

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN AKTIVITAS ATLETIK MELALUI
METODE STAD KELAS V SDN WONOSARI I KECAMATAN PAGU**

KABUPATEN KEDIRI TAHUN 2012/2013

Sukatman

SDN WONOSARI I PAGU-KEDIRI

Abstract

Athletics became one of the most important activities in the learning process of physical education in elementary school because in every teaching physical education teacher always uses it in the beginning of learning activities. However, the phenomenon in the field showed a negative attitude and learning done by students. They got boredom as monotonous, tired, less fun, get bored quickly. Another thing can be seen from the students, they find shelters and speak among their friends during the learning process. So that teachers used the Student Team Achievement Division to improve the process of Teaching and Learning Activities. The focus of this study examines whether there is an increase in the value of learning in athletic activities in the long jump of fifth grade students of SDN Wonosari I – Pagu- Kediri. The research method used was Class Action Research. The subjects were students of class V and asked two observers in view of the learning process in the field. Results Showed that the first cycle of learning completeness reached only 55.55%. So there was a change in the learning process by performing some groups as the representative group to give a demo from the theory given by the teacher. In the second cycle, there was a significant increase in the value of up to 96%. So, the cycle was stopped because the quality of learning had been reached. To sum up, It can be concluded that the STAD is able to increase the value of learning in athletic activities in the long jump fifth grade students of SDN Wonosari I-Pagu-Kediri.

Key words: STAD, athletics, classroom action research

LATAR BELAKAN MASALAH

Atletik merupakan cabang olahraga yang wajib di berikan di semua jenjang pendidikan (SK Mendikbud No. 041/ U/ 1987) karena Atletik adalah ibu dari semua cabang olahraga. Itu sebabnya,atletik penting sejak anak usia dini. Atletik dapat meningkatkan kualitas fisik siswa menjadi lebih bugar. Atletik menjadi salah satu kegiatan penting dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar, karena dalam setiap pembelajaran pendidikan jasmani guru selalu menggunakan Atletik sebagai pembuka kegiatan belajar mengajar.

Kenyataan ini menjadi bukti bahwa atletik memiliki nilai lebih khususnya dalam pembentukan kualitas

fisik siswa agar berkembang lebih prima dan dinamis.Mengingat betapa pentingnya atletik bagi pendidikan siswa Sekoah dasar, guru perlu mengupayakan model pembelajaran baru agar dapat dikembangkan ke arah yang lebih menarik dan menyenangkan bagi para siswa, guru perlu seoptimal mungkin dalam merancang bentuk-bentuk kegiatannya. Tanpa upaya maksimal mustahil pembelajaran atletik akan berjalan efektif, bahkan justru akan lebih menunjukan sikap negatif dan kebosanan siswaterhadap pembelajaran atletik karena terkesan monoton, cepat lelah, kurang menyenangkan, cepat bosan. Hal yang lain dapat dilihat dari aktivitas siswa yang banyak duduk, berteduh, dan berbicara sendiri

denganteman selama proses belajar mengajar.

Sejalan dengan hal tersebut, penelitian ini mencoba melakukan perbaikan proses pembelajaran keterampilan gerak dasar lari dengan model Pembelajaran Kooperatif tipe STAD yang dikembangkan oleh Robert Slavin dan teman-temannya di Universitas John Hopkin (dalam Slavin, 1995). STAD merupakan pembelajaran kooperatif yang paling sederhana, dan merupakan pembelajaran kooperatif yang cocok digunakan oleh guru yang baru mulai menggunakan pembelajaran kooperatif. Selain itu, metode tersebut merupakan bentuk pendekatan Cooperative Learning yang menekankan pada aktivitas dan interaksi diantara siswa untuk saling memotivasi dan saling membantu dalam menguasai materi pelajaran guna mencapai prestasi yang maksimal, diharapkan pembelajaran akan berlangsung lebih variatif, tidak membosankan dan dengan suasana yang menyenangkan sehingga siswa beraktivitas dengan rasa senang dan semangat untuk melakukan model-model permainan yang sudah didesain oleh guru.

Penelitian ini bertujuan agar siswa antusias dan termotivasi dalam melakukan kegiatan atletik selama proses Kegiatan Belajar dan Mengajar di Lapangan. Maka dari itu, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut; “Apakah Motode Student Team Achievement Division dapat

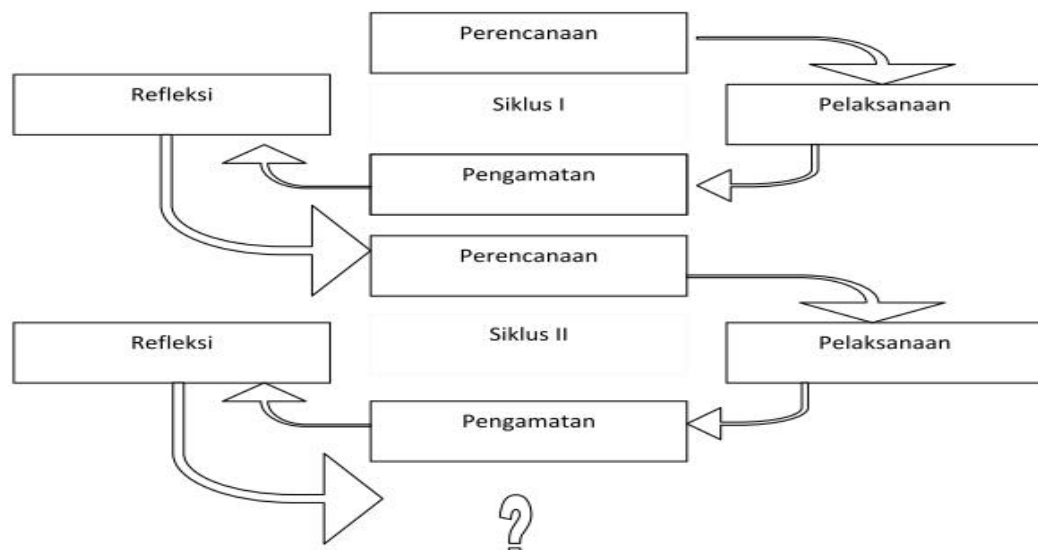
meningkatkan nilai pembelajaran pada aktivitas atletik dalam lompat jauh siswa kelas V SDN Wonosari I Kecamatan Pagu, Kabupaten Kediri?”

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (P T K) yang disajikan dalam bentuk diskriptif kuantitatif dalam menganalisis data yang didapat. Adapun permasalahan yang diangkat adalah kejadian nyata dialami oleh guru selama melakukan kegiatan belajar mengajar berlangsung pada siswa kelas 5 SD Negeri 1 Wonosari-Pagu-Kediri. Ada beberapa komponen untuk mengembangkan Penelitian Tindakan Kelas diantaranya adalah ; perencanaan.,tindakan,pengamatan dan refleksi.

Subyek dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah siswa Kelas 5 SD Negeri Wonosari I Kecamatan Pagu Kabupaten Kediri tahun ajaran 2013-2014. Dalam Pengumpulan Data, peneliti melakukan persiapan materi untuk kegiatan atletik, menetapkan siswa dalam kelompok dengan cara merangking siswa, menetapkan jumlah kelompok, membagi siswa dalam kelompok, mengisi lembar rangkuman kegiatan pembelajaran yang diisi oleh pengamat satu dan dua. Dari data yang di dapat, peneliti kemudian menganalisis data berdasarkan instrument yang digunakan dalam bentuk test. Dari Hasil

Gambar siklus:



tes tersebut, peneliti akan mengetahui dari hasil ketuntasan belajar. Apabila 70% KKM sudah terpenuhi, maka siklus penelitian yang meliputi perancangan, tindakan, observasi, dan refleksi akan dihentikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam bagian ini peneliti memaparkan dalam beberapa siklus yang dilakukan berdasarkan dari hasil perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi.

Siklus Pertama

Dalam siklus pertama ini, berdasarkan catatan peneliti yang didukung oleh dua pengamat selama Kegiatan Belajar Mengajar dalam kegiatan atletik, siswa masih kurang dapat bekerja sama, diskusi masih kurang dapat berjalan sebagaimana yang diharapkan. Prestasi belum banyak mendapat perhatian/tanggapan dari siswa lain. Sehingga bentuk kerjasama dalam siklus pertama ini kurang terjalin dengan baik. Rata-rata kelas dapat dipaparkan sebagai berikut;

NO	Nama Siswa	Hasil Nilai Kegiatan Atletik
1	Abdul Rozak	60
2	Zeva Atul KH	60
3	Amidanal Hikmah	60
4	Awalin Robitu H	60
5	Novia Dela Yunita	60
6	Bangkit Nasrul H	65
7	Devita Kartika P	60
8	Dewi Amidana H	65
9	Elva Ria D	60
10	Laelatul Qodriyah	65
11	Muhammad Fariez	65

12	Megi Friza Rahma	65
13	M.Hidayatul M	60
14	M.Bahrul Ulum	75
15	M.Naufal TH	65
16	M.Abdul Rohman	60
17	M.Miftakul Ulum	65
18	M.Khoirun Umam	75
18	M.Faris Noer Faizin	80
20	M.Solikin	75
21	M.Efendi Rizki S	60
22	M.Wahyu Ilham	80
23	Mayla Nabila Paga	71
24	M.Ulul Azmi	75
25	Ahmad Idham Y	70
	Rata-Rata	1656/25=66.24

Dari table di atas tampak bahwa nilai rata-rata siswa adalah 66.24 dengan nilai terendah 60 dan nilai tertinggi 80. Nilai ketuntasan belajar adalah 65, jumlah siswa yang mendapat nilai >65 sebanyak 10 siswa, yang berarti 55.57% dari sejumlah 25 siswa memiliki nilai di atas taraf penguasaan konsep yang diberikan, atau lebih dari 60.00% mencapai nilai ketuntasan dalam lompat jauh. Dalam siklus pertama tersebut guru sudah membagi siswa menjadi beberapa kelompok secara merata dengan berdasarkan nilai tes yang sebelumnya di dapat oleh setiap siswa. Kemudian guru memberikan teori tentang lompat jauh tentang bagaimana cara lari yang benar, kemudian mengambil kuda-kuda saat akan melompat, gaya ketika melayang di udara, serta bagaimana posisi kaki saat tiba di landasan pasir.

Pembentukan kelompok tersebut bertujuan agar temannya saling bekerja sama serta memberikan petunjuk antara satu dengan yang lain. Nilai setiap anggota kelompok akan di jumlahkan dalam melakukan lompatan. Kelompok yang mendapatkan nilai paling banyak, maka menjadi kelompok yang menang. Namun demikian, hasil dari tahapan yang dilakukan guru pada tahap pertama masih perlu adanya perbaikan proses. Berdasarkan catatan pengamat, maka siklus kedua perlu diadakan dengan mengubah beberapa proses pembelajaran

Siklus Kedua

Pada siklus kedua, guru memberikan kuis sebelum diambil ujian praktek lompat jauh terhadap kelompok-kelompok yang telah di bagi rata. Pemberian teori tersebut diharapkan akan mempengaruhi cara berlari dengan benar, mengambil ancang-ancang yang tepat, kuda-kuda saat melompat, gaya melayang diudara, dan posisi pendaratan yang baik saat sampai di landasan pasir. Dalam Hal ini, Setiap wakil kelompok yang dianggap paling baik memberikan demo gerakan yang telah di dapat dari teori yang telah di jelaskan oleh guru. Guru juga memberikan komentar dan feedback terhadap siswa yang memberikan contoh di setiap kelompoknya. Dari perubahan proses tersebut, kemudian guru mengadakan tes lompat jauh dan didapat data sebagai berikut.

NO	Nama Siswa	Hasil Nilai Kegiatan Atletik
1	Abdul Rozak	60
2	Zeva Atul KH	85
3	Amidanal Hikmah	90
4	Awalin Robitu H	80
5	Novia Dela Yunita	75

6	Bangkit Nasrul H	75
7	Devita Kartika P	85
8	Dewi Amidana H	90
9	Elva Ria D	80
10	Laelatul Qodriyah	75
11	Muhammad Fariez	85
12	Megi Friza Rahma	75
13	M.Hidayatul M	85
14	M.Bahrul Ulum	90
15	M.Naufal TH	80
16	M.Abdul Rohman	75
17	M.Miftakul Ulum	90
18	M.Khoirun Umam	95
19	M.Faris Noer Faizin	90
20	M.Solikin	80
21	M.Efendi Rizki S	85
22	M.Wahyu Ilham	75
23	Mayla Nabila Paga	75
24	M.Ulul Azmi	85
25	Ahmad Idham Y	75
	Rata-Rata	2035/25=81.40

Dari tabel diatas tampak bahwa nilai rata-rata siswa adalah 81.40 dengan nilai terendah 60 dan nilai tertinggi 90. Batas nilai ketuntasan adalah 65. Jumlah siswa yang mendapat nilai >65 adalah 24 siswa, yang berarti 96% siswa dari jumlah 25 siswa memiliki nilai diatas taraf penguasaan konsep yang diberikan mencapai nilai ketuntasan dalam materi pembelajaran Pendidikan Jasmani dan

Kesehatan pada Pokok Bahasan Aktivitas Atletik dalam lompat jauh. Dari siklus II ini dapat dikatakan bahwa proses pembelajaran telah berhasil mencapai apa yang sudah ditargetkan. Hasil Refleksi juga menunjukkan bahwa tidak perlu adanya penambahan siklus karena KKM sudah tercapai. Dari data tersebut dapat dinyatakan bahwa adanya peningkatan kualitas pembelajaran yang ditunjukkan dengan peningkatan nilai siswa secara signifikan.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah guru mampu mengelola pembelajaran dengan pendekatan keterampilan proses dalam setting pembelajaran menggunakan pendekatan kooperatif tipe STAD dengan baik, dan mampu melatih dan mengoperasikan perangkat pembelajaran sesuai dengan alokasi waktu yang ditentukan. Selain itu juga dapat membuat siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran. Model Pendekatan STAD dapat mengubah pembelajaran teacher center menjadi student center yang mana siswa dapat bekerja sama dengan baik dengan saling membantu dan berbagi kemampuan sehingga siswa yang kurang mampu menjadi lebih percaya diri karena mereka tidak hanya dapat bertanya pada guru tetapi dapat pula bertanya kepada teman yang dianggap lebih mumpuni. Agar pembelajaran dengan pendekatan keterampilan proses berorientasi pembelajaran kooperatif tipe STAD dapat berjalan dengan optimal, sebaiknya guru selalu mengamati dari perkembangan kemampuan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran yang ditentukan dengan menyusun perencanaan dengan baik, melakukan tindakan untuk mengatasi suatu masalah, mengamati siswa dengan dibantu oleh dua pengamat, serta melakukan refleksi terhadap proses Kegiatan Belajar

Mengajar yang dilakukan oleh Guru dan Siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Agus Kristiyanto. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*, Pendidikan Jasmani dan Keolahragaan Cetakan 1. Surakarta: UNS Pres.

Arikunto, Suharsimi. 2010 *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan* Jakarta: Bumi Aksara

Ateng, Abdul Kadir. 1992. *Azas dan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud Dasar

Kurikulum 2004. Jakarta .Departemen Pendidikan Nasional Depdiknas. 2003 *Model Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas Depdiknas. 2003b. *Standar Kompetensi Pendidikan Jasmani Sekolah* Djamarah, Bahri dan Aswan. 2002. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Reka

Borich, G.D.1994. *Observation Skills for Effective Teaching*. New York: Mc.Millan Publishing Company.

Cipta Hamzah B Uno. 2007. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi

2004. *Kurikulum 2004 Pertanyaan dan jawaban*: Grasindo Raharjo.

Kemp, J.E, Morrison, G.R.Ross.S.M. 1994. *Designing Learning in the Science Classroom*. New York: Glencoe Mc.Millan/Mc.Graw-Hill.

Tabrani, Dkk. 1994. Pendekatan dalam
Proses Belajar Mengajar. Jakarta:
Remaja
Rosdakarya.

Zainal Arifin. 1989. Evaluasi
Instruksional. Jakarta: Gramedia Press.