

MENINGKATKAN KETERAMPILAN TOLAK PELURU MELALUI PENDEKATAN PEMBELAJARAN BERMAIN PADA SISWA KELAS V SD INPRES 2 KALUKU TINGGU KECAMATAN DOLO BARAT KABUPATEN SIGI

Pendidikan Olahraga FKIP Universitas Tadulako Kampus Bumi
Tadulako Tondo Telp 429743 Pst. 246-247-248-249-250
Palu Sulawesi Tengah

ABSTRAK

Masalah dalam penelitian ini adalah apakah Pendekatan Pembelajaran Bermain Dapat Meningkatkan Keterampilan Tolak Peluru Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi?. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan keterampilan tolak peluru pada kelas V SD Inpres 2 Kaluku Kecamatan Dolo Barat dengan menggunakan pendekatan pembelajaran bermain. Subjek penelitian dalam penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas V SD Inpres Kaluku Tinggi dengan jumlah siswa 20 orang siswa. jumlah keseluruhan siswa itu dapat dijadikan sebagai sasaran atau target penelitian tindakan kelas. kesimpulan dari penelitian ini adalah persentase ketuntasan siswa sebesar 15% pada observasi awal dan pada siklus I telah mengalami peningkatan persentase ketuntasan sebesar 45% selanjutnya pada siklus II terjadi peningkatan persentase ketuntasan sebesar 80% dan ketidaktuntasan sebesar 20%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pendekatan pembelajaran bermain dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi. Adapun saran yang dapat di berikan adalah sebagai berikut (1)Kepada para peneliti di bidang pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya pada cabang atletik agar melaksanakan penelitian tentang pembelajaran tolak peluru ini lebih lanjut, dengan menyediakan waktu yang banyak agar pelaksanaannya lebih efektif. (2)Guru hendaknya mempersiapkan secara cermat bentuk pembelajaran dan latihan yang tepat dalam meningkatkan baik kemampuan pada cabang olahraga atletik maupun bentuk kemampuan lain, karena hal itu sangat mempengaruhi efektivitas dan efisiensi pembelajaran, yang pada akhirnya berpengaruh pada peningkatan penguasaan teknik belajar Penjasorkes siswa

Kata kunci : Tolak Peluru, Pendekatan Pembelajaran Bermain,

Email : munifa121980@gmail.com

PENDAHULUAN

Dalam sebuah ruang kelas, siswa terlihat ada yang terlalu semangat dalam kegiatan pembelajaran, ada yang biasa-biasa saja terhadap kegiatan pembelajaran, dan ada pula yang sama sekali tidak menghiraukan akan kegiatan pembelajaran yang sedang berlangsung. Sedangkan harapan seorang guru adalah agar di dalam kelas benar-benar hidup dan semua siswa termotivasi terhadap pelajaran.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan melalui berbagai kegiatan jasmani (fisik) untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak. Ensiklopedia Indonesia menyebutkan bahwa pendidikan jasmani adalah olahraga yang dilakukan di sekolah- sekolah, terdiri dari latihan-latihan tanpa alat dan dengan alat, dilakukan di dalam ruangan dan di lapangan terbuka. Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang melatih keterampilan motorik banyak memiliki kontribusi untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani bagi siswa. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memberikan perhatian pada aktivitas pengembangan jasmani manusia. Walaupun pengembangan utamanya adalah jasmani, namun tetap berorientasi pendidikan. pengembangan jasmani bukan merupakan tujuan, akan tetapi sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan.

Guru pendidikan jasmani seringkali mengeluh tidak dapat mengajar dengan baik karena tidak memiliki peralatan olahraga yang cukup. Keluhan demikian, biasanya dilakukan oleh guru yang masih mengajar secara tradisional, dan peralatan yang dimaksud adalah peralatan olahraga standar yang biasa dipakai bermain oleh orang dewasa. Misalnya, lembing standar dari bahan besi, cakram yang beratnya 1 kg, peluru 5 kg. Hasil pembelajaran Tolak peluru pada hari Selasa tanggal 23 April 2014 terhadap siswa kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi, dengan jumlah siswa 30, putra 17 siswa dan putri 13 siswi. Nilai rata-rata yang diperoleh dan penilaian tolak peluru adalah 71 sedangkan KKM (kriteria ketuntasan minimal) SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi adalah 75. Dari jumlah siswa 30 hanya 56,67% siswa yang telah mencapai batas ketuntasan atau sebanyak 17 siswa. Ditemukan beberapa kendala atau kesulitan dalam mengajar diantaranya kurang minat dan motivasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran tolak peluru dari awal sampai akhir. Masih tampak beberapa siswa yang asyik mengobrol dengan temannya, bermalasan, dan sebagian siswa acuh tak acuh saat diberi pengarahan dan petunjuk teknis pelaksanaan tolak peluru. Materi pembelajaran tolak peluru merupakan cabang atletik yang kurang diminati oleh siswa, karena tidak adanya unsur permainan, maupun unsur kompetisi. Untuk itu perlu adanya modifikasi pada media

pembelajarannya agar siswa tidak mengalami kesulitan dalam melakukan teknik tolak peluru. Pendekatan bermain merupakan salah satu media pembelajaran yang dianggap cocok dengan karakteristik siswa Sekolah Dasar.

Dengan pendekatan bermain tolak sasaran bola berekor diharapkan siswa menjadi lebih antusias dan termotivasi untuk mengikuti dan melakukan pembelajaran tolak peluru. Sehingga dengan antusias dan motivasi dan siswa dimungkinkan pembelajaran tolak peluru adalah pembelajaran yang sangat disukai, dan menjadikan pembelajaran tolak peluru bukan lagi pembelajaran yang membosankan dan menakutkan bagi siswa. Dengan terjadinya perubahan pandangan siswa terhadap pembelajaran tolak peluru akan mempermudah guru penjasorkes untuk mengajarkan teknik tolak peluru dengan benar terhadap siswa. Selain itu siswa dapat dengan mudah menangkap materi dan dapat melakukan teknik tolak peluru dengan benar, karena tidak memiliki rasa takut, nyaman serta menyenangkan tentunya. Dengan demikian tujuan pembelajaran tolak peluru dapat dicapai dengan tuntas sesuai dengan kriteria ketuntasan minimal.

Dari latar belakang tersebut di atas, maka Rumusan Penelitian yang diajukan adalah: Apakah Pendekatan Pembelajaran Bermain Dapat Meningkatkan Keterampilan Tolak Peluru Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggu Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi Tujuan dari Penelitian tindakan kelas ini adalah untuk mengetahui peningkatan keterampilan tolak peluru pada kelas V SD Inpres 2 Kaluku Kecamatan Dolo Barat dengan menggunakan pendekatan pembelajaran bermain.

Manfaat diharapkan Bagi siswa (1) Siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan senang karena lebih bervariasi, tidak merasa takut untuk mencoba melakukan tolak peluru karena media yang digunakan disesuaikan dengan karakteristik anak SD. Bagi guru (2) Menjadikan salah satu acuan untuk proses belajar mengajar agar lebih bervariasi dan menyenangkan bagi siswa (3) Memberikan wawasan dan menumbuhkan kreativitas guru SD dalam hal meningkatkan kemampuan tolak peluru anak SD. Berdasarkan yang penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya bahwa dalam pembelajaran tolak peluru menggunakan peluru modifikasi dengan metode bermain ke target sasaran dapat meningkatkan keaktifan siswa kelas V SDN Tempeh Kidul 1 Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

Bermain merupakan kegiatan manusia yang dilakukan oleh semua umur, bagi anak - anak, remaja, dewasa, maupun orang tua. permainan merupakan sarana kegiatan bermain yang dilakukan oleh setiap orang. Bermain merupakan sebuah konsep. Manusia disebut makhluk bermain (*Homo Ludens*) pernyataan ini tentu dikemukakan setelah orang memahami

kecenderungan pola perilaku manusia pada umumnya. ternyata bermain merupakan kegiatan hakiki atau kebutuhan dasar manusia. (A.M,Sardiman. 2010 : 11).

Tolak peluru adalah suatu bentuk gerakan menolak suatu benda yang berbentuk bulat dengan berat tertentu yang terbuat dari logam (peluru) untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya dengan menggunakan beberapa bentuk gaya.. Untuk melakukan tolak peluru mempunyai teknik- teknik atau tahapan-tahapan tertentu. Teknik tersebut bermaksud untuk mencapai prestasi yang sebaik-baiknya. Menurut Aip Syarifuddin (1992 : 145), menyebutkan tahapan-tahapan dalam tolak peluru adalah, 1) cara memegang peluru, 2) sikap badan pada saat akan menolak, 3) cara menolak peluru, 4) sikap badan setelah menolakan peluru dan 5) cara melakukan awalan.

Terdapat beberapa teknik dasar dalam tolak peluru, diantaranya: Teknik Memegang Peluru. Ada 3 teknik memegang peluru : Jari-jari diregangkan sementara jari kelingking agak ditebuk dan berada di samping peluru, sedang ibu jari dalam sikap sewajarnya. Untuk orang yang berjari kuat dan panjang. Jari-jari agak rapat ibu jari di samping, jari kelingking berada di samping belakang peluru. Biasa dipakai oleh para juara. Seperti cara di atas, hanya saja sikap jari-jari lebih diregangkan lagi, sedangkan letak jari kelingking berada di belakang peluru.

Masa usia sekolah dasar sebagai masa kanak - kanak akhir yang berlangsung dari usia 6 tahun hingga kira - kira 11 atau 12 tahun. Usia ini ditandai dengan mulainya anak masuk sekolah dasar. Masa usia sekolah dianggap sebagai masa intelektual atau masa keserasian bersekolah. (Aristo, 2004: 119).Pembelajaran penjasorkes yang dilakukan pada sekolah dasar harus sesuai dengan karakteristik anak. Dalam pengenalan olahraga kepada anak didik tidak harus sesuai dengan standar maupun metode kepelatihan yang seharusnya dikarenakan akan mengakibatkan siswa takut untuk berolahraga karena belum mampu melakukan metode yang berat sehingga dibutuhkan metode yang sesuai dengan karakter anak pada sekolah dasar.

Siswa pada sekolah dasar memiliki karakter bermain karena masih pada masa kanak-kanak. Selain itu manusia juga merupakan makhluk yang di sebut *homo ludens* atau makhluk bermain, artinya siswa dengan pendekatan bermain diharapkan dapat dengan lebih mudah menerima materi pembelajaran yang dibingkai dengan metode bermain sehingga tidak membosankan yang pada akhirnya akan meningkatkan keterampilan tolak peluru siswa Siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi.Berdasarkan kerangka berfikir yang telah di jelaskan diatas maka dapat dirumuskan hipotesis bahwa pendekatan pembelajaran bermain dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi

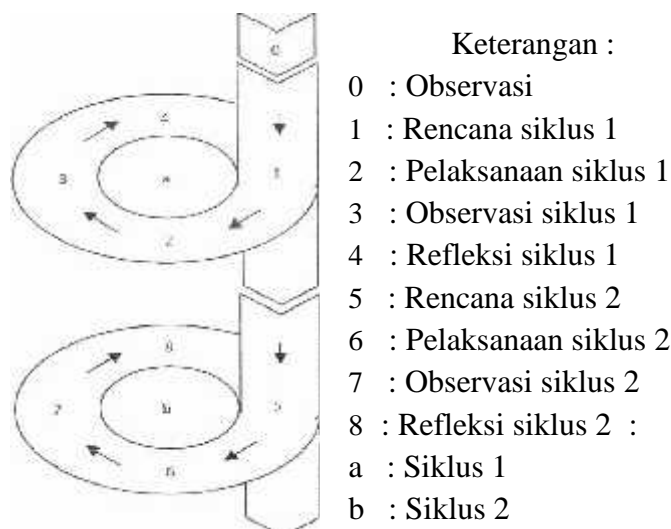
METODOLOGI PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dengan menggunakan pendekatan kualitatif.

Desain Penelitian

Desain penelitian ini mengacu pada alur *Kemmis* dan *Mc. Taggart*, (Arikunto 2002 :84) terdiri dari 4 komponen yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi.



Keterangan :

- 0 : Observasi
- 1 : Rencana siklus 1
- 2 : Pelaksanaan siklus 1
- 3 : Observasi siklus 1
- 4 : Refleksi siklus 1
- 5 : Rencana siklus 2
- 6 : Pelaksanaan siklus 2
- 7 : Observasi siklus 2
- 8 : Refleksi siklus 2 :
- a : Siklus 1
- b : Siklus 2

Gambar 3.1 Desain Penelitian Diadaptasi dari Model Kemmis & Mc. Taggart
Sumber : Suharsimi Arikunto (2002 : 84)

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan pada SD Inpers 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat. Direncanakan selama dua siklus, tiap siklus terdiri atas 4 tindakan yaitu perencanaan tindakan (*Planning*), Pelaksanaan tindakan (*Acting*), Pengamatan tindakan (*Observing*) dan Refleksi (*reflecting*). Semua kegiatan itu direncanakan selesai selama 6 minggu

Variabel Penelitian (Objek Penelitian)

Variable yang menjadi kajian dalam penelitian ini meliputi 2 (dua) hal yaitu:

- a. Variabel Bebas adalah pendekatan pembelajaran bermain
- b. Variabel terikat adalah keterampilan tolak peluru

Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas V SD Inpres Kaluku Tinggi dengan jumlah siswa 20 orang siswa.

Alat dan Bahan

Alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian survey ini adalah lembar observasi guru dan siswa, RPP, rubrik penilaian, alat tulis, peluru yang telah dimodifikasi, dll.

Jenis dan Sumber Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif dan kualitatif. Jadi kedua jenis data tersebut digabungkan untuk mengolah hasil penelitian. Sumber data dapat diperoleh dengan cara mengobservasi dan melaksanakan kegiatan melempar bola kasti secara berpasangan dan mencatat berbagai temuan yang bermasalah sebagai bahan refleksi.

Tehnik Pengumpulan Data

Tehnik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini mencakup hal-hal sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan (Perencanaan)

- 1) Meminta izin kepada Kepala Sekolah
- 2) Melakukan observasi awal terhadap objek penelitian
- 3) Berkonsultasi dengan dosen pembimbing
- 4) Menetapkan waktu pelaksanaan
- 5) Mempersiapkan alat-alat dan perlengkapan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan tindakan kelas serta fasilitas lain.

b. Tahap Tindakan (Pelaksanaan)

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan secara kolaboratif dengan guru bidang studi penjasokes. Pada tahap ini, dilaksanakan tindakan sebagai berikut:

a) Tahap Persiapan Tindakan

- 1) Mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan seperti mempersiapkan kegiatan harian, layanan dan alat yang dibutuhkan dalam proses pembelajaran
- 2) Menyusun prosedur pelaksanaan kegiatan yang dilakukan
- 3) Melaksanakan pemantauan dan evaluasi
- 4) Memfasilitasi penunjang kegiatan penelitian yaitu alat olahraga dan dokumentasi

b) Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Prosedur pelaksanaan tindakan ini dilaksanakan sesuai dengan jadwal pelajaran yang sedang berlangsung

c) Tahap Observasi

Observasi dan evaluasi berlangsung dalam setiap siklus, dilaksanakan dengan menggunakan lembar observasi atau pengamatan kegiatan guru dan siswa, yang hasilnya dibahas pada tahap analisis dan refleksi. Lembar pengamatan guru adalah alat bantu bagi peneliti untuk memantau kegiatan guru dalam melaksanakan pembelajaran dengan pendekatan bermain dalam tolak peluru. Sedangkan lembar pengamatan siswa digunakan untuk membantu kegiatan siswa selama proses pembelajaran berlangsung, dan juga untuk mengukur peningkatan kemampuan tolak peluru.

d) Tahap Analisis dan Refleksi

Pada tahap ini dilakukan untuk menganalisis dan memperoleh gambaran apakah tindakan dilaksanakan telah menghasilkan peningkatan kemampuan melempar bola kasti pada siswa kelas V SD Inpres Kaluku Tinggi. Hasil tersebut akan dilaksanakan untuk merencanakan tindakan pada siklus berikutnya.

e) Rencana Tindakan

- 1) Peneliti menyiapkan instrumen penelitian berupa lembar observasi
- 2) Menyiapkan perangkat pembelajaran (RPP)
- 3) Menjelaskan Langkah-langkah pembelajaran
- 4) Menjelaskan aturan tolak peluru

Tehnik Analisis Data

Indikator keberhasilan penelitian ini adalah adanya peningkatan hasil belajar siswa secara klasikal sebesar 80% dengan nilai ketuntasan hasil belajar individu minimal 70. Hal ini sesuai dengan pendapat Nurgiantoro (2003:22) bahwa sesuatu kelas dapat dikatakan tuntas secara klasikal jika mendapat nilai ketuntasan belajar sebesar 80% atau lebih.

Untuk mendapatkan ketuntasan individu dipergunakan rumus:

$$\text{Ketuntasan Individu} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

Untuk mendapatkan ketuntasan secara klasikal dipergunakan rumus:

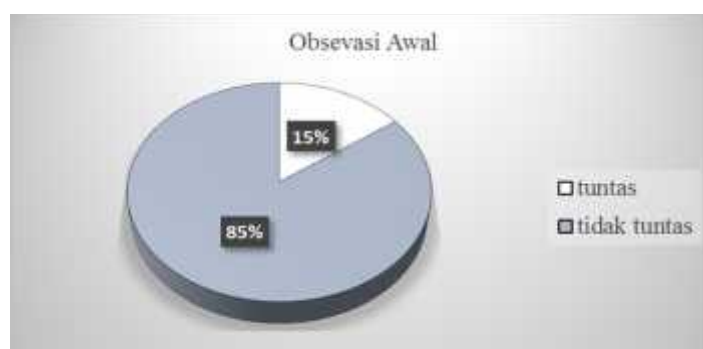
$$\text{Keuntasan Klasikal} = \frac{\text{Jumlah Siswa yang Tuntas}}{\text{Jumlah Siswa Keseluruhan}} \times 100$$

Sumber: Riyanto (1996:14)

HASIL PENELITIAN

Observasi Awal

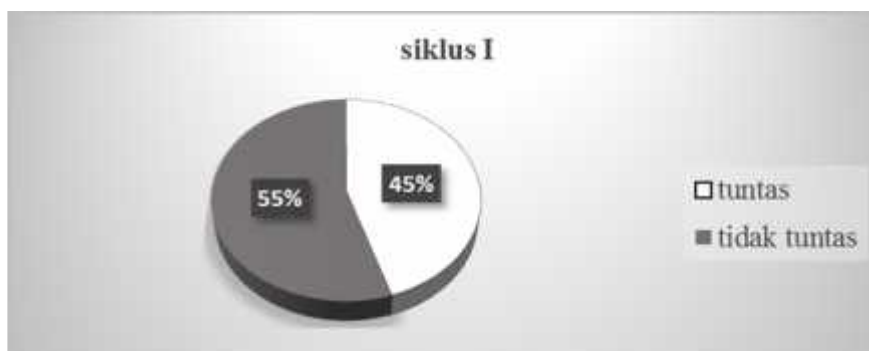
Dari data yang telah di dapatkan dapat dilihat jumlah murid dan rata-rata nilai murid dari setiap aspek yang menjadi penilaian adapun hasil observasi dapat digambarkan bahwa nilai rata-rata tertinggi pada empat aspek yang menjadi penilaian adalah 1.6 yang berada pada aspek penilaian 2 dan 4 dan terendah 1.5 yang berada pada aspek 1 dan 3 selanjutnya rata-rata nilai ketuntasan siswa hanya berada pada nilai 51.57% dengan jumlah siswa yang tuntas ada 3 murid atau apabila dipersentasekan sebesar 15% dan jumlah yang tidak tuntas 17 murid atau apabila dipersentasekan sebesar 85% sehingga memang sangat perlu dilakukan pembelajaran yang inovatif sehingga dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru Siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggu Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi.



Gambar 1 Pie Chart Jumlah Ketuntasan Observasi Awal

Hasil Penelitian pada siklus I

Dari data hasil penelitian pada siklus I dapat dilihat jumlah murid dan rata-rata nilai murid dari setiap aspek yang menjadi penilaian adapun hasil siklus I dapat digambarkan bahwa nilai rata-rata tertinggi pada empat aspek yang menjadi penilaian adalah 2.1 yang berada pada aspek penilaian 1 dan terendah 1.8 yang berada pada aspek 4 selebihnya berada pada rata-rata nilai 2 selanjutnya rata-rata nilai ketuntasan siswa sedikit mengalami peningkatan namun belum mencukupi nilai keuntasan klasikal yang telah ditentukan jumlah siswa yang tuntas yaitu 9 orang yang apabila di persentasekan sebesar 45% dan jumlah yang tidak tuntas sedikit berkurang dari jumlah pada saat observasi awal yaitu 11 murid atau apabila dipersentasekan sebesar 55%. Karena siswa yang tuntas belum mencukupi nilai ketuntasan klasikal maka akan dilanjutkan pada siklus II



Gambar 2 Pie Chart Jumlah Ketuntasan Siklus I

Hasil Penelitian pada siklus II

Dari data diatas dapat dilihat jumlah murid dan rata-rata nilai murid dari setiap aspek yang menjadi penilaian adapun hasil siklus II dapat digambarkan bahwa nilai rata-rata tertinggi pada empat aspek yang menjadi penilaian adalah 2.35 yang berada pada aspek penilaian 2 dan terendah 1.95 yang berada pada aspek 4 selebihnya berada pada rata-rata nilai 2.4 dan 2.1 selanjutnya rata-rata nilai ketuntasan siswa sudah mengalami peningkatan dan sebahagian besar sudah mencukupi nilai ketuntasan individu dan ketuntasan secara klasikal telah terpenuhi yaitu 80% dengan jumlah siswa yang tuntas adalah 16 orang murid dan yang tidak tuntas sebanyak 4 murid atau apabila dipersentasekan sebesar 20% sehingga secara otomatis telah mencukupi nilai ketuntasan minimal secara klasikal.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini menekankan pada peningkatan keterampilan siswa dalam melakukan tolak peluru yang dilakukan dengan melakukan pembelajaran dengan nuansa bermain yang diharapkan dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi. Berdasarkan hasil pengamatan dan analisis data yang ada, dapat dilihat adanya peningkatan aktivitas siswa dalam pembelajaran, serta peningkatan keterampilan tolak peluru siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi. Peningkatan aktivitas siswa dalam pembelajaran yang hanya 45% pada siklus I meningkat menjadi 85% pada siklus II adapun beberapa komponen aktifitas siswa yang paling banyak mengalami peningkatan pada siklus I ke siklus II antara lain: (1) Siswa yang awalnya tidak terlalu memperhatikan penjelasan guru yang hanya rata-rata jumlah siswa yang memperhatikan pada siklus I 25% meningkat pada siklus II menjadi 70%, (2) siswa yang awalnya belum terlalu dapat melakukan gerakan tolak peluru dengan baik pada siklus I rata-rata aktifitas siswa 35% dan meningkat pada siklus II menjadi 80% siswa sudah terampil dan mapu melakukan tolak peluru dengan baik dan benar.(3) aktifitas siswa yang lain yang paling banyak peningkatan adalah pada indikator

keberanian mengemukakan pendapat atau diskusi baik dengan guru maupun dengan teman sebaya dari 20% rata-rata aktifitas siswa pada setiap pertemuan di siklus I meningkat menjadi 75% siswa melakukan aktifitas tersebut pada siklus II. Hasil kegiatan observasi awal dan pemberian tindakan siklus I dan siklus II akan dijelaskan sebagai berikut

1. Refleksi Observasi Awal

Nilai total siswa pada tahap observasi awal adalah 51,67 dan nilai rata-rata siswa sebesar 6,2 sehingga apabila dibandingkan dengan nilai maksimal yang telah ditentukan sebelumnya masih jauh dari nilai yang diharapkan sehingga butuh untuk lebih ditingkatkan dalam hal keterampilan melakukan tolak peluru yang baik dan benar. Jumlah siswa yang tuntas sebanyak 3 orang yang apabila di persentasekan sebesar 15% masih sangat jauh dari nilai standar kelulusan yang telah ditentukan yakni 80%. Jumlah siswa yang tidak tuntas sebanyak 17 orang yang apabila dipersentasekan sebesar 85% yang mengindikasikan bahwa keterampilan tolak peluru siswa perlu untuk diberi pembelajaran yang lebih baik, masalah pada saat observasi didapati siswa cenderung kaku dalam proses pembelajaran mereka seakan-akan tidak bebas mengekspresikan apa yang akan dilakukan yang berkaitan dengan materi pembelajaran sehingga tidak dapat menyerap materi dengan baik. Masalah itu pula yang menyebabkan siswa kurang memahami konsep gerak yang baik dalam melakukan tolak peluru sehingga pengaplikasian dalam praktek dan penilaian tidak seperti yang diharapkan olehnya itu siswa membutuhkan metode pembelajaran yang membantu mereka mengekspresikan perasaan mereka secara bebas dan dapat disalurkan sesuai dengan materi yang akan diberikan dan sesuai dengan naluri anak pada sekolah dasar yang selalu ingin bermain sehingga guru membuat konsep belajar dengan suasana bermain yang diharapkan dapat membantu siswa memahami materi dan dapat mengaplikasikan dalam bentuk keterampilan gerak tolak peluru yang baik dan benar.

2. Refleksi Siklus I

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengamatan guru dan hasil belajar yang data-data yang diperoleh melalui observasi dikumpulkan untuk dianalisis. Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan selama proses pelaksanaan tindakan, telah menunjukkan perubahan baik pada aktivitas siswa. Sedangkan untuk keterampilan tolak peluru siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi belum menunjukkan perubahan yang berarti sesuai indikator dan target yang telah ditentukan sebelumnya sehingga harus lebih di variasikan pembelajaran yang akan dilakukan dengan bentuk-bentuk permainan. Hasil refleksi selengkapnya dapat diuraikan sebagai berikut

Berdasarkan hasil pengamatan selama proses pembelajaran berlangsung dengan pembelajaran bernuansa bermain, dapat dilihat bahwa siswa cukup aktif dalam melakukan katiftas dalam proses pembelajaran namun masih kadang tidak terlalu memperhatikan penjelasan guru menurut pendapat guru pada saat itu sepertinya memberi motivasi dan penajakan awal sebelum melakukan pembelajaran tidak terlalu baik dan juga belum meberikan gambaran yang jelas tentang pembelajaran yang akan dilakukan sehingga pola pembelajaran terdahulu masih dianggap itu yang akan kembali dilakukan yang mengakibatkan motivasi siswa tidak terlalu baik selain itu siswa masih belum terlalu paham tentang mekanisme dari permainan yang dilakukan. Hal itu mengakibatkan siswa hanya melakukan tehnik menolak peluru sesuai dengan yang mereka bisa dan tidak berdasarkan petunjuk yang diberikan.

Hasil pembelajaran yang didapatkan siswa pada siklus I menunjukkan bahwa rata-rata skor keterampilan tolak peluru siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi, menunjukkan bahwa siswa secara rata-rata memperoleh nilai 65,83 dimana hasil tersebut belum memenuhi criteria ketuntasan hasil belajar secara individu yang telah ditetapkan yaitu 70 dan hasil belajar secara klasikal sebesar 80 karena jumlah siswa yang tuntas pada siklus I hanya 9 orang atau hanya 45%.

Hal tersebut terjadi disebabkan adanya beberapa kendala seperti: siswa masih belum terlalu memahami konsep bermain yang dimaksud oleh guru dan masih cenderung menganggap bentuk metode pembelajaran tidak menarik sehingga kurang memperhatikan penjelasan guru, selain itu proses awal pembelajaran belum dikelola dengan baik oleh peneliti sehingga dalam memberi motivasi dan menarik perhatian siswa masih sangat kurang selain itu manajemen waktu dari setiap kegiatan pembelajaran masih perlu diadakan perbaikan. Kendala terakhir adalah siswa cenderung melakukan permainan masing-masing dan belum memiliki kerjasama yang baik dengan teman-teman sekelasnya.

3. Refleksi siklus 2

Berdasarkan hasil pengamatan selama proses pembelajaran berlangsung, dapat dilihat bahwa siswa cukup aktif dalam memperhatikan penjelasan guru dan aktif dalam melakukan praktek tolak peluru yang baik dan benar. Siswa sungguh-sungguh melakukan teknik yang telah dicontohkan oleh peneliti. Hasil analisis data dan didiskusikan kembali terhadap pelaksanaan pembelajaran pada siklus II, secara umum telah menunjukkan perubahan yang signifikan. Peneliti dalam melaksanakan pembelajaran semakin mantap dan luwes dengan kekurangan-kekurangan kecil diantaranya terkadang lupa memberikan motivasi pada siswa pada awal pembelajaran namun pada siklus 2 telah dilakukan perbaikan dan selalu memotivasi

siswa baik awal pembelajaran, pada saat kegiatan inti dan kegiatan penutup. Prosentase aktivitas atau partisipasi siswa dalam pembelajaran meningkat. Mereka lebih banyak memperhatikan dan mampu mempraktekan teknik menolak peluru sehingga dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi yang diberikan. Demikian sebaliknya bagi siswa yang menyampaikan hasil praktek juga mampu memberikan tanggapan secara aktif.

Data penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar siswa sudah baik dengan ketuntasan belajar secara klasikal 80% telah memenuhi indikator ketuntasan belajar 80%, meskipun terdapat 4 orang siswa yang belum tuntas namun peneliti menganggap 4 siswa tersebut tidak tuntas bukan karena factor teknik tapi karena siswa tersebut memang dari awal terlihat tidak memiliki minat dalam olahraga tolak peluru indikator yang menyebabkan peneliti menyimpulkan demikian karena siswa tersebut selalu melakukan hal lain ketika melakukan pembelajaran tolak peluru selain itu siswa tersebut tidak mengikuti intruksi meskipun telah diberikan teguran secara verbal dan hukuman secara mental namun tetap tidak diindahkan. Factor lain yang menyebabkan siswa tidak tuntas adalah siswa tersebut cenderung beralasan sakit sehingga tidak melakuakn praktek namun tetap mendapatkan penjelasan secara teoritis dan tanya jawab sehingga tidak maksimal dalam penguasaan keterampilan praktek tolak peluru. Dengan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran yang semakin meningkat, suasana kelas pun menjadi lebih hidup dan menyenangkan yang pada akhirnya diharapkan keterampilan tolak peluru siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi meningkat. Berdasarkan peningkatan penguasaan materi yang telah dicapai siswa, maka pelaksanaan penelitian tindakan kelas (PTK) dianggap cukup dan diakhiri pada siklus ini.

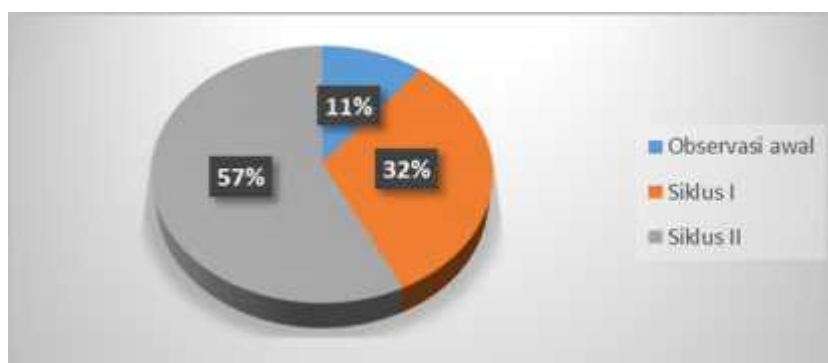
Melihat tabel siklus II diatas menunjukkan bahwa hasil belajar keterampilan tolak peluru siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi memperlihatkan adanya peningkatan yang cukup berarti yakni hasil observasi awal sebelum dilakukan pembelajaran dengan metode bermain siswa yang dapat melakukan tolak peluru dengan baik dan benar atau tuntas hanya 3 siswa atau hanya 15% dari 20 orang siswa dan pada siklus I terjadi peningkatan sebesar 45% atau 9 orang siswa yang tuntas namun hal tersebut belum sesuai target ketuntasan secara klasikal sehingga diberikan perlakuan atau pembelajaran pada siklus II sehingga terjadi peningkatan kembali menjadi 80% pada siklus II atau jumlah siswa yang tuntas sebanyak 16 orang dari 20 jumlah siswa. Hasil tersebut telah memenuhi kriteria keuntasan belajar klasikal sebagaimana yang ditetapkan pada indikator penelitian ini sebesar 80%

Tabel 1 Rekapitulasi Persentase Ketuntasan Hasil Belajar Pada Observasi Awal, Siklus I dan Siklus II

No	Siklus	Tuntas	Tidak tuntas
1	Observasi awal	15%	85%
2	I	45%	55%
3	II	80%	20%
	Peningkatan	65%	

Dari hasil tabel di atas dapat dilihat bahwa persentase ketuntasan siswa hanya sebesar 15% yang tuntas sehingga dilakukan pembelajaran dengan pendekatan bermain sehingga pada siklus I telah mengalami peningkatan persentase ketuntasan sebesar 45% namun hal tersebut belum memuaskan dan belum sesuai dengan nilai ketuntasan secara klasikal yaitu 80%. Setelah dilakukan perbaikan dari siklus I dan disempurnakan pada siklus II terjadi peningkatan persentase ketuntasan sebesar 80% dan ketidaktuntasan sebesar 20%. Maka dapat disimpulkan bahwa pada siklus 2 telah sesuai dengan standar ketuntasan yaitu sebesar 80% dengan ini tidak perlu lagi melakukan siklus berikutnya

Untuk melihat perbandingan peningkatan pada setiap tahapan penelitian dimulai dari tahap observasi awal sampai pada tahap siklus II dapat dilihat pada pie chart berikut



Gambar 4 Rekapitulasi Persentase Ketuntasan Hasil Belajar Pada Observasi Awal, Siklus I dan Siklus II

Hal ini ditandai dengan rata-rata nilai ketuntasan individu yang dicapai yakni 8.8 telah memenuhi ketuntasan individu, maka penelitian ini tidak dilanjutkan lagi dan hipotesis tindakan yang diajukan dapat diterima jadi melalui pembelajaran dengan pendekatan bermain dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi.

PENUTUP

Persentase ketuntasan siswa sebesar 15% pada observasi awal dan pada siklus I telah mengalami peningkatan persentase ketuntasan sebesar 45% selanjutnya pada siklus II terjadi peningkatan persentase ketuntasan sebesar 80% dan ketidaktuntasan sebesar 20%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pendekatan pembelajaran bermain dapat meningkatkan keterampilan tolak peluru siswa Kelas V SD Inpres 2 Kaluku Tinggi Kecamatan Dolo Barat Kabupaten Sigi.

DAFTAR PUSTAKA

- A.M, Sardiman. 2010. *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT, Raja Grafindo Persada.
- Arikunto Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rinaka Cipta. Aristo Rahadi.2004. *Media Pembelajaran*. Semarang: Depdiknas
- Aip Syarifudin dan Muhdi. 1992. *Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Riyanto. 1996. *Evaluasi pendidikan*. Semarang: UPT MKK UNNES