

**PENERAPAN PEMBELAJARAN METODE BERMAIN GUNA MENINGKATKAN
HASIL BELAJAR PADA SISWA KELAS IX SMP
NEGERI 1 PANYABUNGAN UTARA**

Darwin Pardede

Guru SMP Negeri 1 Penyabungan Utara

Surel : darwinpardede@gmail.com

Abstract : Implementation of Learning Method of Playing To Improve Learning Outcomes on Students Class IX SMP Negeri 1 Penyabungan Utara.

The research aims to improve student learning outcomes in the subjects of Physical Education of Sport and Health by applying the Play Method. Student learning outcomes cycle I and cycle II based on formative I and formative II known the average value of 78.3 and 85.1 with the percentage of mastery of 71.43% and 91.43% respectively. Student's skill in learning of long jump also increase, in cycle I where the initial attitude is 28,42%, skill / pedestal that is equal to 26,84%, state of body floated 22,11%, landing attitude equal to 15,79%. Activities that are not relevant to KBM are 6.84%. While on the second cycle where the initial attitude of 30.00%, the skill of departure / pedestal that is equal to 27.50%, the state of the body drifted 23.13%, landing attitude of 16.88%. Activities that are not relevant to KBM are 2.50%.

Keywords : Method of Play, Long Jump Skills, Learning Outcomes

Abstrak : Penerapan Pembelajaran Metode Bermain Guna Meningkatkan Hasil Belajar Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Penyabungan Utara.

Penelitian bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan menerapkan Metode Bermain. Hasil belajar siswa siklus I dan siklus II berdasarkan formatif I dan formatif II diketahui nilai rata-rata 78,3 dan 85,1 dengan persentase ketuntasan masing-masing 71,43% dan 91,43%. Keterampilan siswa dalam belajar lompat jauh juga meningkat, pada siklus I dimana sikap awal yaitu 28,42%, keterampilan tolak/tumpuan yaitu sebesar 26,84%, keadaan badan melayang 22,11%, Sikap mendarat sebesar 15,79%. Aktivitas yang tidak relevan dengan KBM adalah 6,84%. Sedangkan pada siklus II dimana sikap awal yaitu 30,00%, keterampilan tolak/tumpuan yaitu sebesar 27,50%, keadaan badan melayang 23,13%, Sikap mendarat sebesar 16,88%. Aktivitas yang tidak relevan dengan KBM adalah 2,50%.

Kata Kunci : Metode Bermain, Keterampilan Lompat Jauh, Hasil Belajar

PENDAHULUAN

Dalam cabang olahraga atletik, khususnya nomor lompat jauh adalah nomor yang relatif sederhana dibandingkan dengan nomor lompat lainnya yaitu: lompat tinggi, lompat jangkit sampai dengan nomor yang paling kompleks yaitu lompat tinggi galah. Pada Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) tingkat SMP hanya memuat materi

nomor lompat jauh, lompat tinggi, dan lompat jangkit.

Walaupun lompat jauh termasuk jenis olahraga lompat yang paling sederhana dan mudah untuk dilakukan, kenyataannya hasil yang dicapai siswa khususnya kelas IX SMPN 1 Penyabungan Utara masih kurang memuaskan. Kenyataan tersebut dapat dilihat dari hasil belajar lompat jauh yang dicapai siswa masih rendah nilai hasil belajarnya masih ada yang di bawah standar ketuntasan belajar

minimal 70, sehingga tujuan pembelajaran tidak tercapai dengan baik.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) pada siswa SMPN 1 Panyabungan Utara khususnya nomor lompat jauh, ada beberapa permasalahan yang mengakibatkan hasil belajar siswa kurang memuaskan. Adapun beberapa permasalahan tersebut antara lain adalah: (1) kemampuan fisik siswa terutama kekuatan otot kaki bagian bawah sangat rendah, (2) kurangnya model-model pembelajaran yang dapat membangkitkan minat dan motivasi siswa, (3) kurangnya komunikasi antara guru dan siswa, sehingga pembelajaran hanya terpusat pada guru saja tidak ada timbal baliknya, dan (4) kemampuan motorik atau gerak siswa masih rendah sehingga menyulitkan siswa untuk melakukan gerakan.

Peranan dan fungsi guru Penjasorkes yang baik akan terwujud apabila guru tersebut memiliki inisiatif, kreativitas dan inovasi serta dapat menentukan jenis pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan pertumbuhan dan tingkat perkembangan siswanya. Guru harus mampu menyajikan program pembelajaran dengan metode atau model yang menarik dan inovatif bagi siswanya. Siswa akan merasa senang dalam proses belajarnya jika seorang guru menggunakan alat-alat atau media pembelajaran yang menarik, walaupun alat atau media tersebut sangat sederhana bentuknya.

Terkait dengan hal tersebut di atas, maka dibutuhkan penelitian mengenai metode yang tepat untuk pembelajaran Penjasorkes khususnya nomor lompat jauh. Dengan demikian melalui penelitian ini diharapkan akan didapat solusi atau jawaban tentang metode pembelajaran yang tepat untuk

mengajarkan lompat jauh kepada siswa SMP, khususnya bagi siswa SMPN 1 Panyabungan Utara.

Pendekatan dengan permainan adalah model yang akan digunakan dalam penelitian ini, khususnya untuk nomor lompat jauh gaya jongkok. Bermain adalah sesuatu yang menyenangkan bagi siswa, dengan bermain siswa tidak merasakan lelah ataupun terbebani dalam melakukan keterampilan. Dalam olahraga atletik yang mengasyikkan adalah utamanya dicurahkan kepada aspek kandungannya dari keterampilan bermain yang menyenangkan. Permainan dalam atletik khususnya nomor lompat jauh adalah bertujuan agar siswa dalam melakukan permainan terfokus pada model proses pembelajarannya. Di sini siswa dalam melakukan gerakannya walaupun penuh kegembiraan dan keceriaan, tujuan dari proses pembelajarannya tetap tercapai.

Metode yang akan dikembangkan dalam penelitian ini adalah model pembelajaran lompat jauh dengan strategi pendekatan permainan. Dengan menerapkan metode bermain ini siswa akan lebih tertarik untuk melakukan materi pembelajaran, sehingga diharapkan kualitas belajarnya akan meningkat.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Pembelajaran Metode Bermain Guna Meningkatkan Hasil Belajar Materi Lompat Jauh Pada Siswa Kelas IX SMPN 1 Panyabungan Utara”

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka, yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) Apakah dengan penerapan pembelajaran metode bermain dapat meningkatkan keterampilan belajar siswa kelas IX SMPN 1 Panyabungan Utara

pada materi pokok lompat jauh?, 2) Apakah dengan penerapan pembelajaran metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas IX SMPN 1 Panyabungan Utara pada materi pokok lompat jauh?

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka, yang menjadi tujuan penelitian ini adalah: 1) Untuk mengetahui keterampilan belajar siswa setelah menerapkan metode bermain di kelas IX SMPN 1 Panyabungan Utara. 2) Untuk mengetahui hasil belajar siswa setelah menerapkan metode bermain pada materi lompat jauh di kelas IX SMPN 1 Panyabungan Utara.

METODE

Pengambilan data untuk penelitian ini dilakukan di SMPN 1 Panyabungan Utara. Metode yang diterapkan adalah metode Bermain. Pembelajaran dilakukan empat kali atau dibagi menjadi 2 Siklus yaitu Siklus I dan Siklus II. Waktu penelitian dilakukan selama 3 bulan terhitung mulai bulan Februari sampai bulan April Tahun Pembelajaran 2015/2016.

Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas IX SMPN 1 Panyabungan Utara dengan jumlah siswa 35 orang.

Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan kemantapan rasional dari tindakan mereka dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan itu, serta memperbaiki kondisi dimana praktek pembelajaran tersebut dilakukan (dalam Mukhlis, 2000: 3).

Sesuai dengan jenis penelitian yang dipilih, yaitu penelitian tindakan, maka penelitian ini menggunakan model

penelitian tindakan dari Kemmis dan Taggart (dalam Sugiarti, 1997:6), yaitu berbentuk spiral dari siklus yang satu ke siklus yang berikutnya. Setiap siklus meliputi *planning* (rencana), *action* (tindakan), *observation* (pengamatan), dan *reflection* (refleksi). Langkah pada siklus berikutnya adalah perencanaan yang sudah direvisi, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Sebelum masuk pada Siklus I dilakukan tindakan pendahuluan yang berupa identifikasi permasalahan.

Berdasarkan informasi yang penulis dapatkan, bahwa hasil belajar siswa pada mata pelajaran Olahraga masih rendah, maka prosedur penelitian yang penulis rencanakan dalam menuntaskan hasil belajar tersebut adalah sebagai berikut:

Siklus I. Perencanaan Tindakan. Pada tahap ini peneliti membuat kegiatan perencanaan meliputi: a) Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran dan lembar kegiatan siswa yang telah dibuat oleh guru tentang sub materi “lompat jauh” untuk KBM 1 dengan sub materi “lompat jauh” untuk KBM 2. Selanjutnya diubah atau ditambah sesuai dengan Metode Bermain. b) Penyusunan instrumen penelitian berupa lembar observasi keterampilan siswa melalui penerapan Metode Bermain dan tes pemahaman siswa tentang paragraf eksposisi dan unsur-unsur puisi.

Pelaksanaan Tindakan dan Observasi (*Action and Observation*). Melaksanakan tindakan pembelajaran ke-1 dan ke-2 sesuai dengan RPP oleh peneliti sebagai guru di kelas IX selama proses pembelajaran dilakukan observasi oleh observer (guru sejawat) untuk mengamati keterampilan siswa dan pengelolaan pembelajaran oleh guru. Di akhir Siklus I dilakukan pula tes hasil belajar siswa untuk mengetahui

pemahaman siswa tentang Lompat Jauh sebagai Formatif I.

Refleksi (*Reflective*). Kegiatan refleksi dilakukan oleh peneliti berdasarkan hasil observasi dan evaluasi hasil pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan Metode Bermain. Dari hasil refleksi kemudian peneliti dengan satu orang pengamat teman sejawat untuk memperbaiki dan menguatkan rencana tindakan Siklus II.

Siklus II. Perencanaan Tindakan. Berdasarkan hasil refleksi terhadap proses pembelajaran pada Siklus I maka pada Siklus II disusun skenario metode bermain dengan revisi tindakan untuk memperbaiki proses. Peneliti berdiskusi secara kolaboratif dengan guru mata pelajaran sejenis dengan kegiatan perencanaan meliputi: a) Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran dan lembar kegiatan siswa yang telah dibuat oleh guru tentang sub materi “lompat jauh” untuk KBM 3 dengan sub materi “lompat jauh” untuk KBM 4. b) Penyusunan instrumen penelitian berupa lembar observasi keterampilan siswa serta pengelolaan guru terhadap proses pembelajaran dengan menerapkan Metode bermain dan tes pemahaman siswa tentang berpidato, melaporkan isi buku, dan baca puisi.

Pelaksanaan Tindakan dan Observasi (*Action and Observation*). Melaksanakan tindakan pembelajaran ke-3 dan ke-4 sesuai dengan RPP Metode Bermain dengan topik “Lompat Jauh” oleh peneliti sebagai guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kelas IX. Selama proses pembelajaran dilakukan observasi oleh observer (guru sejawat) untuk mengamati keterampilan siswa. Di akhir Siklus II dilakukan pula tes hasil belajar untuk mengahui pemahaman siswa tentang Lompat Jauh sebagai Formatif II.

Refleksi (*Reflective*). Setelah kegiatan pembelajaran Siklus II dilaksanakan, dilanjutkan dengan kegiatan refleksi oleh peneliti berkolaborasi guru mata pelajaran sejenis. Berdasarkan hasil observasi keterampilan siswa dalam pembelajaran dan ketuntasan hasil belajar siswa ditelaah

Alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah:

Tes hasil belajar. Tes hasil belajar ini berjumlah 10 soal bentuknya pilihan ganda. Tes hasil belajar ini digunakan untuk mengetahui kemampuan awal dan kemampuan akhir siswa. Setelah kegiatan belajar mengajar dilaksanakan (Siklus I), maka dilakukan tes hasil belajar disebut Formatif I dengan jumlah 5 soal. Akhir KBM pada Siklus II, dilakukan tes hasil belajar terakhir atau disebut Formatif II, dan soalnya diambil dari soal pretes sesuai dengan materi pembelajaran.

Lembar Keterampilan Belajar Siswa. Lembar keterampilan ini digunakan pada saat siswa bekerja dalam kelompok. Pengamat adalah guru-guru teman sejawat peneliti yaitu Benget M. Siahaan, S.Pd. Waktu bekerja dalam kelompok peneliti/guru yang sedang melaksanakan kegiatan belajar mengajar (KBM) memberi isyarat pada ke pengamat, kelompok mana yang diamati oleh ke pengamat. Pengamat tidak boleh duduk bersamaan untuk menghindari data bias. Pengamat mentabulasi data/menceklis pada lembar keterampilan ini selama dua menit sekali. Akhir kerja kelompok maka pengamat menandatangani lembar pengamat kemudian menyerahkan kepada peneliti.

Teknik Analisis Data. Metode analisis data pada penelitian ini digunakan metode deskriptif dengan membandingkan hasil belajar siswa

sebelum tindakan dengan hasil belajar siswa setelah tindakan.

Langkah-langkah pengolahan data sebagai berikut:

1. Merekapitulasi nilai pretes sebelum tindakan dan nilai tes akhir Siklus I dan Siklus II
2. Menghitung nilai rata-rata atau persentase hasil belajar siswa sebelum dilakukan tindakan dengan hasil belajar setelah dilakukan tindakan pada Siklus I dan Siklus II untuk mengetahui adanya peningkatan hasil belajar.

3. Penilaian
 - a. Data nilai hasil belajar (kognitif) diperoleh dengan menggunakan rumus:

$$\text{Nilai siswa} = \frac{\text{Jumlah Benar}}{\text{Jumlah Seluruh Soal}} \times 100$$

(Slameto, 2009:189)

- b. Nilai rata-rata siswa dicari dengan rumus sebagai berikut:

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

(Subino, 2007:80)

Keterangan :

\bar{X} = Nilai rata-rata

Σ = Jumlah nilai X

N = Jumlah peserta tes

- c. Untuk penilaian keterampilan digunakan rumus sebagai berikut:

$$\% \text{ Proporsi Aktivitas} = \frac{\text{jumlah hskoryangdiperoleh}}{\text{jumlah hskor ideal}} \times 100\%$$

(Majid, 2009:268)

- d. Ketentuan persentase ketuntasan belajar kelas

$$\text{Ketuntasan belajar kelas} = \frac{\sum S_b}{K} \times 100\%$$

ΣS_b = Jumlah siswa yang mendapat nilai ≥ 70 (kognitif).

ΣK = Jumlah siswa dalam sampel .

PEMBAHASAN

Berdasarkan pelaksanaan tindakan ini, peneliti akan menganalisis data yang diperoleh selama proses penelitian berlangsung yakni bagaimana keterampilan belajar siswa dan penguasaan kompetensi siswa dengan menggunakan model pembelajaran bermain menunjukkan adanya peningkatan. Untuk itu peneliti akan (1) mendiskripsikan kegiatan belajar mengajar saat penelitian berlangsung, dan (2) mendiskripsikan hasil dari kegiatan kegiatan yang telah dilakukan siswa

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IX Semester Genap SMPN 1 Panyabungan Utara yang berjumlah 35 orang siswa. Penelitian dilakukan mulai bulan Februari 2016 sampai bulan April Tahun 2016.

Penelitian ini berjalan dalam dua siklus, yang dalam setiap siklusnya berlangsung dua kali pertemuan atau pembelajaran tatap muka (setiap pertemuan = 2 x 35 menit). Setiap siklus penelitian terdiri dari 4 (empat) tahap kegiatan utama, yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Data yang dikumpulkan dalam setiap siklus adalah data yang berhubungan dengan keterampilan belajar dan prestasi belajar siswa dan data minat siswa melalui instrumen pengumpul data yang telah ditetapkan, dalam hal ini adalah melalui format observasi dan lembar soal tes dan format angket yang telah disiapkan oleh guru.

Setelah melakukan Siklus I dan Siklus II, dan diperoleh data-data hasil belajar, keterampilan belajar, dan minat siswa, maka data tersebut dapat disajikan dalam Tabel. Pengambilan data

dilakukan empat kali pertemuan (4 RPP) dibagi menjadi dua Siklus. Pertemuan pertama dan pertemuan kedua disebut Siklus I, dan pertemuan ketiga dan pertemuan keempat disebut Siklus II. Sebelum melakukan kegiatan belajar mengajar maka dilakukan tes hasil belajar atau disebut Pretes. Analisis data menunjukkan hasil pretes siswa rata-rata adalah 47,4, hal ini menunjukkan bahwa rata-rata siswa belum ada persiapan sebelum belajar di sekolah.

Pembelajaran Siklus I. Tahap Perencanaan. Pada tahap ini peneliti mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri dari RPP 1 dan 2, LKS 1 dan 2, soal tes formatif 1, dan alat-alat pengajaran dan media untuk mendukung kegiatan belajar mengajar.

Tahap Kegiatan dan Pelaksanaan. Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus I dilaksanakan pada pertemuan 1 hari Rabu tanggal 16 Maret 2016 dan pertemuan 2 hari Rabu 23 Maret 2016 di kelas IX dengan jumlah siswa 35 siswa. Dalam hal ini peneliti bertindak sebagai guru. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelajaran yang telah dipersiapkan. Pengamatan (observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar.

Tahap Observasi. Data keterampilan belajar siswa. Pada tahap observasi peneliti melakukan pengamatan selama kegiatan berlangsung dengan bantuan satu orang guru untuk mengamati kegiatan siswa selama proses pembelajaran berlangsung dengan menggunakan lembar observasi keterampilan siswa.

Dari hasil pengamatan keterampilan siswa diperoleh data keterampilan yang disajikan dalam tabel berikut.

Tabel. Skor Keterampilan Belajar Siswa Siklus I

Siklus I				
No	Keterampilan	Jumlah	Rata-Rata	Proporsi
1	Awalan	54	13.5	28.42%
2	Tumpuan/Tolakan	51	12.75	26.84%
3	Melayang	42	10.5	22.11%
4	Mendarat	30	7.5	15.79%
5	Yang tidak relevan	13	3.25	6.84%
Jumlah		190	47.5	100%

Data pada tabel diatas dapat disajikan dalam bentuk diagram batang atau histogram sesuai gambar berikut.



Gambar. Grafik keterampilan siswa Siklus I

Berdasarkan tabel di atas tampak bahwa keterampilan siswa yang paling dominan pada siklus I adalah keterampilan sikap awal yaitu 28,42%. Keterampilan lain yang persentasinya cukup besar adalah tolakan/tumpuan yaitu sebesar 26.84%. Sedangkan keterampilan sikap melayang dan mendarat 22,11% dan 15,79%. Keterampilan yang tidak relevan dengan KBM adalah 6,84%. Keterampilan yang paling rendah adalah sikap mendarat, hal ini disebabkan karena siswa belum menerapkan teknik lompat jauh dengan

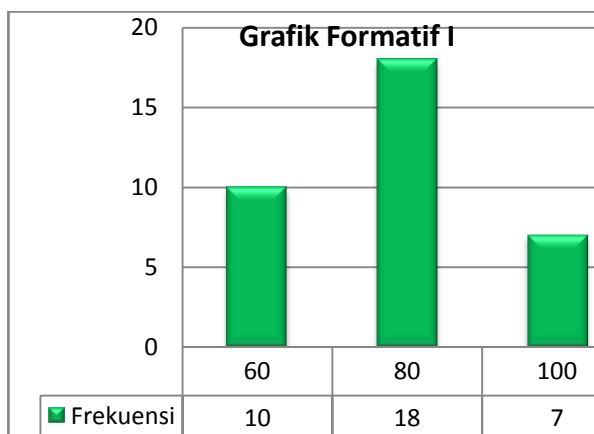
benar serta ragu-ragu sehingga sikap mendarat berakhir kurang sempurna.

Data Hasil Belajar Siswa. Hasil belajar siswa diperoleh melalui tes yang diberikan setelah berakhirnya Siklus I sebagai Formatif I. Data hasil belajar siswa dari Formatif I disajikan dalam Tabel berikut.

Tabel. Distribusi Hasil Formatif I

Nilai	Frekuensi	Tuntas Individu	Tuntas Kelas	Nilai rata-rata
60	10	-	-	78.3
80	18	18	51.43%	
100	7	7	20%	
Jumlah	35	25	71.43%	

Pada tabel diatas, nilai terendah Formatif I adalah 60 sebanyak 10 orang dan nilai tertinggi adalah 100 sebanyak 7 orang, dengan 10 orang mendapat nilai dibawah kriteria ketuntasan atau ketuntasan klasikal adalah sebesar 71.43%. Dengan nilai KMM sebesar 70. Nilai ini berada sedikit di bawah kriteria keberhasilan klasikal sehingga dapat dikatakan KBM Siklus I belum berhasil memberi ketuntasan belajar dalam kelas. Data hasil Formatif I ini dapat disajikan kembali dalam grafik histogram sebagai berikut:



Gambar. Grafik data hasil Formatif I

Refleksi. Berdasarkan data Tabel diatas diperoleh bahwa rata-rata Formatif 78,3 pada Siklus I dengan persentase adalah 71.43%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada Siklus I secara klasikal siswa belum tuntas belajar, karena siswa yang memperoleh nilai ≥ 70 hanya sebesar 71.43% lebih kecil dari persentase ketuntasan yang dikehendaki yaitu sebesar 85%. Hal ini disebabkan karena siswa belum sepenuhnya memahami langkah-langkah pembelajaran yang disampaikan peneliti/guru.

Belum tercapainya standar ketuntasan tersebut tidak terlepas dari rendahnya keterampilan belajar siswa. Merujuk pada tabel sebelumnya, pada Siklus I rata-rata keterampilan I yakni sikap awalan memperoleh proporsi 28,42%. Sikap tumpuan/tolakan mencapai 26.84%. Sikap melayang sebesar 22,11%. Sikap mendarat 15,79% dan keterampilan yang tidak relevan dengan KBM sebesar 6,84%. Keterampilan sikap awalan memperoleh proporsi lebih besar dibandingkan sikap tolakan. Hal ini berarti siswa masih melatih diri pada tahap persiapan dan belum benar-benar menerapkan teknik lompat jauh dengan benar sehingga pada saat mendarat masih banyak bersalahan dan tidak dengan sikap mendarat dengan sempurna. Pada proses pembelajaran masih ditemukan hal-hal yang perlu mendapatkan perhatian berkaitan dengan penelitian tindakan kelas yaitu : 1) Guru kurang baik dalam memotivasi siswa dan dalam menyampaikan tujuan pembelajaran. 2) Guru kurang baik dalam pengelolaan waktu. Kemungkinan besar penyebabnya waktu yang terlalu singkat untuk melakukan praktek dan penyelesaian LKS, sehingga terkesan terburu-buru. 3) Siswa kurang begitu antusias selama pembelajaran

berlangsung siswa tersebut hanya berdiam diri dan banyak bermain-main. Meskipun ada beberapa siswa yang aktif dalam melakukan praktek yaang dicontohkan oleh guru. 4) Siswa belum belum benar-benar menerapkan teknik lompat jauh dengan benar dan hanya fokus dengan metode yang digunakan guru dalam pembelajaran yaitu metode bermain.

Tindakan Perbaikan. Dari paparan deskripsi penelitian tindakan kelas siklus I, maka di dalam refleksi diupayakan perbaikan untuk meningkatkan proses pembelajaran dan keterampilan belajar siswa pada Siklus II, beberapa perbaikan pembelajaran dilakukan antara lain: 1) Guru perlu lebih terampil dalam memotivasi siswa dan lebih jelas dalam menyampaikan tujuan pembelajaran. Dimana siswa diajak untuk terlibat langsung dalam setiap kegiatan yang akan dilakukan. 2) Guru perlu mendistribusikan waktu secara baik dengan menambahkan informasi-informasi yang dirasa perlu dan memberi catatan. 3) Guru harus lebih terampil dan bersemangat dalam memotivasi siswa sehingga siswa bisa lebih antusias. Dan, 4) Melakukan patokan pada format analisis yang mengarahkan pada kesimpulan sehingga siswa dapat melakukan pengambilan kesimpulan secara runtun dan sistematis

Pembelajaran Siklus II. Tahap Perencanaan. Sebelum peneliti melakukan penelitian lanjutan siklus II dilaksanakan, peneliti melakukan refleksi tanggal 28 Maret 2016 dilakukan refleksi. Refleksi bertujuan untuk: (1) Memecahkan masalah dan kendala-kendala pada siklus I, (2) Membuat rancangan tindakan di siklus II, (3) Melakukan evaluasi terpadu terhadap peningkatan hasil belajar ranah kognitif

dan afektif. Pertemuan ini menghasilkan langkah-langkah sebagai berikut adalah:

- a) Melakukan persiapan dan menyusun pembuatan rancangan pengajaran yang lebih komprehensif pada siklus II.
- b) Membantu siswa beradaptasi dengan alur pembelajaran, dimana setiap pendapat siswa dihargai dengan pujian "bagus" atau meminta siswa lain bertepuk tangan.
- c) Untuk membantu siswa yang kesulitan merumuskan dan memfokuskan pembicaraannya maka ditampilkan media yang berhubungan dengan materi pembelajaran, sehingga sambil mengungkapkan pendapatnya siswa dapat melihat media yang dipasang guru.
- d) Guru menganalisis kemungkinan-kemungkinan kesulitan siswa dalam Siklus II dan segera merencanakan tindakan yang dapat dilakukan langsung dalam pembelajaran.
- e) Penelitian tindakan kelas siklus II tetap membutuhkan kerjasama rumpun mengingat penelitian ini tidak dapat berjalan dengan baik tanpa adanya dukungan dan kerjasama dari anggota rumpun.
- f) Persiapan media dan sumber belajar juga dilakukan di siklus II misalnya buku paket, visualisasi gambar dan lain-lain. Pada siklus II penelitian tindakan kelas tetap memakai observer (pengamat), maka dibuat juga format observasi untuk memudahkan pengamat melakukan penilaian dan refleksi.
- g) Pada tahap ini peneliti mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri dari rencana pelajaran 3 dan 4, LKS 3 dan 4, soal tes formatif II, dan alat-alat pembelajaran dan media untuk

mendukung kegiatan belajar mengajar.

Tahap kegiatan dan pengamatan. Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus II dilaksanakan pertemuan 3 pada Rabu tanggal 30 Maret 2016 dan pertemuan keempat pada Rabu tanggal 06 April 2016 di kelas IX dengan jumlah siswa 35 orang. Dalam hal ini peneliti bertindak sebagai guru. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelajaran dengan memperhatikan revisi pada siklus I, sehingga kesalahan atau kekurangan pada siklus I tidak terulang lagi pada siklus II. Pengamatan (observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar.

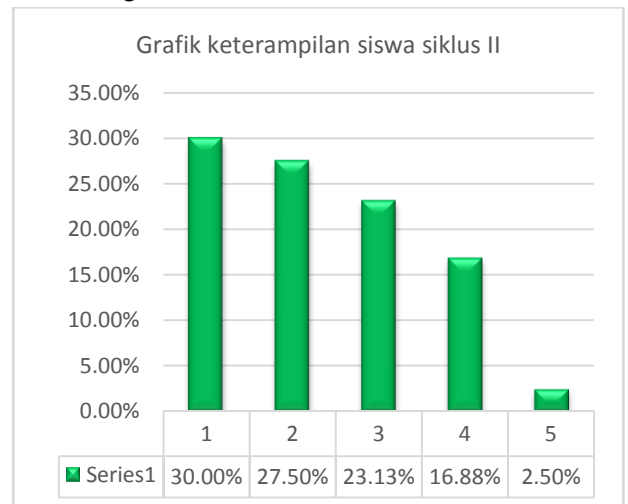
Tahap Observasi. Data keterampilan belajar siswa. Pada tahap observasi peneliti melakukan pengamatan selama kegiatan berlangsung dengan bantuan satu orang guru untuk mengamati kegiatan siswa selama proses pembelajaran berlangsung dengan menggunakan lembar observasi aktifitas siswa.

Dari hasil pengamatan keterampilan siswa Siklus II diperoleh data keterampilan yang disajikan dalam tabel berikut.

Tabel. Skor Keterampilan Belajar Siswa Siklus II

Siklus II				
No	Keterampilan	Jumlah	Rata-Rata	Proporsi
1	Awalan	48	12	30.00%
2	Tumpuan/Tolakan	44	11	27.50%
3	Melayang	37	9.25	23.13%
4	Mendarat	27	6.75	16.88%
5	Yang tidak relevan	4	1	2.50%
Jumlah		160	40	100%

Data pada tabel diatas dapat disajikan dalam bentuk diagram batang atau histogram sesuai Gambar berikut.



Gambar. Grafik keterampilan siswa Siklus II

Berdasarkan tabel di atas tampak bahwa keterampilan siswa yang paling dominan pada siklus II adalah keterampilan sikap awal yaitu 30,00%. Keterampilan lain yang persentasinya cukup besar adalah tolakan/tumpuan yaitu sebesar 27,50%. Sedangkan keterampilan sikap melayang dan mendarat 23,13% dan 16,88%. Keterampilan yang tidak relevan dengan KBM adalah 2,50%. Dalam hal ini terdapat peningkatan dari sikap yang satu dengan sikap yang lain. Dengan meningkatnya sikap mendarat pada praktek lompat jauh, dapat disimpulkan siswa telah menerapkan teknik lompat jauh dengan baik dan benar.

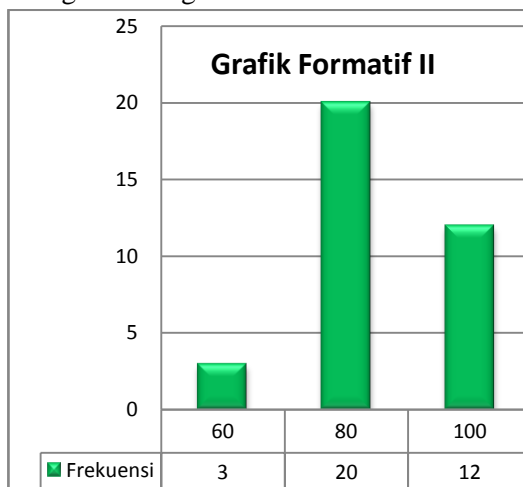
Data Hasil Belajar Siswa. Hasil belajar siswa diperoleh melalui tes yang diberikan setelah berakhirnya Siklus II sebagai Formatif II. Data hasil belajar siswa dari Formatif II disajikan dalam tabel berikut.

Tabel. Distribusi Hasil Formatif I

Nilai	Frekuensi	Tuntas Individu	Tuntas Kelas	Rata-rata
60	3	3	-	85.1
80	20	20	57.14%	
100	12	12	34.29%	
Jumlah	35	32	91.43%	

Merujuk pada tabel diatas, nilai terendah untuk Formatif II adalah 60 sebanyak 3 orang dan tertinggi adalah 100 sebanyak 12 orang. Dengan 3 orang mendapat nilai dibawah kriteria ketuntasan atau ketuntasan klasikal adalah sebesar 91.43%. Nilai ini berada di atas kriteria keberhasilan sehingga dapat dikatakan KBM Siklus II berhasil memberi ketuntasan belajar dalam kelas. Nilai rata-rata kelas adalah 85.1 sudah di atas KKM. Dengan demikian karena target ketuntasan pembelajaran telah tercapai maka penelitian dicukupkan dalam dua Siklus.

Data hasil Formatif II ini dapat disajikan kembali dalam grafik histogram sebagai berikut:



Gambar. Grafik data hasil Formatif II

Refleksi. Hasil belajar siswa diakhir Siklus II telah mencapai ketuntasan klasikal 91.43%, yang berarti hampir seluruh siswa telah memperoleh nilai tuntas dengan 3 orang siswa yang belum mendapatkan nilai di atas KKM. Dengan demikian tindakan yang diberikan pada Siklus II telah berhasil memberikan perbaikan hasil belajar pada siswa.

Pada tahap ini akan dikaji apa yang telah terlaksana dengan baik maupun yang masih kurang baik dalam proses belajar mengajar dengan penerapan model pembelajaran bermain. Dari data-data yang telah diperoleh dapat diuraikan sebagai berikut: 1) Selama proses belajar mengajar guru telah melaksanakan semua tahapan pembelajaran dengan baik. Meskipun ada beberapa aspek yang belum sempurna, tetapi persentase pelaksanaannya untuk masing-masing aspek cukup besar. 2) Berdasarkan data hasil pengamatan diketahui bahwa siswa aktif selama proses belajar berlangsung. Ini dikarenakan siswa sudah mulai terbiasa dengan bekerja secara kelompok. 3) Kekurangan pada siklus-siklus sebelumnya sudah mengalami perbaikan dan peningkatan sehingga menjadi lebih baik. 4) Siswa mulai aktif dan tahu akan tugasnya sehingga tidak menggantungkan permasalahan yang dihadapi kepada teman dalam kelompoknya. 5) Hasil belajar siswa pada siklus II mencapai ketuntasan.

Pada Siklus II, pelaksanaan metode bermain pada materi pokok lompat jauh, dengan tindakan berupa menampilkan alat peraga dan pemberian penugasan yang memunculkan banyak keterampilan sudah efektif.

Revisi Pelaksanaan. Pada siklus II guru telah menerapkan metode bermain dengan baik dan dilihat dari

keterampilan siswa serta hasil belajar siswa pelaksanaan proses belajar mengajar sudah berjalan dengan baik. Maka tidak diperlukan revisi terlalu banyak, tetapi yang perlu diperhatikan untuk tindakan selanjutnya adalah memaksimalkan dan mempertahankan apa yang telah ada dengan tujuan agar pada pelaksanaan proses belajar mengajar selanjutnya penerapan pembelajaran pencapaian konsep dapat meningkatkan proses belajar mengajar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan maksimal.

Dari data hasil penelitian yang telah tersaji pada tabel-tabel tersebut telah jelas diketahui bahwa keterampilan belajar siswa dalam segala aspek pengamatan mengalami peningkatan yang sangat berarti dari siklus I ke siklus II.

Hasil penelitian menunjukkan ada peningkatan keterampilan belajar siswa dan penguasaan konsep siswa melalui metode bermain pada materi Lompat Jauh kelas IX SMPN 1 Panyabungan Utara. Hal ini dapat dilihat dari hasil pretes siswa sebelum diterapkan metode bermain yaitu 47,4 meningkat pada siklus I menjadi 78,3 dan Siklus II menjadi 85,1 yaitu dengan ketuntasan klasikal masing-masing 8,57%, 71,43% dan 91,43%.

Selama proses pembelajaran siswa diajak untuk bermain dan berfikir, berdiskusi, memberikan pendapat terhadap materi yang dipelajari serta memberikan banyak kesempatan untuk bertanya baik sesama siswa maupun dengan peneliti. Selain itu siswa diberikan demonstrasi dan kegiatan siswa yang langsung menguji konsep yang mereka pahami dengan kegiatan-kegiatan yang dirancang peneliti. Peneliti banyak menyesuaikan langkah-langkah metode bermain saat pembelajaran. Hal

ini dapat meningkatkan keterampilan belajar siswa. Dari hasil observasi, Pada siklus I rata-rata skor keterampilan sikap awalan adalah 28,42% dan pada siklus II rata-rata skor keterampilan awalan 30,00%, pada keterampilan ini mengalami peningkatan karena siswa telah menerapkan teknik awalan lompat jauh dengan sudah terbiasa. Demikian juga halnya dengan keterampilan tolak/tumpuan 26,84% lebih baik pada siklus siklus II menjadi 27,50. Keterampilan melayang mengalami peningkatan dari 22,11% menjadi 23,13%. Sedangkan sikap mendarat dari 15,79% menjadi 16,88% pada siklus II. Keterampilan yang tidak relevan dengan KBM mengalami penurunan dari 6,84% menjadi 2,50%. Hal ini menyatakan metode bermain juga dapat meningkatkan keterampilan belajar siswa. Sehingga siswa di dalam pembelajaran bukan sebagai pendengar tetapi berperan aktif sebagai siswa yang ingin belajar.

Dari data yang dipaparkan di atas, Maka dapat disimpulkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan keterampilan belajar siswa dan penguasaan kompetensi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa pada materi Lompat Jauh, di kelas IX SMPN 1 Panyabungan Utara.

Metode Bermain yang diberikan mempunyai banyak kelebihan, diantaranya siswa dapat berperan aktif saat pembelajaran, menumbuhkan rasa ingin tahu yaitu dengan bertanya sesama siswa maupun guru serta siswa dapat langsung melihat contoh yang dipelajari dan dapat langsung mempraktekkan dilapangan. Hal ini membuat siswa tidak monoton sebagai pendengar tetapi dapat mengetahui konsep materi yang dipelajari dari rasa ingin tahunya.

KESIMPULAN

Dari paparan pembahasan diatas, simpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

Pengamatan pengamat pada siklus I dimana sikap awal yaitu 28,42%, keterampilan tolak/tumpuan yaitu sebesar 26,84%, keadaan badan melayang 22,11%, Sikap mendarat sebesar 15,79%. Aktivitas yang tidak relevan dengan KBM adalah 6,84%. Sedangkan data pengamatan pengamat pada siklus II dimana sikap awal yaitu 30,00%, keterampilan tolak/tumpuan yaitu sebesar 27,50%, keadaan badan melayang 23,13%, Sikap mendarat sebesar 16,88%. Aktivitas yang tidak relevan dengan KBM adalah 2,50%.

Hasil belajar siswa siklus I dan siklus II berdasarkan formatif I dan formatif II diketahui nilai rata-rata 78,3 dan 85,1 dengan persentase ketuntasan masing-masing 71,43% dan 91,43%.

Setelah disimpulkan dari hasil penelitian ini, maka perlu kiranya dibuat saran-saran untuk menjadi perhatian dalam menetapkan kebijaksanaan yang berhubungan dengan mutu pembelajaran, khususnya bidang studi Penjasorkes. Saran-saran tersebut adalah sebagai berikut:

Kepada guru Penjasorkes, bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan metode bermain dapat digunakan sebagai alternatif dalam memilih dan menetapkan strategi atau metode pembelajaran lompat jauh. Hal ini akan memberikan keuntungan diantaranya: kesempatan bergerak setiap siswa akan lebih banyak, dan dapat menumbuhkan gairah dan semangat serta tidak mudah membuat siswa jenuh dan membosankan dalam melakukan aktivitas dilapangan.

Kepada sekolah bahwa proses pembelajaran dengan metode bermain dapat meningkatkan kualitas pembelajaran lompat jauh dan dapat dijadikan salah satu model pembelajaran Penjasorkes, mengingat banyak keuntungan dan manfaat yang diperoleh baik bagi guru maupun bagi siswa.

Agar proses pembelajaran dapat berjalan efektif dan efisien, peneliti mengharapkan kepada guru Penjasorkes dapat mencoba metode bermain. Metode ini dapat merangsang siswa dengan banyak variasi untuk melakukan lompat, sehingga siswa merasa senang dan tujuan pembelajaran cepat tercapai dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Anita Yus. 2007. *Penilaian Perkembangan Belajar Anak Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga.
- Amung Ma'mun & Yudha M. Saputra. 2009. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Majid, A.. 2009. *Perencanaan Pembelajaran*. Bandung: Rosda.
- Mochamad Djumidara A. Widya. 2008. *Belajar Berlatih Gerak-gerak Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Sekolah Dasar*. Jakarta: Putra Grafika.
- Sidik, Dikdik Zafar. 2010. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: Remaja. Rosdakarya.
- Slameto. 2009. *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sudrajat Prawirasaputra. 2008. *Sepak Takraw*. Jakarta: Depdikbud.

