

EFEKTIFITAS PEMBELAJARAN GERAK DASAR LOMPAT MELALUI MODIFIKASI ALAT

Bahrhun & Mashud

SDN Pandulangan I Kecamatan Tapin Tengah Kabupaten Tapin
E-mail: bahrhun_pandulangan@yahoo.com

Abstract: The effectiveness of learning basic movement jump through modification tool learners class V SDN Pandulangan I District of central Tapin regency of Tapin. Purpose of reseach this is to increase the effectiveness of learning basic movement jump on learners class V SDN Pandulangan I. The subject of research is the learners class V SDN Pandulangan I totalling 20 people comprising 13 men and 7 learners learner's daughter. The methods used in this research is a method of action class (PTK).

Results of the study revealed that, in the initial observations of 20 learners there are only 4 people who meet the ketuntasan study on motion learning basic jump. After teridenfikasi some causes of the problem then compiled the planning of learning that are applied or applied at the cycle I and cycle II. On first cycle there were 14 people who are having the learners ketuntasan his studies. After going through the stage of the class action research ranging from planning, implementation, observation and reflection on the cycle I, then the cycle II contained 19 people who are having the learners learning complete. This indicates that the action is given by the teacher/researchers that learning through modification tools give a positive impact on learning outcomes for learners. The existence of positive impact of improved learning outcomes learner, then it can be said the research class action is successful.

Keywords: Effectiveness, learning basic jump motion, modification tools.

Abstrak: Efektifitas pembelajaran gerak dasar lompat melalui modifikasi alat peserta didik kelas V SDN Pandulangan I Kecamatan Tapin Tengah Kabupaten Tapin. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan efektifitas pembelajaran gerak dasar lompat pada peserta didik kelas V SDN Pandulangan I . Subyek penelitian adalah peserta didik kelas V SDN Pandulangan I yang berjumlah 20 orang terdiri dari 13 peserta didik putra dan 7 peserta didik putri. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode tindakan kelas (PTK).

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa, pada pengamatan awal dari 20 peserta didik hanya ada 4 orang yang memenuhi ketuntasan belajar pada pembelajaran gerak dasar lompat. Setelah teridenfikasi beberapa penyebab permasalahannya maka disusun perencanaan pembelajaran yang diterapkan atau diaplikasikan pada siklus I dan siklus II. Pada siklus pertama terdapat 14 orang peserta didik yang mengalami ketuntasan belajarnya. Setelah melalui tahapan penelitian tindakan kelas mulai dari perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi pada siklus I, maka pada siklus II terdapat 19 orang peserta didik yang mengalami ketuntasan belajar. Hal ini menunjukkan bahwa tindakan yang diberikan oleh guru/peneliti yaitu pembelajaran melalui modifikasi alat memberikan dampak positif untuk hasil belajar peserta didik. Adanya dampak positif peningkatan hasil belajar peserta didik, maka dapat dikatakan penelitian tindakan kelas ini berhasil.

Kata Kunci: Efektifitas, pembelajaran gerak dasar lompat, modifikasi alat

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah bagian dari proses pendidikan yang dilaksanakan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Seperti halnya dengan mata pelajaran lain, melalui proses pengajaran pendidikan jasmani diharapkan terjadi perubahan perilaku sebagai hasil belajar pada diri peserta didik. Melalui pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan kita berharap agar peserta didik dapat menguasai berbagai keterampilan gerak dasar dan memiliki kesegaran jasmani yang baik agar dapat mendukung upaya pencapaian prestasi belajar di sekolah. Salah satu keterampilan gerak dasar yang diharapkan dapat dikuasai peserta didik berdasarkan kompetensi dasar dalam kurikulum 2013 sekolah dasar adalah mempraktikkan gerak dasar lompat. Oleh karena itu melalui proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, penguasaan gerak dasar lompat idealnya harus dikuasai dengan baik oleh peserta didik. Kenyataan yang terjadi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Pandulangan 1 Kecamatan Tapin Tengah Kabupaten Tapin, khususnya dalam mengajarkan keterampilan gerak dasar lompat belum dapat mencapai hasil pembelajaran yang optimal. Fakta menunjukkan, penguasaan keterampilan gerak dasar lompat peserta didik SDN Pandulangan 1 masih rendah.

Beberapa hal yang menyebabkan permasalahan tersebut dapat terjadi antara lain karena alat dan fasilitas pembelajaran yang tersedia kurang memadai. Sebagai salah satu faktor pendukung suksesnya

kegiatan belajar mengajar, alat dan fasilitas merupakan sarana yang idealnya harus terpenuhi untuk kebutuhan guru dan peserta didik. Permasalahan kurang tersedianya alat dan fasilitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah dasar merupakan hal yang merata dihadapi oleh tiap sekolah, sehingga hal ini sering kali dikeluhkan oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Penyebab lain yang terjadi adalah pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dilaksanakan tidak mengacu pada konsep pendidikan jasmani. Model pembelajaran yang digunakan kurang dapat memberikan kesempatan seluruh peserta didik untuk aktif bergerak. Kecenderungan untuk menugaskan peserta didik secara satu persatu melakukan gerakan akan membuat pembelajaran menjadi kurang menarik, peserta didik menjadi kurang gembira, sehingga pada akhirnya pembelajaran tidak akan dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Untuk itu perlu adanya suatu pendekatan pembelajaran yang tepat dan sesuai dengan konsep pendidikan jasmani agar hasil pembelajaran dapat memenuhi harapan. Salah satu pendekatan pembelajaran yang diyakini dapat meningkatkan hasil pembelajaran gerak dasar lompat pada peserta didik SDN Pandulangan 1 adalah dengan modifikasi alat.

Modifikasi alat sebagai upaya untuk meningkatkan hasil pembelajaran gerak dasar lompat di SDN Pandulangan 1 merupakan inti dari penelitian yang akan dilaksanakan. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SDN Pandulangan 1,

penguasaan keterampilan gerak dasar lompat idealnya harus dikuasai peserta didik dengan baik. Keterampilan gerak dasar lompat tersebut antara lain gerakan awalan, gerakan menumpu, gerakan melayang dan gerakan saat mendarat. Berdasarkan hal-hal tersebut di atas, peneliti akan mengadakan suatu penelitian tindakan kelas (PTK) dalam pembelajaran gerak dasar lompat pada peserta didik SDN Pandulangan 1.

Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan tindakan untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dalam pembelajaran. Adapun tindakan yang dilakukan tersebut adalah melaksanakan pembelajaran dengan modifikasi alat untuk mengajarkan gerak dasar lompat. Hasil yang diharapkan dari tindakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah terjadinya peningkatan keterampilan gerak peserta didik dalam melakukan gerakan dasar lompat dan meningkatnya pencapaian nilai hasil pembelajaran. Untuk mengetahui hasil tindakan dilakukan dengan mengevaluasi keterampilan peserta didik dan keberhasilan pembelajaran sebagai hasil tindakan.

METODE

Menurut Kemmis & Carr (dalam Lelono, 2009) rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) yang melalui refleksi diri dan beberapa siklus dengan tujuan memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar dapat meningkat.

Subyek penelitian adalah peneliti sendiri sebagai guru Penjasorkes dan peserta didik kelas V SDN Pandulangan 1

Kecamatan Tapin Tengah. Dimana jumlah peserta didik yang ada dikelas V SDN Pandulangan 1 sebanyak 20 peserta didik dengan rincian 13 orang peserta didik putera dan 7 orang peserta didik puteri

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Silabus
2. Rencana pembelajaran Dasar lompat
3. Pedoman observasi pembelajaran bagi guru pendidikan jasmani
4. Pedoman observasi dan penilaian pembelajaran dasar lompat gaya jongkok bagi peserta didik.

Rancangan tindakan dalam penelitian ini terdiri dari 4 tahap. Adapun tahap-tahap tersebut adalah:

1. Perencanaan Tindakan
Rencana tindakan berupa langkah-langkah tindakan secara sistematis dan rinci. Rencana tindakan meliputi: (a) materi/bahan ajar, (b) metode/teknik mengajar, (c) Teknik instrument, observasi dan evaluasi, (d) kendala yang mungkin timbul pada saat implementasi dan (e) alternative pemecahan masalah.
2. Pelaksanaan Tindakan
Pelaksanaan tindakan adalah tahap pengimplementasian tindakan dan mengamati hasilnya. Pada tahap ini pengajar berperan ganda, yaitu sebagai praktisi (pelaksana pembelajaran) dan sekaligus sebagai peneliti (pengamat). Pelaksanaan tindakan mengacu pada Silabus dan RPP yang telah disiapkan sebelumnya.
3. Pengamatan Tindakan
Kegiatan observasi ini dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan. Pada tahap ini data – data tentang pelaksanaan tindakan dan rencana yang

sudah dibuat serta dampaknya terhadap proses dan hasil pembelajaran dikumpulkan dengan bantuan instrument pengamatan yang dikembangkan. Kehadiran pengamat pembantu ini menjadikan PTK bersifat kolaboratif.

4. Refleksi Tindakan

Tahap ini meliputi kegiatan : menganalisis, memaknai, menjelaskan dan menyimpulkan data yang diperoleh dari pengamatan (bukti empiris) serta mengaitkannya dengan teori yang digunakan. Hasil refleksi ini dijadikan dasar untuk menyusun perencanaan tindakan siklus selanjutnya.

Pada saat penelitian, Peneliti berperan sebagai:

1. Fasilitator yaitu memfasilitasi semua kegiatan pembelajaran yang dilakukan peserta didik dengan memberikan sarana pembelajaran.
2. Pelaku tindakan yaitu peneliti sebagai guru pendidikan jasmani yang memberikan tindakan/perlakuan kepada peserta didik dalam pembelajaran.

Pengumpulan data yang digunakan terdiri dari observasi, wawancara, dokumentasi dan catatan lapangan.

1. Observasi

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah observasi langsung. Observasi ini dilakukan secara langsung dengan melihat, mengamati sendiri dan mencatat perilaku/kejadian yang sesuai dengan keadaan sebenarnya.

2. Wawancara

Wawancara ini digunakan untuk memenuhi kekurangan/kelebihan proses pembelajaran dan dapat digunakan untuk

pedoman melakukan refleksi. Wawancara ini dilakukan setelah proses pembelajaran.

3. Dokumentasi

Dokumentasi dalam penelitian ini berupa skenario pembelajaran. Daftar nama peserta didik, rubrik penilaian, gambar/foto saat pelaksanaan pembelajaran. Dokumentasi ini sangat penting digunakan dalam keperluan penelitian sebagai bukti penelitian.

4. Catatan Lapangan

Catatan lapangan merupakan pencatatan pada saat proses pembelajaran berlangsung antarkegiatan guru dan peserta didik yang berkaitan dengan tindakan yang diberikan. Pencatatan dilakukan dalam format rekaman data.

Analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Analisis data dilakukan dengan mendeskripsikan temuan – temuan yang ada selama proses pembelajaran berlangsung yaitu unjuk kerja dalam:

1. Rencana pelaksanaan pembelajaran dasar lompat gaya jongkok.
2. Kinerja guru dan peserta didik saat proses pembelajaran.
3. Catatan Lapangan.
4. Hasil evaluasi pembelajaran dasar lompat gaya jongkok.
5. Mendeskripsikan hasil evaluasi pembelajaran dasar lompat gaya jongkok dengan menggunakan rumus milik Sujana (2004:65) Adapun rumus tersebut adalah sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan : P : persentasi

F : frekuensi

N : jumlah

responden

HASIL PENELITIAN

1. Deskripsi Data Pengamatan Awal

Pengamatan awal sudah dilaksanakan pada hari rabu tanggal 15 Oktober 2014. Dari hasil pengamatan awal pada peserta didik kelas v Sekolah Dasar Negeri Pandulangan 1 Kecamatan Tapin Tengah, pada saat pembelajaran gerak dasar

lompat belum sesuai dengan harapan. Pada pengamatan awal pembelajaran dilaksanakan tanpa menggunakan alat bantu untuk mempermudah anak melatih gerakan melompat sehingga dari 20 peserta didik hanya ada 4 orang yang mendapat nilai diatas KKM yang ditetapkan yaitu 72.

Tabel 1. Persentase Ketuntasan Belajar Peserta Didik Melakukan Keterampilan Gerak Dasar Lompat Pada Pelaksanaan Pengamatan Awal.

No	Nama	Nilai	Tuntas / Tidak Tuntas	Persentase Ketuntasan
1	Abdullah Syafi'i	75,00	Tuntas	20%
2	Abdurrahman	62,50	Tidak Tuntas	
3	Lutfi Aulia	62,50	Tidak Tuntas	
4	Marpuah	50,00	Tidak Tuntas	
5	Muhammad Anwar	62,50	Tidak Tuntas	
6	Muhammad Anwar Hadi	75,00	Tuntas	
7	Muhammad Arsyad	62,50	Tidak Tuntas	
8	Muhammad Azkiya	68,75	Tidak Tuntas	
9	Muhammad Nasrullah	75,00	Tuntas	
10	Muhammad Riyan	62,50	Tidak Tuntas	
11	Muhammad Saidi	68,75	Tidak Tuntas	
12	Muhammad Sulaiman	56,25	Tidak Tuntas	
13	Muhammad Zaini Zahri	50,00	Tidak Tuntas	
14	Norjanah	50,00	Tidak Tuntas	
15	Rabiatul Adawiyah	56,25	Tidak Tuntas	
16	Saidi	68,75	Tidak Tuntas	
17	Siti Aminah	56,25	Tidak Tuntas	
18	Siti Norhalisah	50,00	Tidak Tuntas	
19	Umi Alkambah	75,00	Tuntas	
20	Yuliana Zahra	56,25	Tidak Tuntas	
Rata – rata		62,18		

Berdasarkan tabel data pengamatan awal keterampilan gerak dasar lompat di atas dapat diketahui bahwa hanya ada 4 orang peserta didik yang tuntas (20%) dan 16 peserta didik yang belum tuntas (80%). Berdasarkan masalah yang dihadapi guru diatas, diperlukan suatu solusi yang tepat untuk memecahkan

masalah tersebut sehingga bisa meningkatkan kualitas dan hasil pembelajaran. Mengingat apabila tidak diperbaiki, hal itu akan menghambat proses pembelajaran sehingga tujuan awal pembelajaran tidak bisa tercapai dengan baik.

2. Deskripsi Data Siklus I pertemuan pertama

Setelah dilaksanakan pembelajaran pada siklus I pertemuan pertama, hasil perhitungan nilai rata-rata menunjukkan adanya peningkatan keterampilan

peserta didik dalam melakukan gerak dasar lompat, dengan nilai rata-ratanya 68,43. Sedangkan persentase ketuntasan belajar dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Persentase Ketuntasan Belajar Peserta Didik Melakukan Gerakan Gerak Dasar Lompat Pada Pelaksanaan Siklus I Pertemuan Pertama

No	Nama	Nilai	Tuntas / Tidak Tuntas	Persentase Ketuntasan
1	Abdullah Syafi'i	75,00	Tuntas	
2	Abdurrahman	68,75	Tidak Tuntas	
3	Lutfi Aulia	68,75	Tidak Tuntas	
4	Marpuah	62,50	Tidak Tuntas	
5	Muhammad Anwar	75,00	Tuntas	
6	Muhammad Anwar Hadi	75,00	Tuntas	40%
7	Muhammad Arsyad	68,75	Tidak Tuntas	
8	Muhammad Azkiya	75,00	Tuntas	
9	Muhammad Nasrullah	81,25	Tuntas	
10	Muhammad Riyan	68,75	Tidak Tuntas	
11	Muhammad Saidi	75,00	Tuntas	
12	Muhammad Sulaiman	62,50	Tidak Tuntas	
13	Muhammad Zaini Zahri	62,50	Tidak Tuntas	
14	Norjanah	56,25	Tidak Tuntas	
15	Rabiatul Adawiyah	62,50	Tidak Tuntas	
16	Saidi	75,00	Tuntas	
17	Siti Aminah	62,50	Tidak Tuntas	
18	Siti Norhalisah	56,25	Tidak Tuntas	
19	Umi Alkamkah	75,00	Tuntas	
20	Yuliana Zahra	62,50	Tidak Tuntas	
Rata – rata		68,43		

Dari tabel hasil penilaian diatas dapat diketahui bahwa pada pembelajaran siklus I pertemuan pertama sudah ada 8 peserta didik (40%) yang sudah tuntas dan masih ada 12 peserta didik (60%) yang masih belum tuntas. Persentase ketuntasan belajar klasikal pada pembelajaran siklus ini adalah:

$$p = \frac{8}{20} \times 100\%$$

$$p = 40 \%$$

Pembelajaran siklus I pertemuan pertama ini dilaksakan melalui tahapan-tahapan sebagai berikut

1. Perencanaan

Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang dihadapi guru pada kelas V SDN Pandulangan 1 Kecamatan Tapin Tengah yaitu dari 20 orang peserta didik

hanya ada 4 orang yang tuntas belajar ketika melakukan keterampilan gerak dasar lompat. Dengan adanya masalah diatas, maka peneliti melakukan diskusi dengan teman sejawat untuk mencari alternatif pemecahan masalah dalam upaya melakukan perbaikan pembelajaran. Adapun hasil diskusi ini tersusunlah sebuah rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dengan sub.pokok bahasan gerak dasar lompat sebagai berikut:

- a. Penyusunan RPP sub pokok bahasan keterampilan gerak dasar lompat untuk kelas V SDN Pandulangan 1 yang meliputi: kompetensi inti, kompetensi dasar, indikator dan strategi pembelajaran.
 - b. Pendahuluan terdiri dari Streching aktif, pemanasan dengan permainan kecil.
 - c. Inti pembelajaran meliputi latihan gerak dasar lompat mulai dari awalan, tumpuan, melayang dan mendarat.
 - d. Penutup berupa permainan kecil.
2. Pelaksanaan

Pembelajaran keterampilan gerak dasar lompat pada siklus I pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 19 Nopember 2014 dengan kegiatan sebagai berikut:

- a. Kegiatan awal

Proses pembelajaran gerak dasar lompat dilaksanakan pada jam pelajaran yaitu 08.00-09.45. Kegiatan pembelajaran diawali dengan membariskan peserta didik menjadi 2 saf, berdoa, presentasi peserta didik, dan pemanasan stretching aktif. Kemudian dilanjutkan dengan

permainan kecil yang bertujuan untuk menciptakan suasana kelas yang gembira dan peserta didik senang dalam pembelajaran.

- b. Inti Pembelajaran

Dalam inti pembelajaran guru memberikan contoh keterampilan gerak dasar lompat mulai dari awalan, tumpuan, melayang hingga mendarat dengan menggunakan media kardus jadi tidak dilakukan pada bak lompat karena di SDN Pandulangan 1 tersebut tidak tersedia bak lompat. Selanjutnya guru mencontohkan satu persatu tahapan gerakan melompat dalam pembelajaran ini guru memulai dengan mencontohkan/memparaktikkan gerakan melompati kardus tanpa awalan gerakan ini melatih bagaimana cara melakukan tumpuan dan mendarat yang benar tapi tujuan utamanya adalah melatih cara melakukan tumpuan yang benar, Setelah peserta didik memperhatikan guru mencontohkan selanjutnya masing-masing peserta didik disuruh mencoba melakukan sambil diawasi oleh guru untuk mengarahkan peserta didik yang belum bias melakukan dengan benar.

Gerakan berikutnya yang dicontohkan/dipraktikkan oleh guru adalah gerakan melompati kardus dengan awalan lari 3, 5, dan 7 langkah gerakan ini bertujuan melatih cara melakukan awalan, tumpuan, melayang dan mendarat dengan benar. Setelah memperhatikan guru mencontohkan kemudian peserta didik mencoba melakukan gerakan tersebut dibawah bimbingan guru

bagi peserta didik yang belum bias melakukan dengan benar. Setelah melakukan kegiatan diatas selanjutnya guru mencontohkan gerakan melompat dengan media matras sebagai pengganti bak lompat pada latihan ini lintasan awalan lebih panjang, mula-mula guru berdiri di satu titik untuk bersiap melakukan lari sebagai awalan setelah ada aba-aba guru mulai berlari kemudian melakukan tumpuan/tolakan, melayang dan mendarat diatas matras. Selanjutnya dengan arahan guru satu persatu peserta didik disuruh melakukan seperti yang dicontohkan guru tersebut.

c. Kegiatan Akhir

Pada kegiatan ini peserta didik melakukan permainan kecil serta memberikan evaluasi pada peserta didik tentang pembelajaran keterampilan gerak dasar lompat untuk memperoleh informasi untuk menyempurnakan proses pembelajaran yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya.

3. Observasi

Dalam pembelajaran siklus I pertemuan pertama, dilakukan observasi oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (pengamat) terhadap peneliti. Adapun hasil observasi tersebut adalah:

Observasi untuk peserta didik:

- a. Dengan penggunaan alat yang dimodifikasi peserta didik tampak semangat dalam pembelajaran
- b. Sebagian besar peserta didik terlihat sudah percaya diri dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat.

- c. Semua peserta didik terlihat senang dalam proses pembelajaran.
- d. Dengan penggunaan alat yang dimodifikasi sebagian besar peserta didik sudah mulai berani saat melakukan gerakan gerak dasar lompat.
- e. Setiap peserta didik berusaha untuk memperbaiki kesalahan dalam proses pembelajaran.
- f. Peserta didik mudah menerima penyampaian materi dalam proses pembelajaran.
- g. Dalam proses pembelajaran sebagian besar peserta didik selalu berlatih gerak dasar lompat.
- h. Kerja sama antara peserta didik pada proses pembelajaran sudah mulai berjalan dengan baik.

Observasi Untuk Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan.

- a. Secara umum sistematika pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani berjalan baik.
- b. Suara guru saat mengajar jelas, sehingga peserta didik mudah dalam menerima materi pembelajaran.
- c. Perilaku guru selama pembelajaran sopan.
- d. Guru selalu melakukan koreksi terhadap kesalahan setiap peserta didik saat melakukan gerakan gerak dasar lompat.
- e. Penempatan posisi guru dalam proses pembelajaran sudah bagus yaitu berada dibelakang peserta didik sehingga mempermudah peserta didik dalam menerima inti pembelajaran.
- f. Guru selalu memberikan contoh materi dengan peragaan saat pelaksanaan pembelajaran.

- g. Guru tampak mempunyai rasa percaya diri pada saat pembelajaran berlangsung.
 - h. Guru Tampak bersemangat dalam menyampaikan materi pembelajaran
 - i. Variasi pembelajaran masih kurang.
 - j. Guru sudah memberikan evaluasi pada pembelajaran keterampilan gerakan gerak dasar lompat.
 - k. Proses pembelajaran yang dilaksanakan guru sudah sesuai dengan RPP.
4. Catatan Lapangan
- Catatan lapangan dari pengamat dalam pembelajaran siklus I pertemuan pertama adalah:
- a. Sebagian besar peserta didik posisi gerakan tangan, badan, dan kaki pada saat melakukan tumpuan belum pas.
 - b. Sebagian besar peserta didik posisi gerakan tangan, badan dan kaki pada saat melayang belum pas.
 - c. Sebagian besar peserta didik posisi gerakan tangan, badan, dan kaki pada saat mendarat belum pas.
5. Refleksi
- a. Dari pengamat
 - 1. Latihan gerak dasar lompat pada tehnik tumpuan, melayang dan mendarat perlu dilakukan lagi secara berulang-ulang.
 - 2. Pada saat melakukan gerakan gerak dasar lompat masih banyak peserta didik yang kaku dalam melakukannya.
 - 3. Sebagian besar peserta didik kurang serius dalam melakukan berbagai variasi latihan gerak dasar lompat.
 - b. Dari peserta didik
 - 1. Sebelum materi inti di ajarkan, peserta didik terlihat senang dengan berbagai permainan yang diberikan.
 - 2. Sebagian besar peserta didik mengatakan sudah tidak takut lagi dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat karena menggunakan matras.
6. Analisis pada Siklus I pertemuan pertama
- Dalam pembelajaran yang sudah dilakukan kali ini memiliki kelebihan dan kekurangan. Adapun kelebihan dari pembelajaran kali ini adalah:
- a. Pembelajaran sudah menyenangkan bagi peserta didik.
 - b. Sebagian besar peserta didik tidak takut lagi dan mulai percaya diri dalam melakukan keterampilan gerakan gerak dasar lompat.
 - c. Sudah mulai ada peserta didik yang sudah benar dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat, meskipun masih perlu perbaikan lagi.
- Adapun kekurangan yang terdapat dalam pembelajaran ini adalah:
- a. Sebagian besar peserta didik dalam melakukan tumpuan gerakan tangan, badan, dan kaki masih belum pas.
 - b. Sebagian besar peserta didik dalam melakukan gerakan melayang gerakan tangan, badan, dan kaki masih belum pas.
 - c. Sebagian besar peserta didik dalam melakukan gerakan mendarat gerakan tangan, badan, dan kaki masih belum pas.

Dari hasil penilaian tersebut dapat diketahui bahwa pada pembelajaran siklus I pertemuan pertama sudah ada 8 peserta didik (40%) yang sudah tuntas dan masih ada 12 peserta didik (60%) yang masih belum tuntas. Maka akan dilanjutkan ke siklus berikutnya:

3. Deskripsi Data Siklus I pertemuan kedua

Pada pembelajaran ini yaitu siklus I pertemuan kedua, diperoleh nilai rata-rata sebesar 73,43 meningkat bila dibanding dengan siklus I pertemuan pertama dan persentase ketuntasan belajar gerakan gerak dasar lompat dapat dilihat pada tabel 3 dibawah ini:

Tabel 3. Persentase Ketuntasan Belajar Peserta Didik Melakukan Gerakan Gerak Dasar Lompat Pada Pelaksanaan Siklus I Pertemuan Kedua

No	Nama	Nilai	Tuntas / Tidak Tuntas	Persentase Ketuntasan
1	Abdullah Syafi'i	81,25	Tuntas	
2	Abdurrahman	75,00	Tuntas	
3	Lutfi Aulia	75,00	Tuntas	
4	Marpuah	62,50	Tidak Tuntas	
5	Muhammad Anwar	81,25	Tuntas	
6	Muhammad Anwar Hadi	81,25	Tuntas	
7	Muhammad Arsyad	75,00	Tuntas	
8	Muhammad Azkiya	75,00	Tuntas	
9	Muhammad Nasrullah	87,50	Tuntas	70%
10	Muhammad Riyan	75,00	Tuntas	
11	Muhammad Saidi	81,25	Tuntas	
12	Muhammad Sulaiman	62,50	Tidak Tuntas	
13	Muhammad Zaini Zahri	62,50	Tidak Tuntas	
14	Norjanah	56,25	Tidak Tuntas	
15	Rabiatul Adawiyah	62,50	Tidak Tuntas	
16	Saidi	81,25	Tuntas	
17	Siti Aminah	75,00	Tuntas	
18	Siti Norhalisah	62,50	Tidak Tuntas	
19	Umi Alkampakah	81,25	Tuntas	
20	Yuliana Zahra	75,00	Tuntas	
Rata – rata		73,43		

Siklus I pertemuan kedua dilaksanakan pada hari rabu tanggal 26 Nopember 2014. Dalam pembelajaran sebelumnya peserta didik masih terkesan canggung dalam pembelajaran, dan guru dalam penyampaian pembelajaran kurang variatif dan masih monoton. Dengan

demikian dalam pembelajaran kali ini peneliti menekankan pada keterlibatan secara aktif peserta didik dalam pembelajaran gerak dasar lompat terutama pada posisi gerakan tangan. Adapun kegiatan pada pembelajaran siklus I pertemuan kedua ini adalah:

1. Perencanaan

Dengan adanya permasalahan atau kekurangan pada pembelajaran sebelumnya maka peneliti melakukan diskusi dengan guru pendidikan jasmani (teman sejawat) untuk mencari alternatif pemecahan masalah. Dalam diskusi tersebut disusunlah Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Adapun RPP tersebut tersusun sebagai berikut:

- a. Pendahuluan terdiri dari Streching aktif, pemanasan dengan permainan kecil.
- b. Inti pembelajaran meliputi latihan gerak dasar lompat dari awalan, tumpuan, melayang, dan mendarat dengan berbagai variasi.
- c. Penutup berupa permainan kecil.

2. Pelaksanaan

Pembelajaran gerak dasar lompat pada siklus I pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 26 Nopember 2014 dengan kegiatan sebagai berikut:

a. Kegiatan awal

Proses pembelajaran gerak dasar lompat dilaksanakan pada jampelajaran yaitu 08.00-09.45. Kegiatan pembelajaran diawali dengan membariskan peserta didik menjadi 2 saf, berdoa, presentasi peserta didik, dan pemanasan *stretching* aktif. Kemudian dilanjutkan dengan permainan kecil yang bertujuan untuk menciptakan suasana kelas yang gembira dan peserta

didik senang dalam pembelajaran.

b. Inti Pembelajaran

Dalam inti pembelajaran guru memberikan contoh keterampilan gerak dasar lompat mulai dari awalan, tumpuan, melayang hingga mendarat dengan menggunakan media kardus jadi tidak dilakukan pada bak lompat karena di SDN Pandulangan 1 tersebut tidak tersedia bak lompat. Selanjutnya guru mencontohkan satu persatu tahapan gerakan melompat dalam pembelajaran ini guru memulai dengan mencontohkan/memparaktikkan gerakan melompati kardus tanpa awalan gerakan ini melatih bagaimana cara melakukan tumpuan dan mendarat yang benar tapi tujuan utamanya adalah melatih cara melakukan tumpuan yang benar, Setelah peserta didik memperhatikan guru mencontohkan selanjutnya masing-masing peserta didik disuruh mencoba melakukan sambil diawasi oleh guru untuk mengarahkan peserta didik yang belum bias melakukan dengan benar.

Gerakan berikutnya yang dicontohkan/dipraktikkan oleh guru adalah gerakan melompati

kardus dengan awalan lari 3, 5, dan 7 langkah gerakan ini bertujuan melatih cara melakukan awalan, tumpuan, melayang dan mendarat dengan benar. Setelah memperhatikan guru mencontohkan kemudian peserta didik mencoba melakukan gerakan tersebut dibawah bimbingan guru bagi peserta didik yang belum bisa melakukan dengan benar.

Setelah melakukan kegiatan diatas selanjutnya guru mencontohkan gerakan melompat dengan media matras sebagai pengganti bak lompat pada latihan ini lintasan awalan lebih panjang, mula-mula guru berdiri di satu titik untuk bersiap melakukan lari sebagai awalan setelah ada aba-aba guru mulai berlari kemudian melakukan tumpuan /tolakanmelayang dan mendarat diatas matras. Selanjutnya dengan arahan guru satu persatu peserta didik disuruh melakukan seperti yang dicontohkan guru tersebut.

c. Kegiatan Akhir

Pada kegiatan ini peserta didik melakukan permainan kecil serta memberikan evaluasi pada peserta didik tentang pembelajaran keterampilan gerakan gerak dasar lompat untuk memperoleh informasi untuk menyempurnakan proses pembelajaran yang akan dilakukan pada siklus II.

3. Observasi

Dalam pembelajaran siklus I pertemuan kedua, dilakukan observasi oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (pengamat) terhadap peneliti. Adapun hasil observasi tersebut adalah:

Observasi untuk peserta didik:

- a. Dengan penggunaan alat yang dimodifikasi peserta didik tampak semangat dalam pembelajaran
- b. Sebagian besar peserta didik terlihat sudah percaya diri dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat.
- c. Semua peserta didik terlihat senang dalam proses pembelajaran.
- d. Dengan penggunaan alat yang dimodifikasi sebagian besar peserta didik sudah mulai berani saat melakukan gerakan gerak dasar lompat.
- e. Setiap peserta didik berusaha untuk memperbaiki kesalahan dalam proses pembelajaran.
- f. Peserta didik mudah menerima penyampaian materi dalam proses pembelajaran.
- g. Dalam proses pembelajaran sebagian besar peserta didik selalu berlatih gerak dasar lompat.
- h. Kerja sama antara peserta didik pada proses pembelajaran sudah berjalan dengan baik.

Observasi Untuk Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan:

- a. Secara umum sistematika pelaksanaan pembelajaran yang

- dilakukan oleh guru pendidikan jasmani berjalan baik.
- b. Suara guru saat mengajar jelas, sehingga peserta didik mudah dalam menerima materi pembelajaran.
 - c. Perilaku guru selama pembelajaran sopan.
 - d. Guru selalu melakukan koreksi terhadap kesalahan setiap peserta didik saat melakukan gerakan gerak dasar lompat.
 - e. Penempatan posisi guru dalam proses pembelajaran sudah bagus yaitu berada dibelakang peserta didik sehingga mempermudah peserta didik dalam menerima inti pembelajaran.
 - f. Guru selalu memberikan contoh materi dengan peragaan saat pelaksanaan pembelajaran.
 - g. Guru tampak mempunyai rasa percaya diri pada saat pembelajaran berlangsung.
 - h. Guru tampak bersemangat dalam menyampaikan materi pembelajaran.
 - i. Variasi pembelajaran gerak dasar lompat sudah banyak dilakukan.
 - j. Guru sudah memberikan evaluasi pada pembelajaran keterampilan gerakan passing atas.
 - k. Proses pembelajaran yang dilaksanakan guru sudah sesuai dengan RPP.
4. Catatan Lapangan
- Catatan lapangan dari pengamat dalam pembelajaran siklus II adalah:
1. Peserta didik terlihat lebih semangat mencoba melakukan gerakan gerak dasar lompat.
 2. Peserta didik sudah tidak canggung lagi dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat.
 3. Secara keseluruhan pembelajaran sudah berjalan cukup baik.
5. Refleksi
- a. Dari pengamat
 1. Kesalahan gerakan gerak dasar lompat yang masih kurang pas oleh sebagian peserta didik sebaiknya segera diperbaiki dengan memberikan contoh gerakan yang benar.
 2. Pemberian motivasi dan perbaikan gerakan pada peserta didik yang masih belum benar dalam melakukan gerak dasar lompat.
 - b. Dari peserta didik
 1. Peserta didik terlihat senang dengan berbagai permainan yang diberikan.
 2. Sebagian besar peserta didik mengatakan sudah tidak takut lagi dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat karena menggunakan media matras.
6. Analisis pada Siklus I pertemuan kedua
- Dalam pembelajaran yang sudah dilakukan kali ini memiliki kelebihan dan kekurangan. Adapun kelebihan dari pembelajaran kali ini adalah:

- a. Pembelajaran sudah menyenangkan bagi peserta didik.
- b. Sudah ada 14 peserta didik yang dapat melakukan gerakan gerak dasar lompat dengan baik dan benar.

Adapun kekurangan yang terdapat dalam pembelajaran ini adalah:

- a. Masih ada 6 peserta didik yang belum bisa melakukan gerakan gerak dasar lompat.
- b. Kesalahan dasar terjadi pada saat melakukan tumpuan kaki kurang ditekuk dan pada saat mendarat kaki tidak mengeper.

Setelah dilaksanakan pembelajaran pada siklus I pertemuan kedua, menunjukkan adanya peningkatan keterampilan peserta didik dalam melakukan gerak dasar lompat, yaitu terdapat 14 peserta didik (70 %) yang sudah tuntas belajar dan masih ada 6 peserta didik (30%)

yang belum tuntas. Persentase ketuntasan belajar secara keseluruhan pada siklus ini adalah:

$$p = \frac{14}{20} \times 100\%$$

$$p = 70 \%$$

Maka akan dilanjutkan ke siklus berikutnya.

4. Deskripsi Data Siklus II pertemuan pertama

Dari hasil perhitungan nilai pada penelitian yang dilakukan pada siklus II pertemuan pertama diperoleh nilai rata-rata sebesar 80,36. Dan persentase ketuntasan keterampilan gerak dasar lompat juga telah dapat dikuasai oleh 19 orang peserta didik dari 20 orang peserta didik, itu artinya penguasaan gerak sudah 95 % dapat dikuasai oleh peserta didik. Yang dapat kita lihat pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 4. Persentase Ketuntasan Belajar Peserta Didik Melakukan Gerakan Gerak Dasar Lompat Pada Pelaksanaan Siklus II Pertemuan Pertama

No	Nama	Nilai	Tuntas / Tidak Tuntas	Persentase Ketuntasan
1	Abdullah Syafi'i	87,50	Tuntas	95%
2	Abdurrahman	93,75	Tuntas	
3	Lutfi Aulia	87,50	Tuntas	
4	Marpuah	81,25	Tuntas	
5	Muhammad Anwar	93,75	Tuntas	
6	Muhammad Anwar Hadi	93,75	Tuntas	
7	Muhammad Arsyad	93,75	Tuntas	
8	Muhammad Azkiya	81,25	Tuntas	
9	Muhammad Nasrullah	93,75	Tuntas	
10	Muhammad Riyan	81,25	Tuntas	
11	Muhammad Saidi	87,50	Tuntas	
12	Muhammad Sulaiman	87,50	Tuntas	
13	Muhammad Zaini Zahri	81,25	Tuntas	
14	Norjanah	68,75	Tidak Tuntas	

15	Rabiatul Adawiyah	75,00	Tuntas
16	Saidi	93,75	Tuntas
17	Siti Aminah	81,25	Tuntas
18	Siti Norhalisah	87,50	Tuntas
19	Umi Alkampakah	87,50	Tuntas
20	Yuliana Zahra	87,50	Tuntas
Rata – rata		86,25	

Dalam siklus II pertemuan pertama ini guru tidak lagi mengoreksi keaktifan peserta didik, karena peserta didik sudah beradaptasi dengan penggunaan alat yang dimodifikasi dan variasi pembelajaran yang dirancang oleh guru tetapi lebih menekankan pada kesalahan mendasar pada saat melakukan gerakan gerak dasar lompat. Adapun kegiatan dalam siklus II pertemuan pertama ini adalah sebagai berikut:

1. Perencanaan

Dengan adanya permasalahan atau kekurangan pada pembelajaran sebelumnya maka peneliti melakukan diskusi dengan guru pendidikan jasmani (teman sejawat) untuk mencari alternatif pemecahan masalah. Dalam diskusi tersebut disusunlah Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Adapun RPP tersebut tersusun sebagai berikut:

- a. Pendahuluan terdiri dari Streching aktif, pemanasan dengan permainan kecil.
- b. Inti pembelajaran meliputi latihan gerak dasar lompat dari awalan, tumpuan, melayang dan mendarat. Dengan lebih menekankan pada perbaikan kesalahan mendasar dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat.
- c. Penutup berupa permainan kecil.

2. Pelaksanaan

Pembelajaran gerak dasar lompat pada siklus II pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 03 Desember 2014 dengan kegiatan sebagai berikut:

a. Kegiatan awal

Kegiatan pembelajaran diawali dengan membariskan peserta didik menjadi 2 saf, berdoa, presentasi peserta didik, dan pemanasan stretching aktif. Kemudian dilanjutkan dengan permainan kecil yang bertujuan untuk menciptakan suasana kelas yang gembira dan peserta didik senang dalam pembelajaran.

b. Inti Pembelajaran

Dalam inti pembelajaran guru memberikan contoh keterampilan gerak dasar lompat mulai dari awalan, tumpuan, melayang hingga mendarat dengan menggunakan media kardus jadi tidak dilakukan pada bak lompat karena di SDN Pandulangan 1 tersebut tidak tersedia bak lompat. Selanjutnya guru mencontohkan satu persatu tahapan gerakan melompat dalam pembelajaran ini guru memulai dengan mencontohkan/ mempraktikkan

gerakan melompati kardus tanpa awalan gerakan ini melatih bagaimana cara melakukan tumpuan dan mendarat yang benar tapi tujuan utamanya adalah melatih cara melakukan tumpuan yang benar, Setelah peserta didik memperhatikan guru mencontohkan selanjutnya masing-masing peserta didik disuruh mencoba melakukan sambil diawasi oleh guru untuk mengarahkan peserta didik yang belum bias melakukan dengan benar.

Gerakan berikutnya yang dicontohkan/dipraktikkan oleh guru adalah gerakan melompati kardus dengan awalan lari 3, 5, dan 7 langkah gerakan ini bertujuan melatih cara melakukan awalan, tumpuan, melayang dan mendarat dengan benar. Setelah memperhatikan guru mencontohkan kemudian peserta didik mencoba melakukan gerakan tersebut dibawah bimbingan guru bagi peserta didik yang belum bias melakukan dengan benar.

Setelah melakukan kegiatan diatas selanjutnya guru mencontohkan gerakan melompat dengan media matras sebagai pengganti bak lompat pada latihan ini lintasan awalan lebih panjang, mula-mula guru berdiri di satu titik untuk bersiap melakukan lari sebagai awalan setelah ada aba-aba

guru mulai berlari kemudian melakukan tumpuan/tolakan, melayang dan mendarat diatas matras. Selanjutnya dengan arahan guru satu persatu peserta didik disuruh melakukan seperti yang dicontohkan guru tersebut.

c. Kegiatan Akhir

Pada kegiatan ini peserta didik melakukan permainan kecil serta melakukan evaluasi dengan cara pengamatan pada peserta didik dalam melakukan keterampilan gerakan gerak dasar lompat. Dari hasil evaluasi diketahui bahwa hanya ada 1orang peserta didik yang belum bisa melakukan gerakan gerak dasar lompat dengan benar.

3. Observasi

Dalam pembelajaran siklus II pertemuan pertama, dilakukan observasi oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (pengamat) terhadap peneliti. Adapun hasil observasi tersebut adalah:

Observasi untuk peserta didik:

- a. Dengan penggunaan alat yang dimodifikasi peserta didik tampak semangat dalam pembelajaran
- b. Semua peserta didik terlihat sudah percaya diri dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat.
- c. Semua peserta didik terlihat senang dalam proses pembelajaran.

- d. Dengan penggunaan alat yang dimodifikasi semua peserta didik sudah mulai berani saat melakukan gerakan gerak dasar lompat.
- e. Peserta didik mudah menerima penyampaian materi dalam proses pembelajaran.
- f. Kerja sama antara peserta didik pada proses pembelajaran sudah berjalan dengan baik.

Observasi Untuk Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan:

- a. Secara umum sistematis pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani berjalan sangat baik.
- b. Suara guru saat mengajar jelas, sehingga peserta didik mudah dalam menerima materi pembelajaran. Perilaku guru selama pembelajaran sopan.
- c. Penempatan posisi guru dalam proses pembelajaran sudah bagus yaitu berada dibelakang peserta didik sehingga mempermudah peserta didik dalam menerima inti pembelajaran.
- d. Guru selalu memberikan contoh materi dengan peragaan saat pelaksanaan pembelajaran.
- e. Guru tampak mempunyai rasa percaya diri pada saat pembelajaran berlangsung.
- f. Guru tampak bersemangat dalam menyampaikan materi pembelajaran
- g. Guru sudah memberikan evaluasi pada pembelajaran

keterampilan gerakan gerak dasar lompat.

- h. Proses pembelajaran yang dilaksanakan guru sudah sesuai dengan RPP.

4. Catatan Lapangan

Catatan lapangan dari pengamat dalam pembelajaran siklus II adalah sebagai berikut:

- a. Pembelajaran sudah berjalan baik.
- b. Hanya ada 1 orang peserta didik yang tidak mampu melakukan gerakan gerak dasar lompat dengan baik dan benar.

5. Refleksi

c. Dari pengamat

1. Kesalahan mendasar peserta didik dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat sudah tidak terlihat lagi.
2. Tujuan pembelajaran yang diharapkan sudah 95% tercapai.

d. Dari peserta didik

1. Keterampilan gerakan gerak dasar lompat dengan menggunakan alat yang dimodifikasi membuat peserta didik aktif dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat.
2. Dengan penggunaan alat yang dimodifikasi menimbulkan antusias peserta didik dalam mengikuti pembelajaran.

6. Analisis pada Siklus II pertemuan pertama

Dari hasil perhitungan nilai pada penelitian yang dilakukan pada siklus II pertemuan pertama

diperoleh nilai rata-rata sebesar 80,36. Dan persentase ketuntasan keterampilan gerak dasar lompat juga telah dapat dikuasai oleh 19 orang peserta didik dari 20 orang peserta didik, itu artinya penguasaan gerak sudah 95 % dapat dikuasai oleh peserta didik.

Persentase ketuntasan klasikal pada siklus II pertemuan pertama ini adalah:

$$p = \frac{19}{20} \times 100\%$$

$$p = 95\%$$

Bila dilihat dari hasil pengamatan dan evaluasi pembelajaran yang menyatakan bahwa 95% peserta didik kelas V SDN Pandulangan 1 sudah benar dalam melakukan gerak dasar lompat maka pembelajaran pada siklus II pertemuan pertama ini telah berhasil. Dengan demikian pembelajaran gerak dasar lompat tidak lagi dilanjutkan pada siklus berikutnya dan dinyatakan selesai.

Dengan demikian tindakan yang dilakukan dalam penelitian

ini yaitu penggunaan alat yang dimodifikasi dinyatakan menunjukkan efektifitas pembelajaran gerak dasar lompat pada peserta didik SDN Pandulangan 1.

PEMBAHASAN

Pada pengamatan awal peneliti melakukan observasi terhadap peserta didik dalam melakukan keterampilan gerak dasar lompat dan didapatkan hasilnya dari 20 orang peserta didik hanya ada 4 orang yang nilainya mencapai KKM dan diperoleh nilai rata-rata 62,18. Kemudian setelah dilakukan pembelajaran dari siklus I pertemuan pertama, siklus I pertemuan kedua dan siklus II pertemuan pertama jumlah peserta didik yang mencapai KKM semakin meningkat demikian juga nilai rata-rata yang diperoleh juga meningkat.

Untuk mengetahui perbandingan hasil penilaian keterampilan gerak dasar lompat dari sebelum penelitian sampai sesudah penelitian bisa dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Data Nilai Rata-Rata Penguasaan Tugas Keterampilan Gerak Dasar Lompat Yang Diberikan Guru Kepada Peserta Didik Pada Pengamatan Awal, Siklus I Pertemuan Pertama, Siklus I Pertemuan Kedua Dan Siklus II Pertemuan Pertama.

No	Pembelajaran	Nilai rata-rata peserta didik	Keterangan
1	Pengamatan awal	62,18	Tidak tuntas
2	Siklus I pertemuan pertama	68,43	Tidak tuntas
3	Siklus I pertemuan kedua	73,43	Tuntas
4	Siklus II pertemuan pertama	86,25	Tuntas

Keterangan:

1. Nilai 62,18 adalah nilai rata-rata peserta didik dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat pada saat pengamatan awal.
2. Nilai 68,43 adalah nilai rata-rata peserta didik dalam melakukan gerakan gerak dasar

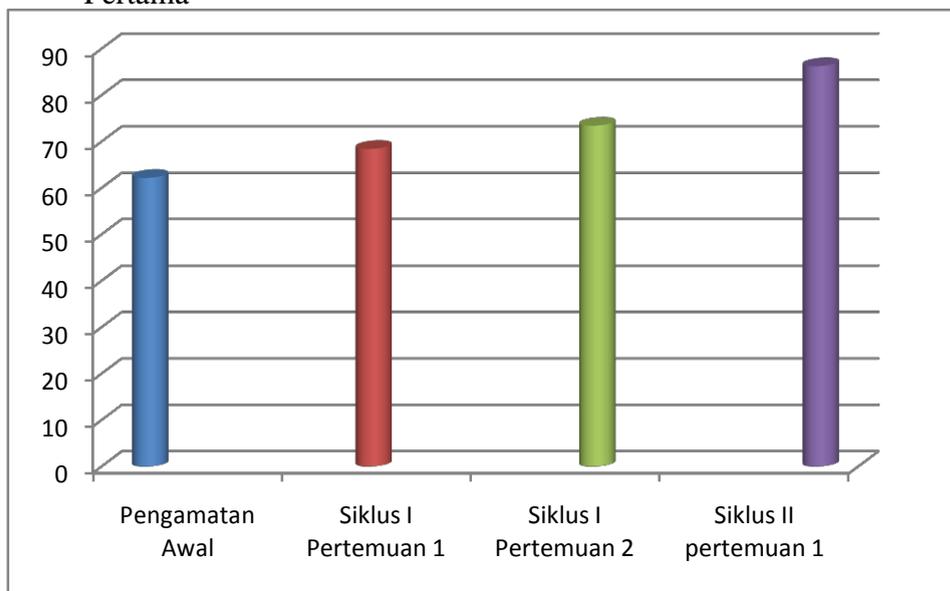
lompat pada saat pembelajaran siklus I dilaksanakan.

3. Nilai 73,43 adalah nilai rata-rata peserta didik dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat pada saat pembelajaran siklus II dilaksanakan.
4. Nilai 86,25 adalah nilai rata-rata peserta didik dalam melakukan gerakan gerak dasar

lompat pada saat siklus III dilaksanakan.

Pada data tabel di atas menunjukkan nilai rata-rata penguasaan gerak dasar lompat yang diberikan guru kepada peserta didik dengan memodifikasi alat yang peningkatannya dapat ditunjukkan melalui gambar grafik berikut ini.

Gambar 1. Grafik Nilai Rata-Rata Penguasaan Tugas Gerak Dasar Lompat Yang Diberikan Guru Kepada Peserta Didik Dari Pengamatan Awal, Siklus I Pertemuan Pertama, Siklus I Pertemuan Kedua, Dan Siklus II Pertemuan Pertama



Grafik diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata dalam pembelajaran keterampilan gerak dasar lokpat. Pada pengamatan awal gerakan hanya sebagian kecil peserta didik dalam melakukan gerakan gerak dasar lompat yang benar yaitu hanya 4 orang dari 20 orang peserta didik, pada siklus I Pertemuan pertama terjadi perbaikan gerakan sehingga mengalami peningkatan, pada siklus I pertemuan kedua juga mengalami peningkatan lagi dan pada siklus II peserta didik kelas V SDN Pandulangan 1 Kecamatan Tapin Tengah rata-rata baik dan sesuai dengan harapan peneliti. Karna dalam pembelajaran siklus II sebagian besar peserta didik yaitu 19 orang dari 20 orang peserta didik sudah tuntas(mencapai nilai KKM) maka penelitian tidak lagi dilanjutkan ke siklus berikutnya.

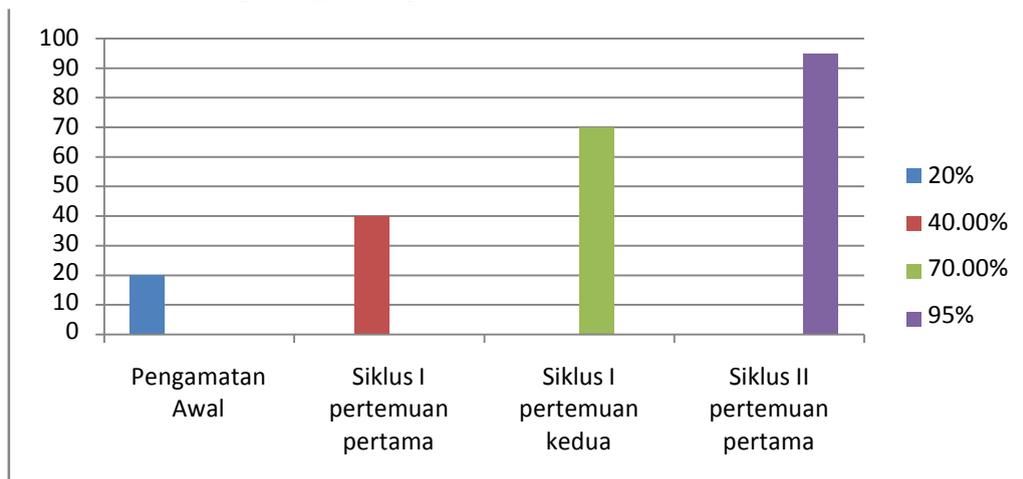
Sedangkan untuk persentase pertama, siklus I pertemuan kedua, dan siklus II pertemuan pertama dapat di lihat sebagai berikut:

Tabel 6. Data Persentase ketuntasan peserta didik per individu

No	Pembelajaran	Persentase ketuntasan	Keterangan
1	Pengamatan awal	20%	Tidak tuntas
2	Siklus I pertemuan pertama	40 %	Tidak tuntas
3	Siklus I pertemuan kedua	70 %	Tidak tuntas
4	Siklus II pertemuan pertama	95 %	Tuntas

Dari tabel persentase ketuntasan pembelajaran di atas dapat digambarkan dalam sebuah grafik:

Gambar 2. Grafik peningkatan persentase ketuntasan



Grafik diatas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan persentase ketuntasan pembelajaran. Pada pengamatan awal hanya 4 orang peserta didik yang tuntas (20%), pada siklus I pertemuan pertama terjadi perbaikan sehingga ada 8 peserta didik yang tuntas (40%), pada siklus I pertemuan kedua juga mengalami peningkatan lagi sehingga ada 14 peserta didik yang tuntas (70%) dan pada siklus II menjadi 19 orang dari 20 orang peserta didik kelas V SDN Pandulangan 1 Kecamatan Tapin Tengah yang tuntas (95%).

Kegiatan pembelajaran yang efektif tidak dapat muncul dengan sendirinya tetapi guru yang menciptakan pembelajaran yang memungkinkan peserta didik mencapai tujuan yang ditetapkan secara optimal. Guru dituntut untuk bisa menciptakan situasi pembelajaran yang memungkinkan terjadinya proses belajar mengajar dalam diri peserta didik. Pemilihan alat pembelajaran yang pas untuk peserta didik juga merupakan salah satu kreatifitas guru.

Peningkatan dari belum ada yang tuntas belajar sampai semua

peserta didik tuntas belajar ketika melakukan keterampilan gerak dasar lompat dari sebelum dan sesudah dilaksanakannya Penelitian Tindakan Kelas (PTK) mengindikasikan bahwa penggunaan alat pembelajaran yang dimodifikasi dan ditambah dengan kreatifitas guru dalam mengajar akan membuat peserta didik berperan aktif dalam pembelajaran. Apabila peserta didik aktif maka akan terjadi perubahan baik secara jasmaniah maupun psikologi.

KESIMPULAN

Dari penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan dalam tiga siklus di peroleh kesimpulan sebagai berikut: Melalui modifikasi alat dapat meningkatkan efektifitas hasil belajar gerak dasar lompat pada peserta didik kelas V Sekolah Dasar Negeri Pandulangan 1 Kecamatan Tapin Tengah Kab. Tapin.

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut;

1. Bagi peserta didik: pada setiap mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan hendaknya terus berperan aktif, lebih disiplin, menghargai teman, dan saling bekerja sama.
2. Bagi Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan: agar dalam melakukan pembelajaran selalu dengan penuh tanggung jawab, kreatif dan profesional sehingga bisa membuat siswa aktif bergerak, semangat dan bergembira pada saat mengikuti pembelajaran, salah satunya dengan cara penggunaan alat yang dimodifikasi

sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

3. Bagi Sekolah: agar dapat lebih mendukung pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan dengan cara melengkapi alat-alat pembelajaran sehingga pembelajaran bisa berjalan dengan optimal.
4. Bagi maha siswa: agar dapat dijadikan acuan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam lagi sehingga dapat memecahkan berbagai permasalahan yang terjadi pada pembelajaran penjasorkes.

DAFTAR PUSTAKA

- Athar & Mashud, 2013. *Gerak Dasar Lokomotor Dengan Pendekatan Pakem*. Kediri: CV DHAHA PUSTAKA.
- Djumidar, 2001. *Dasar-dasar Atletik*. Jakarta : Pusat Penerbitan Universitas Terbuka
- Lelono, Djoko, 2007. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Banjarbaru: JPOK-FKIP Universitas Lambung Mangkurat (<http://dansite.wordpress.com/2009/03/28/pengertian-efektifitas>).
- Lutan, Rusli, 2002. *Asas-asas pendidikan jasmani: Pendekatan pendidikan gerak di sekolah dasar*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas.
- Lutan, Rusli, 2002. *Mengajar pendidikan jasmani: Pendekatan pendidikan gerak di sekolah dasar*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas.
- Sudijono, Anas. 2014. *Pengantar Statistika Pendidikan*. Jakarta: PT. Rajawali Pers

