

UPAYA PENERAPAN MODEL *COOPERATIVE LEARNING* DALAM MENINGKATKAN
HASIL BELAJAR SISWA MATA PELAJARAN PENJASORKES
KOMPETENSI DASAR BELADIRI KARATE
KELAS XI-RPL.1 SMKN 2 PRAYA TENGAH

Ely Kusumastuti

Guru Penjasorkes SMKN 2 Praya Tengah

Email: elykusumastuti522@yahoo.com

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil belajar siswa dengan penerapan model *cooperative learning* dalam peningkatan hasil belajar siswa mata pelajaran Penjasorkes Kompetensi Dasar Pembelaan Diri dengan materi pokok Beladiri Karate kelas XI-RPL.1 SMKN 2 Praya Tengah tahun pelajaran 2015/2016. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI-RPL.1 tahun pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 30 orang siswa terdiri atas 12 siswa laki-laki dan 18 siswa perempuan. Metode penelitian menggunakan metode penelitian tindakan kelas yang terdiri dari 2 siklus tindakan. Tiap-tiap siklus terdiri atas empat tahapan meliputi perencanaan, pelaksanaan, pengamatan hasil tindakan, dan refleksi. Berdasarkan hasil evaluasi pembelajaran sebelum penerapan *cooperative learning* pada Beladiri Karate dengan diperoleh siswa tuntas 26 orang siswa (86,66%), dan 4 orang siswa (13,33%) dinyatakan belum tuntas, maka diperlukan tindakan di siklus I dengan hasil 19 orang siswa (63,33%), dan 11 orang siswa (36,67%) dinyatakan belum tuntas dengan KKM 76 skor tertinggi adalah 90 dan skor terendah adalah 69 sedangkan nilai rata-rata 70,00 dengan demikian perlu adanya perbaikan di siklus berikutnya, dengan ketuntasan klasikal sebesar 63,33 Tingkat penguasaan materi pelajaran 1 orang (3,33%) kategori kemampuan tinggi, 18 orang (60,00%) kategori kemampuan sedang, dan 11 orang siswa (36,67%) kategori rendah. Hasil pelaksanaan evaluasi siklus II dinyatakan 27 orang siswa atau (90 %) dinyatakan tuntas, dan 3 orang siswa atau (10,00 %) dinyatakan tidak tuntas dengan KKM 76 Skor tertinggi adalah 94 dan skor terendah adalah 67 Siswa yang mencapai standar kemampuan kategori kategori tinggi berjumlah 10 orang siswa atau 33,33%. Siswa yang memperoleh kemampuan kategori sedang sebanyak 17 siswa atau 56,67% dan siswa yang memiliki kemampuan rendah adalah 3 orang atau 10,00%. Sedangkan prosentase ketuntasan klasikal yang diperoleh yaitu 93,33%, terjadi peningkatan ketuntasan klasikal dari siklus I dan siklus II sebesar 30,00 %. Simpulan penelitian bahwa penerapan kooperatif learning dapat meningkatkan hasil belajar yang optimal pada kelas XI-RPL.1 semester ganjil di SMKN 2 Praya Tengah Kabupaten Lombok Tengah Tahun Pelajaran 2015/2016.

Kata Kunci : Pembelajaran Kooperatif Learning, Prestasi belajar, Beladiri karate

Abstract: The purpose of this study was to determine student learning outcomes with the application of cooperative learning models in improving student learning outcomes Penjasorkes subject of Self Defense Basic Competence with martial arts subject matter Karate class XI-RPL.1 Middle Praya 2 Vocational High School 2015/2016 academic year. The subjects in this study were students of class XI-RPL.1 in the 2015/2016 school year which amounted to 30 students consisting of 12 male students and 18 female students. The research method uses a classroom action research method consisting of 2 cycles of action. Each cycle consists of four stages including planning, implementation, observing the results of actions, and reflection. Based on the results of the evaluation of learning prior to the application of cooperative learning in Karate Martial Arts with students completing 26 students (86.66%), and 4 students (13.33%) stated to be incomplete, then action in the first cycle required 19 students (63.33%), and 11 students (36.67%) stated that they were not completed with KKM 76, the highest score was 90 and the lowest score was 69 while the average score was 70.00 so there was a need for improvement in the next cycle, with classical completeness of 63.33 Levels of mastery of subject matter 1 person (3.33%) high ability category, 18 people (60.00%) moderate ability category, and 11 students (36.67%) low category. The results of the implementation of the second cycle evaluation were stated by 27 students or (90%) declared complete, and 3 students or (10.00%) were declared incomplete with KKM 76 The highest score was 94 and the lowest score was 67 Students who reached the ability standard category category height of 10 students or 33.33%. Students who get the ability of the medium category are 17 students or 56.67% and students who have low abilities are 3 people or 10.00%. While the percentage of classical completeness obtained was 93.33%, there was an increase in classical completeness from cycle I and cycle II at 30.00%. The conclusions of the study are that the application of cooperative learning can improve optimal learning outcomes in the XI-RPL class.1 odd semester at Central Praya 2 Vocational School in Central Lombok Regency 2015/2016 Academic Year.

Keywords: Cooperative Learning Learning, Learning Achievement, Karate Self Defense

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Pelaksanaan kegiatan belajar dan mengajar di kelas, sorang guru sering merasa bosan memberikan kegiatan belajar dan mengajar, ini dikarenakan siswa yang diajar kurang berminat untuk mempelajari materi pembelajaran yang mereka tidak sukai padahal itu adalah materi pokok yang harus diajarkan. Siswa paling berminat mempelajari materi pembelajaran yang berhubungan dengan olahraga permainan bola besar, sedangkan materi yang lain seperti permainan bola kecil, atletik, pembelaan diri siswa kurang berminat. Menghadapi situasi yang demikian, seorang guru profesional hendaknya menyadari bahwa semangat dan gairah belajar siswa tidak hanya ditentukan oleh anak didik itu sendiri, akan tetapi guru juga harus ikut berperan sebagai motivator. Sehubungan dengan hal tersebut, seorang guru dituntut untuk menggunakan strategi pembelajaran yang bervariasi sehingga dapat melayani perbedaan individual siswa, mengaktifkan siswa dengan guru, mendorong berkembangnya kemampuan baru yang pada akhirnya siswa memiliki motivasi belajar yang tinggi dan siap menerima semua materi pelajaran yang disajikan oleh guru. Hal ini seiring dengan pergeseran paradigma pendidikan yang berubah dari pola *teaching* (mengajar) ke *learning* (belajar) Oleh karena itu seorang guru sebagai pendidik perlu memiliki berbagai metodologi mengajar, karena keberhasilan proses belajar mengajar (KBM) bergantung pada cara mengajar gurunya, jika cara mengajar gurunya enak maka siswa akan tekun, rajin, antusias menerima pelajaran yang diberikan sehingga diharapkan akan terjadi perubahan tingkah lakunya baik tutur katanya maupun sopan santunnya, motorik maupun gaya hidupnya.

Beladiri merupakan satu kesenian yang timbul sebagai satu cara seseorang mempertahankan/ membela diri. Seni beladiri telah lama ada dan berkembang dari masa ke masa. Pada dasarnya, manusia mempunyai insting untuk selalu melindungi diri dan hidupnya. Dalam tumbuh atau berkembang, manusia tidak dapat lepas dari kegiatan fisiknya, kapanpun dan di manapun. Hal inilah yang akan memacu aktivitas fisiknya sepanjang waktu. Pada zaman kuno, tepatnya sebelum adanya

persenjataan modern, manusia tidak memikirkan cara lain untuk mempertahankan dirinya selain dengan tangan kosong. Pada saat itu, kemampuan bertarung dengan tangan kosong dikembangkan sebagai cara untuk menyerang dan bertahan, kemudian digunakan untuk meningkatkan kemampuan fisik / badan seseorang. Meskipun begitu, pada zaman-zaman selanjutnya, persenjataanpun mulai dikenal dan dijadikan sebagai alat untuk mempertahankan diri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas dapat dirumuskan permasalahan penelitian Sebagai berikut :

1. Apakah pembelajaran materi pembelaan diri karate dengan pendekatan *cooperative learning* dapat meningkatkan pengetahuan siswa dalam mempelajari materi pembelaan diri karate ?
2. Apakah pembelajaran beladiri karate dengan pendekatan *cooperative learning* dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mempelajari materi pembelaan diri karate ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah

1. Meningkatkan kemampuan siswa dalam materi pembelaan diri karate dalam pembelajaran.
2. Meningkatkan motivasi siswa dalam mempelajari materi pembelaan diri karate.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian tindakan sekolah ini bermanfaat :

1. Bagi peserta didik :
 - a. Meningkatnya pemahaman peserta didik tentang pembelaan diri karate
 - b. Terbiasanya peserta didik menahan diri dalam menghadapi permasalahan.
2. Bagi guru :
 - a. Meningkatnya kemampuan guru dalam mengintegrasikan materi pembelaan diri karate ke dalam RPP.
 - b. Meningkatnya motivasi guru dalam mengintegrasikan materi pembelaan diri karate ke dalam RPP.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan metode penelitian tindakan kelas yang terdiri dari 2 siklus tindakan. Tiap-tiap siklus terdiri atas empat tahapan meliputi perencanaan, pelaksanaan, pengamatan hasil tindakan, dan refleksi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Siklus 1
 - a. Tahapan Perencanaan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan pembelajaran yang terdiri dari rencana pelaksanaan 1, soal formatif 1 dan alat-alat pengajaran yang mendukung. Selain itu juga dipersiapkan lembar observasi pengelolaan pembelajaran dengan pendekatan *cooperative learning* dan lembar observasi aktivitas siswa.

b. Tahap kegiatan dan pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan belajar dan mengajar untuk siklus I dilaksanakan pada tanggal 7 Agustus 2015 di kelas XI-RPL.1 dengan jumlah siswa 30 orang. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah dipersiapkan.

Pengamatan (observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar. Sebagai pengamat adalah peneliti dibantu seorang guru. Pada akhir proses belajar mengajar siswa diberi tes formatif 1 dengan tujuan untuk mengetahui keberhasilan siswa dalam proses belajar mengajar yang telah dilakukan.

c. Refleksi

Dalam pelaksanaan proses belajar mengajar diperoleh informasi dari hasil pengamatan sebagai berikut :

- 1) Guru masih kurang optimal dalam membimbing siswa tanpa penerapan pembelajaran *Cooperatif Learning*.
- 2) Belum mencerminkan komunikasi yang baik antara guru dengan siswa secara maksimal.
- 3) Kurangnya penguatan dalam mengajak siswa untuk terus berlatih.
- 4) Guru belum menguasai kelas secara maksimal dalam kegiatan pembelajaran.
- 5) Kemampuan menutup pelajaran masih kurang.

d. Evaluasi

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

- 1) Guru memberikan bimbingan dan pengarahan tentang cara belajar Penjasorkes materi beladiri karate serta guru harus bisa menguasai kelas agar proses pembelajaran berlangsung baik.
- 2) Guru meningkatkan interaksi dengan siswa melalui pendekatan seperti mengajukan pertanyaan kepada siswa, mendatangi kelompok siswa untuk memberikan bimbingan secara langsung sehingga guru bisa mengetahui letak kekurangan siswa

dan menyuruh siswa untuk bertanya tentang apa yang tidak dimengerti.

- 3) Guru harus lebih ekstra dalam mengajak siswa untuk terus berlatih tanpa penerapan pembelajaran *Cooperatif learning*.

2. Siklus II

a. Tahap Perencanaan

Siklus II dilaksanakan pada hari senin, 4 September 2015. Siklus ini pelaksanaannya sama dengan siklus I yakni dilakukan satu kali pertemuan (2x45 menit). Pada siklus ini materi yang disampaikan adalah kelanjutan materi pada pertemuan pertama yaitu beladiri karate. Pelaksanaan pembelajaran pada siklus II hampir sama dengan siklus I, namun pada siklus II dilakukan perbaikan berdasarkan kekurangan yang ada pada siklus I. Hal ini dilakukan agar aktivitas dan hasil belajar siswa pada kegiatan berikutnya memperoleh hasil yang lebih optimal. Berikut adalah pemaparan hasil observasi kegiatan guru dan kegiatan siswa dengan penerapan pembelajaran Kooperatif Learning Mata Pelajaran Penjasokes dengan materi pelajaran beladiri karate pada kelas XI-RPL.1 SMKN 2 Praya Tengah Tahun Pelajaran 2015/2016 pada siklus II. Total skor aktivitas guru pada siklus II sebesar 19 diperoleh dari jumlah skor pada setiap indikator.berdasarkan kriteria aktivitas guru yang tercantum pada bab III maka aktivitas guru pada siklus II dapat dikategorikan sangat baik,

b. Tahap kegiatan dan pelaksanaan

Berikut adalah pemaparan hasil observasi kegiatan guru dan kegiatan siswa dengan penerapan pembelajaran Kooperatif Learning Mata Pelajaran Penjasokes dengan materi pelajaran beladiri karate pada kelas XI-RPL.1 SMKN 2 Praya Tengah Tahun Pelajaran 2015/2016 pada siklus II.

Total skor aktivitas guru pada siklus II sebesar 19 diperoleh dari jumlah skor pada setiap indikator.berdasarkan kriteria aktivitas guru yang tercantum pada bab III maka aktivitas guru pada siklus II dapat dikategorikan sangat baik, Berdasarkan hasil jurnal siswa pada siklus II, diketahui bahwa dari 30 siswa, sebanyak 23 orang siswa atau 76,673% menyatakan sangat senang dan tertarik, 5 orang siswa atau 16,67 siswa menyatakan senang, dan 2 orang siswa atau 6,6% menyatakan kurang senang.

Perubahan-perubahan yang dilakukan pada siklus II ini ternyata terbukti bisa

merubah perolehan hasil belajar siswa, dengan ketercapaian prosentase ketuntasan klasikal dari siklus I sebesar 63,33% meningkat menjadi 93,33% pada siklus II terjadi peningkatan 30%.

c. Refleksi

Pada tahap ini akan dikaji apa yang telah terlaksana dengan baik maupun yang masih kurang baik dalam proses belajar mengajar dengan pendekatan *cooperative learning*, dari data yang diperoleh dapat diuraikan sebagai berikut

- 1) Selama proses belajar mengajar guru telah melaksanakan semua pembelajaran dengan baik, meskipun masih ada beberapa aspek yang belum sempurna persentase pelaksanaan untuk masing-masing aspek cukup besar.
- 2) Berdasarkan data hasil pengamatan diketahui bahwa siswa aktif selama proses belajar berlangsung.
- 3) Kekurangan pada siklus sebelumnya sudah mengalami perbaikan dan peningkatan sehingga menjadi lebih baik.
- 4) Hasil belajar siswa pada siklus II mencapai ketuntasan.

d. Refleksi Pelaksanaan

Pada siklus II guuru telah menerapkan pembelajaran dengan pendekatan *cooperative learning* dengan baik dan dilihat dari aktivitas siswa serta hasil belajar siswa pelaksanaan proses belajar mengajar sudah berjalan dengan baik, maka tidak diperlukan revisi terlalu banyak, tetapi yang perlu diperhatikan untuk tindakan selanjutnya adalah memaksimalkan dan mempertahankan apa yang telah ada dengan tujuan agar pada pelaksanaan proses belajar mengajar selanjutnya penerapan pembelajaran dengan pendekatan *cooperative learning* dapat meningkatkan dilanjutkan sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

B. Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan prosedur PTK yang telah ditetapkan dari awal dengan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan evaluasi yang dilanjutkan dengan refleksi. Tahap perencanaan siklus I dan II yang dilakukan adalah menyiapkan rencana pembelajaran, lembar observasi untuk mencatat aktivitas guru dan siswa sebagai salah satu penentu indikator keberhasilan, mengukur kemampuan pemahaman materi beladiri karate sebagai penilaian sekaligus sebagai bahan evaluasi dan merencanakan hasil analisis.

Berdasarkan hasil analisis data pelaksanaan tindakan pada siklus I menunjukkan bahwa

prosentase ketuntasan klasikal dari siklus I sebesar 63,33% artinya siswa belum tuntas. Hal ini disebabkan oleh :

1. Kurangnya antusias belajar siswa karena guru dalam mengajar masih menggunakan pola konvensional.
2. Guru masih kurang optimal dalam membimbing siswa mengerjakan tugas kelompok dan diskusi.
3. Kurangnya interaksi siswa dengan guru.
4. Pada saat dibagikan lembar kerja sudah ada suswa yang aaktif mengerjakannya, akan tetapi masih ada siswa yang masih kurang fokus mengerjakan tugas.
5. Siswa masih ragu atau kurang berani dalam mengeluarkan pendapat, pertanyaan dan menyimpulkan hasil pembelajaran.

Sedangkan berdasarkan hasil analisis siklus II diperoleh ketuntasan belajar siswa yakni 93,33%. Keberhasilan ini juga diperkuat karena adanya peningkatan ketuntasan yang terjadi dari siklus I ke seklus II sebesar 30%.

Berdasarkan hasil pembelajaran yang diperoleh, dapat dibuktikan bahwa Penerapan Pembelajaran Kooperatif Learning ternyata dapat meningkatkan kemampuan dan hasil belajar siswa,. Hal-hal yang menyebabkan peningkatan hasil belajar siswa dari siklus I ke siklus II dapat dipaparkan sebagai berikut :

1. Memberikan motivasi kepada siswa untuk bertanya dan berani mengeluarkan pendapatnya tentang meteri yang belum dimengerti, dengan cara memberikan penguatan kepada siswa yang mengeluarkan pendapat, siswa yang menyimpulkan materi dan bagi siswa yang berani mempresentasi di depan kelas hasil kerja kelompoknya.
2. Guru memberikan bimbingan dan pengarahan tentang cara pembelajaran Kooperatif Learning untuk dapat memahami materi beladiri karate, serta guru harus menguasai kelas dalam proses pembelajaran berjalan dengan lancar.
3. Guru meningkatkan interaksi dengan siswa melalui pendekatan seperti mengajukan pertanyaan kepada siswa, mendatangi bangsu siswa untuk membimbing secara langsung sehingga guru bisa mengetahui letak kekurangan siswa.
4. Guru lebih memotivasi siswa untuk terus berlatih memahami beladiri karate dengan penerapan Pembelajaran Kooperatif Learning.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hasil analisis dan dapat ditarik keimpulan bahwa penerapan Pembelajaran Kooperatif Learning dapat meningkatkan hasil belajar materi beladiri karate kelas XI-RPL.1

SMKN 2 Praya Tengah Kabupaten Lombok Tengah tahun pelajaran 2015/2016. Peningkatan ini dapat dilihat dari ketuntasan klasikal yang diperoleh pada siklus I yaitu sebesar 63,33% dan siklus II meningkat menjadi 93,33% dengan peningkatan sebesar 30,00%. Peningkatan ini dapat dilihat pula dari hasil observasi aktivitas guru siklus I sebesar 14 dengan kategori baik meningkat menjadi 19 dengan kategori sangat baik pada siklus II. Sedangkan aktivitas siswa pada siklus I sebesar 50 dengan kategori aktif, meningkat menjadi 68 dengan kategori sangat aktif pada siklus II. Tingkat penguasaan materi pada siklus I, siswa berkemampuan kategori tinggi sebanyak 1 orang (3,33%), siswa berkemampuan kategori sedang sebanyak 18 orang atau 60,00% dan siswa dengan kemampuan kategori rendah sebanyak 11 orang atau 36,67%. Sedangkan pada siklus II. Mengalami peningkatan kategori siswa dimana siswa berkemampuan kategori tinggi sebanyak 10 orang atau 33,33%, siswa dengan kemampuan kategori sedang sebanyak 17 orang atau 56,67% dan siswa berkemampuan dengan kategori rendah sebanyak 3 orang atau 10%

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, 2009. *Prosedur Penelitian*, Rineka Cipta Jakarta
- Hamid Apris,Ir., MM. 2005. *Pedoman Dasar Melatih Karate*
- Hulfian Lalu. 2015. *Statistik Penelitian Untuk Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Lotim : Garuda Ilmu
- Isjoni, 2009. *Cooperative Learning*. Alfabeta. Bandung
- Krisnamurti, Bayu Y, 2001. *Teknik pengukuran dalam penelitian pendidikan Ekonomi*. IPB. Bandung
- Muchlich, Masnur , 2007. *KTSP (Pembelajaran Berbasis Kompetensi dan kontekstual)*, Jakarta, PT Bumi Aksara
- Nurkencana, W., Dan Sunartana 1998. *Evaluasi Hasil Belajar*. Surabaya : Usaha Nasional
- Sanjaya, Wina (2010). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*, Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Slameto 2003. *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*, Jakarta : Rineka Cipta
- Sudjana, Nana 1995. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Cipta Karya
- Suprijono, Agus, 2009. *Cooperative Learning*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta
- Surakhmad , Winarno, 2004, *Pengantar Penelitian Ilmiah*, Tarsito, Bandung
- Yasmin, Martinis (2009) *Strategi Pembelajaran Berbasis Kompetensi*, Jakarta : Gaung Persada Press Jakarta.
- Yasyin, Sulchan, 1997. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Amanah, Surabaya