

Peningkatan Prestasi Belajar PJOK Materi Permainan Bola Voli Melalui Metode Demonstrasi Pada Siswa Kelas VI Semester I Tahun 2015/2016 Di SDN 1 Pucanganak Kecamatan Tugu Kabupaten Trenggalek

Suyani

SDN 1 Pucanganak Kecamatan Tugu kabupaten Trenggalek

Email: suyani@gmail.com

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui secara obyektif tentang peningkatan prestasi belajar PJOK materi permainan bola voli melalui metode demonstrasi pada siswa Kelas VI Semester I Tahun 2015/2016 Di SDN 1 Pucanganak Kecamatan Tugu Kabupaten Trenggalek. Metode demonstrasi adalah metode pembelajaran yang memberi kesempatan kepada siswa untuk mempraktekan keterampilan spesifik yang dipelajari di kelas melalui demonstrasi. Penelitian ini termasuk dalam penelitian tindakan kelas dengan menerapkan dua siklus. Berdasarkan temuan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penerapan model belajar demonstrasi dalam pembelajaran PJOK dapat membuat hasil prestasi belajar siswa mengalami peningkatan pada materi bola voli. Peningkatan nilai rata-rata yang diperoleh siswa pada siklus I sebesar 73.13 yang kemudian meningkat sebesar 4.56 pada siklus II menjadi 77.69. Ketuntasan klasikal pada siklus I 68.75% meningkat sebesar 25.00% pada siklus II menjadi 93.75%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan metode demonstrasi dapat meningkatkan prestasi belajar siswa pada materi bola voli.

Tersedia online di

<https://ojs.unublitar.ac.id/index.php/jpip>

Sejarah artikel

Diterima pada : 7 – 07 – 2022

Disetujui pada : 25 – 07 – 2022

Dipublikasikan pada : 1 – 08 – 2022

Kata kunci: *Prestasi Belajar, Metode Demonstrasi, Permainan Bola Voli*

DOI: <https://doi.org/10.28926/jpip.v2i3.477>

PENDAHULUAN

Olahraga adalah budaya kegiatan fisik yang dilakukan secara umum oleh otot dan dikendalikan oleh manusia itu sendiri. Selain itu olahraga berarti aktifitas fisik seseorang yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupannya. Pada aktifitas olahraga, ada empat tujuan pokok yang umumnya dimiliki, yaitu untuk pendidikan, rekreasi, kesegaran jasmani dan untuk mencapai prestasi tertentu (M. Sajoto, 1995:10).

Terdapat banyak cabang olahraga, diantaranya yang paling diminati orang banyak yaitu bola voli. Salah satu bola voli adalah bola voli yang sering kita jumpai di instansi-instansi, sekolah-sekolahan, dan masyarakat umum. Permainan bola voli ini bisa dilakukan oleh seluruh lapisan masyarakat. Dari anak-anak sampai orang dewasa, baik pria maupun wanita. Pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan adalah serangkaian gerak raga atau tubuh yang teratur dan terencana yang dilakukan orang untuk mencapai suatu maksud atau tujuan tertentu (Y.S. Santoso Giriwijoyo, dkk 2005:10).

Di dalam belajar bola voli, seseorang akan melakukan gerakan-gerakan, lari mengejar bola, melompat dan memukul. Tujuan permainan bola voli adalah memukul bola melewati jaring atau net ke dalam lapangan lawan sedemikian rupa, hingga lawan tidak sanggup mengembalikannya (Randy Sandeur 1989: 31). Setiap regu diperbolehkan sebanyak-banyaknya tiga kali sentuhan bola, sebelum bola melewati jaring.

Untuk meningkatkan prestasi olahraga bola voli diperlukan kondisi fisik yang baik, ditambah dengan latihan-latihan secara teratur serta memperhatikan nilai gizi makanan yang dikonsumsi sehari-hari, di samping waktu berlatih dan waktu istirahat yang seimbang. Namun kenyataannya prestasi belajar pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan siswa Kelas VI Semester I SDN 1 Pucanganak tahun 2015/2016 materi pokok permainan bola voli masih rendah. Oleh karena itu perlu perbaikan proses pembelajaran

sehingga terjadi perubahan kearah peningkatan prestasi belajar siswa (Pradana et al., 2021).

Berdasarkan hal di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi PJOK dengan judul: "Peningkatan Prestasi Belajar PJOK Materi Permainan Bola Voli Melalui Metode Demonstrasi Pada Siswa Kelas VI Semester I Tahun 2015/2016 Di SDN 1 Pucanganak Kecamatan Tugu Kabupaten Trenggalek". Dari permasalahan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui secara obyektif tentang peningkatan prestasi belajar PJOK materi permainan bola voli melalui metode demonstrasi pada siswa Kelas VI Semester I Tahun 2015/2016 Di SDN 1 Pucanganak Kecamatan Tugu Kabupaten Trenggalek (Pradana, 2021).

Metode Demonstrasi menurut Djamarah (2006: 95) adalah cara penyajian pelajaran, di mana siswa melakukan percobaan dengan mengalami sendiri sesuatu yang dipelajari. Dalam proses belajar mengajar, dengan metode Demonstrasi, siswa mengikuti suatu proses, mengamati suatu objek, keadaan atau proses sesuatu itu sendiri. Dengan demikian, siswa dituntut untuk mengalami sendiri, mencari kebenaran, atau mencoba mencari suatu hukum atau dalil, dan menarik kesimpulan dari proses yang dialaminya itu.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa metode demonstrasi adalah cara penyajian bahan pelajaran dengan meragakan atau mempertunjukkan kepada siswa suatu proses, situasi atau benda tertentu yang sedang dipelajari, baik sebenarnya ataupun tiruan, yang sering disertai dengan penjelasan lisan. Dengan metode demonstrasi, proses penerimaan siswa terhadap pelajaran akan lebih berkesan secara mendalam sehingga membentuk pengertian dengan baik dan sempurna. Juga Siswa dapat mengamati dan memperhatikan apa yang diperlihatkan selama pelajaran berlangsung.

METODE

Dalam penelitian tindakan kelas ini, penelitian dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus dilaksanakan dalam dua kali pertemuan. Alokasi waktu dalam penelitian ini setiap pertemuan berlokasi waktu 4 x 35 menit. Tahapan penelitian dalam kegiatan penelitian ini memuat beberapa kegiatan pra tindakan dan kegiatan pelaksanaan tindakan yang meliputi perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, pengamatan dan refleksi.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa Kelas VI SD Negeri 1 Pucanganak. Jumlah subyek penelitian sebanyak 10 siswa Semester I tahun 2015/2016. Alasan peneliti melakukan penelitian di Kelas VI karena berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti bahwa siswa mengalami kesulitan dalam pembelajaran PJOK. Hal ini diketahui dari nilai rata-rata siswa tersebut masih banyak yang dibawah KKM.

Dalam penelitian tindakan kelas ini, instrumen yang digunakan adalah instrumen unjuk kerja. Hasil dari unjuk kerja tersebut akan digunakan untuk melihat peningkatan pemahaman dan pencapaian hasil belajar siswa.

Data berupa hasil tes tulis siswa juga dianalisis dengan acuan terhadap ketuntasan belajar. Ketuntasan belajar yang digunakan adalah berdasarkan SKM (Standar Ketuntasan Minimal) yang ditetapkan oleh sekolah yaitu sebesar 70. Seorang siswa dianggap tuntas belajarnya apabila siswa tersebut telah menyelesaikan sekurang-kurangnya 70% dari tujuan pembelajaran yang harus dicapai dan secara klasikal jika 80% dari banyaknya siswa kelas tersebut menyelesaikan sekurang-kurangnya 80% dari tujuan pembelajaran yang harus dicapai. Pada penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pra Siklus

Peneliti bersama kolaborator penelitian mengidentifikasi permasalahan yang ada di Kelas VI yaitu tentang rendahnya prestasi belajar siswa pada mata pelajaran Pejaskes. Hasil observasi awal dan studi dokumentasi dalam pembelajaran PJOK di Kelas VI dapat direfleksikan bahwa rendahnya prestasi belajar siswa pada pembelajaran PJOK disebabkan oleh penerapan metode pembelajaran yang kurang tepat Pembelajaran

cenderung monoton dan membosankan sehingga aktivitas belajar siswa tidak berkembang.

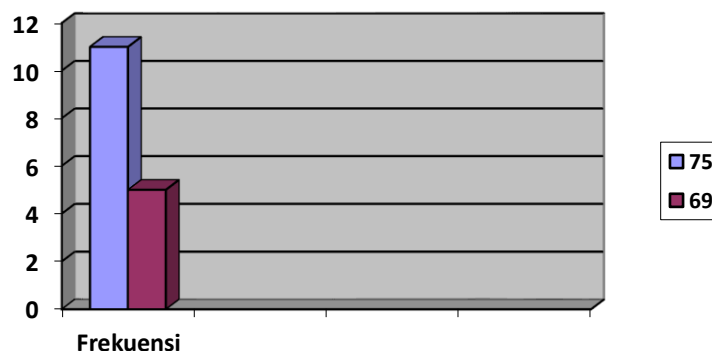
Hal ini dibuktikan dengan hasil prestasi belajar PJOK sebelum siklus dengan nilai rata-rata 64.94 dengan ketuntasan belajar 18.75%, kondisi ini masih berada di bawah standar ketuntasan klasikal. Untuk itu diperlukan metode pembelajaran baru yang sesuai dengan karakter permasalahan PJOK di Kelas VI dengan menggunakan metode demonstrasi. Dengan menggunakan metode latihan yang disiplin diharapkan mampu meningkatkan prestasi belajar siswa dalam pembelajaran PJOK dan ketuntasan belajar siswa dapat tercapai.

Siklus I

Dari hasil observasi terhadap aktivitas pembelajaran dan perolehan hasil belajar siswa dapat direfleksikan bahwa dengan adanya kendala yang muncul dalam pembelajaran PJOK pada siklus I, maka prestasi belajar yang dicapai tidak maksimal. Ketuntasan belajar siswa yang dicapai hanya 68.75% dan prestasi belajar siswa rata-rata 73.13 masih berada di bawah ketuntasan yang telah ditentukan sebesar 85%. Untuk itu masih diperlukan rencana perbaikan tindakan pada siklus selanjutnya. Hasil belajar siswa pada siklus I dapat dinyatakan dalam tabulasi data sebagai berikut :

Tabel 1. Nilai Hasil Belajar Siswa Pada Siklus I

No	Nilai	Frekuensi	NxF	Persentase	Keterangan
1	75	17	825	68.00	T
2	69	8	345	32.00	TT
Jumlah		25	1170	100.00	
Rata-rata			73.13		



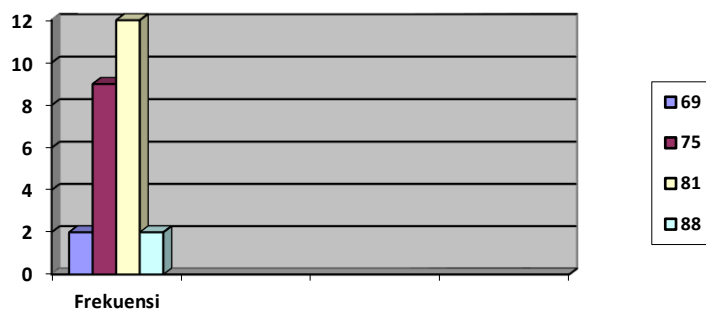
Grafik 1. Nilai Hasil Belajar Siklus I

Siklus II

Dari hasil observasi terhadap aktivitas pembelajaran dan perolehan hasil belajar siswa dapat direfleksikan bahwa pembelajaran PJOK dengan pokok bahasan Bola voli dapat berjalan secara optimal setelah diterapkannya metode demonstrasi. Kendala pembelajaran yang muncul pada siklus I dapat teratasi dengan baik pada siklus II. 93.75% dan rata-rata prestasi belajar siswa 77.69. Hasil belajar siswa pada siklus II dapat dinyatakan dalam tabulasi data sebagai berikut :

Tabel 2. Nilai Hasil Belajar Siswa Pada siklus II

No	Nilai	Frekuensi	NxF	Persentase	Keterangan
1	88	2	88	8.00	T
2	81	9	486	36.00	T
3	75	12	600	48.00	T
4	69	2	69	8.00	TT
Jumlah		25	1243	100.00	
Rata-rata			77.69		



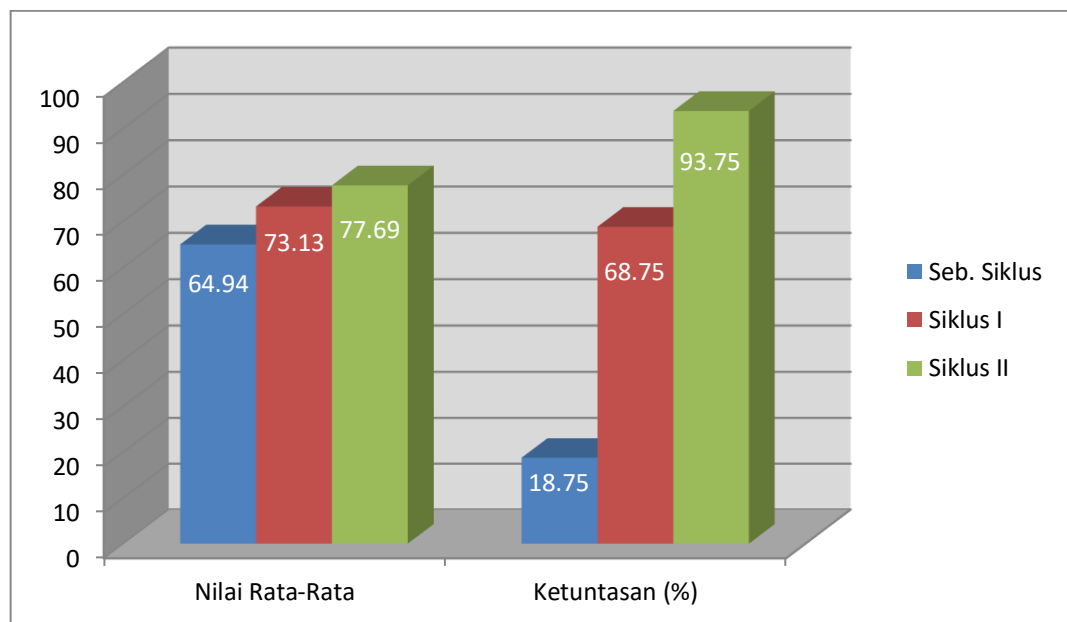
Grafik 2. Nilai hasil belajar siklus II

Pembahasan

Untuk lebih jelasnya gambaran tentang peningkatan prestasi hasil belajar siswa yang dicapai dari sebelum siklus sampai siklus II, peneliti ekspresikan dalam bentuk tabel dan grafik peningkatan prestasi hasil belajar seperti di bawah ini :

Tabel 3. Perbandingan Prestasi Belajar Siswa Siklus I dan Siklus II

Indikator	Seb. Siklus	Siklus I	Siklus II
Nilai Rata-Rata	64.94	73.13	77.69
Ketuntasan	18.75	68.75	93.75



Grafik 3. Peningkatan Prestasi Hasil Belajar Siswa

Hasil belajar siswa yang dinyatakan dengan rerata skor unjuk kerja untuk siklus I sebesar 73.13. Hasil ini cukup tinggi bila dibandingkan pada nilai sebelumnya yaitu 64.94 karena siswa lebih siap dalam mengikuti pelajaran. Untuk persentase ketuntasan belajar siswa pada Siklus I sebesar 68.75%. Pada siklus II rerata skor unjuk kerja sebesar 77.69 dengan persentase ketuntasan belajar siswa sebesar 93.75%. Hasil dari siklus II jauh beda dengan siklus I, terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 4.56 dan persentase ketuntasan klasikal sebesar 15.00%. Hal ini karena siswa sudah terbiasa dengan mempersiapkan diri untuk mengikuti pelajaran PJOK, terdorong untuk berlatih dengan lebih baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan selama dua siklus dapat disimpulkan bahwa dengan menerapkan model belajar demonstrasi dalam pembelajaran PJOK terbukti mampu meningkatkan prestasi belajar siswa pada materi bola voli yaitu meningkatnya nilai rata-rata siswa pada siklus I 73.13 meningkat sebesar 4.56 pada siklus II menjadi 77.69. Ketuntasan klasikal pada siklus I 68.75% meningkat sebesar 25.00% pada siklus II menjadi 93.75%.

DAFTAR RUJUKAN

- Depdikbud. 1994. *Kurikulum Pendidikan Dasar, Petunjuk Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Depdikbud. 1994. *Kurikulum Pendidikan Dasar, GBPP PJOK*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Ditjen PDM Depdikbud. 1994. *Kurikulum Pendidikan Dasar Garis-Garis Besar Program Pengajaran (GBPP) Sekolah Dasar*. Jakarta: PT.Citra Lamtoro Gang Persada.
- DjarwantoPs, Drs. dkk. 1985. *Statistik Induktif, Edisi Keempat*. Yogyakarta: BPFE.
- Isparjadi. 1980. *Statistik Pendidikan*. Surabaya : UniversityPress IKIP Surabaya.
- Jamaluddin. 2001. *Pembelajaran yang Efektif*. Jakarta: Depag RI.
- Kistona, AR. 2002. *ActionResearch. Makalah Pelatihan Wakasek Kurikulum SLTP se Jawa Timur*. Surabaya: BPG.
- Nurkancana, Wayan, dkk 1992. *Evaluasi Hasil Belajar*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Oemar, Hamalik. 1989. *Teknik Pengukuran dan Evaluasi Pendidikan*. Bandung: Mandar Maju.
- Pehardjono. 1995. *Pedoman Penyusunan Karya Tulis Ilmiah di Bidang Pendidikan dan Angka Kredit Pengembangan Profesi Guru*. Jakarta: Depdikbud.
- Pradana, H. H. (2021). HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN EMOTION FOCUSED COPING DENGAN KECEMASAN PADA PERAWAT RUMAH SAKIT DALAM MENGHADAPI COVID-19. *Repository Untag Sby*.
- Pradana, H. H., Suryanto, S., & Meiyuntariningsih, T. (2021). Stres Akulturatif Pada Mahasiswa Luar Jawa Yang Studi Di Universitas 17 Agustus 1945. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 6(1), 16–23. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v6i1.5145>
- Purwanto, Ngalm MP. 1997. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Slameto, Drs. 1988. *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bina Aksara.
- Sudjana, Nana 1991. *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung : Sinar Baru.
- Suharsimi, Arikunto. 1993. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bina Aksara
- Suharsimi, Arikunto. 1993. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Surachmad Winarno. 1986. *Pengantar Interaksi Mengajar Dasar dan Teknik Metodologi Pengajaran*. Bandung : Tarsito.



Sutrisno, Hadi. 1987. *Statistik IT*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM.

Winarno, Surachmad. 1986. *Pengantar Interaksi Mengajar Dasar dan Teknik Metodologi Pengajaran*. Bandung: Tarsit