

**PENINGKATAN EFEKTIFITAS BELAJAR SISWA PADA MATERI  
TOLAK PELURU DENGAN MEDIA MODIFIKASI BOLA PLASTIK  
DI KELAS VI SD NEGERI 011 PULAU MUNGKUR  
KECAMATAN GUNUNG TOAR KABUPATEN KUANTAN SINGINGI**

**Evita Suryaningsih**

*evita.suryaningsih@gmail.com*

SD Negeri 011 Pulau Mungkur Kecamatan Gunung Toar

**ABSTRACT**

*This research dilator by the results of learning to reject the bullet of grade VI SD Negeri 011 Pulau Mungkur Gunung Toar is still very low. This study aims to improve learning outcomes Physical education and student health. From the data analysis there is an increase of both teacher activity, student activity, and student learning result, that is teacher activity in meeting 1 cycle I the percentage is 60% with enough category and second meeting is obtained 76% good category while in cycle II there is increasing percentage of teacher activity from 88% to 92%. Viewed from the student activity also increased from the meeting 1 cycle I was 56% with the category less and the second meeting obtained 72% enough category whereas in cycle II there was an increase of student activity percentage from 88% to 92%. Judging from the result of student learning before action or Classroom Action Research was conducted by 5 (29,4%) complete students, after classroom action research was conducted on cycle 1 complete student to 12 people (70,5%), while in cycle 2 to 15 people (88,2%). The increase in the average score of the basic score of cycle 1 was increased by 15 points and from cycle I of cycle 2 there was an increase of 13 points. From the data analysis there is an increase both from teacher activity, student activity, and student learning outcomes. It can be concluded that the application of plastic ball modification media can improve learning outcomes Physical education and health of students in grade VI SD Negeri 011 Pulau Mungkur Gunung Toar.*

*Keywords: media modification of plastic ball, learning outcomes physical education and health*

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh hasil belajar tolak peluru siswa kelas VI SD Negeri 011 Pulau Mungkur Kecamatan Gunung Toar yang masih sangat rendah. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar penjaskes siswa. Dari analisis data terjadi peningkatan baik dari aktivitas guru, aktivitas siswa, maupun hasil belajar siswa, yaitu aktivitas guru pada pertemuan 1 siklus I persentasenya adalah 60% dengan kategori cukup dan pertemuan kedua diperoleh 76% kategori baik sedangkan pada siklus II terjadi peningkatan persentase aktifitas guru dari 88% menjadi 92%. Dilihat dari aktivitas siswa juga meningkat dari pada pertemuan 1 siklus I adalah 56% dengan kategori kurang dan pertemuan kedua diperoleh 72% kategori cukup sedangkan pada siklus II terjadi peningkatan persentase aktifitas siswa dari 88% menjadi 92%. Dilihat dari hasil belajar siswa sebelum tindakan atau PTK dilaksanakan siswa yang tuntas sebanyak 5 orang (29,4%) yang tuntas setelah PTK dilaksanakan pada siklus 1 siswa yang tuntas 12 orang (70,5%) yang tuntas, sedangkan pada siklus 2 naik menjadi 15 orang (88,2%). Peningkatan nilai rata-rata dari skor dasar ke siklus 1 terjadi peningkatan sebesar 15 poin dan dari siklus I ke siklus 2 terjadi peningkatan sebesar 13 poin. Dari analisis data terjadi peningkatan baik dari aktivitas guru, aktivitas siswa, maupun hasil belajar siswa. Ini dapat disimpulkan bahwa penerapan media modifikasi bola plastik dapat meningkatkan hasil belajar penjaskes siswa kelas VI SD Negeri 011 Pulau Mungkur Kecamatan Gunung Toar.

Kata kunci : media modifikasi bola plastik, hasil belajar penjaskes.

**PENDAHULUAN**

Guru sebagai faktor utama keberhasilan pengajaran dituntut kemampuannya untuk dapat menyampaikan pelajaran kepada siswa dengan baik. Untuk itu guru perlu mendapat pengetahuan tentang materi dan cara yang tepat dan efektif dengan kondisi dan karakter siswa.

Dengan melihat langsung, anak dapat termotivasi untuk membangun gagasan-gagasan yang menarik dan membentuk konsepsi sendiri.

Selain itu, sarana dan prasarana merupakan salah satu bagian yang strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Dengan kata lain, lengkap dan tidak

lengkap sarana prasarana pembelajaran turut mempengaruhi maksimal dan tidak maksimalnya ketercapaian tujuan pembelajaran. Sarana yang lengkap bisa memudahkan guru untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajarannya. Begitu sebaliknya, sarana yang tidak lengkap akan menyulitkan bagi guru dalam mencapai target-target tujuan pembelajarannya.

Berdasarkan observasi di lapangan, yang terjadi pada materi tolak peluru di SD Negeri 011 Pulau Mungkur Kecamatan Gunung Toar, kondisi nyata di sekolah, media Peluru hanya tersedia 1 buah untuk digunakan seluruh siswa. Sementara rata-rata siswa di SD Negeri 011 Pulau Mungkur berjumlah 17 orang dalam 1 kelas, jadi komparasi antara jumlah peluru dan jumlah siswa adalah 1 : 17 putra/putri. Jelas dari gambaran tersebut bahwa proses pembelajaran Tolak Peluru menjadi tidak efektif, dan akibatnya bahwa target pencapaian nilai jauh di bawah KKM yang telah ditentukan sekolah yaitu 75.

Diketahui nilai rata-rata pelajaran tolak peluru siswa kelas VI SD Negeri 011 Pulau Mungkur masih di bawah KKM yaitu 75, siswa yang mencapai kategori tuntas hanya 5 orang atau 29.4% sedangkan siswa yang belum tuntas sebanyak 12 orang atau 70.5% dengan skor rata-rata adalah 60.

Situasi dan kondisi ini sudah berjalan cukup lama dan sekolah sampai detik ini belum bisa memenuhi sarana peluru tersebut sampai batas yang cukup memadai atau kondisi ideal. Hal ini bisa dimengerti, karena sekolah mempunyai kebutuhan yang sangat banyak dan hampir semuanya mempunyai tingkat urgensi yang tinggi untuk di penuhi oleh sekolah. Sehingga menuntut sekolah untuk menyediakan Peluru sesuai dengan kondisi ideal, merupakan suatu yang tidak realistis dan lebih jauhnya bisa menimbulkan gejolak dan iklim yang tidak kondusif di sekolah.

Oleh karena itu perlu sebuah pemecahan masalah yang sederhana dan bisa dilakukan oleh guru. Melihat permasalahan di atas, maka satu pemikiran

yang muncul adalah bahwa perlu adanya sebuah media alternatif modifikatif untuk mengganti peluru yang memang cukup mahal. Media alternatif modifikatif tersebut harus bersifat bisa mewakili karakteristik peluru, murah, banyak tersedia atau mudah didapat.

Dari beberapa kriteria media alternatif modifikatif untuk mengganti peluru tersebut nampaknya bola plastik bisa dijadikan media alternatif modifikatif untuk mengganti peluru. Dari segi bentuk, jelas ada kemiripan dengan bentuk peluru, dari segi ketersediaan dan harga, maka bola plastik sangat mudah sekali di dapat di pasar-pasar tradisional dengan harga sangat murah. Dari permasalahan tersebut di atas maka peneliti membuat judul penelitian tindakan kelas dengan jurul peningkatan efektifitas belajar siswa pada materi tolak peluru dengan media modifikasi bola plastik di kelas VI SD Negeri 011 Pulau Mungkur Kecamatan Gunung Toar Kabupaten Kuantan Singingi.

## KAJIAN TEORETIS

Tolak peluru merupakan suatu aktivitas yg dilakukan untk mencapai lemparan atau tolakan yang sejauh-jauhnya. Peluru yang digunakan terbuat dari besi berbentuk oval dengan berat 3kg, 4kg, 5kg, 7kg. dengan ruang lingkaran lebar 5x3 meter. Yang terpenting dari tolak peluru adalah peluru harus didorong keluar dengan kecepatan maksimal, dengan sudut kira-kira 40 derajat. Posisi untuk menolak harus ditekankan pada kaki. karena kaki adalah bagian yang terkuat dari badan.

Efektivitas merupakan aspek penting dalam berbagai bentuk kegiatan, karena efektivitas merupakan cerminan dari tingkat keberhasilan dalam mencapai tujuan atau sasaran yang ingin dicapai. Efektivitas tidak hanya dapat dilihat dari sisi produktivitas, akan tetapi dapat pula dilihat dari sisi persepsi atau sikap orangnya. Di samping itu, efektivitas juga dapat dilihat dari bagaimana tingkat kepuasan yang dicapai oleh orang. Demikian efektivitas merupakan suatu konsep yang sangat

penting karena mampu memberikan gambaran mengenai keberhasilan seseorang dalam mencapai sasaran atau suatu tingkatan terhadap mana tujuan-tujuan dicapai atau tingkat pencapaian tujuan.

Menurut Rivai (2000) mengatakan bahwa efektivitas belajar adalah tingkat pencapaian tujuan pelatihan. Pencapaian tujuan tersebut berupa peningkatan pengetahuan dan keterampilan serta pengembangan sikap melalui proses pembelajaran.

Media berasal dari bahasa Latin merupakan bentuk jamak dari *medium* yang secara harfiah berarti, perantara atau pengantar, yaitu perantara atau pengantar sumber pesan dengan penerima pesan. Beberapa ahli yang dikutip Sudrajat memberikan definisi tentang media pembelajaran diantaranya, Schram (1977) mengemukakan bahwa media pembelajaran adalah teknologi pembawa pesan yang dapat dimanfaatkan untuk keperluan pembelajaran.

Sementara, Briggs (1977) berpendapat bahwa media pembelajaran adalah sarana fisik untuk menyampaikan isi/ materi pembelajaran seperti: buku, film, video dan sebagainya sedangkan *National Education Association* (1969) mengungkapkan bahwa media pembelajaran adalah sarana komunikasi dalam bentuk cetak maupun pandang-dengar, termasuk teknologi perangkat keras.

Dari ketiga pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat menyalurkan pesan, dapat merangsang

pikiran, perasaan, dan kemauan peserta didik sehingga dapat mendorong terciptanya proses belajar pada diri peserta didik.

## METODE PENELITIAN

Bentuk penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian tindakan kelas yang dimaksud adalah melakukan suatu tindakan atau usaha didalam proses pembelajaran guna meningkatkan hasil belajar siswa. Dalam penelitian ini dilakukan secara kolaboratif antara guru dengan peneliti yang berperan sebagai pelaksana pembelajaran.

Subjek penelitian pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VI SD Negeri 011 Pulau Mungkur Kecamatan Gunung Toar dengan jumlah siswa 17 Orang yang terdiri dari 7 laki-laki dan 10 perempuan. Pengolahan data dilakukan dengan teknik analisis data deskriptif, yaitu suatu metode penelitian yang bersifat menggambarkan kenyataan sesuai dengan data yang diperoleh. Data yang dikumpulkan pada penelitian ini berupa skor tes hasil belajar siswa setelah penerapan pembelajaran. Analisis data dilakukan dengan melihat aktivitas guru dan siswa serta hasil belajar siswa, ketuntasan belajar siswa secara individual dan klasikal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengamatan aktivitas guru siklus I dan II dapat digambarkan seperti dalam tabel berikut:

**Tabel 1. Data Pengamatan Aktivitas Guru**

Siklus	Pertemuan	Skor	%	Kategori
I	I	15	60%	Cukup
	II	19	76%	Baik
II	III	22	88%	Amat Baik
	IV	23	92%	Amat Baik

Dari analisis data di atas terlihat bahwa terjadi peningkatan aktivitas guru dalam poses belajar mengajar dari setiap pertemuan pada siklus I dan siklus II. Rata-rata aktivitas guru pada pertemuan pertama

60% dengan kategori cukup dan pertemuan kedua diperoleh 76% kategori baik sedangkan pada siklus II terjadi peningkatan persentase aktivitas guru dari 88% menjadi 92%.

Kegiatan pengamatan aktivitas seperti dalam tabel berikut:  
siswa siklus I dan II dapat digambarkan

**Tabel 2. Data Pengamatan Aktivitas Siswa**

Siklus	Pertemuan	Skor	%	Kategori
I	I	15	56%	Kurang
	II	18	72%	Cukup
II	III	20	80%	Baik
	IV	23	92%	Amat Baik

Dari analisis tabel di atas terlihat aktifitas siswa dari pertemuan pertama dan kedua mengalami peningkatan, dimana pada pelaksanaan siklus I dan siklus II mengalami peningkatan yang sangat signifikan yaitu pertemuan pertama siklus I hasil yang diperoleh rerata aktivitas siswa 56% kategori kurang dan meningkat pada siklus II pada pertemuan keempat menjadi

92% kategori amat baik. Peningkatan terjadi karena siswa telah memahami langkah-langkah melakukan tolak peluru dengan benar.

Berdasarkan data hasil belajar pada skor dasar, ulangan harian 1 dan ulangan harian 2 terjadi peningkatan hasil belajar, hal ini dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3. Data Hasil Belajar Siswa**

Tahapan	Jumlah Siswa	Nilai			Peningkatan
		Tuntas	Tidak Tuntas	Rerata	
Skor Dasar	17	5 (29,4%)	12 (70,5%)	60	15
Siklus I	17	12 (70,5%)	5 (29,4%)	75	
Siklus II	17	15 (88,2%)	2 (11,76%)	88	13

Dari tabel di atas terlihat rata-rata persentase ketuntasan belajar penjaskesrek materi tolak peluru siswa di kelas VI SD Negeri 011 Pulau Mungkur setelah menggunakan media bola plastik mengalami peningkatan. Sebelum tindakan atau PTK dilaksanakan siswa yang tuntas sebanyak 5 orang (29,4%) yang tuntas setelah PTK dilaksanakan pada siklus I siswa yang tuntas 12 orang (70,5%) yang tuntas, sedangkan pada siklus II naik menjadi 15 orang (88,2%). Jadi peningkatan nilai rata-rata dari skor dasar ke siklus I terjadi peningkatan sebesar 15 poin dan dari siklus I ke siklus II terjadi peningkatan sebesar 13 poin.

## SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa peningkatan efektifitas belajar siswa pada materi tolak peluru dengan media modifikasi bola plastik di kelas VI SD Negeri 011 Pulau Mungkur Kecamatan

Gunung Toar Kabupaten Kuantan Singingi menghasilkan kesimpulan sebagai berikut: (a) aktivitas guru pada pertemuan pertama 60% dengan kategori cukup dan pertemuan kedua diperoleh 76% kategori baik sedangkan pada siklus II terjadi peningkatan persentase aktivitas guru dari 88% menjadi 92%; (b) aktivitas siswa pada pertemuan pertama 56% dengan kategori kurang dan pertemuan kedua diperoleh 72% kategori cukup sedangkan pada siklus II terjadi peningkatan persentase aktivitas siswa dari 88% menjadi 92%. (c) hasil belajar siswa sebelum tindakan atau PTK dilaksanakan siswa yang tuntas sebanyak 5 orang (29,4%) yang tuntas setelah PTK dilaksanakan pada siklus I siswa yang tuntas 12 orang (70,5%) yang tuntas, sedangkan pada siklus II naik menjadi 15 orang (88,2%). Peningkatan nilai rata-rata dari skor dasar ke siklus I terjadi peningkatan sebesar 15 poin dan dari siklus I ke siklus II terjadi peningkatan sebesar 13 poin.

Berdasarkan simpulan dan hasil pembahasan di atas, maka peneliti merekomendasikan: 1) bagi siswa, dengan penerapan media modifikasi tolak peluru dapat meningkatkan efektivitas dan meningkatkan hasil belajar penjas kesrek siswa; 2) bagi guru penjas, sebaiknya memanfaatkan media bola plastik dalam proses belajar mengajar sebagai salah satu usaha untuk meningkatkan hasil belajar siswa di sekolah; dan 3) bagi sekolah, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan kualitas keberhasilan pengajaran di sekolah sehingga dapat meningkatkan mutu pendidikan terutama pada pembelajaran penjas.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aip Syarifuddin dan Muhadi. 1992/1993. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Surya, Mohamad. 2004. *Psikologi Pembelajaran & Pengajaran*. Bandung.
- Djamarah, Bahri, Syaiful. 2000. *Guru dan Anak Didik Dalam Interaksi Edukatif*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Depdiknas, 2006. *Kurikulum Sekolah Dasar*. Badan Standar Nasional Pendidikan.