

Alat Bantu Gawang Pipa: Cara Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat Jauh pada Siswa Madrasah Ibtidaiyah Negeri 22 Gunungkidul

Yuwanto

Madrasah Ibtidaiyah Negeri 22 Gunungkidul

e-Mail: yuwanto217akbar@gmail.com

Abstract

This research aims to find out how to improve the learning results of motion elementary long jump in grade IV MIN 12 Years Challenging Lessons 2016/2017 amounted to 14 students consisting of 5 students are female and 9 male students. This research is a research action class. Measures include SUPPORT activities of planning, implementation, observation, tests and documentation. The technique of data collection by observation using the instrument of observation sheets. Preliminary observation on the stage, there were only 3 students who managed to reach the KKM 75 or some 21%, 2 students scored between 70 to 74 or any number of 14%, 5 students scored between 65 to 69 or 36%, and 4 students scored 65 or some < 29%. Through the initial data have been obtained results showed that the learning of basic motion long jump class IV is still very lacking. The results of this research show that through the tools of the net pipe there is an increase in the value of learning outcomes above the value of the KKM (75), i.e. from initial conditions only 21% to 86%.

Keywords: *Gawang Pipa, Motion of Basic Long Jump, Learning Outcomes*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat jauh pada siswa kelas IV MIN 12 Gunungkidul Tahun Pelajaran 2016/2017 berjumlah 14 siswa yang terdiri dari 5 siswa perempuan dan 9 siswa laki-laki. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas. Langkah-langkah PTK meliputi kegiatan perencanaan, pelaksanaan, observasi, tes dan dokumentasi. Teknik pengumpulan data dengan observasi menggunakan instrumen lembar observasi. Pada tahap observasi awal, hanya terdapat 3 siswa yang berhasil mencapai KKM 75 atau sejumlah 21%, 2 siswa mendapat nilai antara 70 sampai 74 atau sejumlah 14%, 5 siswa mendapat nilai antara 65 sampai 69 atau 36%, dan 4 siswa mendapat nilai < 65 atau sejumlah 29%. Melalui data awal yang telah diperoleh tersebut menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar lompat jauh kelas IV masih sangat kurang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa melalui alat bantu gawang pipa terdapat peningkatan hasil belajar nilai di atas nilai KKM (75), yaitu dari kondisi awal hanya 21% menjadi 86%.

Kata Kunci: *Alat Bantu Gawang Pipa, Gerak Dasar Lompat Jauh, Hasil Belajar*

Pendahuluan

Olahraga adalah aktivitas yang sangat penting untuk mempertahankan kebugaran jasmani seseorang. Di sekolah dasar/ madrasah ibtidaiyah, olahraga merupakan mata pelajaran yang paling digemari oleh para siswa. Hampir semua materi olahraga untuk siswa sekolah dasar/ madrasah ibtidaiyah memuat materi gerak dasar. Selain itu materi pelajaran penjasorkes memuat aspek afektif, kognitif dan psikomotor.

Lompat jauh adalah aktifitas gerakan yang dilakukan dalam lompatan untuk mencapai lompatan yang sejauh-jauhnya. Gerak lompat jauh merupakan gerakan dari perpaduan antara kecepatan, kekuatan, kelenturan, daya tahan, dan ketepatan. Tujuan lompat jauh adalah melompat sejauh-jauhnya dengan memindahkan seluruh tubuh dan titik-titik tertentu ke titik lainnya, dengan cara berlari secepat-cepatnya kemudian menolak, melayang di udara dan mendarat. Desain dan konsep alat bantu pembelajaran yang dibuat adalah alat bantu pembelajaran yang dapat untuk melompat dengan mudah dan terbuat dari bahan yang tidak berbahaya, mudah dibuat, biaya murah serta aman bagi siswa maupun lingkungan, tidak membutuhkan tempat terlalu luas dan dapat membangkitkan semangat siswa dan siswa aktif bergerak dalam pelaksanaannya.

Salah satu materi gerak dasar yang dipelajari adalah gerak dasar lompat. Di MIN 12 Gunungkidul, untuk pembelajaran lompat jauh pada siswa kelas IV tahun pelajaran 2016/2017, tanpa menggunakan alat bantu. Akan tetapi ada permasalahan yang terjadi tanpa penggunaan alat bantu. Kebanyakan siswa tidak mampu melompat dengan maksimal serta gaya yang masih belum dikuasai. Dari observasi awal, siswa yang mendapatkan nilai sesuai KKM (75) hanya 3 siswa atau 21% dari 14 siswa. Oleh karena itu, guru harus berinovasi untuk membuat alat bantu pembelajaran dan model pembelajaran yang dapat membantu siswa atau mengakomodasi kebutuhan siswa dalam bermain, materi pembelajaran dapat tersampaikan dan aman bagi siswa maupun lingkungan.

Alat bantu merupakan alat-alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan materi pembelajaran. Alat bantu ini lebih sering disebut alat peraga karena berfungsi untuk membantu dan mempraktekkan sesuatu dalam proses pendidikan pengajaran. Menurut Samsudin (2008: 57) menyatakan bahwa, “untuk melaksanakan proses aktivitas jasmani tersebut sudah barang tentu menuntut adanya kelengkapan media dan alat bantu pembelajaran. Karena tanpa adanya dukungan media dan alat bantu tersebut, maka proses pembelajaran pendidikan jasmani akan sia-sia belaka”.

Hasil inovasi pembelajaran yang dilakukan oleh Hari Nuryanto, S.Or tentang Penggunaan Gawang Pipa menunjukkan bahwa adanya peningkatan hasil belajar gerak dasar lompat jauh kelas IV di SD Tlogolele, Boyolali Tahun Pelajaran 2015/2016. Dari hasil inovasi pembelajaran itulah yang menjadi acuan pelaksanaan penelitian tindakan kelas di madrasah. Melalui data awal yang telah diperoleh

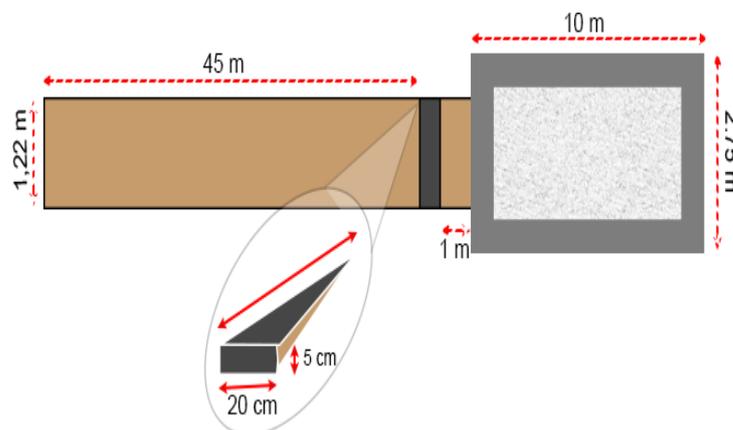
dalam pembelajaran menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar lompat jauh kelas IV MIN 12 Gunungkidul Tahun Pelajaran 2016/2017 masih sangat kurang. Pada tahap awal pembelajaran, siswa belum mengetahui teknik dasar lompat jauh, sehingga banyak siswa yang belum mampu melakukan gerakan melompat dengan baik dan benar. Dari jumlah siswa kelas IV sebanyak 14 anak, sebagian besar dari mereka juga kurang semangat dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh. Dari observasi awal ini digunakan sebagai langkah awal memperbaiki gerak dasar lompat jauh.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut dan kajian *literature review* sebelumnya, maka penelitian ini akan mengungkap cara meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat jauh pada siswa kelas IV MIN 12 Gunungkidul. Penelitian ini sangat penting dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan prestasi belajar lompat jauh pada siswa kelas IV MIN 12 Gunungkidul.

Lompat Jauh dan Alat Bantu Gawang Pipa

Lompat jauh adalah aktifitas gerakan yang dilakukan dalam lompatan untuk mencapai lompatan yang sejauh-jauhnya. Gerak lompat jauh merupakan gerakan dari perpaduan antara kecepatan, kekuatan, kelenturan, daya tahan, dan ketepatan. Tujuan lompat jauh adalah melompat sejauh-jauhnya dengan memindahkan seluruh tubuh dan titik-titik tertentu ke titik lainnya, dengan cara berlari secepat-cepatnya kemudian menolak, melayang di udara dan mendarat. Teknik dasar lompat jauh dapat dibagi sebagai berikut:

1. Awalan atau ancang-ancang
2. Tumpuan atau tolakan
3. Melayang diudara
4. Mendarat



Gambar 1. Lompat Jauh

Alat bantu merupakan alat-alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan materi pembelajaran. Alat bantu ini lebih sering disebut alat peraga karena berfungsi untuk membantu dan mempraktekkan sesuatu dalam proses pendidikan pengajaran. Menurut Samsudin (2008: 57) menyatakan bahwa untuk melaksanakan proses aktivitas jasmani tersebut sudah barang tentu

menuntut adanya kelengkapan media dan alat bantu pembelajaran. Karena tanpa adanya dukungan media dan alat bantu tersebut, maka proses pembelajaran pendidikan jasmani akan sia-sia belaka. Jelas pula pengertian atau pengetahuan yang diperoleh. Dengan perkataan lain, alat peraga ini dimaksudkan untuk mengerahkan indera sebanyak mungkin suatu objek sehingga mempermudah persepsi. Manfaat alat bantu pembelajaran menurut Soekidjo (2003) antara lain sebagai berikut:

1. Menimbulkan minat sasaran pendidikan
2. Mencapai sasaran yang lebih banyak
3. Membantu mengatasi hambatan bahasa
4. Merangsang sasaran pendidikan untuk melaksanakan pesan-pesan kesehatan
5. Membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat.
6. Merangsang sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan yang diterima kepada orang lain
7. Mempermudah penyampaian bahan pendidikan/informasi oleh para pendidik pelaku pendidikan.
8. Mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran pendidikan

Seperti diuraikan diatas bahwa pengetahuan yang ada pada seseorang diterima melalui indera. Dalam Penelitian ini alat bantu yang digunakan adalah gawang pipa. Definisi gawang menurut kamus besar bahasa Indonesia adalah dua tiang yang dihubungkan dengan kayu palang. Gawang yang dimaksud dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah benda yang terbuat dari pipa air dengan panjang 35 cm dan tinggi 20 cm.

Metode Penelitian

Metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan yang difokuskan pada situasi kelas atau lapangan yang lazim di kenal dengan "*Classroom Action Research*." Alasan penggunaan metode ini adalah karena dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui sejauh mana para pelaksana (siswa) mampu berfikir reflektif, melakukan diskusi dan menentukan keputusan sendiri dalam mengatasi kesulitan. Terdapat lima tahap pelaksanaan penelitian tindakan kelas, yaitu (1) Pengembangan fokus masalah penelitian, (2) Perencanaan tindakan perbaikan, (3) Pelaksanaan tindakan perbaikan, observasi dan interpretasi, (4) Analisis dan refleksi, (5) Perencanaan tindak lanjut.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tahap awal dalam penelitian tindakan kelas, bertujuan untuk mengetahui gambaran pembelajaran pendidikan jasmani di MIN 12 Gunungkidul merupakan tindakan untuk mencari solusi bagi permasalahan pembelajaran yang terjadi. Observasi awal yang dilaksanakan harus berfokus langsung pada aspek-aspek dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani berkenaan dengan model inovasi alat pembelajaran pada aktivitas lompat jauh dalam upaya

meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat jauh di MIN 12 Gunungkidul. Hasil obsevasi awal ini merupakan gambaran untuk menentukan tindakan-tindakan selama penelitian tindakan kelas dilaksanakan.

Proses kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani yang dilaksanakan 4 x 35 menit oleh kelas IV MIN 12 Gunungkidul berjumlah 14 orang siswa dengan fasilitas sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani sangat minim. Hal inilah yang menjadi faktor penghambat dalam proses kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani salah satunya pada pembelajaran aktivitas lompat jauh dalam upaya meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat jauh pada siswa kelas IV di MIN 12 Gunungkidul. Meskipun demikian, kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani selalu diupayakan agar terjadinya kesesuaian antara materi, pendekatan mengajar dengan minat siswa serta daya dukung sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani.

Pada tahap awal pembelajaran, siswa belum mengetahui teknik dasar lompat jauh, sehingga banyak siswa yang belum mampu melakukan gerakan melompat dengan baik dan benar. Dari jumlah siswa kelas IV sebanyak 14 anak, sebagian besar dari mereka juga kurang semangat dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh. Dari observasi awal, dapat dilihat kondisi awal dari hasil belajar gerak dasar lompat siswa kelas IV MIN 12 Gunungkidul Tahun Pelajaran 2016/2017 adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Tingkat Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat pada Siklus I

No	Rentang Nilai	Keterangan	Jumlah Anak	Persentase	Jumlah Siswa di atas KKM (75)
1	>79	Baik Sekali	0	0%	3 anak atau 21%
2	75 - 79	Baik	3	21%	
3	70 - 74	Cukup	2	14%	
4	65 - 69	Kurang	5	36%	
5	<65	Kurang Sekali	4	29%	

Berdasarkan tabel diatas, tampak bahwa pada tahap siklus I, hanya terdapat 3 siswa yang berhasil mencapai KKM 75 atau sejumlah 21%, 2 siswa mendapat nilai antara 70 sampai 74 atau sejumlah 14%, 5 siswa mendapat nilai antara 65 sampai 69 atau 36%, dan 4 siswa mendapat nilai < 65 atau sejumlah 29%. Melalui data awal yang telah diperoleh tersebut menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar lompat jauh kelas IV MIN 12 Gunungkidul Tahun Pelajaran 2016/2017 masih sangat kurang.

Setelah dilaksanakan pembelajaran menggunakan alat bantu gawang pipa, pada siklus II hasil belajar meningkat. Ini dapat dilihat dari hasil observasi selama pembelajaran dilaksanakan. Siswa sangat antusias dalam pelaksanaan pembelajaran. Hampir semua siswa aktif dan melaksanakan tugas yang diberikan oleh guru. Dari hasil observasi setelah pelaksanaan pembelajaran menggunakan

alat bantu gawang pipa, dapat dilihat hasil belajar gerak dasar lompat jauh siswa kelas IV MIN 12 Gunungkidul Tahun Pelajaran 2016/2017 adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Tingkat Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat pada Siklus II

No	Rentang Nilai	Keterangan	Jumlah Anak	Persentase	Jumlah Siswa di atas KKM (75)
1	>79	Baik Sekali	4	29%	12 anak / 86%
2	75 - 79	Baik	8	57%	
3	70 - 74	Cukup	2	14%	
4	65 - 69	Kurang	0	0%	
5	<65	Kurang Sekali	0	0%	

Berdasarkan tabel di atas, tampak bahwa setelah dilaksanakan Penelitian Tindakan Kelas terdapat 12 siswa yang berhasil mencapai KKM 75 atau sejumlah 86%, 4 siswa mendapat nilai > 79 atau 29%, 8 siswa mendapat nilai antara 75-79 atau sejumlah 57%, 2 siswa mendapatkan nilai antara 70 sampai 74 atau sejumlah 14%, dan tidak ada siswa mendapat nilai < 70 atau sejumlah 0%. Melalui data tersebut menunjukkan bahwa hasil belajar gerak dasar lompat jauh siswa kelas IV MIN 12 Gunungkidul Tahun Pelajaran 2016/2017 meningkat, meski ada beberapa siswa yang masih mendapat nilai dibawah KKM.

Simpulan

Penggunaan alat bantu gawang pipa dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar lompat jauh siswa kelas IV MIN 12 Gunungkidul Tahun Pelajaran 2016/2017. Sebanyak 12 siswa yang berhasil mencapai KKM 75 atau sejumlah 86%, 4 siswa mendapat nilai >79 atau 29%, 8 siswa mendapat nilai antara 75-79 atau sejumlah 57%, 2 siswa mendapatkan nilai antara 70 sampai 74 atau sejumlah 14%, dan tidak ada siswa mendapat nilai <70 atau sejumlah 0%. Selain hasil belajar meningkat, dalam pelaksanaan pembelajaran, sikap dan perilaku siswa yaitu semangat, kerjasama, toleransi, kejujuran, dan tanggung jawab peserta didik dapat terpupuk.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Joni, Raka, 1999. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Depdikbud.
- Kristiyanto, Agus, 2010. *Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Jasmani & Kepeleatihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Noto Atmojo, Soekijo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (SD/MI)*. Jakarta: Litera.
- Sudjana, Nana, 2009. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.