

## PENERAPAN PEMBELAJARAN MODIFIKASI LOMPAT DENGAN BAN UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH PADA SISWA KELAS V SDK LEWOLOBA KABUPATEN FLORES TIMUR

Antonius Tokan

Guru Pendidikan Jasmani SDK Lewoloba Flores Timur

Email: [antoniustokan123@gmail.com](mailto:antoniustokan123@gmail.com)

**Abstrak:** Prasarana yang di miliki rata – rata hanya berupa bak pendaratan dengan ukuran minimalis dan daerah bebas untuk tempat pengambilan start awalan lari dalam melakukan aktifitas lompatan kurang ideal. Hal tersebut terjadi bukan karena sekolah tidak mau dan tidak mampu menyediakannya ,tetapi karena keterbatasannya lahan untuk lapangan. Namun demikian proses pembelajaran akan dapat terlaksana dengan baik, andai para guru dapat memodifikasi sarana dan prasarana tersebut, sehingga tujuan dari pembelajaran dapat tercapai. Melihat kondisi rendahnya prestasi atau hasil belajar siswa kelas V pada materi lompat jauh gaya Melenting ( *Schnepper*), beberapa upaya telah penulis lakukan baik selaku peneliti maupun selaku guru Penjasorkes di kelas V SDK Lewoloba. Salah satunya adalah bekerjasama dengan teman guru Penjasorkes di dalam gugus ataupun serumpun untuk melakukan perbaikan kualitas pembelajaran di kelas tersebut dengan cara penerapan pembelajaran modifikasi lompat ban kepada siswa. Dengan pemebelajaran modifikasi lompat ban tersebut, siswa diharapkan dapat melaksanakan pembelajaran lompat jauh dengan suasana yang berbeda, lebih nyaman, santai, namun memungkinkan untuk meningkatkan hasil belajarnya.. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh melalui modifikasi Pembelajaran Lompat Ban untuk pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba tahun Ajaran 2018/2019?. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh melalui modifikasi Pembelajaran Lompat Ban untuk pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba tahun Ajaran 2018/2019. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Populasi dan sampel yang digunakan adalah siswa kelas v SDK Lewoloba yang berjumlah 20 siswa. Hasil penelitian pada siklus I menunjukkan bahwa persentase siswa dilihat dari rumus ketuntasan klasikal adalah:  $KK = \frac{13}{20} \times 100\% = 65\%$ . Jadi siswa yang mendapat nilai minimal 70 adalah 65%, ini berarti indikator penelitian belum mencapai ketuntasan klasikal sehingga perlu dilanjutkan pada siklus II dimana hasilnya adalah persentase siswa dilihat dari rumus ketuntasan klasikal adalah:  $KK = \frac{18}{20} \times 100\% = 90\%$ . Jadi siswa yang mendapat nilai minimal 70 adalah 90%. Ini berarti indikator penelitian sudah mencapai ketuntasan klasikal. Hal ini dilihat dari kriteria ketuntasan minimal di Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019 dengan ketuntasan individunya adalah  $\geq 70$  dan ketuntasan klasikal  $\geq 90\%$ .

**Kata kunci:** Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban, Hasil Belajar Lompat Jauh

**Abstract:** Infrastructure that is owned on average is only a landing tub with a minimalist size and a free area for taking the start of a running start in doing jumping activities is less than ideal. This happened not because the school was unwilling and unable to provide it, but because of the limited land available for the field. However, the learning process will be carried out well, if the teachers can modify the facilities and infrastructure, so that the objectives of learning can be achieved. Seeing the condition of the low achievement or student learning outcomes of class V on the material jumping style Bouncy (Schnepper), several attempts have been made by the writer both as a researcher and as the phisycal education teacher in class V SDK Lewoloba. One of them is to work with Penjasorkes teacher friends in a group or allied group to improve the quality of learning in the classroom by applying the learning of tire jump modification to students. With the tire jump modification learning, students are expected to be able to carry out long jump learning with a different atmosphere, more comfortable, relaxed, but possible to improve their learning outcomes. The formulation of the problem in this research is whether there is an increase in Long Jump Learning Outcomes through the modification of the Jump Jump Learning for Class V Students of Lewoloba SDK School year 2018/2019 ?. The purpose of this study was to find out the improvement of Long Jump Learning Outcomes through the modification of Ban Jump Learning for Class V Students of Lewoloba SDK 2018/2019 Academic Year. The research method used was classroom action research (CAR). The population and sample used were students of class v SDK Lewoloba, totaling 20 students. The results of the study in the first cycle showed that the percentage of students viewed from the classical completeness formula was:  $KK = 13 / (20) \times 100\% = 65\%$ . So students who get a minimum score of 70 is 65%, this means the research indicators have not reached classical completeness so it needs to be continued in the second cycle where the result is the percentage of students viewed from the classical completeness formula are:  $KK = 18 / (20) \times 100\% = 90\%$  . So students who score at least 70 are 90%. This means that the research indicators have reached classical completeness. This can be seen from the minimum completeness criteria in the Application of Learning to Modify Jump with Tires to Improve Learning

Outcomes of Long Jump in Class V Students of Lewoloba SDK, Ile Mandiri District, East Flores Regency, Academic Year 2018/2019 with individual completeness is  $\geq 70$  and classical completeness  $\geq 90\%$ .

Keywords: Tire Jump Modification Learning, Long Jump Learning Outcomes

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) adalah salah satu bagian dari komponen pendidikan secara keseluruhan. Penjasorkes merupakan salah satu mata pelajaran nasional yang diajarkan di semua tingkatan sekolah, mulai dari TK, SD, SMP, SMA dan menjadi bagian penting dari perkembangan siswa selaku peserta didik untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh.

Agar pembelajaran Penjasorkes di sekolah efektif, maka tugas ajar tersebut hendaknya diberikan sesuai dengan tingkat perkembangan siswa yang sedang belajar. Tugas ajar yang sesuai ini harus mampu merubah dan memberikan pengalaman kepada setiap individu serta mendorongnya ke arah perkembangan yang lebih baik. Namun dalam perkembangannya, pembelajaran Penjasorkes di sekolah belum berjalan seperti yang diharapkan. Hal ini dikarenakan Penjasorkes merupakan kegiatan aktifitas fisik yang sangat kompleks sehingga sering kali siswa mengalami kesulitan dalam memahami dan mempraktikkan materi mata pelajaran tersebut. Selain itu keterbatasan sarana dan prasarana yang merupakan daya dukung pembelajaran yang tersedia di sekolah juga ikut menentukan hambatan seperti yang dimaksud di atas.

Terkait dengan sarana prasarana pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, khususnya untuk materi Lompat Jauh Gaya melenting, seharusnya sekolah memiliki lapangan lompat yang memiliki ukuran panjang dan lebar standar minimal dilengkapi dengan bak pendaratan yang berisi pasir sehingga siswa dapat melakukan aktivitas lompat jauh yang aman.

Prasarana yang dimiliki rata-rata hanya berupa bak pendaratan dengan ukuran minimalis dan daerah bebas untuk tempat pengambilan start awalan lari dalam melakukan aktifitas lompatan kurang ideal. Hal tersebut terjadi bukan karena sekolah tidak mau dan tidak mampu menyediakannya, tetapi karena keterbatasannya lahan untuk lapangan. Namun demikian proses pembelajaran akan dapat terlaksana dengan baik, andai para guru dapat memodifikasi sarana dan prasarana tersebut, sehingga tujuan dari pembelajaran dapat tercapai.

Ada banyak faktor yang tampak mempengaruhi kondisi tersebut, di antaranya adalah, metode pembelajaran, suasana belajar,

sarana prasarana, hingga gaya mengajar guru. Semua faktor tersebut mempengaruhi pembelajaran sehingga berdampak pada hasil belajar siswa yang tidak maksimal. Melihat kondisi rendahnya prestasi atau hasil belajar siswa kelas V pada materi lompat jauh gaya Melenting (*Schnepper*), beberapa upaya telah penulis lakukan baik selaku peneliti maupun selaku guru Penjasorkes di kelas V SDK Lewoloba.

Salah satunya adalah bekerjasama dengan teman guru Penjasorkes di dalam gugus ataupun serumpun untuk melakukan perbaikan kualitas pembelajaran di kelas tersebut dengan cara penerapan pembelajaran modifikasi lompatan kepada siswa. Dengan pembelajaran modifikasi lompatan tersebut, siswa diharapkan dapat melaksanakan pembelajaran lompat jauh dengan suasana yang berbeda, lebih nyaman, santai, namun memungkinkan untuk meningkatkan hasil belajarnya.

Berdasarkan uraian di atas penulis akan menguji coba pembelajaran modifikasi tersebut melalui Penelitian Tindakan Kelas yang dilaksanakan bersama kolaborator dari teman guru mata pelajaran serumpun, dengan judul: "Penerapan Modifikasi Pembelajaran Lompatan untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba tahun Ajaran 2018/2019"

### B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang terdapat dalam latar belakang masalah tersebut di atas, di rumuskan masalah sebagai berikut: "Apakah Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompatan Dengan Ban bisa Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019"?

### C. Tujuan Penelitian

Tujuannya adalah untuk meningkatkan kemampuan siswa kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri, Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019 dalam melakukan Lompat Jauh Melalui Pembelajaran Modifikasi dengan Lompatan Ban.

### D. Ruang Lingkup Penelitian

Untuk membatasi ruang lingkup dalam penelitian maka perlu dibuat batasan penelitian sebagai berikut:

#### 1. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile

Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019 yang berjumlah 20 siswa

## 2. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat.

## 3. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019.

## 4. Variabel Penelitian

### a) Variabel bebas

Variabel bebas (x) Disebut Juga Variabel Mempengaruhi Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban.

### b) Variabel terikat

Variabel terikat (y) disebut juga variabel dipengaruhi dalam penelitian. untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019

## KAJIAN PUSTAKA

### A. Deskripsi Teori

#### 1. Pembelajaran

Damyati dan Mudjiono (dalam Ida Bagus Putrayasa, 2012:22) menjelaskan bahwa pembelajaran adalah kegiatan guru secara terprogram dalam desain intruksional untuk membuat siswa belajar secara aktif. Sementara itu Knirk dan Gustafson (dalam Ida Bagus Putrayasa, 2012:22) menyatakan bahwa pembelajaran merupakan suatu proses yang sistematis melalui tahap rancangan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pembelajaran tidak terjadi seketika, tetapi sudah melalui tahapan perancangan pembelajaran.

Proses pembelajaran perlu direncanakan, dilaksanakan, dinilai, dan diawasi agar terlaksana secara efektif dan efisien. Pembelajaran sebagai proses belajar yang dibangun oleh guru untuk mengembangkan kreatifitas berpikir yang dapat meningkatkan kemampuan berpikir siswa, serta dapat meningkatkan kemampuan mengkonstruksi pengetahuan baru sebagai upaya meningkatkan penguasaan yang baik terhadap materi pelajaran.

#### 2. Modifikasi

Modifikasi adalah cara merubah bentuk sebuah barang dari yang kurang menarik menjadi lebih menarik tanpa menghilangkan fungsi aslinya,serta menampilkan bentuk yang lebih bagus dari aslinya.

Modifikasi dapat diartikan sebagai upaya melakukan perubahan dengan penyesuaian-penyesuaianbaik dalam segi

fisik material (fasilitas dan perlengkapan) maupun dalam tujuan dan cara (metoda,gaya, pendekatan,aturan serta penilaian) Simak lebih lanjut di Brainly.co.id

<https://brainly.co.id/tugas/1268183#readmore>

#### 3. Lompat Ban

Lompat Ban adalah suatu kegiatan yang di lakukan oleh siswa dalam belajar untuk menumbuhkan keberanian dalam melakukan lompatan.Guru memberikan halangan / rintangan berupa ban bekas sepeda motor di depan siswa untuk dilompati. Komponen Lompat Ban Komponen lompat ban adalah ban bekas sepeda motor yang sudah tidak di pakai.yang penting di sini berupa ban yang bundar dan berukuran sedang. Ban yang di perlukan dalam pembelajaran ini tidak hanya satu namun harus beberapa buah, sehingga siswa dalam melakukan lompatan tidak hanya sekali namun bisa beberapa kali dan bergantian, sehingga tidak terlalu lama dalam menunggu giliran untuk melakukan lompatan. Prinsip – prinsip Lompat Ban

Prinsip dalam melakukan lompat ban adalah, siswan harus melompati ban yang telah di atur oleh guru dengan jarak yang telah di tentukan. Pada prinsipnya siswa harus berusaha untuk melompati ban yang telah di tata tersebut dengan harapan menumbuhkan keberanian dalam dirinya untuk melakukan lompatan.Menghapuskan ketakutan amatlah sulit dan tidak mudah waktu yang singkat , untuk menumbuhkan kepercayaan diri pada siswa diperlukan suatu cara / metode yang dapat di gunakan sebagai solusi pemecahannya ( M. Saputra, yudha, 2001 : 26 ).

#### 4. Lompat Jauh

Lompat jauh adalah suatu olahraga yang dilakukan dengan gerakan melompat ke depan atas dengan usaha agar badan melayang di udara untuk menghasilkan jarak lompatan yang sejauh-jauhnya. Lompat jauh merupakan salah satu olahraga atletik yang populer dan sering di perlombaan di perlombaan tingkat internasional. Jarak lompatan di ukur dari papan tolakan sampai ke batas terdekat letak titik pendaratan yang dihasilkan oleh tubuh

#### 5. Hasil Belajar

Menurut Hamalik dalam (Yona, 2016: 12) hasil belajar adalah bila seseorang telah belajar akan terjadi perubahan tingkah laku pada orang tersebut, misalnya dari tidak tahu menjadi tahu, dan dari tidak mengerti menjadi mengerti. Menurut Sudjana dalam (Yona, 2016: 12) hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan

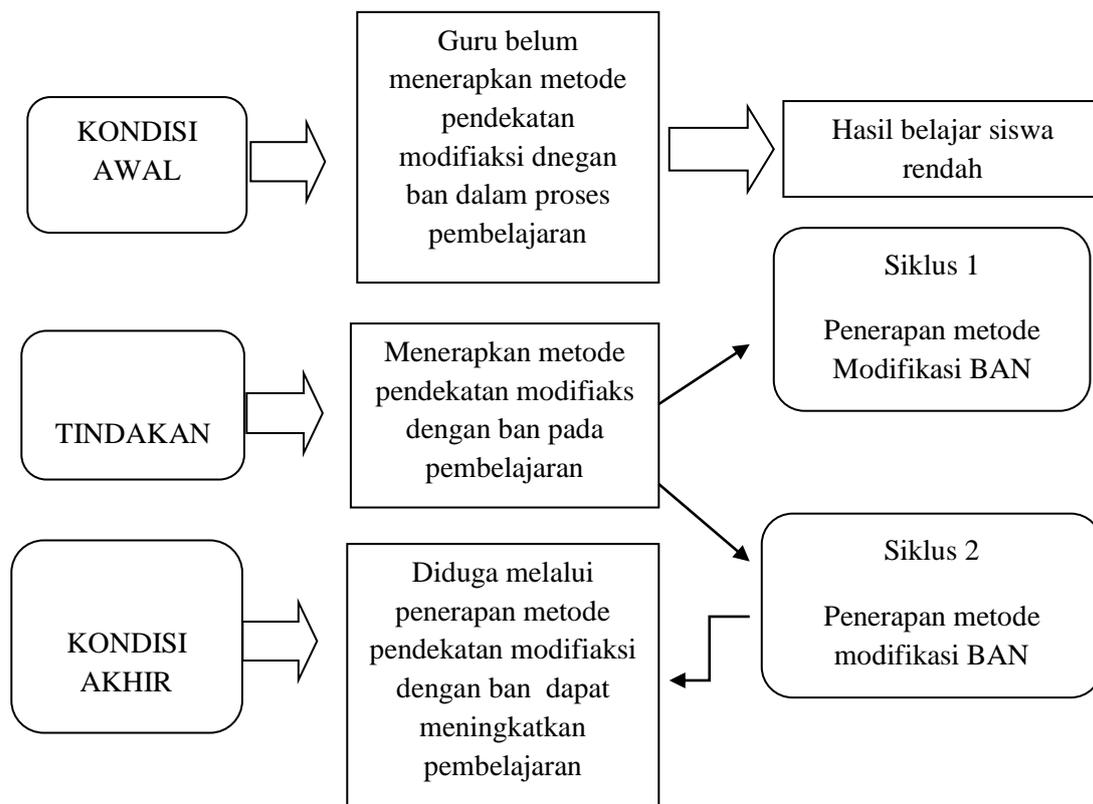
yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajarnya. Sedangkan menurut Horwart Kingsley dalam bukunya Sudjana membagi tiga macam hasil belajar mengajar : (1). Keterampilan dan kebiasaan, (2). Pengetahuan dan pengarahan, (3). Sikap dan cita-cita (Sudjana, 2004: 22, dalam Yona, 2016: 12). Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah kemampuan, keterampilan, dan sikap yang diperoleh siswa setelah ia menerima perlakuan yang diberikan oleh guru sehingga dapat mengkonstruksikan pengetahuan itu dalam kehidupan sehari-hari.

**B. Kerangka Berpikir**

Pada dasarnya guru sebagai orang yang terlibat langsung dalam pembelajaran, sesungguhnya dapat mengupayakan banyak hal untuk meningkatkan aktivitas belajar, diantaranya dengan menggunakan metode pembelajaran Yaitu Dengan Modifikasi Dengan Ban yang tepat, menyenangkan, dan membangkitkan antusiasme siswa.

Guru hendaknya memotivasi siswa dengan berbagai strategi dan pengetahuan, berpikir secara kritis untuk menyelesaikan setiap permasalahan, sehingga deharapkan kompetensi siswa juga akan lebih baik.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani disekolah oleh guru hendaknya dilakukan dengan memilih metode pendekatan pembelajaran yang tepat dan memahami karakteristik siswa, sehingga akan mendukung keberhasilan pembelajaran itu sendiri. Dengan penggunaan metode pendekatan pembelajaran yang tepat seperti dengan metode ban bekas tersebut akan berpengaruh pada keaktifan dan ketertarikan siswa terhadap pembelajaran. Dampak dari kurangnya pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani tentunya juga sangat berdampak pada hasil belajar siswa. Dari permasalahan diatas maka peneliti berusaha untuk meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan metode modifikasi ban.. Uraian kerangka berpikir tersebut digambarkan dalam skema sebagai berikut:



Gambar 1. Skema Kerangka Berpikir

## METODE PENELITIAN

### A. Rancangan Penelitian

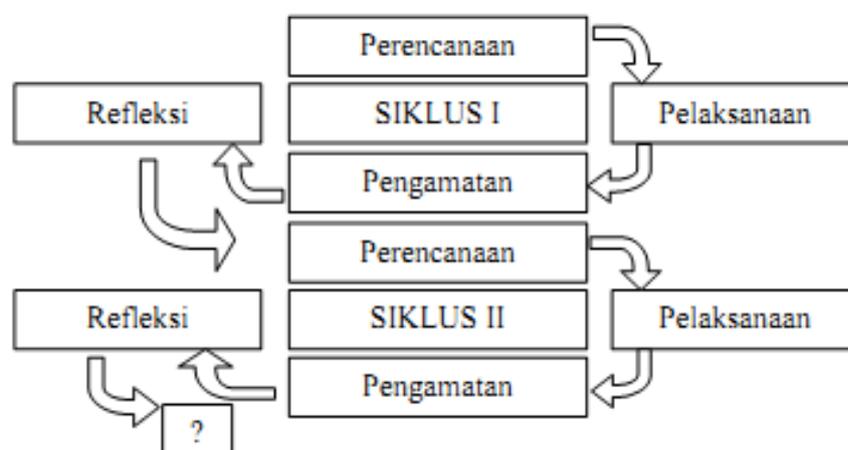
#### 1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas. Menurut Arikunto (2010: 16) ada empat tahapan penting dalam penelitian tindakan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Keempat tahapan dalam penelitian tindakan tersebut adalah membentuk sebuah siklus, jadi satu siklus adalah dimulai dari tahap perencanaan sampai dengan refleksi. Banyaknya siklus tergantung pada masih atau tidaknya tindakan tersebut diperlukan tindakan itu sudah dianggap cukup tergantung pada permasalahan pembelajaran yaitu meningkatkan hasil Penerapan

Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh yang perlu dipecahkan.

#### 2. Desain Penelitian

Adapun desain penelitian yang dilakukan merupakan desain penelitian tindakan kelas menurut Arikunto (2010: 16). Secara keseluruhan keempat tahapan dalam PTK ini membentuk suatu siklus PTK yang digambarkan dalam bentuk spiral Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh. Untuk mengatasi masalah mungkin diperlukan lebih dari satu siklus, siklus tersebut saling terkait dan berkelanjutan. Gambar desain PTK dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 2. Desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK)

Sumber: (Arikunto, 2010: 16)

#### Keterangan :

- Perencanaan**  
Dalam tahap ini peneliti menjelaskan tentang apa, mengapa, kapan, di mana, oleh siapa, dan bagaimana tindakan tersebut dilaksanakan.
- Pelaksanaan**  
Tahap kedua dari penelitian tindakan adalah pelaksanaan yang merupakan implementasi atau penerapan isi rancangan, yaitu mengenakan tindakan di kelas.
- Pengamatan**  
Tahap ketiga yaitu kegiatan pengamatan yang dilakukan oleh pengamat.
- Refleksi**  
Tahap keempat merupakan kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan. Keempat tahap dalam penelitian tersebut adalah unsur untuk membentuk sebuah siklus, yaitu satu putaran kegiatan beruntun, yang kembali ke langkah semula.

subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2011: 15). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah lingkungan Pada Siswa Kelas V di SDK Lewoloba Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019.

#### 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2011: 16). Karena penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK) maka sampel yang digunakan adalah siswa Pada Siswa Kelas V di SDK Lewoloba Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019.

### C. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat bantu pengumpulan data (Arikunto, 2015: 33). Instrumen dalam penelitian ini merupakan alat yang digunakan untuk mengungkap atau menggambarkan objek penelitian. Instrumen dalam penelitian ini adalah (kognitif) tes pilihan

### B. Populasi dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek atau

ganda, (psikomotor) tes unjuk kerja dan (afektif) lembar observasi karakter siswa.

#### 1. Observasi

Pengamatan ini dilakukan pada saat pelaksanaan pembelajaran berlangsung. Pengamatan ini bertujuan untuk mengetahui keterlaksanaannya RPP dan aktifitas siswa selama proses pembelajaran. Observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi siswa.

#### 2. Tes

Tes diberikan kepada siswa untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan siswa dalam menerima dan memahami materi yang telah diberikan oleh guru. Jenis tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah pilihan ganda dengan jumlah 10 soal dan tes unjuk kerja yang diukur menggunakan rubrik penilaian.

#### 3. Dokumentasi

Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya: catatan harian, sejarah kehidupan, biografi, peraturan kebijakan. Sedangkan dokumen berbentuk gambar, foto, sketsa, dan lain-lain. Penggunaan teknik dokumentasi dalam penelitian sebagai pelengkap apabila data yang didapat dari dua teknik yang lain dipandang belum memutuskan penjelasan yang akurat, maka data dokumentasi akan melengkapi kekurangan data tersebut.

### D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang terdapat pada penelitian ini dilakukan sesuai dengan rubrik penilaian dengan aspek-aspek pada silabus dan RPP Pada dalam meningkatkan hasil lompat jauh Siswa Kelas V di SDK Lewoloba Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019. yaitu sebagai berikut :

#### 1. Aspek Kognitif

Aspek Kognitif (pengetahuan) siswa diukur dengan menggunakan Tes dengan 10 soal, yang dinilai dengan format penilaian.

#### 2. Aspek Afektif

Aspek Afektif (sikap) siswa diukur dengan menggunakan rubrik penilaian Lembar Observasi Karakter Siswa.

#### 3. Aspek Psikomotor

Aspek Psikomotor (keterampilan) siswa diukur dengan tes unjuk kerja dengan menggunakan rubrik penilaian.

### E. Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan cara merefeksi hasil observasi dan evaluasi terhadap proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru dan siswa dan diolah menjadi kalimat yang bermakna dan dianalisis. Data yang diperoleh pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan deskriptif komparatif yaitu dengan membandingkan data kuantitatif dari siklus I dan

Siklus II. Adapun langkah-langkah pengumpulan data sebagai berikut :

#### 1. Menentukan Ketuntasan Hasil Belajar Individu

Ketuntasan hasil belajar siswa ditetapkan oleh guru penjas/ sekolah melalui KKM yaitu dengan nilai minimum 70. Untuk menghitungnya menggunakan rumus mean rata-rata hitung (Hulfian, 2015: 58) sebagai berikut :

$$X = \frac{\sum X}{n}$$

keterangan :

X = ketuntasan hasil belajar individu

$\sum X$  = jumlah nilai perolehan siswa dari aspek yang dinilai

n = Jumlah nilai keseluruhan aspek yang dinilai

#### 2. Menentukan Ketuntasan Hasil Belajar Keseluruhan Klasikal

Dari Hasil pernyataan lembar observasi dan pengamatan langsung oleh guru lain sebagai kolaborator dapat ditarik kesimpulan dengan analisis data. Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perorangan dan secara klasikal. Dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, untuk analisis persentase digunakan rumus distribusi persentase, yaitu Menentukan ketuntasan belajar keseluruhan klasikal dengan menggunakan rumus sebagai berikut. Ketuntasan klasikal =  $\frac{\text{jumlah subjek berhasil}}{\text{jumlah subjek keseluruhan}} \times 100\%$

Hasil tersebut kemudian ditafsirkan dengan ruang kualitatif, yaitu: 81% - 100% = Sangat Baik, 70% - 80% = Baik, 60% - 69% = Cukup Baik, 50% - 59% = Kurang Baik, <50% = Tidak Baik, Ketuntasan Klasikal dinyatakan tuntas apabila  $\geq 80\%$ .

### F. Indikator Keberhasilan Tindakan

Indikator pencapaian kompetensi adalah perilaku yang dapat diukur dan/atau diobservasi untuk menunjukkan ketercapaian kompetensi dasar tertentu yang menjadi acuan penilaian mata pelajaran. Indikator pencapaian kompetensi dirumuskan dengan menggunakan kata kerja operasional yang dapat diamati dan diukur, yang mencakup pengetahuan, sikap dan keterampilan (BSNP, 2011: 81).

Indikator keberhasilan tindakan meliputi peningkatan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Siswa terlihat lebih aktif dan senang dalam mengikuti pembelajaran serta ditandai dengan peningkatan siswa pada pembelajaran lompat jauh. Indikator yang dilakukan dalam pembelajaran Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun

Ajaran 2018/2019, teknik awalan, cara berdiri, sikap tangan dan tehnik memukul bola Minimal 80% dari jumlah siswa mencapai hasil belajar tuntas (KKM = 70). Sumber data pada penelitian ini berupa data kuantitatif diperoleh dari subjek berupa data nilai hasil penilaian tes unjuk kerja dan data kualitatif berupa lembar observasi siswa.

## HASIL PENELITIAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Siklus I

##### a. Perencanaan

Menyusun perangkat pembelajaran yang akan dilaksanakan yang meliputi:

- 1) Silabus Mata Pelajaran PJOK, kelas V semester 2 tahun pelajaran 2018/2019, dengan kompetensi dasar (KD) tentang Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh.
- 2) RPP
- 3) Bahan Ajar
- 4) Lembar Penilaian Sikap Siswa
- 5) Lembar Kegiatan Siswa
- 6) Media/ alat/ sumber belajar yang digunakan dan Buku

##### b. Pelaksanaan Tindakan

- 1) Mengkondisikan ruang belajar siswa dan kolabor.
- 2) Peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai dengan RPP.
- 3) Peneliti melakukan penilaian hasil belajar siswa secara individu dan klasikal.

##### c. Observasi dan Evaluasi

- 1) Kolaborator mengamati, mencatat, dan kemudian mendokumentasikan hal-hal yang terjadi selama tindakan berlangsung, dengan maksud untuk mengetahui kesesuaian antara pelaksanaan tindakan dengan rencana tindakan yang telah ditetapkan. Pengamatan yang dilakukan kolabolator memanfaatkan Lembar Observasi Guru (LOG), Lembar Observasi Siswa (LOS), catatan lapangan, dan kamera.
- 2) Observer dan peneliti mengumpulkan data yang diperoleh.

**Tabel 4.3. Hasil evaluasi siklus I**

No	Aspek yang diperhatikan	Keterangan
1	Nilai Tertinggi	84
2	Nilai Terendah	54
3	Banyak Siswa	20
4	Banyak siswa yang tuntas	13
5	Banyak siswa	7

	yang tidak tuntas	
<b>Ketuntasan Belajar</b>	<b>65%</b>	

Dari Tabel 4.3 hasil evaluasi menunjukkan bahwa persentase siswa dilihat dari rumus ketuntasan klasikal adalah:  $KK = \frac{13}{20} \times 100\% = 65\%$ . Jadi siswa yang mendapat nilai minimal 70 adalah 65%, ini berarti indikator penelitian belum mencapai ketuntasan klasikal. Hal ini dapat dilihat dari kriteria ketuntasan minimal di Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019. Dari data di atas terdapat 7 siswa yang tidak tuntas disebabkan Antara lain:

- a) Jumlah siswa yang terlalu banyak yang mengakibatkan perhatian guru terhadap proses pembelajaran kurang optimal sehingga tidak semua kelompok terpantau dengan baik aktivitasnya dalam pembelajaran.
- b) Siswa kurang aktif pada saat diskusi kelompok, dan Masih ada siswa yang belum bisa menerapkan tehnik dasar Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh
- c) Siswa belum terbiasa menggunakan lompat dengan ban dalam proses pembelajaran.
- d) Masih ada siswa yang kesulitan dalam menjawab soal tes yang berkaitan dengan Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh.

##### d. Refleksi

Peneliti bersama kolaborator mendiskusikan hasil pengamatan yang telah dilakukan. Kelemahan dan kekurangan yang telah ditemukan pada siklus terdahulu dapat digunakan sebagai dasar penyusunan rencana tindakan pada siklus berikutnya, sehingga siklus selanjutnya akan menjadi lebih baik dari pada siklus sebelumnya.

#### 2. Siklus II

##### a. Perencanaan

Menyusun perangkat pembelajaran yang akan dilaksanakan yang meliputi:

- 1) Silabus Mata Pelajaran PJOK, kelas V semester 2 tahun pelajaran 2018/2019, dengan kompetensi dasar (KD) tentang Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh.

- 2) RPP
  - 3) Bahan Ajar
  - 4) Lembar Penilaian Sikap Siswa
  - 5) Lembar Kegiatan Siswa
  - 6) Media/ alat/ sumber belajar yang digunakan dan Buku
- b. Pelaksanaan Tindakan
- 1) Mengkondisikan ruang belajar siswa dan kolabor.
  - 2) Peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai dengan RPP.
  - 3) Peneliti melakukan penilaian hasil belajar siswa secara individu dan klasikal.
- c. Observasi dan Evaluasi
- 1) Kolaborator mengamati, mencatat, dan kemudian mendokumentasikan hal-hal yang terjadi selama tindakan berlangsung, dengan maksud untuk mengetahui kesesuaian antara pelaksanaan tindakan dengan rencana tindakan yang telah ditetapkan. Pengamatan yang dilakukan kolaborator memanfaatkan Lembar Observasi Guru (LOG), Lembar Observasi Siswa (LOS), cacatan lapangan, dan kamera.
  - 2) Observer dan peneliti mengumpulkan data yang diperoleh.

Tabel 4.4. Hasil evaluasi siklus II

No	Aspek yang diperhatikan	Keterangan
1	Nilai tertinggi	94
2	Nilai terendah	60
3	Banyak siswa	20
4	Banyak siswa yang tuntas	18
5	Banyak siswa yang tidak tuntas	2
<b>Ketuntasan Belajar</b>	<b>90%</b>	

Dari Tabel 4.4 hasil evaluasi menunjukkan bahwa persentase siswa dilihat dari rumus ketuntasan klasikal adalah:  $KK = \frac{18}{20} \times 100\% = 90\%$ . Jadi siswa yang mendapat nilai minimal 70 adalah 90%. Ini berarti indikator penelitian sudah mencapai ketuntasan klasikal. Hal ini dilihat dari kriteria ketuntasan minimal di Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019 dengan ketuntasan individunya adalah  $\geq 70$  dan ketuntasan klasikal  $\geq 90\%$ .

Dari data tersebut di atas terdapat 3 siswa yang tidak tuntas

disebabkan nilai psikomotor, nilai afektif, dan nilai kognitif siswa tersebut masih sangat kurang dari kriteria ketuntasan.

Berdasarkan refleksi siklus I yang direkomendasikan, dilakukan perbaikan perencanaan tindakan ulang pada siklus II.

Aspek yang diukur	Pra Siklus	Prosentase target	
		Siklus I	Siklus II
Kemampuan hasil belajar lompat jauh	68,36%	75%	85%

## B. Pembahasan

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan dalam dua siklus dengan menggunakan Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019".

Pada pembelajaran siklus I yang dilaksanakan dari Tanggal 20 sampai 10 September 2018 belum terlaksana sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang dibuat, sehingga ketuntasan belum mencapai apa yang diharapkan. Kurang aktifnya siswa pada saat diskusi kelompok, siswa belum terbiasa menggunakan Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2017/2018 proses pembelajaran, masih ada siswa yang belum bisa menerapkan teknik dasar lompat jauh dan jumlah siswa yang terlalu banyak mengakibatkan perhatian guru terhadap proses pembelajaran kurang optimal sehingga tidak semua kelompok terpantau dengan baik aktivitasnya dalam pembelajaran adalah faktor dari belum tercapainya ketuntasan hasil belajar. Berdasarkan analisis hasil evaluasi belajar siswa yang diperoleh dari nilai psikomotor, nilai afektif, dan nilai kognitif yang didapat dari 20 siswa terdapat 18 siswa yang tuntas dan 3 siswa yang belum tuntas dengan 46 persentase ketuntasan 80%. Ini berarti bahwa hasil evaluasi belajar siswa belum mencapai ketuntasan individual maupun ketuntasan klasikal dan hasil belajar siswa belum dikatakan meningkat. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari siklus I, hasil belajar siswa belum mencapai peningkatan. Oleh karena itu perlu dilakukan perbaikan pada siklus II. Adapun perbaikan yang dilakukan yaitu guru senantiasa meningkatkan kemampuannya dalam

memfasilitasi kegiatan kooperatif dan pembentukan kelompok yang heterogen utamanya dilihat dari gender, mengarahkan siswa untuk lebih fokus memperhatikan gerakan dan penjelasan teman terkait materi pelajaran yang disampaikan, membimbing siswa untuk lebih aktif dalam kelompok pada saat diskusi dan lebih mengaktifkan siswa dalam menyimpulkan materi yang telah dibahas dengan menunjuk beberapa siswa dan meminta siswa untuk memperbaiki jika ada gerakan-gerakan yang masih salah.

Setelah melakukan perbaikan pada siklus II yang dilaksanakan pada tanggal 3 sampai 10 September 2018 diperoleh hasil yang lebih baik. Ini ditunjukkan dari hasil belajar 20 siswa terdapat 18 siswa yang tuntas dan 2 siswa yang belum tuntas dengan persentase ketuntasan klasikal 90%. Ini berarti indikator penelitian sudah mencapai standar ketuntasan klasikal. Hal ini dilihat dari Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) di Pada Siswa Kelas V untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2017/2018 dengan ketuntasan individunya adalah  $\geq 70$  dan ketuntasan klasikal adalah  $\geq 90\%$ . Dari data tersebut di atas terdapat 3 siswa yang tidak tuntas disebabkan nilai psikomotor, nilai afektif, dan nilai kognitif siswa tersebut masih sangat kurang dari kriteria ketuntasan minimal.

## PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa “Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019”. belajar siswa siklus I belum meningkat. Berdasarkan analisis ketuntasan belajar klasikal siswa, diperoleh persentase ketuntasan 65% pada siklus I. Pada siklus II persentase ketuntasan klasikal belajar siswa 90 %. ini berarti menunjukkan bahwa hasil belajar meningkat.

### B. Saran

Hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut: Diharapkan kepada guru penjasokes Penerapan Pembelajaran Modifikasi Lompat Dengan Ban untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SDK Lewoloba Kecamatan Ile Mandiri Kabupaten Flores Timur Tahun Ajaran 2018/2019” mempertimbangkan pola pikir anak dalam memilih penerapan metode lompat jauh Bagi peneliti berikutnya yang ingin

menerapkan Pendekatan sebaiknya dicoba pada kelas yang jumlah siswanya tidak terlalu banyak karena metode Pendekatan metode dengan metode ban merupakan metode yang jarang dilakukan pada proses pembelajaran. pada mata pelajaran penjasokes dan diharapkan kerja sama dengan guru mata pelajaran guna memberikan latihan kepada siswa sehingga proses pembelajaran bisa berjalan lancar. Hal ini metode terbaru dalam bidang atletik

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2011. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta. Rineka Cipta.
- Abdoelah, A. dan Manadji A, 1994. *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan..
- Barlian, Ikbal dan Koryati, Dewi. 2012. *Penelitian Tindakan Kelas*. Palembang: Almira Press.
- Budiningsih, Asri. 2011. *Cakrawala Pendidikan*. Yogyakarta: Ikatan Sarjana Pendidikan Indonesia DIY.,
- Depdiknas, 2008. *Materi Pelatihan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarta: Depdiknas.
- Rusli Ibrahim, 2001. *Landasan Psikologis Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas
- Sri Wahyuni, Sutarmin, Pramono, 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan 1*. Jakarta : Kementerian Pendidikan Nasional.
- Suharsini Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi V. Jakarta : Rineka Cipta.
- Yudha, 2001. *Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar (Sebuah Pendekatan Pembinaan Gerak memulai Permainan)*. Jakarta : Depdiknas
- Rostiah NK. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004
- BSNP. (2011). Indikator Pencapaian Kompetensi. Dalam *Pedoman Penyusunan KTSP* (hal. 81). Jakarta: BSNP.
- BSNP. (2011). Tujuan Belajar. Dalam *Pedoman Penyusunan KTSP* (hal. 90). Jakarta: BSNP.
- Sugiyono. (2011). Populasi Penelitian. Dalam N. K. Udayanti, *Skripsi* (hal. 15). Mataram: IKIP Mataram.
- Margono. (2016, 4 8). *Pengertian Hipotesis*. Diambil kembali dari [http://gooleweblight.com/?lite\\_url=http://www.spengetahuan.com/2016/04/10-pengertian-hipotesis-menurut-para-ahli-terlengkap](http://gooleweblight.com/?lite_url=http://www.spengetahuan.com/2016/04/10-pengertian-hipotesis-menurut-para-ahli-terlengkap)
- Kratwohl (Purwanto, 2. 5. (2016). Ranah Afektif. Dalam E. Yona, *Skripsi* (hal. 15). Bandar Lampung: Universitas Lampung.