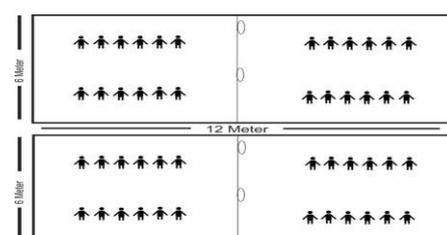
- a) Tidak ada patokan jumlah pemain tiap regu tetapi menyesuaikan jumlah siswa, semakin banyak semakin ramai.
- b) Bola yang digunakan 1 buah bola kasti yang lunak dan tidak berbahaya.
- c) Sasaran lemparan bebas kecuali kepala.
- d) Permainan dibatasi garis tengah dan garis sebagai batas melempar dan

garis belakang dan samping sebagai batas lapangan permainan.

- e) Pemain lawan yang terkena lemparan berpindah lapangan menjadi teman dan berbalik menjadi musuh timnya sendiri.
- f) Pemain tidak boleh melewati garis batas area permainan, jika terbukti melewati maka pemain tersebut menjadi teman lawannya. tetapi jika itu disengaja maka peraturan tersebut tidak berlaku.
- g) Permainan selesai jika salah satu regu kehabisan anggota kelompoknya atau dengan batasan waktu yang ditentukan.
- h) Regu yang kalah dihitung dari anggota kelompoknya yang terkena lemparan.

3. Lapangan permainan

Sebenarnya tidak ada patokan panjang maupun luas lapangan dalam permainan pemanasan ini, tetapi menyesuaikan kondisi lingkungan sekitar atau tanah lapang yang tersedia. Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan lapangan persegi panjang seperti dibawah ini.



Gambar 3.2

Lapangan Permainan *Throwing and Goal*

4. Peralatan permainan

- a) Bola kasti
- b) Tali raffia
- c) Stopwatch/ jam tangan
- d) Peluit
- e) Hula Hoop atau sejenisnya
- f. Guru mengintruksikan siswa untuk memulai permainan pemanasan bola tembak. (10 menit).

2). Inti

1. Guru membagi siswa kedalam 4 kelompok yang masing-masing kelompok terdiri 6 siswa dan membariskannya. (5 menit)
2. Guru menjelaskan tentang tata cara permainan.

a. Tata cara permainan

Permainan ini dilakukan oleh beberapa kelompok yang saling bertanding. Bola kasti ditolakan dengan teknik tolak peluru gaya menyamping (ortodoks) secara estafet ke sasaran berupa lingkaran didepannya sampai masuk..

b. Peraturan permainan

Peraturan ini sangat sederhana, yaitu :

- 1) Terdiri dari 4 regu berisi 6 orang menyesuaikan jumlah siswa keseluruhan.
- 2) Barisan ditentukan menurut absen.
- 3) Saat menolak bola menggunakan teknik tolak peluru gaya menyamping (ortodoks) tanpa awalan, yaitu tanpa gerakan kaki.
- 4) Pemain yang sudah melemparkan kea rah lingkaran lalu berlari ke belakang ke teman satu tim dibelakangnya secara estafet.
- 5) Tolakan harus dengan sudut 40^o agar jarak sasaran yang jauh terjangkau dan bola bisa masuk kedalam lingkaran.
- 6) Permainan tidak terpaku waktu agar gerakan teknik tolak peluru gaya menyamping tanpa awalan

(ortodoks) tidak dilakukan dengan tergesagesa sehingga hasilnya akan lebih maksimal.

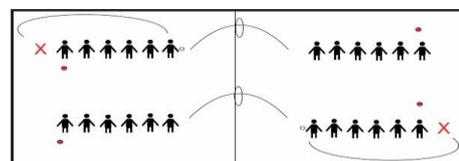
- 7) Jarak antar pemain antara 3 meter.
- 8) Gerakan mengikuti aba-aba peluit
- 9) Permainan selesai jika bola sudah kembali ke penolak pertama.

c. Peralatan permainan

- 1) Bola Katsti
- 2) Roll meter
- 3) Peluit
- 4) Stopwatch/ jam tangan
- 5) Cone atau penanda lainnya
- 6) Hula Hoop

d. Lapangan permainan

Area permainan tolak peluru tanpa awalan sangat sederhana, hanya perlu membariskan siswa dengan jarak 5 meter antara satu anggota regu dengan ditandai dengan *cone* atau batu jika tidak ada.



Gambar 3.3

Ilustrasi Permainan *Throwing and Goal*

Keterangan:

1. Lingkaran Merah (Cons)
2. Tanda X adalah arah putar balik ke belakang setelah melempar

c. Pengamatan

Observasi (pengamatan) dilakukan dalam jalannya proses pembelajaran dengan mengamati ketrampilan siswa selama proses pembelajaran tolak peluru gaya menyamping (ortodoks). Peneliti mengamati jalannya pelaksanaan tindakan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh

permainan *Throwing and Goal* terhadap peningkatan dan hasil belajar tolak peluru gaya menyamping.

Hasil pelaksanaan penelitian tindakan kelas terdiri dari hasil observasi dan tes soal yang kemudian dianalisis dan hasilnya digunakan sebagai acuan untuk melaksanakan proses perbaikan pada siklus selanjutnya.

d. Refleksi

Pada tahap ini dilakukan:

1. Evaluasi mutu, jumlah dan waktu dari setiap tindakan yang dilakukan dalam proses pembelajaran.
2. Pertemuan untuk membahas hasil evaluasi tentang RPP dan lembar kerja siswa, dengan melihat hasil observasi guru dan siswa
3. Perbaikan pelaksanaan tindakan sesuai hasil evaluasi untuk digunakan pada siklus berikutnya.

2. Siklus II

a. Perencanaan Tindakan:

Pada tahap ini dilakukan persiapan pembelajaran, yaitu : Mencari solusi permasalahan yang terjadi pada siklus I untuk diterapkan pada siklus II Menyiapkan perangkat pembelajaran *Throwing and Goal 2* yang meliputi silabus, lembar evaluasi, rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), dan menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan dalam pembelajaran *Throwing and Goal 2*.

b. Pelaksanaan Tindakan:

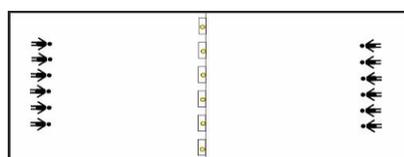
1. Pendahuluan (25 menit)

- a. Guru menyiapkan siswa di dalam kelas.
- b. Guru memimpin doa sebelum memulai pembelajaran, mempresensi siswa kemudian memberi penjelasan kepada siswa tentang materi apa yang akan diberikan serta memberi motivasi kepada siswa. (15 menit) dan Guru mempersiapkan siswa di halaman sekolah dan membariskannya.
- c. Guru membagi siswa menjadi 4 kelompok
- d. Guru menjelaskan tentang permainan *Throwing and Goal 2* sebagai pemanasan seperti pada siklus I.

2. Inti

- 1) Guru membagi siswa kedalam 4 kelompok yang masing-masing kelompok terdiri 6 siswa dan membariskannya. (5 menit)
- 2) Guru menjelaskan tentang tata cara permainan.
 - a). Tata cara permainan

Permainan ini dilakukan oleh beberapa kelompok yang saling bertanding. Bola kasti ditolakan dengan teknik tolak peluru gaya menyamping (ortodoks) dan berusaha memasukan ke dalam kardus.



Gambar 3.4 Ilustrasi Permainan

Throwing and Goal 2 (Posisi Persiapan)

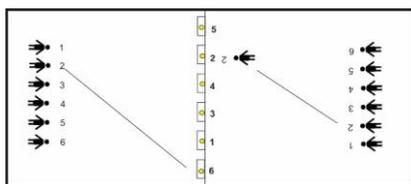
1. Siswa masing-masing dibagikan nomor urut yang harus dihafal



Gambar 3.5 Ilustrasi Permainan

Throwing and Goal 2 (Pembagian Nomor)

2. Setelah guru membagikan nomor urut untuk dihafal, selanjutnya guru akan berteriak memanggil nomor urut secara acak



Gambar 3.6 Ilustrasi Permainan

Throwing and Goal 2 (Action)

3. Setelah itu siapa yang akan mendapatkan kardus yang sesuai dengan nomor urut tersebut mempunyai kesempatan untuk melemparkan bola sampai masuk dengan melakukan sesuai dengan Teknik dasar tolak peluru gaya menyamping



Gambar 3.7 Ilustrasi Permainan

Throwing and Goal 2 (Pelaksanaan)

4. Selanjutnya untuk penilaian siapa yang mendapatkan point, jika bola masuk maka

point untuk pelempar dan jika tidak, maka point untuk penjaga kardus.



Gambar 3.8 Ilustrasi Permainan

Throwing and Goal 2 (Penilaian)

b). Peraturan permainan

Peraturan ini sangat sederhana, yaitu :

- 1) Terdiri dari 4 regu berisi 6 orang menyesuaikan jumlah siswa keseluruhan.
- 2) Barisan ditentukan menurut absen.
- 3) Saat menolak bola menggunakan teknik tolak peluru gaya menyamping (ortodoks) dengan Teknik Awalan.
- 4) Pemain yang sudah melemparkan kearah kaardus sampai masuk.
- 5) Tolakan harus dengan sudut 40 Derajat agar jarak sasaran yang jauh terjangkau dan bola bisa masuk kedalam kardus.
- 6) Permainan tidak terpaku waktu agar gerakan teknik tolak peluru gaya menyamping tanpa awalan (ortodoks) tidak dilakukan dengan tergesagesa sehingga hasilnya akan lebih maksimal.
- 7) Jarak antar pemain antara 1 meter.
- 8) Gerakan mengikuti aba-aba teriakan angka.
- 9) Permainan selesai jika bola sudah kembali ke penolak pertama.

c. Peralatan permainan

- 1) Bola Kasti
- 2) Roll meter
- 3) Peluit
- 4) Stopwatch/ jam tangan
- 5) Cone atau penanda lainnya
- 6) Kardus

d. Lapangan permainan

Area permainan tolak peluru tanpa awalan sangat sederhana, hanya perlu membariskan siswa dengan jarak 5 meter antara satu anggota regu dengan ditandai dengan *cone* atau batu jika tidak ada.

Gambar 3.9 Lapangan Permainan *Throwing and Goal 2*

Keterangan:

1. Kotak adalah kardus
2. Tanda lingkaran kuning adalah bola kasti

c. Pengamatan

Observasi (pengamatan) dilakukan dalam jalannya proses pembelajaran dalam pelaksanaan siklus II dengan mengamati ketrampilan proses siswa selama pembelajaran tolak peluru gaya menyamping (ortodoks). Guru mengamati jalannya pelaksanaan tindakan untuk mengetahui sejauh mana perbaikan yang dilakukan dari pelaksanaan siklus I terhadap peningkatan dan hasil belajar tolak peluru gaya menyamping.

d. Refleksi

Tahap refleksi merupakan tahap menganalisis hasil proses pembelajaran dan menganalisis perangkat evaluasi berupa tes hasil belajar tolak peluru gaya menyamping

yang dimodifikasi melalui permainan *Throwing and Goal*. Berdasarkan perangkat evaluasi pada siklus II diketahui bahwa terjadi peningkatan hasil belajar tolak peluru gaya menyamping (ortodoks) dengan cukup signifikan. Kelemahan dan kekurangan yang ada pada siklus I dapat teratasi, dilihat dari tercapainya target penelitian. Disamping itu, sebagian besar siswa aktif bergerak, terlihat senang dan menikmati pembelajaran melalui permainan *Throwing and Goal 2*.

K. Indikator Kinerja Keberhasilan

Indikator kinerja keberhasilan pada penelitian ini dilihat dari peningkatan pencapaian hasil belajar secara keseluruhan dari nilai rata-rata skor akhir yang diperoleh dengan standar ketuntasan hasil belajar 75, dan persentase ketuntasan hasil belajar siswa secara keseluruhan sebesar 75% dari keseluruhan jumlah siswa. Indikator kinerja keberhasilan tersebut digunakan dengan mengacu pada hasil wawancara observasi dengan guru penjasorkes dan kepala sekolah yang berpedoman pada kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) SMK Putra Bangsa Ciruas.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis hasil pengamatan kognitif diperoleh persentase ketuntasan hasil belajar kognitif sebesar 16.7% dari indikator persentase ketuntasan

hasil belajar 75%, sehingga sangat jauh pencapaian ketuntasan dari indikator persentase ketuntasan hasil belajar kognitif. Analisis penilaian akhir dilakukan dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 4.5 Analisis Skor Akhir Hasil Pengamatan Siklus I

No	Nama	Psikomotorik 70%	Afektif 20%	Kognitif 10%	Skor	Keterangan Ketuntasan
1	Agnes Monika	46,8	17,5	7	65,3	Baik
2	Ardita Dima K	35,0	12,5	6	52,5	Kurang
3	Acta Sugiarto	46,7	17,5	7	71,2	Baik
4	Bagas Setiawan	58,3	20	6	84,3	Baik
5	David Saputra	52,5	20	5	77,5	Baik
6	Dumaria Andriani	29,2	15	5	49,2	Kurang
7	Fanullah	39,0	15	6	56,0	Cukup
8	Gusti Erasasti	52,5	20	4	76,5	Baik
9	Ihsanul Kamil	46,7	17,5	5	69,2	Baik
10	Lingga Fajar Putra	52,5	20	6	78,5	Baik
11	Mei Ulina	35,0	17,5	6	58,5	Cukup
12	M. Abdul Aziz	52,5	20	8	80,5	Baik
13	Nicky Nurbalisha	40,8	15	6	61,8	Cukup
14	Nur Eva Sari	46,7	17,5	7	71,2	Baik
15	Rama	52,5	20	7	79,5	Baik
16	Rifaldi	29,2	12,5	4	45,7	Kurang
17	Rosadah	29,2	12,5	5	46,7	Kurang
18	Sigit Faturahman	52,5	20	7	79,5	Baik
19	Solihin	35,0	12,5	6	53,5	Kurang
20	Supri Yanto	29,2	10	4	43,2	Kurang
21	Tarisa Sinaga	35,0	15	9	59,0	Cukup
22	Tariudin	40,8	17,5	7	65,3	Baik
23	Yunus	40,8	17,5	9	67,3	Baik
24	Yuta	46,7	20	8	74,7	Baik
Jumlah					1568	
Rata-rata					65,3	
Persentase Ketuntasan						58%

Dari tabel hasil analisis skor akhir diatas, diketahui bahwa :

1. Sebanyak 14 siswa atau 58,3% yang memenuhi kriteria baik.
2. Sebanyak 4 siswa atau 16,7% yang memenuhi kriteria cukup.
3. Sebanyak 6 siswa atau 25% masuk ke dalam kriteria kurang.

Dari hasil analisis nilai akhir dari aspek psikomotor, aspek afektif dan aspek kognitif diperoleh rata-rata kelas 65.3 yang masuk kategori baik dari kategori ketuntasan hasil belajar, tetapi belum memenuhi indikator ketuntasan hasil belajar 75.

Dari hasil analisis nilai akhir dari aspek psikomotor, aspek afektif dan aspek kognitif diperoleh persentase ketuntasan hasil belajar sebesar 58% dari indikator persentase ketuntasan hasil belajar 75%, sehingga belum memenuhi standar indikator

persentase ketuntasan hasil belajar. Rinciannya adalah sebagai berikut :

1. Sebanyak 14 siswa atau 58% memenuhi kriteria tuntas.
2. Sebanyak 10 siswa atau 41,7% tidak tuntas.

Analisis Skor Akhir Hasil Pengamatan

Analisis penilaian akhir dilakukan dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 4.9 Analisis Penilaian Akhir Siklus II

No	Nama	Psikomotorik 70%	Afektif 20%	Kognitif 10%	Skor	Keterangan Ketuntasan
1	Agnes Monika	52,5	20	9	81,5	Baik
2	Ardita Dima K	58,3	17,5	8	83,8	Baik
3	Acta Sugiarto	52,5	20	8	80,5	Baik
4	Bagas Setiawan	64,2	15	10	89,2	Sangat Baik
5	David Saputra	52,5	20	9	81,5	Baik
6	Dumaria Andriani	52,5	17,5	7	77,0	Baik
7	Fanullah	58,3	20	8	86,3	Sangat Baik
8	Gusti Erasasti	64,2	17,5	7	88,7	Sangat Baik
9	Ihsanul Kamil	70,0	17,5	8	95,5	Sangat Baik
10	Lingga Fajar Putra	70,0	20	8	98,0	Sangat Baik
11	Mei Ulina	52,5	15	8	75,5	Baik
12	M. Abdul Aziz	64,2	17,5	8	89,7	Sangat Baik
13	Nicky Nurbalisha	52,5	20	10	82,5	Baik
14	Nur Eva Sari	58,3	17,5	9	84,8	Baik
15	Rama	64,2	20	9	93,2	Sangat Baik
16	Rifaldi	70,0	15	9	94,0	Sangat Baik
17	Rosadah	46,7	20	7	73,7	Baik
18	Sigit Faturahman	58,3	20	10	88,3	Sangat Baik
19	Solihin	58,3	17,5	8	83,8	Baik
20	Supri Yanto	32,5	20	7	79,5	Baik
21	Tarisa Sinaga	46,7	20	9	75,7	Baik
22	Tariudin	46,7	17,5	8	72,2	Baik
23	Yunus	58,3	17,5	8	83,8	Baik
24	Yuta	46,7	20	7	73,7	Baik
Jumlah					2012	
Rata-rata					83,8	
Persentase Ketuntasan						92%

Dari tabel hasil analisis skor akhir diatas, diketahui bahwa :

1. Sebanyak 9 siswa atau 37,5% yang memenuhi kriteria sangat baik.
2. Sebanyak 15 siswa atau 62,5% yang memenuhi kriteria baik.

Dari hasil analisis nilai akhir dari aspek psikomotor, aspek afektif dan aspek kognitif diperoleh rata-rata kelas 83.8 yang masuk kategori baik dari kategori ketuntasan hasil belajar yaitu 75, sehingga rata-rata kelas pada siklus II sudah memenuhi standar ketuntasan hasil belajar.

Dari hasil analisis nilai akhir dari aspek psikomotor, aspek afektif dan aspek

kognitif diperoleh persentase ketuntasan hasil belajar sebesar 92% dari indikator persentase ketuntasan hasil belajar 75%, sehingga persentase ketuntasan hasil belajar pada siklus II sudah memenuhi standar indikator persentase ketuntasan hasil belajar. Rinciannya adalah sebagai berikut :

1. Sebanyak 24 siswa atau 100% memenuhi kriteria tuntas.
2. Tidak ada siswa masuk ke dalam kriteria tidak tuntas.

1. Penilaian Aspek Pengamatan

a. Aspek Psikomotor

Poin-poin yang dinilai dalam aspek psikomotor adalah pada teknik memegang peluru, teknik meluncur, teknik menolakkan peluru dan teknik kembali ke posisi awal.

Penilaian keterampilan teknik dasar tolak peluru siswa (psikomotor) dilakukan dalam permainan *throwing and goal* dan *throwing and goal II*, dengan rentang nilai 1 sampai 4 untuk masing-masing teknik yang disesuaikan dengan kategori penilaian sebagai berikut :

- 1) Kategori kurang jika siswa hanya memenuhi salah satu poin penilaian;
- 2) Kategori cukup jika siswa memenuhi 2 poin penilaian,
- 3) Kategori baik jika siswa memenuhi 3 poin penilaian, dan
- 4) Kategori sangat baik jika siswa memenuhi 4 poin penilaian.

Bobot penilaian untuk aspek psikomotor adalah 70% dari keseluruhan aspek yang

dinilai dengan standar ketuntasan hasil belajar psikomotor 75 sesuai dengan kriteria ketuntasan minimal (KKM) aspek psikomotor dalam pelajaran penjas di SMK Putra Bangsa. Penetapan KKM 75 merupakan kebijakan untuk mata pelajaran penjasorkes sesuai acuan kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) SMK Putra Bangsa.

2. Pembahasan Hasil Siklus Pengamatan

a. Hasil Pengamatan Unjuk Kerja Siswa (Psikomotor)

Pengamatan keterampilan psikomotor dalam penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus penelitian, hasil pengamatan yang sudah dianalisis tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.10 Hasil Siklus Pengamatan Psikomotorik

PSIKOMOTOR	SIKLUS I	KET	SIKLUS II	KET
RATA-RATA	60.4	Tidak Berhasil	81.6	Berhasil
PERSENTASI	29.17%	Tidak Berhasil	83.33%	Berhasil

Dari tabel diatas diketahui bahwa :

- 1) Rata-rata hasil keterampilan psikomotor pada siklus I sebesar 60,4 (baik) dan terjadi peningkatan yang cukup signifikan pada siklus II menjadi 81,6 (baik)
- 2) Persentase ketuntasan hasil keterampilan psikomotor pada siklus I sebesar 29,17% (rendah) dan terjadi peningkatan yang sangat signifikan pada siklus II menjadi 83,33% (sangat tinggi).

Peningkatan hasil pengamatan psikomotor siswa pada siklus I dan siklus II digambarkan dalam grafik sebagai berikut :

Gambar 4.1 Grafik Peningkatan Hasil Pengamatan Psikomotor



Peningkatan yang terlihat pada grafik diatas tentu sangat signifikan dari hasil rata-rata dan persentasi keterampilan siswa yang diperoleh.

b. Hasil Pengamatan Perilaku Siswa (Afektif)

Pengamatan keterampilan afektif dalam penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus penelitian, hasil pengamatan yang sudah dianalisis tersebut dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4.11 Hasil Siklus Pengamatan Afektif

AFEKTIF	SIKLUS I	KET	SIKLUS II	KET
RATA-RATA	84	Berhasil	92	Berhasil
PERSENTASI	79.20%	Berhasil	100.00%	Berhasil

Dari table diatas diketahui bahwa :

- 1) Rata-rata hasil keterampilan afektif pada siklus I sebesar 84 (baik) dan terjadi peningkatan pada siklus II menjadi 92 (sangat baik)
- 2) Persentase ketuntasan hasil keterampilan afektif pada siklus I sebesar 79,20% (tinggi) dan terjadi peningkatan yang sangat memuaskan pada siklus II menjadi 100% (sangat tinggi).

Peningkatan hasil pengamatan afektif siswa pada siklus I dan siklus II digambarkan dalam grafik sebagai berikut :

Gambar 4.2 Grafik Peningkatan Hasil Pengamatan Afektif



Peningkatan hasil keterampilan afektif seperti yang digambarkan diatas relative kecil, namun dilihat dari hasil pengamatan keterampilan afektif pada siklus I saja hasilnya sudah bagus. Hal ini tidak lepas dari pembelajaran dengan permainan yang menyenangkan sehingga sebagian besar siswa mengikuti pembelajaran dengan baik dengan sikap dan perilaku yang baik pula.

c. Hasil Pengamatan Pemahaman Siswa (Kognitif)

Pengamatan keterampilan kognitif dalam penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus penelitian, hasil pengamatan yang sudah dianalisis tersebut dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4.12 Hasil Siklus Pengamatan Kognitif

KOGNITIF	SIKLUS I	KET	SIKLUS II	KET
RATA-RATA	62.5	Tidak Berhasil	82.9	Berhasil
PERSENTASI	16.70%	Tidak Berhasil	79.20%	Berhasil

Dari table diatas diketahui bahwa :

- 1) Rata-rata hasil keterampilan kognitif pada siklus I sebesar 62.5 (cukup) dan terjadi peningkatan pada siklus II menjadi 82.9 (baik)
- 2) Persentase ketuntasan hasil keterampilan kognitif pada siklus I sebesar 16,70% (kurang) dan terjadi peningkatan yang sangat memuaskan pada siklus II menjadi 79.20% (tinggi).

Peningkatan hasil pengamatan kognitif siswa pada siklus I dan siklus II digambarkan dalam grafik sebagai berikut :

Gambar 4.3 Grafik Peningkatan Hasil Pengamatan Kognitif



Peningkatan yang terlihat pada grafik diatas tentu sangat signifikan dari hasil rata-rata dan persentasi keterampilan siswa yang diperoleh.

d. Hasil Analisis Skor Akhir

Analisis skore akhir dapat dirincikan pada table berikut:

Tabel 4.13 Hasil Analisis Skore Akhir

NILAI AKHIR	SIKLUS I	KET	SIKLUS II	KET
RATA-RATA	65.3	Berhasil	83.8	Berhasil
PERSENTASI	58.00%	Tidak Berhasil	92.00%	Berhasil

Dari table diatas diketahui bahwa :

- 1) Rata-rata hasil belajar siswa dari hasil analisis keterampilan psikomotorik, afektif dan kognitif pada siklus I

sebesar 65.3 (baik) dan terjadi peningkatan pada siklus II menjadi 83.8 (baik)

- 2) Persentase ketuntasan hasil nilai akhir pada siklus I sebesar 58.00% (sedang) dan terjadi peningkatan yang sangat memuaskan pada siklus II menjadi 92.00% (sangat tinggi).

Peningkatan hasil skor akhir siswa pada siklus I dan siklus II digambarkan dalam grafik sebagai berikut :

Gambar 4.4 Grafik Peningkatan Hasil Pengamatan Skor Akhir



Dari table dan gambar diatas diketahui bahwa rata-rata hasil belajar dan presentasi ketuntasan hasil belajar siswa kelas X SMK Putra Bangsa sudah memenuhi indicator ketuntasan hasil belajar, sehingga penelitian yang berjudul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tolak Peluru Gaya Menyamping Melalui Model Bermain Pada Siswa Kelas X SMK Putra Bangsa” telah berhasil terealisasi seperti yang sudah diperkirakan sebelumnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Hasil rata-rata pengamatan keterampilan psikomotor siswa terjadi

peningkatan dari 60,4 yang memenuhi kriteria baik pada siklus I menjadi 81,6 dengan kriteria baik pada siklus II, dan pada persentase ketuntasan hasil belajar psikomotor juga terjadi peningkatan dari 29,17% dengan kriteria keberhasilan rendah pada siklus I menjadi 83,33% dengan kriteria keberhasilan sangat tinggi pada siklus II.

Pada hasil rata-rata unjuk kerja afektif siswa terjadi peningkatan dari 84 yang memenuhi kriteria baik pada siklus I menjadi 92 dengan kriteria sangat baik pada siklus II, dan pada persentase ketuntasan hasil belajar afektif terjadi peningkatan dari 79,20% (tinggi) dan terjadi peningkatan yang sangat memuaskan pada siklus II menjadi 100% (sangat tinggi).

Pada hasil rata-rata unjuk kerja kognitif siswa terjadi peningkatan dari 62,5 yang memenuhi kriteria (cukup) pada siklus I menjadi 82,9 dengan kriteria baik pada siklus II, dan pada persentase ketuntasan hasil belajar kognitif juga terjadi peningkatan dari 16,70% dengan kriteria keberhasilan kurang pada siklus I menjadi 79,20% dengan kriteria keberhasilan tinggi pada siklus II. Pada rata-rata skor akhir hasil analisis unjuk kerja siswa dari keseluruhan aspek terjadi peningkatan, pada siklus I rata-rata skor akhir mencapai 65,3 (baik) dan siklus II mencapai 83,8 (baik). Sedangkan dari hasil analisis, persentase ketuntasan siklus I adalah 58.00% dengan

kriteria keberhasilan sedang (tetapi belum memenuhi indikator persentase ketuntasan belajar) dan meningkat menjadi 92.00% dengan kriteria keberhasilan sangat tinggi pada siklus II.

Diketahui dari rincian diatas, pembelajaran melalui permainan *throwing and goal* sudah teruji mampu meningkatkan hasil belajar siswa kelas X SMK Putra Bangsa dalam mata pelajaran pelajaran tolak peluru.

SARAN

Setelah penelitian ini dilaksanakan, penulis ingin menyampaikan saran khususnya kepada guru penjas yang ada di sekolah, terutama SMK Putra Bangsa agar dengan keterbatasan ide untuk proses pembelajaran yang ada sebaiknya guru penjas di sekolah melakukan model bermain.

Peralatan maupun fasilitas yang digunakan sangat sederhana dan mudah dicari, permainan *Throwing And Goal* ini juga memberikan wadah bagi siswa untuk belajar sambil bermain dengan konsep pembelajaran yang efektif. Siswa pun mengikuti pembelajaran bersungguh-sungguh sehingga mereka dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal dan alami.

Disarankan sebaiknya guru penjas di sekolah melakukan model bermain agar proses pembelajaran dapat tercapai dengan baik dan siswa menjadi lebih termotivasi

dengan perlakuan model bermain sehingga target ketuntasan belajar dapat tercapai.

DAFTAR PUSTAKA

Suharsimi Arikunto, Suhardjono, Supardi, 2015. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

Jess Jarver. 2012. *Belajar dan Berlatih Atletik*. Bandung: Pionir Jaya

Aan Sunjata Wisahati, Tegus Santosa 2010 *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Jakarta : Kepala Pusat Perbukuan.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI, 2014 *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Jakarta : Kemendikbud

Prof. Dr. H. JS, Husdarta, M.Pd dan Dr. Nurlan Kusmaedi, M.Pd, *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik (Olahraga dan Kesehatan)* Bandung, Agustus 2010.

Dr. Dikdik Zafar Sidik, M.Pd. 2017. *Mengajar dan Melatih Atletik*, Bandung Juli 2010.

Ade Mardiana, Purwadi, Wira Indra Satya, *Pendidikan Jasmani dan Olahraga 2014 Tangerang Selatan* September 2014.

Ega Trisna Rahayu, M.Pd. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. 2013. Bandung, Desember 2013.

Mendikbud, Undang-undang Nomor: 201 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Sukintaka. 1992. *Teori Bermain untuk PGSD*. Jakarta: Dikdasmen.

Yoyo Bahagia dan A. Suherman. 2000. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: depdikbud, Dirjen Pendidikan dasar dan Menengah.

Adang Suherman. 2000. *Dasar penjaskes*. Jakarta: Depdikbud, Dirjen Dikti

Prof. Dr. Suyono, M.Pd, 2013. *Belajar dan Pembelajaran*. PT. REMAJA ROSDAKARYA.

Jeffrey Goldstain, *Play In Children's Development, Health And Well-Being*. Februari 2012.

Susan Boyle Date : October 2011. *An Introduction to Games based learning 2011*.

Dr. Rachel E. White for Minnesota Childrens Museum. *THE POWER OF PLAY A Research Summary on Play and Learning 2012*.

Agus Kristiyanto. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara

Stuart Lester and Wendy Russell. University of Gloucestershire *Play for a Change*. 2018.

Drs. Zainal Arifin, M.Pd, 2011 *Evaluasi Pembelajaran*. PT. REMAJA ROSDAKARYA.