

**PENERAPAN MODIFIKASI PELURU MENGGUNAKAN BOLA KASTI UNTUK MENINGKATKAN
KETERAMPILAN TOLAK PELURU SISWA KELAS IV
SD NEGERI 137698 TANJUNGBALAI**

**WAHIDIN
GURU PENJASKES DI SD NEGERI 137698 TANJUNGBALAI**

ABSTRACT

This study aims to improve the skills and activities of students performing bullet movements by applying bullet modifications using a ball in grade IV SD Negeri 137698 Tanjungbalai. Research is a classroom action research for two cycles. The subjects were all fourth grade students of SD Negeri 137698 Tanjungbalai academic year 2017/2018 which amounted to 31 students. The success of the study was determined by the criteria of at least 85% of students obtaining mastery with minimal mastery criteria (KKM) of 70. The results showed that learning by modification of bullets using a ball can improve the mastery of students 'bullets that marked by students' learning mastery improvement every cycle , that is, at the completion stage the mastery increased from 67% to 90%, at the completion stage of the mastery increased from 70% to 87%. And in the final stages of mastery increased from 41% to 90% so that in cycle II all aspects have reached the criteria of research success. Learning by modifying the bullet using the ball can also increase the learning activity of student's shot-to-student learning activities according to the observation of cycle I to cycle II, among others, the discipline to get the percentage of active students from 39% to 87%, earnestness get the percentage of active students from 68% to 87% , the responsibility of obtaining the percentage of active students from 48% to 90%, then enthusiastic students get the percentage of active students from 52% to 90% so that in cycle II all aspects have reached the criteria of research success.

Keyword: Modify, Reject Bullets

PENDAHULUAN

Pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan (penjaskes) selalu dianggap pembelajaran yang mengutamakan aktifitas fisik dan keterampilan psikomotorik. Mengatakan hal demikian memang tidak dapat disalahkan karena tujuan belajar penjaskes adalah mendapatkan jasmani yang sehat dengan banyak melakukan kegiatan fisik. Akan tetapi dalam belajar untuk melakukan sesuatu gerakan fisik perlu pula ada pengetahuan tentang teknik gerakan-gerakan fisik tersebut. Selain dalam rangka mencapai tujuan belajar hal ini penting untuk menghindari berbagai kesalahan yang dapat mengakibatkan cedera. Dalam proses memperoleh pengetahuan ini tentu ada kemampuan berfikir atau proses kognitif yang terjadi. Sementara itu, siswa dengan disiplin tinggi untuk terlibat dalam pembelajaran juga akan menentukan hasil belajar yang diperoleh. Sehingga dalam pembelajaran penjaskes tiga komponen hasil belajar baik itu psikomotorik, kognitif, maupun afektif sebenarnya sama-sama dikembangkan secara terintegrasi. Oleh karenanya dalam proses pembelajaran penjaskes guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/ olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur kerjasama, dan lain-lain) dari pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis saja, namun melibatkan unsur fisik mental, intelektual, emosional dan sosial. Proses pembelajaran penjaskes seperti yang disebutkan di muka inilah yang dalam pelaksanaannya di SD Negeri 137698 Tanjungbalai belum terlaksana dengan baik. Untuk melaksanakan proses pembelajaran berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/olahraga tentu saja siswa akan langsung berpartisipasi dalam kegiatan dilapangan. Pada kondisi seperti inilah arti penting dari ketersediaan sarana dan prasarana pembelajaran kian terasa. Dalam pembelajaran tolak peluru misalnya, agar siswa dapat berlatih teknik gerakan tolak peluru mulai dari cara memegang hingga cara menolak peluru setiap siswa perlu untuk memegang peluru itu secara langsung. Sehingga hasil belajar baik pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotorik), dan sikap (afektif) siswa dalam pembelajaran benar-benar dapat diperoleh secara terintegrasi. Akan tetapi sekolah tidak memiliki cukup peralatan seperti peluru untuk dipakai seluruh siswa sekaligus. Hanya terdapat 3 atau 4 peluru yang akan digunakan oleh 31 siswa kelas IV. Tentu saja ini sangat menyulitkan terjadinya proses pembelajaran penjaskes yang intensif, akibatnya memang tidak semua siswa memperoleh hasil belajar yang baik dalam hal keterampilan tolak peluru. Merujuk pada hasil belajar siswa dalam

pembelajaran tolak peluru di kelas IV setiap tahunnya pada ranah kognitif diperoleh antara 60%-75% siswa memperoleh ketuntasan, akan tetapi pada ranah psikomotorik diperoleh persentase yang lebih rendah antara 40%-50% siswa tuntas. Hal ini dapat dipahami karena memang dengan terbatasnya waktu penggunaan peluru dalam latihan maka siswa hanya akan lebih banyak memperoleh pengetahuan dari buku bukannya pengetahuan dan keterampilan dalam praktek gerakan tolak peluru. Merujuk pada fakta tersebut maka peneliti merasa tertantang untuk mengadakan perbaikan proses pembelajaran penjas kes terutama dalam materi tolak peluru. Salah satu alternatif yang ditawarkan adalah dengan memenuhi kebutuhan peluru dengan melakukan modifikasi pada alat yang akan dijadikan peluru. Hal ini dibenarkan oleh Bahagia (2008: 27-39) yang menyatakan bahwa minimnya fasilitas dan perlengkapan pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah, menuntut guru penjas untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan penggunaan fasilitas dan perlengkapan yang ada sesuai dengan kondisi siswa dan sekolahnya. Artinya siswa dapat belajar teknik tolak peluru bukan hanya dengan peluru yang sebenarnya tetapi juga dengan peluru hasil modifikasi. Hal ini juga didukung oleh pernyataan Mohamad, Budiman, dan Suhendi (2016:69) bahwa pelaksanaan modifikasi sangat penting bagi seorang guru pendidikan jasmani sebagai salah satu alternatif atau solusi dalam mengatasi permasalahan yang terjadi dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani salah satunya mengatasi siswa yang kurang mempunyai keterampilan bermain pada saat pembelajaran berlangsung. Modifikasi yang dimaksud disini adalah mengacu kepada sebuah penciptaan, penyesuaian dan menampilkan suatu alat/sarana dan prasarana yang baru, unik dan menarik terhadap suatu proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Merujuk pada beberapa kriteria alternatif modifikatif untuk mengganti peluru tersebut nampaknya bola kasti bisa dijadikan alternatif modifikasi untuk mengganti peluru. Dari segi bentuk, jelas ada kemiripan dengan bentuk peluru, dari segi ketersediaan dan harga, maka bola kasti sangat mudah sekali di dapat di pasar-pasar tradisional dengan harga cukup murah. Dengan bola kasti, saat pembelajaran siswa tidak akan mengalami kesulitan dan ketakutan dalam mempraktekan gerakan karena bola cukup ringan dan bentuknya tidak beda jauh dengan peluru. Hal ini menjadi keuntungan tersendiri dikarenakan siswa kelas IV SD masih akan kesulitan mengatasi berat peluru asli yang mencapai 5 kg untuk junior putra dan 3 kg untuk junior putri. Dengan menggantikan peluru menggunakan bola kasti maka peluru terasa lebih mudah bagi siswa dalam melatih gerakan. Sehingga siswa akan terpacu untuk melakukan gerakan-gerakan dasar menolak. Keuntungan lain yang diperoleh dengan modifikasi peluru menggunakan bola kasti adalah bahwa apa yang dilakukan guru akan memenuhi pendidikan yang patut dan menyenangkan (*developmentally appropriate practice*). Dengan memberikan kesempatan kepada siswa kelas IV SD tetap dapat belajar tolak peluru tanpa gerakan yang terlalu berat dan beban peluru yang diluar kemampuan fisiknya. Hal ini untuk menghindari apa yang diungkapkan Sceisariya (2011:156) bahwa guru sering memaksakan anak untuk melakukan aktifitas fisik, yang tugas geraknya terlalu berat tidak sesuai dengan kemampuan fisiknya. Perilaku guru semacam ini, melanggar prinsip *developmentally appropriate practice* (DAP). Melalui modifikasi peluru menggunakan bola kasti, siswa akan memperoleh suasana atau hal-hal baru. Dengan peralatan yang sederhana, memudahkan, dan mencukupi kebutuhan siswa, diharapkan dapat membangkitkan motivasi belajar siswa. Sehingga siswa akan lebih aktif melakukan pembelajaran gerak dasar tolakan peluru. Jika siswa aktif dalam pembelajaran, maka keterampilan siswa dalam gerakan tolak peluru akan meningkat. Merujuk pada berbagai fakta berupa permasalahan pembelajaran tolak peluru di kelas IV SD Negeri 137698 Tanjungbalai dan alternatif yang ditawarkan dalam mengatasi permasalahan dengan menerapkan modifikasi bola kasti sebagai peluru. Peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian tindakan kelas dengan tujuan meningkatkan keterampilan siswa melakukan gerakan tolak peluru dengan menerapkan modifikasi peluru menggunakan bola kasti.

METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 137698 Tanjungbalai. pada bulan September 2017 sampai dengan Desember 2017. Sementara pengumpulan data dilakukan pada bulan Oktober 2017 selama empat kali pertemuan yang terbagi dalam dua siklus penelitian.

B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah siswa-siswa kelas IV SD Negeri 137698 Tanjungbalai pada tahun pelajaran 2017/2018 yang berjumlah 31 siswa.

C. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yaitu penelitian tindakan yang dilakukan dengan tujuan memperbaiki mutu praktik pembelajaran dikelas. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan mutu proses dan hasil pembelajaran, mengatasi masalah pembelajaran, meningkatkan profesionalisme dan menunjukkan budaya akademik. (Arikunto, 2007: 61). Dalam PTK dikenal adanya siklus pelaksanaan berupa perencanaan, tindakan, observasi dan reflektif.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian terdiri dari tes keterampilan siswa dan lembar observasi aktifitas belajar siswa. Tes keterampilan digunakan untuk mengetahui keterampilan tolak peluru siswa dan lembar observasi digunakan untuk mengetahui aktifitas belajar siswa.

E. Teknik Analisis Data

Data hasil tes keterampilan dianalisis menggunakan kriteria ketuntasan minimal (KKM) pada tiap aspek. Persentase siswa tuntas dibandingkan dengan kriteria keberhasilan penelitian. Data aktifitas belajar siswa dianalisis menggunakan kriteria siswa aktif tiap aspek. Persentase siswa aktif akan dibandingkan dengan kriteria keberhasilan penelitian.

F. Kriteria Keberhasilan

Keterampilan siswa dianggap tuntas apabila mencapai KKM sebesar 70, penelitian berhasil apabila persentase siswa tuntas tiap aspek mencapai 85%. Siswa dianggap aktif sesuai dengan kriteria aktifitas, penelitian berhasil apabila persentase siswa aktif tiap aspek mencapai 85%.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

1. Siklus I

A. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan pembelajaran yang terdiri dari RPP 1 dan 2, instrumen penilaian keterampilan tolak peluru siswa sebagai formatif 1 dan alat-alat pengajaran yang mendukung. Selain itu juga dipersiapkan lembar observasi aktifitas siswa. Perencanaan dilakukan melalui diskusi kolaboratif antara peneliti dengan guru sejawat.

B. Tahap kegiatan dan Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus I dilaksanakan dalam dua pertemuan. Pertemuan I dilaksanakan pada tanggal 7 Oktober 2017. dengan jumlah siswa 31 siswa. Pertemuan II dilaksanakan pada tanggal 14 Oktober 2017 dengan jumlah siswa 31 siswa. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelajaran yang telah dipersiapkan.

C. Tahap Observasi

• Data Aktifitas Belajar Siswa.

Pengamatan aktifitas dilakukan oleh pengamat dalam setiap kegiatan belajar mengajar (KBM) sepanjang pembelajaran. Hasil observasi aktifitas siswa siklus I disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1. Skor Aktifitas Belajar Siswa Siklus I

No	Aktifitas	Rata-rata	Persentase Siswa Aktif
1	Disiplin	2,82	39%
2	Kesungguhan	3,11	68%
3	Tanggungjawab	2,85	48%
4	Antusias	2,84	52%

Merujuk pada tabel 1, disiplin memperoleh rata-rata 2,82 dan menunjukkan persentase siswa aktif sebesar 39%, kesungguhan memperoleh rata-rata 3,11 dan menunjukkan persentase siswa aktif sebesar 68%, tanggungjawab

memperoleh rata-rata 2,85 dan menunjukkan persentase siswa aktif sebesar 48%, kemudian antusias siswa memperoleh rata-rata 2,84 dan menunjukkan persentase siswa aktif sebesar 52%. Dari keempat aktifitas tersebut tidak ada satu aktifitaspun yang mencapai kriteria keberhasilan hal ini dapat dilihat dari persentase siswa aktif yang masih berada dibawah kriteria keberhasilan yang yaitu $\geq 85\%$. Sehingga Siklus I masih gagal memperbaiki aktifitas belajar siswa.

- Data Keterampilan Siswa

Setelah berakhirnya siklus I pada pertemuan II maka dilakukan tes keterampilan untuk menilai keterampilan gerakan tolak peluru siswa yakni formatif I. Hasil tes formatif I siswa disajikan dalam tabel 2.

Tabel 2. Hasil Tes Formatif I

No	Uraian	Tahap Awal	Tahap Pelaksanaan	Tahap Akhir
1	Nilai rata-rata tes formatif	68	70	63
2	Jumlah siswa yang tuntas belajar	18	19	11
3	Persentase ketuntasan belajar	67%	70%	41%

Merujuk pada tabel 2, diperoleh bahwa dengan menerapkan modifikasi peluru menggunakan bola kasti diperoleh nilai rata-rata keterampilan tolak peluru siswa pada tahap awal adalah 68 dengan KKM 70 maka nilai rata-rata tidak tuntas. Ketuntasan belajar secara klasikal hanya mencapai 67% atau ada 18 siswa dari 31 siswa sudah tuntas melakukan tahapan awal ini. Pada tahap pelaksanaan diperoleh hasil yang hampir serupa dengan rata-rata 70 dengan KKM 70 maka nilai rata-rata tuntas. Ketuntasan belajar secara klasikal hanya mencapai 70% atau ada 19 siswa dari 31 siswa sudah tuntas melakukan tahap pelaksanaan. Sementara tahap akhir hasil yang diperoleh rata-rata 63 dengan KKM 70 maka nilai rata-rata tidak tuntas. Ketuntasan belajar secara klasikal hanya mencapai 41% atau ada 11 siswa dari 31 siswa sudah tuntas melakukan tahap akhir. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada siklus I belum mencapai kriteria keberhasilan, karena siswa tuntas pada ketiga aspek belum mencapai 85%. Pada siklus I, secara garis besar kegiatan belajar mengajar dengan modifikasi peluru menggunakan bola kasti belum terlaksana dengan baik, terbukti dari keterampilan tolak peluru dan aktifitas belajar yang masih belum mencapai kriteria keberhasilan. Jumlah siswa yang mencapai 31 orang mengakibatkan penyampaian pada kegiatan demonstrasi dan latihan tidak berlangsung secara efektif karena keterbatasan kesempatan guru membimbing seluruh siswa.

D. Tahap Refleksi dan Revisi I

Merujuk pada pelaksanaan kegiatan belajar mengajar dan data yang diperoleh dari hasil pengamatan, dapat direfleksikan beberapa hal berikut:

- Jumlah siswa yang banyak yang mengakibatkan penyampaian pada kegiatan demonstrasi dan latihan tidak berlangsung secara efektif karena keterbatasan kesempatan guru membimbing seluruh siswa.
- Belum muncul keberhasilan siswa dalam melakukan tolakan terbukti dari ketuntasan klasikal tiap pengamatan tolak peluru masih dibawah 85%.
- Siswa kurang bisa antusias selama pembelajaran berlangsung.
- Guru belum dapat mengendalikan dengan baik alur pembelajaran dan memberikan tindakan secara langsung saat proses pembelajaran karena keterbatasan pemahaman dalam penerapan modifikasi peluru.

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar pada siklus I ini masih terdapat kekurangan, sehingga perlu adanya revisi untuk dilakukan pada siklus berikutnya.

- Mengatasi banyaknya jumlah siswa dan keterbatasan pengelolaan waktu guru dalam pembimbingan maka dilakukan pembelajaran secara berkelompok dengan terlebih dahulu dipilih siswa unggul dalam membantu tugas guru membimbing siswa dalam latihan sehingga siswa dapat berkomunikasi terlebih dahulu dengan siswa lain jika mendapati kesulitan sehingga mengurangi ketergantungan siswa pada guru.
- Perlu dilakukan tindakan preventif dalam mengupayakan keteraturan siswa dan alur pembelajaran dengan memberikan hukuman pada siswa yang banyak melakukan tindakan tidak relevan dengan KBM.

- Guru menganalisis kembali penerapan modifikasi peluru menggunakan bola kasti dan memperkirakan berbagai hambatan yang mungkin saja muncul pada siklus II sehingga tindakan perbaikan dapat langsung dilakukan.

2. Siklus II

A. Tahap perencanaan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan pembelajaran yang terdiri dari RPP 3 dan 4, instrumen penilaian keterampilan tolak peluru sebagai formatif 2 dan alat-alat pengajaran yang mendukung. Selain itu juga dipersiapkan lembar observasi aktifitas siswa. Perencanaan dilakukan melalui diskusi kolaboratif antara peneliti dengan guru mata pelajaran sejenis dan pembimbing penelitian. Seluruh perangkat disusun dengan mempertimbangkan hasil refleksi dan revisi tindakan pada Siklus I.

B. Tahap kegiatan dan pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus II dilaksanakan dalam dua KBM. Pertemuan III dilaksanakan pada tanggal 21 Oktober 2017. dengan jumlah siswa 31 siswa. Pertemuan IV dilaksanakan pada tanggal 28 Oktober 2017 dengan jumlah siswa 31 siswa. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelajaran yang telah dipersiapkan.

C. Tahap Observasi

• Data Aktifitas Belajar Siswa

Aktifitas siswa pada Siklus II mengalami peningkatan dibandingkan Siklus I. Hasil pengamatan aktifitas belajar siswa pada Siklus II disajikan pada tabel 4.

Tabel 4. Skor Aktifitas Belajar Siswa Siklus II

No	Aktifitas	Rata-rata	Persentase Siswa Aktif
1	Disiplin	3,37	87%
2	Kesungguhan	3,39	87%
3	Tanggungjawab	3,48	90%
4	Antusias	3,61	90%

Merujuk pada tabel 4, disiplin memperoleh rata-rata 3,37 dan menunjukkan persentase siswa aktif sebesar 87%, kesungguhan memperoleh rata-rata 3,39 dan menunjukkan persentase siswa aktif sebesar 87%, tanggungjawab memperoleh rata-rata 3,48 dan menunjukkan persentase siswa aktif sebesar 90%, kemudian antusias siswa memperoleh rata-rata 3,61 dan menunjukkan persentase siswa aktif sebesar 90%. Dari keempat aktifitas tersebut menunjukkan keberhasilan, hal ini dapat dilihat dari persentase siswa aktif yang berada diatas kriteria keberhasilan yang dibutuhkan yaitu $\geq 85\%$. Sehingga aktifitas ini menunjukkan peningkatan signifikan dibandingkan aktifitas pada siklus sebelumnya. Dengan demikian penerapan modifikasi peluru menggunakan bola kasti dapat memperbaiki aktifitas siswa.

• Data Keterampilan Siswa

Setelah berakhirnya siklus II pada pertemuan IV maka dilakukan tes keterampilan untuk menilai keterampilan gerakan tolak peluru siswa yakni formatif II. Hasil tes formatif II siswa disajikan dalam tabel 4.

Tabel 4. Hasil Tes Formatif II

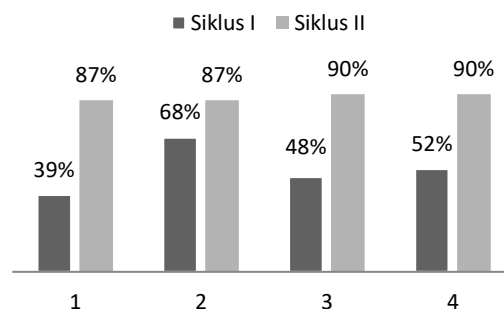
No	Uraian	Tahap Awalan	Tahap Pelaksanaan	Tahap Akhir
1	Nilai rata-rata tes formatif	79	79	97
2	Jumlah siswa yang tuntas belajar	28	27	28
3	Persentase ketuntasan belajar	90%	87%	90%

Merujuk pada tabel 4, dapat dijelaskan bahwa dengan menerapkan modifikasi peluru menggunakan bola kasti diperoleh nilai rata-rata keterampilan tolak peluru siswa pada tahap awalan adalah 79 dengan KKM 70 maka nilai rata-rata telah tuntas. Ketuntasan belajar secara klasikal mencapai 90% atau ada 28 siswa dari 31 siswa sudah tuntas melakukan tahap awalan ini. Pada tahap pelaksanaan diperoleh hasil yang hampir serupa dengan rata-rata 79 dengan KKM 70 maka nilai rata-rata telah tuntas. Ketuntasan belajar secara klasikal mencapai 87% atau ada 27 siswa dari 31 siswa sudah tuntas melakukan tahap pelaksanaan. Sementara tahap akhir hasil yang diperoleh dengan rata-rata 97 dengan KKM 70 maka nilai rata-rata telah tuntas. Ketuntasan belajar secara klasikal mencapai 90% atau ada 28 siswa dari 31 siswa sudah tuntas melakukan tahap akhir. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada siklus II keberhasilan penelitian telah tercapai, karena nilai rata-rata diatas KKM dan siswa yang memperoleh nilai $\geq$ KKM pada ketiga tahapan telah melampaui 85%. Adanya peningkatan hasil belajar pada siklus II ini dipengaruhi oleh adanya perbaikan-perbaikan tindakan selama pembelajaran.

D. Tahap Refleksi II

Pada tahap ini akan dikaji apa yang telah terlaksana dengan baik maupun yang masih kurang baik dalam proses belajar mengajar dngan penerapan modifikasi peluru menggunakan bola kasti. Dari data-data yang telah diperoleh dapat diuraikan sebagai berikut:

- Selama proses belajar mengajar guru telah melaksanakan semua pembelajaran dengan baik dan mulai dapat melakukan revisi langsung saat pembelajaran tengah berlangsung.
- Berdasarkann data hasil pengamatan diketahui bahwa siswa aktif selama proses belajar berlangsung. Peningkatan kualitas aktifitas belajar siswa disajikan dalam gambar 1.

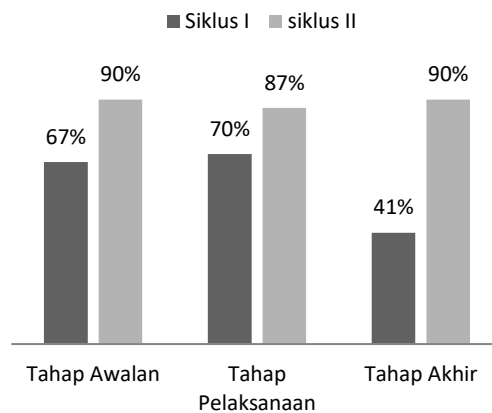


Keterangan:

1. Disiplin
2. Kesungguhan
3. Tanggungjawab
4. Antusias

Gambar 1. Grafik aktifitas siswa tiap siklus

- Kekurangan pada siklus-siklus sebelumnya sudah mengalami perbaikan dan peningkatan sehingga menjadi lebih baik.
- Keterampilan tolak peluru siswa pada siklus II mengalami peningkatan dan mencapai kriteria keberhasilan penelitian Peningkatan gerak tolak peluru siswa disajikan pada gambar 2.



Gambar 4.2. Grafik perubahan ketuntasan keterampilan siswa tiap siklus

Pada Siklus II guru telah menerapkan modifikasi peluru dengan baik dan dilihat dari aktifitas siswa serta keterampilan siswa maka 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 langsung dapat meningkatkan proses belajar mengajar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

B. Pembahasan

Merujuk pada data-data yang dipaparkan sebelumnya dapat diulas tiga data diantaranya :

1. Penguasaan Keterampilan Tolak Peluru

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa modifikasi peluru menggunakan bola kasti memiliki dampak positif dalam meningkatkan kemampuan siswa menguasai keterampilan gerak tolak peluru. Hal ini dapat dilihat dari semakin mantapnya penampilan siswa tiap siklusnya (ketuntasan belajar meningkat dari siklus I, dan II) untuk keterampilan melakukan tolak peluru yaitu pada tahap awal ketuntasan meningkat dari 67% menjadi 90%, pada tahap pelaksanaan ketuntasan meningkat dari 70% menjadi 87%. Dan pada tahap akhir ketuntasan meningkat dari 41% menjadi 90% sehingga pada siklus II kriteria keberhasilan penelitian telah tercapai.

Penilaian dilakukan dengan sepuluh indikator yang terbagi dalam tiga tahapan tiap Siklus. Pada Siklus I tahapan dengan nilai terendah adalah tahapan akhir dengan ketuntasan kalsikal yang hanya mencapai 41% dengan rata-rata 63. Sementara pada Siklus II tahapan ini mencapai ketuntasan 90% dengan rata-rata 97. Hasil ini sesuai dengan penelitian Mintarsih (2012:51) bahwa modifikasi permainan dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru siswa.

Peningkatan tajam ini terjadi karena tahapan akhir hanya terdiri dari satu indikator saja sehingga jika kualitas gerakan yang diberikan siswa baik maka ketuntasan mencapai sempurna. Melihat data dari siklus I ke siklus II, maka dapat dikatakan siswa paling lemah dalam penguasaan tahapan pelaksanaan tolak peluru yakni kebanyakan siswa tidak melakukan gerakan menolak tetapi gerakan melempar. Sehingga indikator ini yang paling sulit dilakukan siswa.

2. Aktifitas Siswa dalam Pembelajaran

Berdasarkan analisis data, diperoleh aktifitas siswa dalam proses pembelajaran dengan model modifikasi media peluru plastik dari Siklus I ke Siklus II disiplin memperoleh persentase siswa aktif dari 39% menjadi 87%, kesungguhan memperoleh persentase siswa aktif dari 68% menjadi 87%, tanggungjawab memperoleh persentase siswa aktif dari 48% menjadi 90%, kemudian antusias siswa memperoleh persentase siswa aktif dari 52% menjadi 90%. Dari keempat aktifitas tersebut menunjukkan peningkatan dan keberhasilan penelitian pada siklus II, hal ini dapat dilihat dari persentase siswa aktif yang berada diatas kriteria keberhasilan yang dibutuhkan yaitu $\geq 85\%$. Sehingga aktifitas ini menunjukkan peningkatan signifikan dibandingkan aktifitas pada siklus sebelumnya. Dengan demikian penerapan modifikasi peluru menggunakan bola kasti dapat memperbaiki aktifitas siswa.

Keberhasilan ini diperoleh melalui revisi tindakan siklus II. Revisi tindakan yang dilakukan dari siklus I ke siklus II diantaranya mengatasi banyaknya jumlah siswa dan keterbatasan pengelolaan waktu guru dalam pembimbingan maka dilakukan pembelajaran secara berkelompok dengan terlebih dahulu dipilih siswa unggul dalam membantu tugas

guru membimbing siswa dalam latihan sehingga siswa dapat berkomunikasi terlebih dahulu dengan siswa lain jika mendapati kesulitan sehingga mengurangi ketergantungan siswa pada guru.

Selain itu perlu dilakukan tindakan preventif dalam mengupayakan keteraturan siswa dan alur pembelajaran dengan memberikan hukuman pada siswa yang banyak melakukan tindakan tidak relevan dengan KBM. Guru juga menganalisis kembali penerapan modifikasi peluru menggunakan bola kasti dan memperkirakan berbagai hambatan yang mungkin saja muncul pada siklus II sehingga tindakan perbaikan dapat langsung dilakukan.

Meskipun pembelajaran sampai siklus II telah berhasil memberikan ketuntasan penguasaan keterampilan tolak peluru dan aktifitas siswa, masih terdapat beberapa kelemahan yang dapat dikemukakan dalam pembahasan hasil penelitian diantaranya faktor kesungguhan di antara subjek satu sama lain tidak dapat diketahui. Kegiatan masing-masing subjek di luar kegiatan penelitian tidak dapat dikontrol. Modifikasi peluru yang digunakan kualitasnya tidak sama, misalnya kerasnya dan mereknya sehingga dapat mempengaruhi hasil tes.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian diperoleh data-data hasil belajar dan aktifitas belajar siswa selama kegiatan belajar mengajar penjas kes pada siswa kelas IV SD Negeri 137698 Tanjungbalai dengan menerapkan modifikasi peluru menggunakan bola kasti kemudian dianalisis sehingga dapat disimpulkan antara lain:

1. Pembelajaran dengan modifikasi peluru menggunakan bola kasti dapat meningkatkan penguasaan keterampilan tolak peluru siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu pada tahap awalan ketuntasan meningkat dari 67% menjadi 90%, pada tahap pelaksanaan ketuntasan meningkat dari 70% menjadi 87%. Dan pada tahap akhir ketuntasan meningkat dari 41% menjadi 90% sehingga pada siklus II seluruh aspek telah mencapai kriteria keberhasilan penelitian.
2. Pembelajaran dengan modifikasi peluru menggunakan bola kasti dapat meningkatkan aktifitas belajar tolak peluru siswa dengan aktifitas siswa menurut pengamatan siklus I ke siklus II antara lain disiplin memperoleh persentase siswa aktif dari 39% menjadi 87%, kesungguhan memperoleh persentase siswa aktif dari 68% menjadi 87%, tanggungjawab memperoleh persentase siswa aktif dari 48% menjadi 90%, kemudian antusias siswa memperoleh persentase siswa aktif dari 52% menjadi 90% sehingga pada siklus II seluruh aspek telah mencapai kriteria keberhasilan penelitian.

B. Saran

Dari hasil penelitian yang diperoleh dari uraian sebelumnya agar proses belajar mengajar lebih efektif dan lebih memberikan hasil yang optimal bagi siswa, maka disampaikan saran sebagai berikut:

1. Kiranya guru mata pelajaran penjas kes dapat menjadikan penelitian ini sebagai masukan di dalam usaha lebih meningkatkan kualitas pembelajaran.
2. Peningkatan pembelajaran tolak peluru melalui metode modifikasi peluru menggunakan bola kasti perlu diterapkan di sekolah-sekolah oleh para guru penjas kes.
3. Guru penjas kes diharapkan dapat mengembangkan kreatifitas dan lebih inovatif pada proses pembelajaran dalam upaya meningkatkan kompetensi siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto. 2007. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Tindakan*. Rineka Cipta. Jakarta.

Bahagia, Y. 2008. *Modifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Fasilitas Perlengkapan Penjas Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Jurusan Pendidikan Olahraga. Jakarta.

Mintarsih. 2012. *Peningkatan Hasil Belajar Tolak Peluru Melalui Modifikasi Media Permainan Pada Siswa Kelas V SD Negeri 2 Bukateja Kabupaten Purbalingga* (Skripsi). UNS. Surakarta.

- Mohamad, Budiman dan Suhendi. 2016. Penerapan Modifikasi Alat untuk Meningkatkan Keterampilan Bermain Bulutangkis. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Volume 1 Nomor 2.
- Sceisarriya, V. M. 2011. Problematika Pelaksanaan Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *Prosiding Seminar Nasional Profesionalisme Tenaga Profesi PJOK* (153-159). UNIMAL.