

PENERAPAN METODE *DISCOVERY* TERHADAP HASIL BELAJAR LARI JARAK PENDEK PADA SISWA KELAS X MAN 2 PRAYA

Ahmad Nurjani, Isyani

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FPOK IKIP Mataram

Email: bageklawang@gmail.com

Abstract: The lack of interest of students in learning athletics, especially short distance running, is due to the teachers' teaching methods that tend to be boring and less interesting explanation from the teacher, resulted in students less ability to know or master the techniques in doing short distance running. Therefore, teaching method is very important to the outcome of learning. The purpose of this study is to find out how the implementation of discovery method can improve the achievement of short distance running on students class X of MAN 2 Praya. As for the research design, it used the stages in the form of two cycles; each cycle consists of planning, implementation, observation and reflection. The population in use was the entire class X students of MAN 2 Praya and the sample was class X MAN 2 which amounted to 17 students. The sampling technique used the purposive sampling. The methods used to collect data in this research was the method of observation, documentation, and test while for the data analysis technique of learning result used critical value, whereas the data was analyzed by finding the mastery of individual learning and critical value. The assessment technique is classified to be successful if the critical value reached 85% of students who get a minimum score of 75% seen in the results of learning cycle I and cycle II. Based on the results of the assessment analysis in the first cycle, it was obtained that the percentage of critical value was 58.8% while on the second cycle the percentage of students' critical value was 82%. Then, it can be concluded that the discovery method can improve the achievement of short distance running on the students of class X of MAN 2 Praya in academic year 2016/2017.

Key Words : *Result of study, short distance running, discovery methode*

Abstrak: Kurangnya minat siswa dalam mempelajari olahraga atletik khususnya lari jarak pendek disebabkan metode mengajar guru yang cenderung membosankan serta kurang menariknya penjelasan guru ketika menjelaskan, mengakibatkan siswa tidak mampu mengetahui ataupun menguasai bagaimana teknik-taknik dalam melakukan olahraga lari jarak pendek. Oleh karena itu, metode mengajar sangatlah penting terhadap hasil akhir suatu pembelajaran. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana penerapan metode *discovery* dapat meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek siswa kelas X MAN 2 Praya. Adapun rancangan penelitian dengan menggunakan tahapan berupa dua siklus, tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Populasi yang di gunakan adalah seluruh kelas X MAN 2 Praya dan sampelnya adalah kelas X MIA 2 yang berjumlah 17 siswa. Adapun teknik pengambilan sampel yaitu dengan cara *purposive sampling*. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah metode observasi, dokumentasi, dan tes sedangkan untuk teknik analisis data hasil belajar yaitu menggunakan rumus ketuntasan klasikal, dimana data tersebut dianalisis dengan mencari ketuntasan belajar individu dan ketuntasan klasikal, teknik penilaian dikatakan tuntas secara klasikal jika ketuntasan mencapai 85 % siswa memperoleh skor minimal 75 % yang terlihat pada hasil belajar siklus I dan siklus II. Berdasarkan hasil analisis penilaian pada siklus I diperoleh persentase ketuntasan klasikal 58,8 % dan pada siklus II persentase ketuntasan klasikal belajar siswa 82 %. Maka dapat disimpulkan bahwa metode *discovery* dapat meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek pada siswa kelas X MAN 2 Praya tahun pelajaran 2016/2017.

Kata kunci : Hasil Belajar, Lari Jarak Pendek, Metode *Discovery*

PENDAHULUAN

Guru dituntut untuk mampu menciptakan suatu pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa. Suatu pembelajaran yang menyenangkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa karena materi yang diajarkan akan lebih mudah dipahami dan diingat oleh siswa. Penulis berusaha mencari metode pembelajaran yang tepat sehingga dapat meningkatkan hasil belajar dalam cabang olahraga lari jarak pendek. Dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauhmana penerapan metode *discovery* dapat meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek pada siswa kelas X MAN 2 Praya. Dan manfaat dari penelitian ini untuk penulis adalah agar lebih memahami penerapan metode *discovery* sedangkan bagi pembaca, menjadi pedoman bagi pembaca khususnya tentang penerapan metode *discovery* pada lari jarak pendek, bagi siswa sebagai langkah awal untuk mengenal lebih dalam tentang cabang olahraga atletik nomor lari jarak pendek dengan metode penemuannya sendiri.

B. KAJIAN LITERATUR

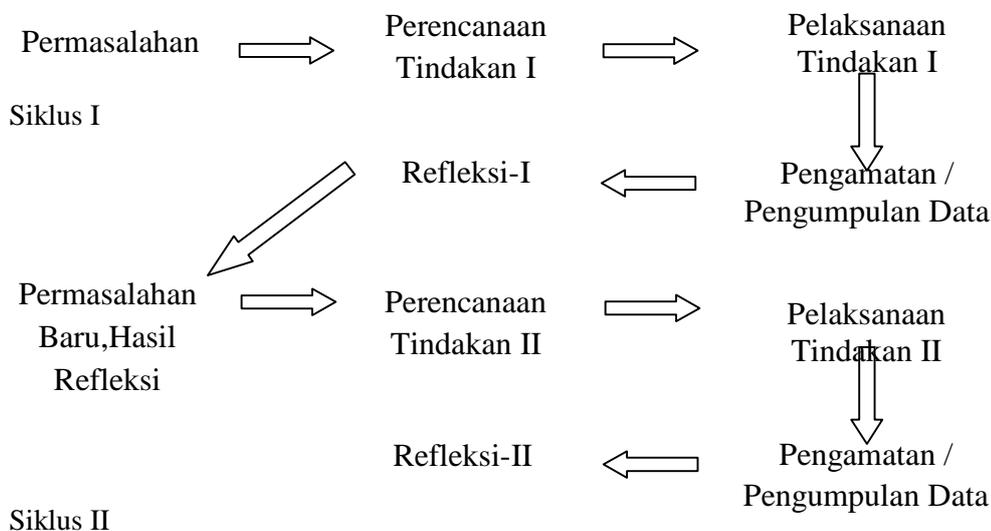
Secara garis besar kajian pustaka terdiri dari tiga aspek pembahasan yaitu: hasil belajar, larijarak pendek dan metode *discovery*. Hasil belajar siswa pada hakikatnya merupakan tingkah laku yang telah terjadi melalui proses pembelajaran (Sudjana 2005:3) adapun aspek-aspek hasil belajar menurut

Bloom (2011:79) yaitu: aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotor.

(Munafisah,2008:13) jadi Lari jarak pendek adalah lari yang menempuh jarak antara 50 m sampai dengan jarak 400 m. Penemuan adalah terjemahan dari *discovery*. Penemuan adalah terjemahan dari *discovery*. Menurut Sund” *discovery* adalah proses mental dimana siswa mampu mengasimilasikan suatu konsep atau prinsip”. proses mental tersebut ialah mengamati, mencerna, mengerti, mencoba, menggolong-golongkan, membuat dugaan, menjelaskan, mengukur, membuat kesimpulan dan sebagainya (Roestiyah 2001:20).

C. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) yang merupakan studi yang dilakukan untuk memperbaiki diri sendiri, pengalaman kerja sendiri tang dilaksanakan secara sistematis, terencana dan sikap mawas diri (Agus Kristanto 2010:67). Metode pembelajaran dilaksanakan oleh penliti sedangkan guru sebagai observer/evaluasi yang bekerjasama dalam pelaksanaan pembelajaran sehingga diperoleh kesepakatan/pemahaman yang sama. Adapun prosedur penelitian yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan siswa dengan menerapkan metode *discovery* dengan menggunakan tahapan berupa 2 siklus, tiap-tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi.



Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas atau karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. (Lalu Hulfian, M.Pd, 2015:35).

Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subjek atau objek itu.

Didalam penelitian ini, peneliti menggunakan populasi yaitu semua kelas X MAN 2 Praya yang terdiri dari kelas X MIA 1 dan 2, kelas X BHS, kelas X IPA 1 dan 2 serta kelas X IPS 1 dan 2 yang berjumlah 135 siswa.

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Dalam sebuah penelitian, seorang peneliti tentu akan menggunakan populasi dan sampel dalam penelitiannya. Oleh sebab itu, pada penelitian ini peneliti menggunakan kelas X MIA 2 sebagai sampel untuk diteliti yang berjumlah 17 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan cara *purposive sampling* yang artinya teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.

Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya (Trianto, 2011:54). Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono,2009:148).

1. Lembar tes evaluasi pada setiap siklus dalam bentuk Pilihan Ganda.
2. Perangkat mengajar Adapun perangkat mengajar yang digunakan adalah Rencana Pelaksanaan Pembelajaran. (Terlampir)

3. Lembar observasi terhadap aktivitas siswa. (Terlampir)
4. Lembar unjuk kerja aktivitas siswa. (Terlampir)

Teknik pengumpulan data yaitu dengan cara pemberian tes, pengamatan (observasi) dan dokumentasi. Setelah memperoleh data hasil belajar lari jarak pendek, maka data tersebut di analisis dengan mencari ketuntasan belajar kemudian dianalisis secara kuantitatif.

a. Ketuntasan individu

Pada penelitian ini siswa dikatakan tuntas dalam proses belajar mengajar apabila mencapai nilai KKM, standar nilai KKM untuk MAN 2 Praya yaitu 75.

b. Ketuntasan Klasikal (KK)

Dalam menentukan ketuntasan belajar siswa keseluruhan atau ketuntasan klasikal (KK) menggunakan rumus sebagai berikut:

$$KK = \frac{K}{Z} \times 100\%$$

Keterangan :

KK : Ketuntasan Klasikal

K : Jumlah siswa yang memperoleh nilai ≥ 75

Z : Jumlah seluruh siswa

(Nurkencana dalam Gatot, 2013:30)

Sesuai dengan petunjuk teknis penilaian kelas dikatakan tuntas secara klasikal terhadap materi yang disajikan jika ketuntasan klasikal mencapai 85% siswa memperoleh skor minimal ≥ 75 yang akan terlihat pada hasil belajar tiap-tiap siklus.

D. HASIL PENELITIAN

Adapun hasil evaluasi yang diperoleh pada siklus I dapat dilihat secara ringkas yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.3. Hasil evaluasi siklus I

NO	Aspek yang diperhatikan	Keterangan
1	Nilai tertinggi	82,5
2	Nilai terendah	53,8
3	Banyak siswa	17
4	Banyak siswa yang tuntas	10
5	Banyak siswa yang tidak tuntas	7

Ketuntasan belajar	58,8 %
---------------------------	---------------

Dari tabel 4.3 hasil evaluasi menunjukkan bahwa persentase siswa yang mendapat nilai minimal 75 adalah 58,8 %, ini berarti indikator penelitian belum mencapai ketuntasan klasikal.

Hasil observasi yang dilaksanakan oleh observer pada siklus II sama dengan siklus I yaitu Proses observasi di laksanakan selama proses pembelajaran berlangsung dengan mengisi lembar observasi yang telah disiapkan. Observasi terhadap unjuk kerja (Psikomotor), dan pengamatan sikap (Afektif) yang tampak selama proses pembelajaran.

Adapun hasil evaluasi yang diperoleh pada siklus II dapat dilihat secara ringkas yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.6. Hasil evaluasi siklus II

No	Aspek yang diperhatikan	Keterangan
1	Nilai tertinggi	84,1
2	Nilai terendah	67,5
3	Banyak siswa	17
4	Banyak siswa yang tuntas	14
5	Banyak siswa yang tidak tuntas	3
Ketuntasan belajar		82 %

Dari tabel 4.6 hasil evaluasi menunjukkan bahwa persentase siswa yang mendapat nilai minimal 75 adalah 82 %, ini berarti indikator penelitian belum mencapai ketuntasan klasikal. Hal ini dapat di lihat dari kriteria ketuntasan minimal di MAN 2 Praya dengan ketuntasan individu ≥ 75 dan ketuntasan klasikal adalah ≥ 85 % dari data di atas terdapat 3 siswa yang tidak tuntas disebabkan nilai psikomotor, nilai afektif, dan nilai kognitif siswa masih sangat kurang dari kriteria ketuntasan.

E. PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus dengan menggunakan metode *discovery* pada materi pokok teknik star, gerakan lari dan cara memasuki garis finish pada lari jarak pendek. Berdasarkan analisis hasil evaluasi dari 17

siswa terdapat 8 siswa yang tuntas dan 9 siswa yang belum tuntas dengan persentase ketuntasan 58,8 % ini berarti bahwa hasil evaluasi belajar siswa belum mencapai ketuntasan individu dan ketuntasan klasikal dan hasil belajar siswa belum dikatakan meningkat.

Setelah melaksanakan perbaikan pada siklus II yang dilaksanakan pada tanggal 25 Mei 2017 di peroleh hasil yang lebih baik, ini ditunjukkan dari hasil belajar 17 siswa terdapat 14 siswa yang tuntas dan 3 siswa yang tidak tuntas, ini berarti persentase ketuntasan klasikal pada siklus II mengalami peningkatan menjadi 82 % dan ini berarti indikator penelitian belum juga mencapai standar ketuntasan klasikal. Hal ini dilihat dari kriteria ketuntasan individu (KKM) MAN 2 Praya dengan ketuntasan individunya adalah ≥ 75 dan ketuntasan klasikal adalah ≥ 85 %.

F. SIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa penerapan metode *discovery* pada materi teknik dasar star, gerakan lari dan cara memasuki finish dalam lari jarak pendek dapat meningkatkan hasil belajar pada siswa kelas X MAN 2 Praya tahun pelajaran 2016/2017 dengan hasil belajar siswa pada siklus I belum meningkat. Berdasarkan analisis ketuntasan belajar klasikal siswa di siklus pertama diperoleh persentase ketuntasan 58,8 %. Pada siklus II persentase ketuntasan klasikal belajar siswa naik menjadi 82 %, ini menunjukkan bahwa hasil belajar lari jarak pendek pada siswa kelas X MAN 2 Praya meningkat meskipun dalam ketuntasan klasikal belum dapat dikatakan tuntas disebabkan pada siklus II terdapat 3 siswa yang tidak tuntas karena pada saat pembelajaran siklus II ke-3 siswa tersebut tidak masuk.

2. Saran

- Diharapkan kepada guru penjaskes kelas X MAN 2 Praya agar mempertimbangkan pola pikir anak dalam memilih penerapan metode *discovery*.

- b) Bagi peneliti berikutnya yang ingin menerapkan metode *discovery* sebaiknya di coba di tingkat SMP dan di harapkan kerja sama dengan guru mata pelajaran.

G. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, 2003. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Lalu Hulfian. 2015, *Statistik Penelitian Untuk Pendidikan Jasmani & Olahraga*. Selong: Garuda Ilmu
- Luli Gita Adrianto, 2012. *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lari Jarak Pendek Melalui Media Pembelajaran Yang Dimodifikasi*, Surakarta: Universitas Sebelas Maret Surakarta
- Markaban, 2006. *Model Pembelajaran Matematika Dengan Pendekatan Penemuan Terbimbing*. Yogyakarta: Depdiknas
- Munafisah. 2008. *Atletik Cabang Lari*. Semarang: Aneka Ilmu
- Roestiyah, Nk. 2008. *Strategi Belajar Mengajar*. Cet.7. Jakarta : Reineka Cipta
- Sugiyono, 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Kualitatif dan Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta
- Trianto. 2011. *Panduan Lengkap Penelitian Tindakan Kelas (PTK)*. Jakarta: Buku Berkualitas Prima.