Vol. 6, No. 1, 2021, pp. 68-74 DOI: https://doi.org/10.29210/02824jpgi0005



Contents lists available at **Journal IICET**

IPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)

ISSN: 2541-3163(Print) ISSN: 2541-3317 (Electronic)

Journal homepage: https://jurnal.iicet.org/index.php/jpgi



Peningkatan hasil belajar dalam pembelajaran tolak peluru melalui pendekatan metode bermain bola karet pada siswa sekolah dasar

Kasmi Libarti*)

Sekolah Dasar Negeri 02 Bukit Putus Luar

Article Info

Article history:

Received April 25th, 2021 Revised May 13th, 2021 Accepted Jun 27th, 2021

Keyword:

Hasil belajar Tolak peluru Bermain bola karet

ABSTRACT

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar melalui pendekatan metode bermain bola karet dalam pembelajaran tolak peluru pada siswa kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti Tahun Pelajaran 2020-2021. Penelitian ini dilaksanakan di UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan, dengan subjek yang digunakan dalam penelitian adalah peserta didik di kelas VI dengan jumlah 24 orang peserta didik. Hasil penelitian menunjukan pada : Pada siklus I terjadi peningkatan rata-rata nilai unjuk kerja (psikomotor) menjadi 54,16 , pemahaman konsep (kognitif) menjadi 66,66 dan sikap (afektif) menjadi 62,50 . Namun pada siklus I ini rata-rata siswa kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti hanya 6 (25 %) siswa sudah mencapai KKM dan 18 (75%) siswa belum mencapai batas KKM. Pada siklus II juga terjadi peningkatan nilai unjuk kerja (psikomotor) menjadi 75,00 ,nilai rata-rata pemahaman konsep (kognitif) menjadi 70,83 dan rata-rata nilai sikap (afektif) meningkat menjadi 79,50. Pada siklus I hanya 6 (25%) siswa yang mengalami nilai kriteria ketuntasan minimal, dan setelah dilakukan evaluasi dan diberikan model pembelajaran pada sikuls II siswa mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa. Pada siklus II 20 (83,33%) siswa dari 24 siswa UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti telah mencapai KKM dan 4 (16,66%) siswa dari 24 siswa belum mencapai KKM.



© 2021 The Authors. Published by IICET. This is an open access article under the CC BY-NC-SA license (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0)

Corresponding Author:

Kasmi Libarti,

Sekolah Dasar Negeri 02 Bukit Putus Luar

Email: kasmilibarti@gmail.com

Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan bagi setiap manusia, baik pendidikan formal maupun non formal. Menurut Depdiknas (2003:4) pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Sedangkan pendidikan non formal adalah jalur pendidikan di luar pendidikan formal yang dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang.

Untuk mencapai tujuan pembelajaran di sekolah, perlu adanya dukungan dari faktor-faktor yang saling terkait antara lain faktor guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, lingkungan dan kondisi sosial. Dalam pelaksanaan pendidikan. Pendidikan jasmani di SD, materi yang diajarkan harus disesuaikan dengan kurikulum yang ada. Ketidak sesuaian materi dengan kurikulum yang ada dapat mempengaruhi ketidak optimalnya suatu tujuan pembelajaran. Dari kurikulum yang ada di SD terdapat berbagai macam materi pokok yang diajarkan pada peserta didik salah satunya yaitu tolak peluru. Untuk melaksanakan pembelajaran tolak peluru diperlukan alat yaitu peluru yang terbuat dari besi.

Kenyataan di lapangan setiap pelaksanaan materi pembelajaran atletik, khususnya tolak peluru siswa kurang bersemangat dalam mengikuti aktivitas pembelajaran. Dari hasil observasi awal guru mengalami kesulitan dalam penyampaian materi tolak peluru supaya mendapatkan hasil yang maksimal. Hasil belajar siswa dalam pembelajaran tolak peluru, rata-rata siswa belum mencapai batas ketuntasan belajar.Kurangnya partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran akan menurunkan tingkat keberhasilan siswa dalam belajar, oleh karena itu diperlukan suatu tindakan yang mampu melibatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut.

Banyaknya jumlah siswa yang nilainya masih belum mancapai KKM merupakan tantangan dan perhatian peneliti untuk dicarikan solusi agar siswa tertarik pada olahraga atletik khususnya nomor tolak peluru sehingga prestasi belajarnya lebih meningkat. Salah satu faktor yang mempengaruhi banyak siswa yang nilainya kurang dari KKM adalah bagi siswa SD dengan berat peluru asli terlalu berat dan besar untuk digunakan dalam pembelajarn, sehingga siswa merasa kesulitan dalam cara memegang peluru, sikap awalan yang asal-asalan, cara menolak peluru tidak gerakan mendorong peluru tetapi melempar (ada gerakan lecutan pada pergelangan tangan) serta tidak diakhiri dengan gerakan lanjutan yang tepat. Dalam proses pembelajarannya dengan alat yang masih terbatas juga mempengaruhi sehingga anak masih menunggu dalam pembelajarannya yang menyebabkan anak merasa bosan.

Berdasarkan permasalahan itulah yang menjadikan penulis untuk melakukan upaya dalam meningkatkan pembelajaran tolak peluru. Untuk mendapatkan hasil pembelajaran yang optimal diperlukan suatu metode atau pendekatan pembelajaran agar tujuan pembelajaran dapat terlaksana dengan baik, oleh karena itu sebagai seorang guru dituntut untuk mencari metode yang sesuai dengan karakteristik anak. Dari karakteristik tersebut, maka dalam penelitian ini peneliti mencoba mengaplikasikan pembelajaran melalui pendekatan bermain dalam pembelajaran tolak peluru, dan mencoba menuangkan gagasan penelitian dalam bentuk penelitian tindakan kelas yang akan peneliti beri judul "Peningkatan Hasil Belajar Dalam Pembelajaran Tolak Peluru Melalui Pendekatan Metode Bermain Bola Karet Pada Siswa Kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti".

Metode

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (classroom action research) penelitian tindakan kelas adalah salah satu jenis penelitian tindakan yang dilakukan guru untuk meningkatkan kualitas pembelajaran di kelasnya. Dalam penelitian ini guru diberdayakan dari sudut pengembangan profesionalitas sedangkan siswa mendapat manfaat dari upaya guru karena mendapat layanan yang lebih baik karena dampak dari meningkatnya kualitas pembelajarannya. Urgensi pelaksanaan tindakan kelas adalah guru merupakan agent of change yang harus senantiasa melakukan perubahan dan peningkatan profesionalitas Pardjono, (2007:13).

Subyek pada penelitian ini adalah siswa kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti Kabupaten Pesisir Selatan Tahun ajaran 2019-2020 yang terdiri dari 12 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan. Dalam penelitian ini yang menjadi objek penelitian adalah siswa kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari BagantiTahun Pelajaran 2019-2020. Penelitian Tindak Kelas (PTK) ini dilaksanakan 02 Maret 2020 s/d 02 Mei 2020 dan sesuai dengan jadwal pelajaran penjas orkes kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti . Penelitian ini dilaksanakan minimal 2 siklus Lokasi penelitian ini adalah UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti.

Prosedur penelitian ini dilakukan meliputi tiga tahap, yaitu : Pra siklus, siklus 1, siklus 2. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah pengamatan (observation) dan dokumentasi. Selanjutnya instrumen pengumpulan data. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah lembar observasi atau pengamatan terhadap guru dan murid yang dapat digunakan untuk mengetahui keberhasilan proses pembelajaran tolak peluru. Data yang diperlukan dalam penelitian tindakan kelas ini berupa catatan tentang hasil pengamatan, penilaian, dan dokumentasi yang terekam selama proses pembelajaran berlangsung kemudian diolah dan disimpulkan. Teknik analisis data dalam penelitian tindakan kelas ini menggunakan analisis deskriptif berbentuk persentase. Dalam penelitian ini data berasal dari observer yang terkait langsung dalm proses belajar mengajar. Data pada penelitian ini diolah dengan rumus persentase (Muhamad Ali, 1987:184).

Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Deskripsi Kondisi Awal

Berdasarkan data yang diperoleh sebelum penelitian, kondisi awal siswa Kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti Tahun Pelajaran 2019-2020 dari hasil penilaian pelaksanaan pra siklus penelitian menunjukkan bahwa kemampuan rata-rata siswa memiliki kemampuan yang masih rendah. Banyak siswa yang nilainya belum tuntas. Hal ini dapat dilihat pada tabel data hasil penelitian berikut:

Tabel 1. Hasil rata-rata nilai pra siklus

Aspek	Rata-rata Nilai
Psikomotor	45,83
Afektif	54,16
Kognitif	50,00
Nilai Akhir	50,00

Deskripsi Siklus I

1. Perencanaan Tindakan

Perencanaan tindakan sebaiknya dilakukan setiap sebelum melaksanakan tindakan siklus I, hal ini dilakukan agar pada saat pelaksanaan berjalan dengan lancar dan sesuai dengan yang diharapkan. Perencanaan dalam siklus I adalah sebagai berikut :

- a. Melakukan identifikasi masalah dengan kolaborator dalam hal ini diadakan diskusi tentang rendahnya hasil belajar tolak peluru yang diperoleh siswa kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti sebagai subjek penelitian dan untuk mengambil langkah-langkah guna mengatasi hal tersebut. Diperoleh metode pendekatan modifikasi.
- b. Merumuskan tindakan solusi dengan merencanakan pembelajaran tolak peluru dengan pendekatan modifikasi bermain menolakkan bola dengan sasaran ring dan menolak bola ke sasaran papan yang dibuat lingkaran.
- c. Menyiapkan alat yang digunakan, berupa bola karet, ring (simpai), bambu, papan yang dibuat lingkaran, kapur.

2. Pelaksanaan Siklus I

Pelaksanaan siklus I pada hari Sabtu tanggal 11 April 2020 di UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti dengan jumlah objek penelitian 24 siswa. Melaksanakan pembelajaran tolak peluru awalan samping dalam bentuk modifikasi bermain menolak bola dengan sasaran ring dan menolak bola dengan sasaran papan yang dibuat lingkaran. Modifikasi pada permainan ini menekankan pada sikap awal, sikap menolak, dan sikap akhir, dengan rincian pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

- a. Pendahuluan. Dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut : (1) guru membariskan siswa menjadi 4 bersaf, (2) guru memimpin berdoa, (3) guru memberikan apersepsi dengan menceritakan kegiatan bermain menolak bola ke sasaran ring dan menolak bola ke sasaran papan yang dibuat lingkaran, (4) guru mempresensi siswanya, (5) pemanasan.
- b. Kegiatan Inti. Bermain menolak bola dengan sasaran papan yang dibuat lingkaran. Aturan permainannya adalah sebagai berikut : (1) guru membawa siswa ke lapangan yang sesungguhnya dengan formasi 4 berbanjar, (2) setiap banjar disediakan 1 alat peraga sebagai alat pembelajaran berupa papan lemparan yang dibuat lingkaran, (3) jarak papan lemparan dari garis tolakan sejauh 2 meter, (4) tinggi papan lemparan 2 meter, (5) setiap banjar, disediakan 10 buah bola karet, (6) guru memerintahkan setiap siswanya menolak bola sebanyak 10 kali, dengan cara bergantian dengan awalan menyamping, (7) guru memberikan contoh gerakan, (8) guru mengkoreksi gerakan yang dilakukan siswa saat menolak, (9) guru memotivasi agar pelaksanaan kegiatan ini meriah, (10) guru mengadakan penilaian hasil belajar tolak peluru awalan samping.
- c. Penutup. Dimulai dengan : (1) siswa tetap dalam formasi berbanjar untuk melakukan pendinginan berupa permainan, (2) siswa tetap dalam posisi duduk berbanjar, (3) guru menugaskan siswa satu permainan yaitu "tebak kata" dengan cara menulis kata di punggung teman yang berada di depannya, dan tidak diketahui oleh teman yang lain, (4) permainan ini dilaksanakan oleh masing-masing banjar atau kelompok.

3. Observasi

Hasil pengamatan yang dilakukan kolaborator terhadap proses pembelajaran, setiap kemajuan yang terjadi baik pada siswa maupun suasana kelas dicatat dan diperoleh hasil sebagai berikut :

- a. Guru melaksanakan pembelajaran sesuai dengan RPP
- b. Siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan menolakkan bola
- c. Suasana kelas selama proses pembelajaran menyenangkan, saling berebut bola dan berlomba menolakkan bola mengenai sasaran.

4. Refleksi

Berdasarkan hasil pengamatan penelitian, peneliti dan kolaborator melakukan relfeksi sebagai berikut:

- a. Guru masih merasa kesulitan dalam menyampaikan tugas-tugas yang harus dilakukan siswa.
- b. Sebagian siswa merasa kesulitan dalam melakukan menolakkan bola sampai mengenai sasaran.
- c. Formasi siswa yang kurang tepat sehingga banyak waktu yang terbuang sehingga frekuensinya siswa melakukkan tindakan berkurang.
- d. Guru menemukan modifikasi dengan menolakkan bola dengan sasaran ring.

Dari hasil analisis dan evaluasi pelaksanaan siklus I diperoleh data nilai rata- rata siswa sebagai berikut :

Tabel 2. Hasil rata-rata nilai siklus I

Aspek	Rata-rata Nilai
Psikomotor	54,16
Afektif	66,66
Kognitif	62,50
Nilai Akhir	61,11

Sasaran yang digunakan untuk proses pembelajaran yaitu lingkaran besar yang menyerupai ring yang di pasang di atas bambu. perencanaan siklus II adalah sebagai berikut :

- a. Melakukan identifikasi masalah dengan kolaborator dalam hal ini diadakan diskusi tentang rendahnya hasil belajar tolak peluru awalan samping yang diperoleh siswa kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti sebagai subjek penelitian pada siklus I, maka perlu mengambil langkahlangkah guna meningkatkan hasil belajar tolak peluru. Diperoleh metode pendekatan modifikasi bermain menolakkan bola ke sasaran ring.
- b. Merumuskan tindakan solusi dengan merencanakan pembelajaran tolak peluru dengan pendekatan modifikasi bermain menolakkan bola dengan sasaran ring.
- c. Menyiapkan alat yang akan digunakan, berupa ring (simpai), bola karet, bambu, kapur.

5. Pelaksanaan Siklus II

Pelaksanaan siklus I di UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti dengan jumlah objek penelitian 24 siswa. Melaksanakan pembelajaran tolak peluru awalan samping dalam bentuk modifikasi bermain menolakkan bola dengan sasaran ring. Modifikasi menolakkan bola sasaran ring ini menekankan pada sikap awal, sikap menolak, dan sikap akhir, dengan rincian pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

- a. Pendahuluan. Dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut : (1) guru membariskan siswa menjadi 4 bersaf, (2) guru memimpin berdoa, (3) guru memberikan apersepsi dengan menceritakan kegiatan bermain menolak bola ke sasaran ring dan menolak bola ke sasaran papan yang dibuat lingkaran, (4) guru mempresensi siswanya, (5) pemanasan.
- b. Kegiatan Inti. Bermain menolak bola dengan sasaran ring, peraturannya sebagai berikut : (1) guru membawa siswa ke lapangan yang disana sudah dibuat dengan bentuk lapangan lingkaran dan ring yang berada di tengah- tengah lingkaran tersebut, (2) guru memerintahkan siswa mengelilingi lingkaran, (3) guru memberikan 1 bola pada setiap siswa, (4) guru memerintahkan siswanya untuk melempar bola ke ring yang ada di depannya dengan cara menolak, (5) guru memberikan contoh gerakan, (6) guru mengkoreksi gerakan yang dilakukan siswa, (7) siswa berlomba memasukan bola sebanyak mumgkin ke ring dengan cara menolak dengan awalan menyamping, (8) guru memotivasi agar pelaksanaan kegiatan ini meriah, (9) guru mengadakan penilaian hasil belajar tolak peluru awalan samping.
- c. Penutup. Dengan langkah-langkah sebagai berikut : (1) siswa tetap dalam formasi berbanjar untuk melakukan pendinginan berupa permainan, (2) siswa tetap dalam posisi duduk berbanjar, (4) guru menugaskan siswa satu permainan yaitu "*tebak kata*" dengan cara menulis kata di punggung teman yang berada di depannya, dan tidak diketahui oleh teman yang lain, (5) permainan ini dilaksanakan oleh masing-masing banjar atau kelompok.

6. Observasi

Hasil pengamatan yang dilakukan kolaborator terhadap proses pembelajaran, setiap kemajuan yang terjadi, baik pada siswa maupun suasana kelas dicatat dan diperoleh hasil sebagai berikut :

- a. Guru merasa berhasil dalam penyampaian tujuan pembelajaran tolak peluru.
- b. Siswa merasa senang dan gembira mengikuti proses pembelajaran
- c. Suasana kelas selama proses pembelajaran menyenangkan.
- d. Siswa lebih mengerti teknik menolak dengan baik dan benar.

7. Refleksi

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti dan kolaborator melakukan refleksi sebagai berikut :

- a. Guru lebih jelas dalam menyampaikan tugas-tugas yang harus dilakukan siswa Proses pembelajaran lebih menyenangkan.
- b. Frekuensi siswa dalam melakukan kegiatan bertambah.

Dari hasil analisis dan evaluasi pelaksanaan siklus II diperoleh data nilai rata- rata siswa sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil rata-rata nilai siklus II

Aspek	Rata-rata Nilai
Psikomotor	75,00
Afektif	70,83
Kognitif	79,16
Nilai Akhir	75,11

Dari hasil analisis pelaksanaan siklus II, terlihat adanya peningkatan rata-rata nilai siswa yang mencapai batas KKM yang telah ditetapkan yaitu 70. Berdasarkan indikator yang telah ditetapkan pada siklus II, menunjukkan bahwa indikator tersebut sudah melampaui KKM dibuktikan dengan 21 (87,50%) siswa dari 24 siswa UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti telah mencapai KKM dan 3 (12,50%) siswa dari 24 siswa belum mencapai KKM.

Pembahasan

Pembahasan Siklus I

Hasil penilaian kondisi awal yang menunjukan kemampuan siswa melakukan gerakan tolak peluru yang rendah, peneliti mencoba menerapkan metode pembelajaran dengan pendekatan modifikasi menggunakan bola. Kelemahan siswa yang mengakibatkan nilai rendah adalah tidak sebandingnya kekuatan otot lengan siswa dengan berat peluru, sehingga siswa merasa kesulitan dalam cara memegang peluru, sikap awalan yang asal-asalan, cara menolak peluru tidak gerakan mendorong peluru tetapi melempar (ada gerakan lecutan pada pergelangan tangan) serta tidak diakhiri dengan gerakan lanjutan yang tepat.

Pada saat wawancara, siswa menyatakan pembelajaran tolak peluru jarang dijumpai di sekolah maupun di masyarakat. Setelah dilaksanakan pembelajaran tolak peluru, guru merasa kesulitan dalam penyampaian materi tolak peluru walaupun dengan metode sesederhana mungkin Hal ini dibuktikan dengan motivasi siswa yang rendah dan prestasi belajar siswa belum mencapai batas ketuntasan belajar.

Pada kondisi tersebut, peneliti mencoba menerapkan metode bermain menolakkan bola karet ke sasaran berupa papan yang dibentuk lingkaran, dimana siswa tidak keberatan terhadap berat bola yang sesuai dengan kekuatan siswa. Setelah siswa melakukan gerakan tolak peluru dengan metode bermain ternyata terjadi peningkatan prestasi belajar. Data penilaian belum menunjukkan hasil yang diharapkan, tetapi terjadi peningkatan dari kondisi awal. Dari hasil penelitian dapat diketahui rata-rata nilai unjuk kerja (psikomotor) pada siklus I mengalami peningkatan. Nilai pemahaman konsep (kognitif) pada siklus I mengalami peningkatan karena pada siklus ini siswa mulai memiliki perhatian atau minat terhadap materi. Hal ini terjadi karena siswa merasa lebih mudah melakukan gerakan tolak peluru karena diawali dengan latihan yang mudah, menarik, serta beban alat yang ringan. Nilai sikap (afektif) juga menunjukan peningkatan hasil belajar. Siswa mulai tertarik melakukan gerakan tolak peluru karena siswa merasa gembira dalam melakukan tolak peluru. Dari hasil rata-rata nilai siklus I masih banyak siswa yang tidak mencapai kriteria ketuntasan minimal. Ini berarti tujuan pembelajaran berdasarkan indikator pencapaian KKM belum tercapai. Maka pembelajaran perlu dilanjutkan ke siklus II.

Pembahasan Siklus II

Pada siklus II ini siswa melakukan pembelajaran dengan pendekatan modifikasi dengan menolakkan bola dengan sasaran ring. Setelah melakukan pembelajaran dengan modifikasi menolakkan bola dengan sasaran ring dilakukan penilaian untuk mengambil data nilai unjuk kerja (psikomotor). Setelah adanya perubahan tersebut ternyata ada peningkatan nilai rata-rata unjuk kerja (psikomotor). Demikian pula halnya nilai pemahaman konsep (kognitif) juga mengalami peningkatan rata-rata nilai. Hal ini terjadi karena terkait dengan keaktifan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran, yang nampak dalam hasil pengamatan menunjukkan 24 siswa mangalami peningkatan nilai hasil pembelajarannya dalam materi tolak peluru. Keaktifan siswa ini dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang menggunakan bermain. Dengan bermain ini siswa semakin paham dengan konsep gerak tolak peluru, selain itu juga karena selama pembelajaran berlangsung suasana lebih menyenangkan dan tidak membosankan. Kondisi ini mendorong pula sikap siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Nampak pada peningkatan nilai rata-rata sikap (afektif) pada siklus ini. Dari ketiga aspek penilaian menunjukan bahwa rata-rata hasil belajar pada siklus II telah mencapai batas KKM dan hanya sedikit siswa yang belum mencpai KKM.

Hasil Penelitian

Pendekatan dengan metode modifikasi pada pembelajaran tolak peluru awalan samping dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti. Pada kondisi awal (pra siklus) rata-rata nilai unjuk kerja adalah 45,83 , nilai pemahaman konsep (kognitif) adalah 54,16 dan nilai sikap (afektif) adalah 50,00. Dari hasil analisis pra siklus tidak ada siswa yang nilanya mencapai kriteria ketuntasan minimal.

Pada siklus I terjadi peningkatan rata-rata nilai unjuk kerja (psikomotor) menjadi 54,16 , pemahaman konsep (kognitif) menjadi 66,66 dan sikap (afektif) menjadi 62,50 . Pada siklus I telah dilakukan tindakan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran tolak peluru dengan menggunakan metode modifikasi menolakkan bola ke sasaran papan yang berupa lingkaran. Namun pada siklus I ini rata-rata siswa kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti hanya 6 (25 %) siswa sudah mencapai KKM dan 18 (75%) siswa belum mencapai batas KKM.

Pada siklus II juga terjadi peningkatan rata-rata nilai, yaitu rata-rata nilai unjuk kerja (psikomotor) menjadi 75,00 ,nilai rata-rata pemahaman konsep (kognitif) menjadi 70,83 dan rata-rata nilai sikap (afektif) meningkat menjadi 79,50. Pada siklus II ini metode pembelajaran menggunakan modifikasi menolakkan bola dengan sasaran ring, siswa lebih aktif dan lebih senang dalam suasana berusaha untuk memasukkan bola sebanyak mungkin ke ring. Dari hasil model pembelajaran yang dilakukan pada siklus II, rata-rata nilai siswa mengalami peningkatan dan rata-rata nilai siswa mencapai KKM yang telah ditentukan. Pada siklus I hanya 6 (25%) siswa yang mengalami nilai kriteria ketuntasan minimal, dan setelah dilakukan evaluasi dan diberikan model pembelajaran pada sikuls II siswa mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa. Pada siklus II 20 (83,33%) siswa dari 24 siswa UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti telah mencapai KKM dan 4 (16,66%) siswa dari 24 siswa belum mencapai KKM.

Setelah dilakukan penelitian berkaitan dengan upaya meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran tolak peluru awalan samping melalui model pembelajaran dengan pendekatan bermain bola karet pada siswa kelas UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti, diperoleh hasil berupa nilai rata-rata per aspek dan rata-rata hasil belajar yang berasal dari penggabungan ketiga aspek seperti terlihat pada tabel 4.

Nilai Pra Siklus Nilai Siklus I Nilai Siklus II Aspek Psikomotor 45,83 54,16 75,00 Afektif 54,16 66,66 70,83 **Kognitif** 50,00 62,50 79,16 Nilai Akhir 50,00 61,11 75,11

Tabel 4. Hasil Nilai Rata-rata keseluruhan Siswa Kelas

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas dengan dua siklus dan diadakan analisis dapat disimpulkan bahwa metode penerapan pembelajaran tolak peluru melalui pendekatan metode bermain dengan bola karet dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru awalan samping kelas VI UPT SDN 02 Bukit Putus Luar Kec. Linggo Sari Baganti Tahun Pelajaran 2019-2020. Proses pembelajaran berjalan dengan efektif dan siswa lebih aktif dalam melaksanakan penugasan yang diberikan oleh guru. Peningkatan hasil belajar siswa dapat dilihat melalui jumlah siswa yang mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal.

Referensi

Agus Kristiyanto. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK)*. Surakarta: UNS Press. Agus Suprijono. 2009. *Cooperative learning*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azhar Arsya. (2006). Media Pelajaran. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Darsono, Max. (2000). Belajar dan Pembelajaran. Semarang: IKIP Semarang Press.

Depdiknas. (2003). *Undang – Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003TentangSisitam Pendidikan Nasional.*Jakarta: Cemerlang

Dewi Salma Prawiladilaga. (2007). Prinsip Desain pembelajaran. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Dimyati Mahmud. (1993). Psikologi Pendidikan. Yogyakarta: UPP IKIP Yogyakarta

Eka Pribadi, dkk. (1943). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Yudhistira.

Gregrorius. (2010). Upaya Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Tolak Peluru Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas V SD Negeri 1 Demangsari Ayah Kebumen. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY

Kelompok Kerja Nasional Garuda Mas. 2000. Pemanduan Bakat dan Pembinaan Usia Dini. Jakarta: Depdiknas.

Khomsin. (2005). Atletik I. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.

Mochamad Djumidar A. Widya. (2004). Belajar berlatih Gerak-Gerak Dasar Atlet Dalam

Bermain. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.

Mohamad Ali. (1987). Penelitian Pendidikan Prosedur dan Strategi. Bandung: Angkasa Bandung

M Sakir, Genikarsa. (1989). Pendidikan Jasmani 6. Klaten: PT Intan Pariwara.

Mulyono Abdurrahman. (1999). Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurhadi. (2003). Pembelajaran Kontekstual dan Penerapannya dalam KBK.Malang: KBK.Malang

Pardjono, dkk. (2007). Panduan Penelitian Tindakan Kelas. Yogyakarta: Lembaga Penelitian UNY.

Sumadi Suryabrata. (2004). Psikologi Pendidikan. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Tim Penulis Buku Psikologi Pendidikan. (1993). *Psikologi PendidikaN* Yogyakarta : UPP IKIP Yogyakarta.

Tisnowati Tamat, dkk. (2005). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Universitas Terbuka.

Wina Sanjaya. (2007). Strategi Pembelajaran. Bandung: Kencana Prenada Media Group.

Yoyo Bahagia, Adang Suherman. (2000). Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga. Depdiknas.

Yudha. (2001). Pembelajaran Atletik di sekolah Dasar. Jakarta: Depdiknas. (2004). Dasar-dasar Keterampilan Atletik. Jakarta: Depdiknas.