

PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR DAN KEMAMPUAN BERLARI MELALUI MODEL PERMAINAN PERLOMBAAN PADA SISWA KELAS 3 SD NEGERI BANDUNG WONOSEGORO BOYOLALI

Samudi

Samudi890@gmail.com

SD Negeri Bandung, Wonosegoro, Boyolali

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan motivasi belajar dan kemampuan berlari pada siswa kelas 3 SD Negeri Bandung Wonosegoro Boyolali tahun pelajaran 2014/2015. Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang dilakukan dua siklus dengan prosedur penelitian adalah perencanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Teknik pengumpulan data menggunakan: observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan temuan bahwa model Permainan dan Perlombaan dapat: 1). Meningkatkan motivasi belajar Penjasorkes materi Pola gerak Lokomotor berlatih lari pada siswa kelas 3 SD Negeri Bandung Wonosegoro Boyolali. Persentase kenaikan motivasi belajar siswa sebesar 3,15 (16,44%) untuk siklus 1 dan 2,73 (10,62%) untuk siklus 2, 2) Meningkatkan kemampuan siswa dalam berlari, siswa berusaha menggunakan kemampuan yang dimilikinya untuk memenangkan perlombaan. Persentase kenaikan kemampuan belajar siswa sebesar 10,69% untuk siklus 1 dan 13,15% untuk siklus 2. 3) Meningkatkan persentase jumlah siswa yang mencapai ketuntasan belajar minimal (KKM) berikut: pada kondisi awal, persentase pencapaian KKM sebesar 25,00% (8 siswa), pada siklus 1 persentase meningkat menjadi 55,56% (20 siswa), dan siklus 2 persentase jumlah siswa yang mencapai KKM meningkat menjadi 84,37% (27 siswa)

Kata kunci: Penjasorkes, motivasi belajar, kemampuan lari, model permainan perlombaan.

PENDAHULUAN

Masih banyaknya permasalahan yang muncul dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah, seperti siswa kurang tertarik pada pelajaran, siswa cenderung pasif dalam mengikuti pembelajaran, siswa merasa bosan untuk mengikuti pembelajaran dan sebagainya. Hasil observasi peneliti dan teman sejawat pada pembelajaran Penjasorkes di kelas 3 SD Negeri Bandung Wonosegoro Boyolali mene-

mukan sejumlah permasalahan-permasalahan yang terjadi di lapangan bahwa pembelajaran Penjasorkes dikarenakan proses belajar mengajar masih menggunakan metode pembelajaran yang tidak menarik, monoton, cenderung guru yang aktif sedangkan siswa cenderung pasif cuma sebagai pendengar saja. Kondisi ini berdampak pada rendahnya motivasi belajar siswa dan kemampuan berlari. Dari jumlah 32 siswa kelas 3 SD Negeri Bandung Kecamatan

Wonosegoro Kabupaten Boyolali terdapat 11 siswa (30,56%) menunjukkan Mengikuti kegiatan pembelajaran dan sebanyak 13 siswa (40,62%) menunjukkan tingkat motivasi sedang dalam mengikuti pembelajaran serta terdapat 8 siswa (25,00%) menunjukkan tingkat motivasi tinggi dalam mengikuti pembelajaran. Sedangkan kemampuan berlari dari 32 siswa terdapat 1 siswa (3,13%) mendapat nilai dengan kategori baik sekali, dan terdapat 7 siswa (21,88%) mendapat nilai dengan kategori baik, 14 siswa (43,75%) mendapat nilai dengan kategori cukup serta 10 siswa (31,25%) mendapatkan nilai dengan kategori kurang. Dengan demikian sebagian besar siswa kelas 3 SD Negeri Bandung Kecamatan Wonosegoro Kabupaten Boyolali mendapatkan nilai kemampuan berlari masih rendah.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, maka dalam penelitian ini permasalahan dapat diidentifikasi sebagai berikut: 1). Penyampaian materi Pola Gerak Lokomotor berlatih lari pada siswa kelas 3 SD Negeri Bandung Wonosegoro Kabupaten Boyolali semester I tahun pelajaran 2014/2015 kurang menarik terhadap siswa sehingga Motivasi belajar masih rendah; 2). Rendahnya Kemampuan belajar Penjasorkes pada materi Pola Gerak Lokomotor berlatih lari pada siswa kelas 3 SD Negeri Bandung Wonosegoro Kabupaten Boyolali tahun pelajaran 2014/2015; 3). Pembelajaran

tingkat motivasi rendah dalam

Penjasorkes materi Pola Gerak Lokomotor berlatih lari pada siswa kelas 3 SD Negeri Bandung Wonosegoro Kabupaten Boyolali semester I tahun pelajaran 2014/2015 belum menggunakan model pembelajaran yang tepat sehingga pemahaman siswa terhadap konsep masih kurang.

Permasalahan yang hendak dipecahkan dalam PTK ini adalah: 1). Apakah melalui permainan dan perlombaan dapat meningkatkan motivasi belajar siswa kelas 3 SD Negeri Bandung Kecamatan Wonosegoro Kabupaten Boyolali semester I tahun pelajaran 2014/2015?; 2). Apakah melalui permainan dan perlombaan dapat meningkatkan kemampuan berlatih lari pada siswa kelas 3 SD Negeri Bandung Kecamatan Wonosegoro Kabupaten Boyolali semester I tahun pelajaran 2014/2015?

KAJIAN PUSTAKA

a. Pengertian Motivasi

Menurut McDonald dalam Hamalik (2009: 173) motivasi merupakan suatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya efektif dan reaksi untuk mencapai tujuan. Perumusan ini mengandung tiga unsur yang saling berkaitan: (a) Motivasi dimulai dari adanya perubahan energi dalam pribadi; (b) motivasi ditandai dengan timbulnya perasaan (*affective arousal*);

(c) Motivasi ditandai oleh reaksi-reaksi untuk mencapai tujuan.

Motivasi merupakan salah satu faktor yang turut menentukan keefektifan pembelajaran. Callahan dan Clark seperti dikutip oleh Mulyasa (2005:112) mengemukakan bahwa motivasi merupakan tenaga pendorong atau penarik yang menyebabkan adanya tingkah laku ke arah suatu tujuan tertentu. Peserta didik akan belajar dengan sungguh-sungguh apabila memiliki motivasi yang tinggi. Dengan kata lain seorang peserta didik akan belajar dengan baik apabila ada faktor pendorongnya (motivasi). Dalam kaitan ini guru dituntut memiliki kemampuan membangkitkan motivasi belajar peserta didik sehingga dapat membentuk kompetensi dan mencapai tujuan belajar.

Dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subyek belajar itu dapat tercapai (Sardiman, 2007:75).

Menurut Yamin (2006: 173) motivasi belajar merupakan daya penggerak psikis dari dalam diri seseorang untuk dapat melakukan kegiatan belajar dan menambah keterampilan dan pengalaman. Motivasi mendorong dan mengarah minat belajar untuk mencapai

suatu tujuan. Siswa akan bersungguh-sungguh belajar karena termotivasi mencari prestasi, mendapat kedudukan dalam jabatan, menjadi politikus, dan memecahkan masalah.

b. Jenis Motivasi Belajar

Menurut Yamin (2006:178-180) jenis motivasi dalam belajar dibedakan dalam dua jenis, masing-masing merupakan: (1) motivasi ekstrinsik, (2) motivasi intrinsik.

1. Motivasi Ekstrinsik

Menurut Djamarah (2002: 35) motivasi ekstrinsik merupakan motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya perangsang dari luar. Menurut Yamin (2006:178) motivasi ekstrinsik merupakan kegiatan belajar yang tumbuh dari dorongan dan kebutuhan seseorang tidak secara mutlak berhubungan dengan kegiatan belajarnya sendiri.

Berdasarkan pendapat di atas, maka motivasi ini timbul disebabkan oleh dorongan atau rangsangan dari luar. Menurut Winkel dalam Yamin (2006: 179) adapun yang termasuk dalam bentuk motivasi belajar ekstrinsik merupakan sebagai berikut :

- a). Belajar demi memenuhi kewajiban;
- b). Belajar demi menghindari hukuman dan ancaman;
- c). Belajar demi memperoleh hadiah material yang dijanjikan;
- d). Belajar demi meningkatkan status sosial;
- e). Belajar demi memperoleh pujian dari orang penting, misalnya guru dan orang tuanya;
- f). Belajar demi tujuan jabatan

yang ingin dipegang atau demi memenuhi persyaratan kenaikan jenjang atau golongan administratif.

2. Motivasi Intrinsik

Menurut Djamarah (2002: motivasi intrinsik merupakan motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar, karena dalam setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Menurut Yamin (2006:179) motivasi instrinsik merupakan kegiatan belajar dimulai dan diteruskan, berdasarkan penghayatan sesuatu kebutuhan dan dorongan yang secara mutlak berkaitan dengan aktivitas belajar.

c. Fungsi Motivasi Belajar

Menurut Sardiman (2007: 84) hasil belajar akan menjadi optimal, kalau ada motivasi. Makin tetap motivasi yang diberikan, akan makin berhasil pula pelajaran itu. Jadi motivasi akan senantiasa menentukan intensitas usaha belajar bagi para siswa. Oleh karena itu, motivasi berfungsi sebagai berikut: 1). Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan; 2). Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya; 3). Menyeleksi

perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut. Seseorang siswa yang menghadapi ujian dengan harapan dapat lulus, tentu akan melakukan kegiatan belajar dan tidak akan mengabdikan waktunya untuk bermain kartu atau membaca komik, sebab tidak serasi dengan tujuan (Sardiman, 2007: 85).

Kemudian menurut Oemar Hamalik dalam Yamin (2006: 176-177) dijelaskan bahwa fungsi motivasi dalam belajar, yaitu: 1). Mendorong timbulnya kelakutan atau suatu perbuatan. Tanpa motivasi, maka tidak akan timbul sesuatu perbuatan seperti belajar; 2). Motivasi berfungsi sebagai pengarah. Artinya mengarahkan perbuatan ke pencapaian tujuan yang diinginkan.

Kemampuan atau Prestasi Belajar

Sardiman (2001: 10) mengemukakan suatu rumusan, bahwa belajar sebagai rangkaian kegiatan jiwa-raga, psikofisik menuju ke perkembangan pribadi manusia seutuhnya, yang menyangkut unsur cipta, rasa dan karsa, ranah kognitif, afektif dan psikomotorik.

Menurut Djamarah (2002 : 22) bahwa hakikat dari aktivitas belajar merupakan suatu perubahan yang terjadi dalam diri individu. Perubahan itu nantinya akan mempengaruhi pola

pikir individu dalam berbuat dan bertindak. Perubahan itu sebagai hasil dari pengalaman individu dalam belajar.

Prestasi pada dasarnya merupakan hasil yang diperoleh dari suatu aktivitas. Sedangkan belajar pada dasarnya merupakan suatu proses yang mengakibatkan perubahan dalam diri individu, yakni perubahan tingkah laku. Dengan demikian, dapat diambil pengertian yang cukup sederhana mengenai hal ini. Prestasi merupakan hasil yang diperoleh berupa kesan-kesan yang mengakibatkan perubahan dalam diri individu sebagai hasil dari aktivitas dalam belajar (Djamarah, 2002 : 23).

Prestasi belajar merupakan sebuah kalimat yang terdiri dari dua kata, yakni “prestasi” dan “belajar”. Antara kata “prestasi” dan “belajar” mempunyai arti yang berbeda. Prestasi merupakan hasil dari suatu kegiatan yang telah dikerjakan, diciptakan, baik secara individual maupun kelompok. Prestasi tidak akan pernah dihasilkan selama seseorang tidak melakukan suatu kegiatan. Dalam kenyataan untuk mendapatkan prestasi tidak semudah yang dibayangkan, tetapi penuh perjuangan dengan berbagai tantangan yang harus dihadapi untuk mencapainya. Hanya dengan keuletan dan optimisme dirilah yang dapat membantu untuk mencapainya. Oleh karena itu wajarlah pencapaian prestasi itu

harus dengan jalan keuletan kerja (Djamarah, 2002 : 19).

b. Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan atau Prestasi Belajar Siswa

Hasil atau prestasi belajar yang diperoleh melalui proses pembelajaran, selain ditentukan oleh siswa sebagai subyek belajar dengan berbagai latar belakang, juga dipengaruhi oleh beberapa faktor lain. Menurut Sri Rumini yang dikutip oleh Suyatinah (2000: 71) memaparkan bahwa proses dan hasil belajar dipengaruhi oleh: 1). Faktor internal/dalam diri individu, meliputi: (a) psikis, meliputi kognitif, afektif, psikomotor, campuran, kepribadian, motivasi, perhatian, self disiplin, dan lain-lain; (b) fisik, meliputi indera, anggota badan, tubuh, kelenjar, syaraf, dan lain-lain; 2). Faktor eksternal/lingkungan, meliputi: (a) Sosial/dinamis, meliputi sosial individu (rumah, sekolah, masyarakat); (b) non sosial, meliputi lingkungan alam (cuaca, iklim, suhu), sosial ekonomi, metode belajar, kurikulum, materi, sarana prasarana, dan lain-lain.

Sedangkan menurut Dimiyati dan Mudjiono (2002 : 260) hasil belajar siswa dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor intern dan ekstern. a).Faktor intern meliputi : (1) sikap terhadap belajar, (2) motivasi belajar, (3) konsentrasi belajar (4) kemampuan mengolah bahan ajar, (5) kemampuan menyimpan perolehan hasil belajar, (6) kemampuan menggali hasil belajar

yang tersimpan, (7) kemampuan berprestasi atau unjuk hasil belajar, (8) rasa percaya diri siswa, (9) intelegensi dan keberhasilan belajar, (10) kebiasaan belajar, dan (11) cita-cita siswa. Faktor-faktor intern ini akan menjadi masalah sejauh siswa tidak dapat menghasilkan tindak belajar yang menghasilkan hasil belajar yang lebih baik. b). Faktor-faktor ekstern belajar meliputi : (1) guru sebagai pembina belajar, (2) prasarana dan sarana pembelajaran, (3) kebijakan penilaian, (4) lingkungan sosial siswa di sekolah, (5) kurikulum sekolah. Dari guru sebagai pembelajar maka peranan guru dalam mengatasi masalah-masalah ekstern belajar merupakan prasyarat terlaksananya siswa dapat belajar.

Permainan Perlombaan

Plato, Aristoteles, Frobel menganggap bermain sebagai kegiatan yang mempunyai nilai praktis. Artinya bermain digunakan sebagai media untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan tertentu pada anak (Tedjasaputra, 2007 : 2).

Jadi permainan merupakan kegiatan bermain. Permainan perlombaan dalam berlatih lari merupakan kegiatan permainan dan perlombaan dalam pembelajaran Penjasorkes, oleh karena itu, prinsip pembelajaran yang digunakan merupakan “bermain sambil belajar dan belajar seraya bermain”.

Perlombaan merupakan kegiatan untuk mengadu kemampuan antar dua atau lebih seseorang atau kelompok

dalam suatu hal. Perlombaan juga dapat merupakan bagian dari suatu permainan. Oleh karena itu, permainan perlombaan dalam Penjasorkes materi berlatih lari merupakan upaya untuk mendorong semangat belajar siswa dalam proses pembelajaran. Karena melalui perlombaan, siswa akan termotivasi untuk memenangkan permainan tersebut.

Kajian Penelitian yang Relevan

1). Sulistiono (2012) melakukan penelitian tindakan kelas upaya meningkatkan motivasi dalam pembelajaran belajar gerak dasar lari melalui pendekatan bermain siswa kelas 5 SD Negeri Penerusan Kecamatan Wadas Lintang Kabupaten Wonosobo, menemukan bahwa model pendekatan bermain dapat meningkatkan motivasi belajar gerak dasar lari pada siswa. 2). Penelitian Tindakan Kelas yang dilakukan oleh Joko Triwaluyo (2013), meneliti tentang Upaya Meningkatkan hasil belajar lari sprin melalui permainan hitam hijau pada siswa kelas 6 SD Negeri 2 Badak Kecamatan Belik Kabupaten Pemalang, menemukan bahwa model Permainan dapat meningkatkan hasil belajar siswa. 3) Darmawan Adi Nugroho (2012) meneliti tentang Upaya meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor melalui permainan beregu pada siswa kelas 3 SD Negeri 1 Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas, menemukan bahwa melalui

aplikasi permainan beregu dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar Lokomotor.

Manfaat Bermain bagi Anak

Ada beberapa manfaat bermain bagi anak, antara lain: 1). Manfaat Bermain untuk Perkembangan Aspek Motorik Kasar dan Motorik Halus; 2). Manfaat Bermain untuk Perkembangan Aspek Sosial; 3).Manfaat bermain untuk perkembangan aspek emosi; 4). Manfaat Bermain untuk Perkembangan Aspek Kognisi; 5).Manfaat Bermain untuk Mengembangkan Keterampilan Olahraga dan Menari

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani amat berbeda dengan pelaksanaan dari pembelajaran mata pelajaran lain. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani.Dengan berpartisipasi dalam aktivitas fisik, siswa dapat menguasai keterampilan dan pengetahuan, mengembangkan apresiasi estetis, mengembangkan keterampilan generik serta nilai dan sikap yang positif, dan memperbaiki kondisi fisik untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Olahraga merupakan proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/pertandingan,

dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia seutuhnya yang berkualitas berdasarkan Pancasila (Samsudin, 2008:2).

Pada jenjang Penjasorkes di SD, Penjasorkes merupakan bagian yang integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Samsudin, 2008:141).

Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan

Tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan antara lain:1). Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui internalisasi nilai dalam pendidikan jasmani;2). Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap social dan toleransi dalam konteks kemandirian budaya, etnis dan agama;3). Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani; 4). Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis melalui

berbagai aktivitas jasmani;5). Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas ritmis, akuatik (aktivitas air), dan pendidikan luar kelas;6). Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani;7). Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain;8). Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat;9). Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif (Samsudin, 2008:3).

Olah Raga Jalan dan Lari

Olahraga jalan dan lari merupakan beberapa contoh gerak lokomotor. Gerak jalan dan lari dapat disebut gerak lokomotor, karena gerak yang dilakukan oleh olahraga jalan dan lari merupakan gerak berpindah tempat (Eko Harsono, 2010 : 3).

Kemampuan gerak dasar dikategorikan menjadi 3, yaitu (Eko Harsono, 2010 : 4-5): a). Gerak dasar non-lokomotor; b).Gerak dasar lokomotor; c). Gerak dasar manipulatif

Gerak berjalan dan berlari merupakan bagian dari gerak lokomotor.Gerak lokomotor merupakan gerak berpindah tempat. Gerak berjalan dan

berlari juga dapat dikombinasikan dengan gerakan yang lain. Misalnya, dengan melompat dan meluncur. Contoh gerak dasar lokomotor kombinasi jalan dan lari, yaitu: (a) Jalan dengan ujung kaki sambil mengangkat lutut kemudian lari; (b) Jalan cepat kemudian lari.

METODE PENELITIAN

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilakukan di SD Negeri Bandung Kecamatan Wonosegoro, Kabupaten Boyolali pada mata pelajaran Penjasorkes Materi Pola Gerak Locomotor Berlaih Lari kelas 3 semester 1 tahun pelajaran 2014/2015.Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli sampai dengan Agustus 2014. Sebelum pelaksanaan penelitian berjalan, terlebih dahulu dipersiapkan berbagai hal yang berkaitan dengan penelitian yaitu penyusunan proposal penelitian, penyusunan instrumen penelitian, pelaksanaan tindakan dalam rangka pengumpulan data, analisis data dan pembahasan hasil penelitian dilanjutkan penyusunan laporan PTK. Waktu pelaksanaan tahap PTK ini adalah sebagai berikut: 1) penyusunan proposal penelitian dilakukan pada bulan Juli tahun 2014; 2) penyusunan Instrumen PTK dilakukan pada Juli minggu ke- 14 tahun 2014; 3) pelaksanaan tindakan siklus I dilakukan pada tanggal 4, 11, 18 Agustus tahun 2014, sedangkan Siklus II dilakukan pada tanggal 25 Agustus 2014, 1,8 September tahun 2014. Penentuan

waktu pelaksanaan tindakan ini didasarkan karena pertimbangan urutan pokok bahasan kelas 3 dan kalender pendidikan di SD Negeri Bandung; 4) Analisis data dan pembahasan hasil penelitian dilakukan pada minggu ke-3 bulan September tahun 2014; 5) Penyusunan laporan penelitian dilakukan pada minggu ke-4 bulan September tahun 2014.

Subjek yang dilibatkan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas 3 yang berjumlah 32 yaitu 19 laki-laki dan 13 perempuan. Sumber data penelitian tindakan kelas ini meliputi sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer berasal dari hasil pengukuran variabel penelitian tindakan kelas berikut: 1) Skor motivasi belajar siswa pada pelajaran Penjasorkes; 2) Nilai Kemampuan belajar siswa sebagai gambaran dari penguasaan konsep. Sumber data Sekunder berasal dari hasil pengamatan teman sejawat terhadap motivasi pembelajaran.

Data yang diungkap dalam penelitian dapat dibedakan menjadi tiga jenis, yaitu: fakta, pendapat dan kemampuan. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 223). Sehubungan dengan hal ini, maka teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data digunakan metode, yaitu: 1). Observasi untuk mengumpulkan data yang berkaitan dengan fakta di lapangan; 2). Wawancara digunakan untuk mengumpulkan data yang berkaitan

dengan pendapat siswa yang diberikan pembelajaran Penjasorkes dengan model *permainan dan perlombaan*, serta guru kelas yang mengajar atau yang diajak untuk berkolaborasi dalam penelitian tindakan kelas ini; 3). Tes digunakan untuk mengumpulkan data yang berkaitan dengan kemampuan siswa.

Dalam penelitian ini cara yang digunakan untuk mengembangkan validitas dan reliabilitas data penelitian digunakan teknik triangulasi. Patton (dalam Sutopo, 2006:92) menjelaskan bahwa ada empat macam teknik triangulasi, yaitu: (1) triangulasi data (*data triangulation*), (2) triangulasi peneliti (*investigator triangulation*), (3) triangulasi metodologis (*methodological triangulation*), dan (4) triangulasi teoritis (*theoretical triangulation*). Dalam penelitian ini triangulasi yang digunakan adalah: 1) Triangulasi data atau sumber; 2).Triangulasi.

Analisis data apabila telah terkumpul, kemudian diklasifikasikan menjadi dua kelompok data, yakni data kuantitatif yang berbentuk angka-angka dan data kualitatif yang dinyatakan dalam kata-kata atau simbol. Data kualitatif yang dinyatakan dalam kata-kata tersebut disisihkan untuk sementara, karena akan sangat berguna untuk menyertai dan melengkapi gambaran yang diperoleh dari analisis data kuantitatif (Suharsimi Arikunto, 2006: 239-240).

Data penelitian yang sudah terkumpul dianalisis secara statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase skor (Suharsimi Arikunto, 2008: 84). Perhitungan dalam analisis data menghasilkan persentase pencapaian tingkat motivasi belajar dan kemampuan siswa. Proses perbandingan persentase yang dilakukan kemudian diinterpretasikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Hasil Tiap Siklus dan Antar Siklus

Setelah melakukan analisa terhadap data yang diperoleh dari antar siklus, maka dapat disimpulkan bahwa model permainan perlombaandapat meningkatkan motivasi dan kemampuan belajar siswa pada materi Pola Gerak Lokomotor Berlatih Lari. Berikut ini Tabel motivasi Antar Siklus

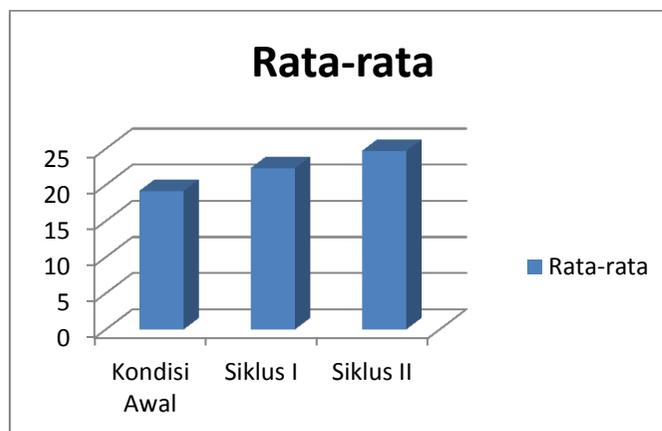
Tabel 1 Motivasi Antar Siklus

Pembelajaran	Tingkat Motivasi Belajar Siswa	
	Rata-rata	% Kenaikan
Kondisi Awal	19.16	-
Siklus I	22.31	16.44%
Siklus II	24.68	10.62%

Dari tabel 1 diatas dapat dilihat grafik pada gambar 1.

Pada tabel dan grafik di atas diketahui bahwa nilai motivasi siswa pada Pra Siklus, siklus I, dan Siklus II mengalami kenaikan. Rata-rata motivasi siswa pada kondisi awal 19.16

sedangkan pada Siklus I 22,31 dan Siklus II 24.68. Rata-rata dari kondisi awal ke Siklus I mengalami peningkatan 16.44% dan dari Siklus I ke Siklus II mengalami peningkatan 10.62%.



Gambar 1 grafik Motivasi Antar Siklus

Dengan demikian motivasi belajar siswa pada siklus II mengalami peningkatan yang cukup besar dibandingkan dengan pra siklus. Peningkatan

Motivasi belajar siswa berdampak pada peningkatan Kemampuan belajar lari. Berikut tabel Kemampuan belajar lari antar siklus:

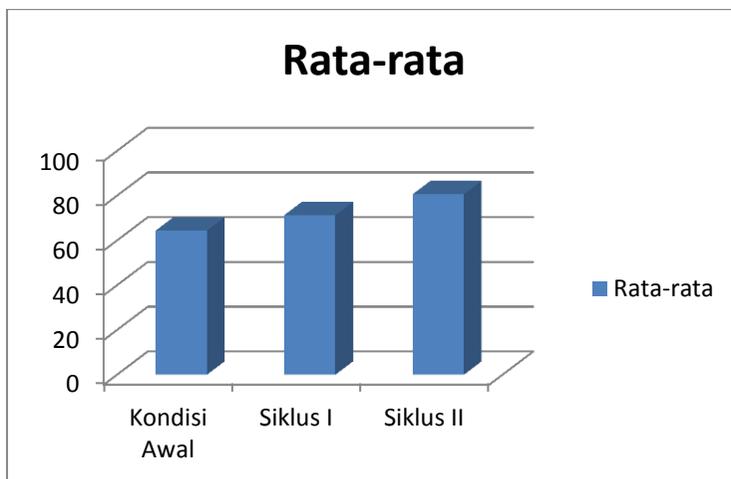
Tabel 2 Nilai Kemampuan Belajar Siswa Antar Siklus

Pembelajaran	Tingkat Kemampuan Belajar Siswa	
	Rata-rata	% Kenaikan
Kondisi Awal	64.37	
Siklus I	71.25	10.69%
Siklus II	80.62	13.15%

Dari tabel 1 diatas dapat dilihat grafik sebagai berikut:

Dari hasil perbandingan antara Kemampuan pra siklus, Siklus I dan siklus II seperti terlihat pada tabel di atas dan grafik di bawah, diketahui bahwa peningkatan pemahaman siswa pada pelajaran Penjasorkes materi Gerak Lokomotor berlari adalah rata-rata Pra Siklus 64.37, Siklus I 71.25 dan Siklus II 80.62. Peningkatan yang

dicapai dari Pra Siklus ke Siklus I sebesar 10.69% dan Siklus I ke Siklus II mengalami peningkatan 13.13%. Dengan demikian, kemampuan belajar siswa pada siklus II mengalami peningkatan yang cukup besar dibandingkan dengan pra siklus dan Siklus I.



Gambar 2 grafik Nilai kemampuan Belajar Siswa Antar Siklus

Hasil Tindakan dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian seperti yang telah dipaparkan di muka, maka model permainan perlombaan dapat meningkatkan keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran, antara lain meningkatkan motivasi belajar siswa, dan meningkatkan hasil belajar siswa kelas 3 SD Negeri Bandung, Wonosegoro Boyolali pada pembelajaran Penjasorkes materi berlatih lari.

Dengan permainan perlombaan, maka suasana pembelajaran Penjasorkes menjadi menyenangkan dan berbeda dari biasanya. Suasana pembelajaran yang menyenangkan ini, membuat siswa menjadi bersemangat mengikuti proses pembelajaran. Siswa berusaha bekerjasama dengan sebaik-baiknya bersama teman kelompoknya untuk memenangkan perlombaan. Siswa berusaha menjaga kekompakkan dengan kelompoknya dan ingin tampil

gemilang bersama kelompoknya untuk menjadi juara, demi nama baik kelompoknya. Upaya yang sungguh-sungguh dari siswa dalam upaya memenangkan perlombaan tersebut, selanjutnya akan mendorong siswa untuk berusaha semaksimal mungkin demi memenangkan perlombaan. Siswa akan mengeluarkan kemampuan yang dimiliki, dan hal ini dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam berlari.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Model permainan perlombaan pada Penjasorkes mampu meningkatkan motivasi belajar siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Siswa merasa senang, suasana kelas menjadi kondusif untuk melakukan pembelajaran. Mendorong siswa

untuk belajar bekerjasama yang bersifat konstruktif, saling bekerjasama, dan menghindari egoisme yang cenderung menonjolkan diri. Besarnya peningkatan dari pra siklus ke siklus 1 16,44% dan dari siklus 1 ke siklus 2 sebesar 10,62%

2. Model permainan perlombaan pada Penjasorkes mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam berlari. Siswa berusaha menggunakan kemampuan yang dimilikinya untuk memenangkan perlombaan. Sumber belajar tidak terfokus pada guru semata, tetapi didapatkan dari interaksi antar siswa yang ada. Peningkatan yang dicapai dari Pra Siklus ke Siklus I sebesar 10.69% dan Siklus I ke Siklus II mengalami peningkatan 13.13%.

Saran

Untuk meningkatkan efektifitas penerapan model permainan perlombaan pada Penjasorkes, perlu ditempuh beberapa hal berikut ini:

1. Pokok bahasan yang diberikan disesuaikan dengan alokasi yang tersedia, sehingga pelaksanaannya tidak mengganggu materi pelajaran yang lain.
2. Pembentukan kelompok ditentukan berdasarkan pertimbangan kemampuan akademik, jenis kelamin dan faktor lain yang dianggap penting, sehingga masing-masing kelompok memiliki kemampuan yang seimbang dan antar siswa dapat saling berinteraksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi, Suhardjono, dan Supardi, 2008. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Dimiyati & Mudjiono, 2002. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Kerjasama Departemen Pendidikan dan Kebudayaan dengan Rineka Cipta.
- Eko Harsono & Muh Marlin, 2010. *Gemar Berolahraga untuk Kelas 3 SD dan MI*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional.
- Hamalik, Oemar, 2009. *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Mulyasa, 2005. *Menjadi Guru Profesional Menciptakan Pembelajaran Kreatif dan Menyenangkan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Ngalim Purwanto, 1990. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Pemaja Rosdakarya.
- Samsudin, 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Litera
- Sardiman, 2001. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Susilo, 2007. *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Pustaka Book Publisher.
- Sutopo, H.B., 2006. *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Dasar Teori dan Terapannya Dalam Penelitian*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Suwandi, Sarwiji dan Madyo Ekosusilo, 2007. *Modul Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG): Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dan Penulisan Karya Ilmiah*. Surakarta: Panitia Sertifikasi Guru Rayon 13.
- Suyatinah, 2000. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: FIP UNY.
- Tedjasaputra, 2007. *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Yamin, Martinis, H. 2006. *Sertifikasi Profesi Keguruan di Indonesia*. Jakarta: Gang Persada Press.