

MENINGKATKAN KEMAMPUAN SISWA DALAM MELAKUKAN VARIASI GERAK DASAR PERMAINAN BOLA VOLI DENGAN METODE DEMONSTRASI DI KELAS IV SDN 012 SIMANGAMBAT

Ishaq

Guru SD Negeri 012 Simangambat

Surel : ishaq@gmail.com

Abstract : Improving Student's Ability to Undertake Variations in Basic Volleyball with Demonstration Method in Class IV SDN 012 Simangambat.

This study aims to improve student learning outcomes on subjects PJOK material to perform variations of basic motion volleyball game using demonstration method in class IV SDN 012 Simangambat. This type of research is Classroom Action Research. The subjects of the study were the fourth graders of SDN 012 Simangubat with a total of 23 people consisting of 9 male students and 14 female students. The results showed that the use of demonstration methods can improve student learning outcomes in PJOK lessons. The result of learning at the time of prasiklus, the average class obtained by students is 50.12. In cycle I the average grade value increased to 59.13. In cycle II the average grade value increased again to 73.91.

Keywords: Learning Outcomes, Demonstration Methods, PJOK

Abstrak : Meningkatkan Kemampuan Siswa dalam Melakukan Variasi Gerak Dasar Permainan Bola Voli dengan Metode Demonstrasi di di Kelas IV SDN 012 Simangambat.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa siswa pada mata pelajaran PJOK materi melakukan variasi gerak dasar permainan bola voli dengan menggunakan metode demonstrasi di kelas IV SDN 012 Simangambat. Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Subjek penelitian adalah siswa kelas IV SDN 012 Simangambat dengan jumlah 23 orang terdiri dari 9 siswa laki-laki dan 14 siswa perempuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode demonstrasi dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada pelajaran PJOK. Hasil belajar pada saat prasiklus, rata-rata kelas yang diperoleh siswa adalah 50,12. Pada siklus I nilai rata-rata kelas meningkat menjadi 59,13. Pada siklus II nilai rata-rata kelas meningkat lagi menjadi 73,91.

Kata Kunci: Hasil Belajar, Metode Demonstrasi, PJOK

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual, dan emosional. Bahan ajar pendidikan jasmani meliputi, pembentukan gerak, pembentukan prestasi, pembentukan sosial, dan pertumbuhan badan. Sedangkan yang dapat dijadikan bahan pelajaran di dalam pendidikan jasmani meliputi lingkungan sekitar, (georafik) suatu daerah, kebudayaan daerah,

aktivitas-aktivitas tradisional dan sebagainya.

Pendidikan jasmani adalah fase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas beat yang mencakup sistem, otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas berikut, sementara Ade Mardiana dkk (dikutip dari Volter dan Eslinger dari Bucher 1964), yang tertera dalam *International Charte of Phsyical Education* mengemukakan bahwa Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang

dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak.

Beranjak dari ulasan di atas, maka penulis ingin memperbaiki hasil pembelajaran gerak dasar permainan bola voli yang dirasakan kurang berhasil. Baik dari segi intelektual, emosional dan neuromuskuler. Hasil tes tulisan dan praktek menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih kurang paham dengan gerak dasar permainan bola voli. Nilai prasiklus sungguh mengecewakan, 86,95% siswa masih belum tuntas, sehingga penulis merasa perlu diadakan perbaikan dalam pembelajaran. Penulis memilih metode pembelajaran secara demonstrasi langsung, menjelaskan gerak dasar permainan bola voli ketika di lapangan sambil mempraktekkan langsung cara-caranya.

Berdasarkan latar belakang masalah yang diperoleh penulis, maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

- a. Pembelajaran PJOK di kelas IV SDN 012 Simangambat kurang berhasil.
- b. Pada pembelajaran PJOK dari 23 orang siswa, hanya 13,04% yang memperoleh di atas KKM. (KKM mata pelajaran PJOK di SDN 012 Simangambat adalah 70).

Dari hasil identifikasi masalah yang ditemukan, penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah dengan metode demonstrasi dapat meningkatkan kemampuan dan hasil belajar siswa dalam melakukan gerak dasar permainan bola voli?

2. Bagaimana cara menerapkan metode demonstrasi agar dapat meningkatkan kemampuan dan hasil belajar siswa dalam melakukan gerak dasar dalam permainan bola voli di kelas IV SDN 012 Simangambat?

Maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Meningkatkan hasil belajar siswa pada mata pelajaran PJOK materi Melakukan Variasi Gerak Dasar Permainan Bola Voli
2. Mendeskripsikan penerapan metode demonstrasi untuk meningkatkan hasil belajar dan kemampuan melakukan variasi gerak dasar permainan bola voli

METODE

Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan di SDN 012 Simangambat selama 3 bulan, mulai bulan Februari – April 2017.

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN 012 Simangambat Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal Tahun Pelajaran 2016/2017 yang berjumlah 23 orang, dengan 9 orang laki-laki dan 14 perempuan.

Data penelitian ini meliputi hasil prestasi belajar siswa, aktivitas siswa, dan aktivitas penulis selama proses pembelajaran. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes dan observasi untuk mengetahui penerapan tindakan yang dilakukan oleh guru, partisipasi dan keaktifan siswa selama pembelajaran berlangsung.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik deskriptif. Peneliti akan mendeskripsikan secara detail. Hasil observasi terhadap tindakan yang telah dilaksanakan oleh penulis. Sedangkan

untuk mendeskripsikan peningkatan hasil belajar siswa dari siklus I dan siklus selanjutnya dilakukan dengan menghitung rerata hasil tes dengan rumus sebagai berikut:

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan:

\bar{X} = rerata

$\sum x$ = jumlah skor

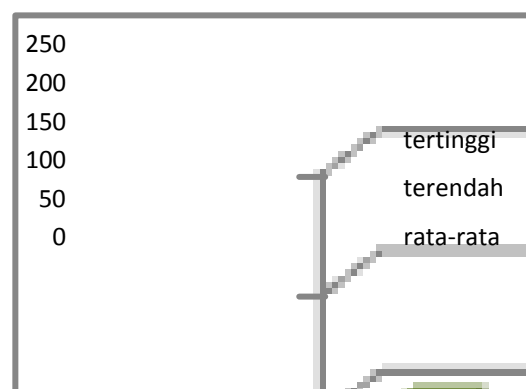
N = jumlah siswa (Nurgiyantoro, 2001)

Dengan menggunakan rumus di atas, dapat diketahui nilai rata-rata kemampuan siswa dalam materi permainan bola voli. Kriteria Ketuntasan Minimal yang ditetapkan SDN 012 Simangambat adalah siswa dikatakan tuntas perorangan jika siswa mendapatkan nilai minimal 70.

PEMBAHASAN

Setelah proses perbaikan pembelajaran dan tes dilaksanakan untuk mengukur kemampuan siswa dalam menguasai materi permainan bola voli diperoleh hasil yang maksimal seperti terlihat pada tabel dan diagram berikut

Kegiatan	Hasil Belajar	Nilai Terendah	Nilai Tertinggi
Prasiklus	50,12	20	80
Siklus I	59,13	20	100
Siklus II	73,91	40	100



Dari data yang diperoleh, terlihat bahwa pembelajaran PJOK telah terjadi peningkatan hasil belajar yang ditunjukkan dengan adanya kemajuan kemampuan siswa dalam menyelesaikan soal-soal latihan dan kemampuan siswa dalam melakukan gerak dasar permainan bola voli sehingga diperoleh nilai yang cukup baik. Interaksi antara siswa dan guru, siswa dengan siswa lainnya juga meningkat. Di sisi lain prestasi belajar siswa cenderung naik. Hal ini dilihat dari bertambahnya jumlah siswa yang memperoleh nilai tuntas dalam siklus pertama dan kedua.

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh melalui observasi mulai dari prasiklus sampai pada siklus II, diperoleh:

1. Pada Prasiklus, Guru menyiapkan pendekatan yang dianggap sesuai dengan materi. Strategi pembelajaran yang digunakan adalah ceramah, tanya-jawab, dan penugasan. Hasil evaluasi belum maksimal, sebab pendekatan pembelajaran tidak sesuai dengan materi yang diajarkan. Pada prasiklus 20 siswa mendapat nilai di bawah KKM (86,95%), dan 3 siswa berada di atas KKM (13.04%), nilai rata-rata 50,12 dengan nilai tertinggi 80 dan nilai terendah 20.

2. Pada siklus I, guru membagi siswa dalam beberapa kelompok dan membentuk lingkaran. Guru berada di dalam lingkaran siswa tersebut. Guru menjelaskan sembari memperagakan cara melakukan *service*, *passing*, *smash*, dan *blocking*. Hasil belajar dengan menggunakan metode demonstrasi ini mengalami peningkatan, yaitu 16 siswa memperoleh nilai di bawah KKM (69,57%), dan 7 siswa memperoleh nilai di atas KKM (30,43%), dengan nilai rata-rata 59,13; nilai terendah 20 dan nilai tertinggi 100.
3. Dalam siklus II, guru juga menggunakan metode demonstrasi. Pada prapembelajaran, guru bertanya pada siswa tentang pelajaran yang lalu. Kemudian guru melakukan kegiatan inti dengan membuat lingkaran dan guru berada di dalam lingkaran siswa tersebut. Guru mengarahkan bola ke siswa secara bergantian untuk melakukan gerak dasar bermain voli. Terjadi lagi peningkatan hasil belajar, yaitu 20 siswa tuntas (86,95%), dengan nilai tertinggi 100 dan nilai terendah 40.
2. Permainan bola voli adalah sebuah bentuk permainan yang sangat menarik karena di dalamnya terdapat unsur kegembiraan, kerjasama antar pemain, dan banyak ragam gerak. Permainan ini sudah memasyarakat dan dilakukan hampir di seluruh pelosok Indonesia.
3. Hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya.
4. Metode demonstrasi adalah cara penyajian pelajaran dengan meragakan atau mempertunjukkan kepada siswa suatu proses, situasi, atau benda tertentu yang sedang dipelajari, baik sebenarnya ataupun tiruan, yang sering disertai dengan penjelasan lisan.
5. Penerapan metode demonstrasi sangat efektif untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran permainan bola voli.

Berdasarkan kesimpulan di atas ada beberapa hal yang disarankan sebagai berikut:

1. Sebaiknya guru melakukan pemilihan metode yang tepat dalam pelaksanaan pembelajaran
2. Kepada siswa diharapkan senantiasa dapat melaksanakan tugas dan mau berinteraksi dalam proses pembelajaran
3. Kerjasama antar sesama guru, guru dengan kepala sekolah, dan guru dengan siswa harus ditingkatkan guna mendapatkan kualitas pendidikan yang lebih baik

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak

DAFTAR RUJUKAN

- Ali, Muhammad. 1990. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia Modern*. Jakarta: Pustaka Armani.

- Budiningsih, C. Asri. 2008. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Mardiana, Ade. 2010. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sudjana. 2005. *Penilaian Hasil Proses Belajar-Mengajar*. Bandung: Remaja Rosda karya.