

# Peningkatan Pretasi Tolak Peluru Melalui Pembelajaran Permainan Bola Berekor Model Kolaborasi di SDN Randuputih I

Tatik Pujiarti

SD Negeri Randuputih I Kec.Dringu Kab. Probolinggo  
Email: pujiartitatik@gmail.com

**Abstrak:** Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan prestasi tolak peluru melalui pembelajaran permainan bola berekor model kolaborasi bagi siswa kelas VI SD Negeri Randuputih I kecamatan Dringu kabupaten Probolinggo. Penelitian dilaksanakan selama 3 bulan yaitu bulan September 2017 sampai dengan bulan Nopember 2017. Penelitian dilakukan pada waktu itu karena materi yang berhubungan dengan permasalahan prestasi tolak peluru untuk siswa kelas VI SD Negeri Randuputih I Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo masuk materi program semester I tahun pelajaran 2017/2018.

Adapun yang menjadi subjek penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas VI SD Negeri Randuputih I kecamatan Dringu kabupaten Probolinggo dengan jumlah siswa 22 yang terdiri dari 15 laki-laki dan 7 perempuan.

Prosedur penelitian yang digunakan yaitu prosedur jenis penelitian tindakan kelas terdiri dari 5 tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Analisis data, data kualitatif hasil pengamatan proses pembelajaran dianalisis menggunakan analisis deskriptif kualitatif dengan membandingkan siklus I dengan siklus II, sedangkan data yang berupa angka (data kuantitatif) dari hasil belajar tentang prestasi tolak peluru siswa dianalisis menggunakan deskriptif komparatif yaitu membandingkan nilai tes kondisi awal, nilai tes siklus I, dan nilai tes siklus II, kemudian direfleksikan. Hasil penelitian, melalui penerapan pembelajaran permainan bola berekor model kolaborasi motivasi prestasi tolak peluru bagi siswa kelas VI SD Negeri Randuputih I kecamatan Dringu kabupaten Probolinggo 2017/2018 meningkat dari siklus I ke siklus II terdapat peningkatan motivasi belajar siswa dalam proses melakukan latihan kekuatan dalam aspek yang diamati yaitu keberanian dari kriteria cukup berani menjadi berani, aspek kedisiplinan dari kriteria cukup disiplin menjadi disiplin, aspek kerjasama dari kriteria baik menjadi sangat baik, dan hasil belajar prestasi tolak peluru bagi siswa kelas VI SD Negeri Randuputih I kecamatan Dringu kabupaten Probolinggo 2017/2018 meningkat dari kondisi Siklus I dari 13 siswa (77,22%) dengan nilai rata-rata 67,78 ke siklus II mengalami peningkatan yang mendapat nilai tuntas menjadi 16 siswa (88,89%) dengan nilai rata-rata 69,44 dan siklus III meningkat menjadi 17 siswa (94,44%) dengan nilai rata-rata 70,00.

---

## Tersedia online di

<https://ojs.unublitar.ac.id/index.php/jtpdm>  
**Sejarah artikel**

Diterima pada : 10-09-2021

Disetujui pada : 28-09-2021

Dipublikasikan pada : 30-09-2021

---

## Kata kunci:

*Prestasi Belajar, Tolak Peluru, Model kolaborasi*

**DOI:** <https://doi.org/10.28926/jtpdm.v1i1.1>

---

## PENDAHULUAN

Kegiatan belajar mengajar praktik Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sangat dibutuhkan bagi setiap orang, karena hidup sehat sangat dibutuhkan semua orang. Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan ranah kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olah raga.

Manusia berusaha menjaga kesehatannya dengan berolahraga, salah satunya permainan bola berekor model kolaborasi. Permainan bola berekor model kolaborasi sangat berguna untuk melatih kecepatan dan kelincahan. Siswa kelas VI SD Negeri Randuputih I untuk keterampilan permainan bola berekor model kolaborasi masih mengalami kesulitan. Permainan bola berekor model kolaborasi bagi siswa kelas VI SD

Negeri Randuputih I merupakan keterampilan yang harus dikuasai oleh siswa. Namun dalam kenyataannya hasil belajar keterampilan permainan bola berekor model kolaborasi merupakan masalah yang sulit bagi siswa Sekolah Dasar. Berdasarkan kenyataan motivasi belajar dan keterampilan permainan bola berekor model kolaborasi pada siswa kelas VI SD Negeri Randuputih I Semester I tahun pelajaran 2017/2018 masih rendah. Dari 18 siswa yang mendapat nilai tuntas di atas KKM 70,00 hanya ada 10 (63,64 %) siswa dan yang mendapat nilai di bawah KKM ada 8 (36,36%) siswa, dengan nilai rata-rata kelas 33,18. Sedangkan dilihat dari motivasi belajar dalam melakukan keterampilan permainan bola berekor model kolaborasi siswa juga masih rendah, dimana aspek keberanian masih kurang, aspek kedisiplinan kurang, dan aspek kerjasama kurang. Hasil belajar siswa belum dapat melakukan permainan bola berekor model kolaborasi dengan sikap awal, gerakannya, dan sikap akhir dengan benar.

Rendahnya motivasi dan keterampilan permainan bola berekor model kolaborasi disebabkan, karena dalam pembelajaran permainan bola berekor model kolaborasi guru langsung memberi contoh, memberi tugas kepada siswa untuk mempraktikkannya secara langsung, hal ini menjadikan siswa tidak bersemangat untuk mengikuti pembelajaran permainan bola berekor model kolaborasi. Selain itu dalam pembelajaran guru monoton, guru belum menggunakan Pembelajaran Permainan bola berekor model kolaborasi Proses pembelajaran permainan bola berekor model kolaborasi belum melalui cara-cara gerakan yang benar. Dalam proses pembelajaran kurangnya pemahaman siswa tentang maksud dan tujuan pendidikan jasmani, sehingga pada proses pembelajaran belum semua siswa antusias untuk beraktivitas olahraga. Kurangnya pemahaman tentang arti pentingnya tubuh bugar dan sehat, sehingga mereka mengikuti pendidikan jasmani hanya sekedar ikut dan mendapat nilai

Dari latar belakang masalah tersebut, maka perlu diadakan penelitian untuk melihat pengaruh pembelajaran melalui Permainan bola berekor model kolaborasi terhadap tolak peluru dengan mengambil judul "Peningkatan Prestasi Tolak Peluru Melalui Pembelajaran Permainan Bola Berekor Model Kolaborasi Pada Siswa Kelas VI SD Negeri Randuputih I Kecamatan Dringu kabupaten Probolinggo Tahun Pelajaran 2017/2018".

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan (action research), karena penelitian dilakukan untuk memecahkan masalah pembelajaran di kelas. Penelitian ini juga termasuk penelitian deskriptif, sebab menggambarkan bagaimana suatu teknik pembelajaran diterapkan dan bagaimana hasil yang diinginkan dapat dicapai.

Menurut Oja dan Smulyan (dalam Sukidin, 2002:55) mengelompokkan penelitian tindakan menjadi empat macam, yaitu (a) guru sebagai peneliti, (b) penelitian tindakan kolaboratif, (c) simultan terintegratif, dan (d) administrasi sosial eksperimental.

Dalam penelitian tindakan ini menggunakan bentuk penelitian kolaboratif dengan guru bidang studi dan di dalam proses belajar mengajar di kelas yang bertindak sebagai pengajar adalah peneliti dengan dibantu dua orang guru yang bertindak sebagai pengamat, penanggung jawab penuh penelitian tindakan adalah peneliti. Tujuan utama dari penelitian tindakan ini adalah meningkatkan hasil pembelajaran di kelas dimana peneliti secara penuh terlibat dalam penelitian mulai dari perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi.

Dalam penelitian ini peneliti bekerjasama dengan guru bidang studi, kehadiran peneliti sebagai guru di kelas sebagai pengamat diberitahukan kepada siswa. Dengan cara ini diharapkan adanya kerja sama dari seluruh siswa dan bisa mendapatkan data yang seobjektif mungkin demi kevalidan data yang diperlukan.

### 1. Rancangan Penelitian

Menurut pengertiannya penelitian tindakan adalah penelitian tentang hal-hal yang terjadi dimasyarakat atau sekelompok sasaran, dan hasilnya langsung dapat dikenakan pada masyarakat yang bersangkutan (Arikunto 2002:82). Ciri atau karakteristik utama dalam penelitian tindakan adalah adanya partisipasi dan kolaborasi antara peneliti

dengan anggota kelompok sasaran. Penelitian tindakan adalah satu strategi pemecahan masalah yang memanfaatkan tindakan nyata dalam bentuk proses pengembangan inovatif yang dicoba sambil jalan dalam mendeteksi dan memecahkan masalah. Dalam prosesnya pihak-pihak yang terlibat dalam kegiatan tersebut dapat saling mendukung satu sama lain.

Sedangkan tujuan penelitian tindakan harus memenuhi beberapa prinsip sebagai berikut:

1. Permasalahan atau topik yang dipilih harus memenuhi kriteria, yaitu benar-benar nyata dan penting, menarik perhatian dan mampu ditangani serta dalam jangkauan kewenangan peneliti untuk melakukan perubahan.
2. Kegiatan penelitian, baik intervensi maupun pengamatan yang dilakukan tidak boleh sampai mengganggu atau menghambat kegiatan utama.
3. Jenis intervensi yang dicobakan harus efektif dan efisien, artinya terpilih dengan tepat sasaran dan tidak memboroskan waktu, dana dan tenaga.
4. Metodologi yang digunakan harus jelas, rinci, dan terbuka, setiap langkah dari tindakan dirumuskan dengan tegas sehingga orang yang berminat terhadap penelitian tersebut dapat mengecek setiap hipotesis dan pembuktiannya.

Kegiatan penelitian diharapkan dapat merupakan proses kegiatan yang berkelanjutan (on-going), mengingat bahwa pengembangan dan perbaikan terhadap kualitas tindakan memang tidak dapat berhenti tetapi menjadi tantangan sepanjang waktu. (Arikunto, 2002:82-83).

Sesuai dengan jenis penelitian yang dipilih, yaitu penelitian tindakan, maka penelitian ini menggunakan model penelitian tindakan dari Kemmis dan Taggart (dalam Arikunto, 2002:83), yaitu berbentuk spiral dari siklus yang satu ke siklus yang berikutnya. Setiap siklus meliputi planning (rencana), action (tindakan), observation (pengamatan), dan reflection (refleksi). Langkah pada siklus berikutnya adalah perencanaan yang sudah direvisi, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Sebelum masuk pada siklus 1 dilakukan tindakan pendahuluan yang berupa identifikasi permasalahan.

## 2. Lembar Pengamatan Aktivitas Guru Dalam Pembelajaran

Teknik analisis data hasil lembar observasi aktivitas guru menggunakan teknik skala laju (Rating Scale). Rating Scale merupakan instrumen pengukuran non tes yang menggunakan suatu prosedur terstruktur untuk memperoleh informasi tentang sesuatu yang diobservasi yang menyatakan posisi tertentu dalam hubungannya dengan yang lain. Dalam lembar observasi aktivitas guru ini, peneliti menggunakan skala 4 (empat). Ketentuan dari keempat skala tersebut adalah : Skor 1 = jika deskriptor Kurang (K) ,Skor 2 = jika deskriptor Cukup ( C ) ,Skor 3 = jika deskriptor Baik ( B),Skor 4= Jika Deskriptor sangat baik ( SB )

Prosentase Nilai rata yang diperoleh dihitung dengan menggunakan rumus :

$$PNR = \frac{\sum \text{Skor perolehan}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 100\%$$

Keterangan : PNR : Prosentase Nilai rata  
 $\sum$  skor perolehan : Skor hasil yang diperoleh  
 $\sum$  Skor maksimal : Skor tertinggi dikalikan banyaknya aspek yang dinilai

Untuk taraf keberhasilan menggunakan PNR ( Penilaian Nilai Rata )

92% < PNR ≤ 100% : Sangat Baik (SB)

84% < PNR ≤ 91% : Baik (B) )

76% < PNR ≤ 83% : Cukup (C)

00% < PNR ≤ 75% : Kurang (K)

## 3. Lembar Pengamatan Aktivitas Siswa Dalam Pembelajaran

Teknik analisis data hasil lembar observasi aktivitas guru menggunakan teknik skala laju (Rating Scale). Rating Scale merupakan instrument yang menggunakan suatu prosedur untuk memperoleh informasi tentang sesuatu yang diobservasi yang

menyatakan posisi tertentu dalam hubungannya dengan yang lain Dalam lembar observasi aktivitas siswa ini, peneliti menggunakan skala jumlah siswa yang tampak . Ketentuan dari skala tersebut adalah ::diskripsi jumlah siswa yang aktif dalam setiap aspek Prosentase Nilai rata yang diperoleh dihitung dengan menggunakan rumus :

$$PNR = \frac{\sum \text{Skor perolehan}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 100\%$$

Keterangan : PNR : Prosentase Nilai rata  
 $\sum$  skor perolehan : Skor hasil yang diperoleh  
 $\sum$  Skor maksimal : Skor tertinggi dikalikan banyaknya aspek yang dinilai

Untuk taraf keberhasilan menggunakan PNR ( Penilaian Nilai Rata )

92% < PNR ≤ 100% : Sangat Baik (SB)  
 84% < PNR ≤ 91% : Baik (B) )  
 76% < PNR ≤ 83% : Cukup (C)  
 00% < PNR ≤ 75% : Kurang (K)

#### 4. Lembar Penilaian Siswa Dalam Pembelajaran

Teknik analisis data hasil hasil penilaian menggunakan teknik skala laju (Rating Scalle). Rating Scale merupakan instrumen pengukuran non tes yang menggunakan suatu prosedur terstruktur untuk memperoleh informasi tentang sesuatu yang diobservasi yang menyatakan posisi tertentu dalam hubungannya dengan yang lain Dalam lembar penilaian ini, peneliti menggunakan skala 4 (empat). Ketentuan dari keempat skala tersebut adalah : Skor 1 = jika deskriptor Perlu Bimbingan (PB) ,Skor 2 = jika deskriptor Cukup ( C ) ,Skor 3 = jika diskriptor Baik ( B),Skor 4= Jika Diskriptor sangat baik ( SB ) Prosentase Nilai rata yang diperoleh dihitung dengan menggunakan rumus : Nilai Tuntas Individu

Skor akhir yang diperoleh dihitung dengan menggunakan rumus :

$$NA = \frac{\text{Jumlah Skor Perolehan}}{\text{Jumlah Skor maksimal}} \times 100$$

Keterangan : NA : Nilai Akhir  
 $\sum$  Skor Perolehan : Skor hasil yang diperoleh  
 $\sum$  Skor maksimal : Skor tertinggi dikalikan banyaknya aspek yang dinilai

Untuk taraf keberhasilan menggunakan PNR ( Penilaian Nilai Rata )

75 < PNR ≤ 100 : Tuntas Belajar  
 00 < PNR ≤ 75 : Tidak Tuntas Belajar  
 Nilai Tuntas Klasikal

Skor akhir yang diperoleh dihitung dengan menggunakan rumus :

Prosentase Nilai rata yang diperoleh dihitung dengan menggunakan rumus :

$$PNR = \frac{\sum \text{Skor perolehan}}{\sum \text{Skor maksimal}} \times 100\%$$

Keterangan : PNR : Prosentase Nilai rata

$\sum$  skor perolehan : Skor hasil yang diperoleh  
 $\sum$  Skor maksimal : Skor tertinggi dikalikan banyaknya aspek yang dinilai

Untuk taraf keberhasilan menggunakan PNR ( Penilaian Nilai Rata )

95% < PNR ≤ 100% : Tuntas belajar  
 00% < PNR ≤ 95% : Tidak Tuntas Belajar

#### 5. Intrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan ada dua jenis, yaitu:

- 1) instrumen pengumpul data, meliputi lembar observasi, pedoman wawancara, lembar catatan lapangan, lembar tes siswa;

- 2) instrumen pemandu analisis, meliputi tabel penskoran tes kemampuan menulis puisi, lembar perbandingan nilai siswa, lembar ketuntasan, dan kriteria keaktifan siswa.

#### **6. Indikator Kerja**

Indikator kinerja merupakan suatu kriteria yang digunakan untuk melihat tingkat keberhasilan dari kegiatan penelitian tindakan kelas dalam meningkatkan atau memperbaiki proses belajar mengajar dikelas. Dalam PTK ini yang akan dilihat adalah indikator kinerjanya. Maka diperlukan indikator sebagai berikut :

1. Nilai rata-rata siswa kelas V SD Negeri I Setail Kevamatan Genteng Kabupaten Banyuwangi semester I tahun pelajaran 2018/2019 dengan nilai diatas KKM ( 75,00)
2. Ketuntasan hasil belajar individual termasuk dalam kategori tuntas dengan nilai 75,00
3. Ketuntasan hasil belajar klasikal termasuk dalam kategori tuntas dengan jumlah siswa memperoleh nilai minimal 75,00 sebesar 95%
4. Keaktifan guru dan peserta didik dalam ketegori baik dan sangat baik berdasarkan hasil pengamatan guru peneliti dan pengamat.
5. Setelah pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini diharapkan peserta didik dapat melakukan lompat jauh dengan kriteria :rubrik penilaian

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **1. Ketuntasan Hasil belajar Siswa**

Melalui hasil peneilitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran menggunakan alat bantu memiliki dampak positif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. Hal ini dapat dilihat dari semakin mantapnya hasil belajar siswa terhadap materi yang telah disampaikan guru selama ini (ketuntasan belajar meningkat dari sklus I, II, dan III) yaitu masing-masing Siklus I dari 13 siswa (77,22%) dengan nilai rata rata 67,78 ke siklus II mengalami peningkatan yang mendapat nilai tuntas menjadi 16 siswa (88,89%) dengan nilai rata rata 69,44 dan siklus III meningkat menjadi 17 siswa (94,44%). dengan nilai rata-rata 70,00 ketuntasan belajar siswa secara klasikal telah tercapai.

#### **2. Kemampuan Guru dalam Mengelola Pembelajaran**

Berdasarkan analisis data, diperoleh aktivitas siswa dalam proses pembelajaran permainan bola berekor model kolaborasi dalam setiap siklus mengalami peningkatan. Hal ini berdampak positif terhadap proses mengingat kembali materi pelajaran yang telah diterima selama ini, yaitu dapat ditunjukkan dengan meningkatnya nilai rata-rata siswa pada setiap siklus yang terus mengalami peningkatan.

#### **3. Aktivitas Guru dan Siswa Dalam Pembelajaran**

Berdasarkan analisis data, diperoleh aktivitas siswa dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan dengan pembelajaran melalui permainan bola berekor model kolaborasi yang paling dominan adalah mendengarkan/ memperhatikan penjelasan guru, dan diskusi antar siswa/antara siswa dengan guru. Jadi dapat dikatakan bahwa aktivitas siwa dapat dikategorikan aktif.Sedangkan untuk aktivitas guru selama pembelajaran telah melaksanakan langkah-langkah belajar aktif dengan baik. Hal ini terlihat dari aktivitas guru yang muncul di antaranya aktivitas membimbing dan mengamati siswa dalam mengerjakan kegiatan, menjelaskan, memberi umpan balik/evaluasi/tanya jawab dimana prosentase untuk aktivitas di atas cukup besar.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan yang dapat ditarik dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Pembelajaran permainan bola berekor model kolaborasi memiliki dampak positif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu siklus I (77,22%), siklus II (88,89%) siklus III (94,44%) dan Penerapan pembelajaran melalui permainan bola berekor model kolaborasi mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan motivasi latihan kekuatan mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada siswa yang ditunjukkan dengan rata-rata jawaban siswa yang menyatakan bahwa siswa tertarik dan berminat terhadap pembelajaran melalui permainan bola berekor model kolaborasi sehingga mereka menjadi termotivasi untuk prestasi tolak peluru mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Ambary, Abdullah, dkk. 1999. *Penuntun Terampil berbahasa Indonesia dan Petunjuk Guru*. Bandung: Trigenda Karya.
- Arikunto, Suharsimi, 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineksa Cipta.
- Badudu, J.S. 1988. *Cakrawala Bahasa Indonesia*. Inilah Bahasa Indonesia yang Benar. Jakarta: Gramedia.
- Hadi, Sutrisno. 1984. *Metodologi Research. Jilid I*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Harisiati, Titik. 1999. *Penelitian Tindakan Sebagai Aplikasi Metode Ilmiah dan Pemecahan Masalah Pembelajaran Bahasa*. Dalam Seminar FPBS IKIP Malang.
- Mariskan, A. 1982. *Ikhtisar Bahasa Indonesia untuk SMP*. Jakarta. Edumedia
- Melvin. L. Silberman. 2007. *Active Learning. 101 Cara Belajar Siswa Aktif*. Bandung: Nuansa dan Nusamedia.
- Mukhlis, Abdul. (Ed). 2003. *Penelitian Tindakan Kelas*. Makalah Panitia Pelatihan Penulisan Karya Ilmiah untuk Guru-guru se-Kabupaten Tuban.