



## **Gaya mengajar resiprokal dalam pembelajaran variasi lari pada siswa kelas IV-A SDN sungai jingah 5 banjarmasin**

### ***Reciprocal teaching style in learning run variations in class IV-A a students of sungai jingah 5 banjarmasin***

Panji Rifqi Maulana<sup>1</sup>, Rahmadi<sup>2</sup>, Nor Raini Syaripah<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia

<sup>3</sup> SDN Sungai Jingah 5 Banjarmasin, Indonesia

Email: [panjirifqim7@gmail.com](mailto:panjirifqim7@gmail.com)<sup>1</sup>, [rahmadizero@ulm.ac.id](mailto:rahmadizero@ulm.ac.id)<sup>2</sup>,

[norrainisyarifah@gmail.com](mailto:norrainisyarifah@gmail.com)<sup>3</sup>

#### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan hasil belajar variasi lari dengan menggunakan gaya mengajar resiprokal. Rancangan penelitian menggunakan model Kurt Lewin yang terdiri dari empat tahapan yaitu 1) Perencanaan, 2) Pelaksanaan, 3) observasi dan 4) refleksi. Instrumen dalam penelitian ini adalah pengumpulan data tes unjuk kerja. Penelitian tindakan kelas ini menggunakan pendekatan gaya mengajar resiprokal. Subjek penelitian adalah peserta didik kelas IVa SDN Sungai Jingah 5 Banjarmasin yang berjumlah 27 orang, terdiri dari 8 siswa laki-laki dan 17 siswa perempuan. Berdasarkan analisis data menunjukkan hasil belajar variasi lari pada siklus I sebesar 36% (9 orang) kemudian pada siklus II meningkat sebesar 72% (18 orang) dinyatakan tuntas Hasil analisis menunjukkan ketuntasan hasil belajar variasi lari dengan penerapan gaya mengajar resiprokal pada siklus I ke siklus II mengalami perbaikan dan perubahan peningkatan ketuntasan secara individual maupun secara keseluruhan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa melalui gaya mengajar resiprokal dapat meningkatkan hasil belajar variasi lari pada siswa kelas IVa SDN Sungai jingah 5 Banjarmasin

**Kata kunci:** gaya mengajar resiprokal; variasi lari.

*This study aims to improve and enhance the learning outcomes of running variations by using a reciprocal teaching style. The research design uses the Kurt Lewin model which consists of four stages, namely 1) planning, 2) implementation, 3) observation and 4) reflection. The instrument in this study was the collection of performance test data. This classroom action research uses a reciprocal teaching style approach. The research subjects were 27 class IVa students at SDN Sungai Jingah 5 Banjarmasin, consisting of 8 boys and 17 girls. Based on the analysis of the data, it shows that the learning outcomes for running variations in cycle I were 36% (9 people) then in cycle II it increased by 72% (18 people). II experienced improvements and changes in increasing completeness individually and as a whole. This study concludes that through a reciprocal teaching style can improve learning outcomes of running variations in class IVa SDN Sungai Jingah 5 Banjarmasin*

**Key words:** reciprocal teaching style; running variation.

#### **INFO ARTIKEL**

##### **Riwayat Artikel:**

Diterima : 07 Juni 2023

Disetujui : 04 Juli 2023

Tersedia secara *Online* Juli 2023

Doi: <http://dx.doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16346>

##### **Alamat Korespondensi:**

Panji Rifqi Maulana

Program Studi Magister Pendidikan

Jasmani, Program Pascasarjana

Universitas Lambung Mangkurat,

Indonesia.

Email: [panjirifqim7@gmail.com](mailto:panjirifqim7@gmail.com)

## **PENDAHULUAN**

Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga, dan kesehatan pada satuan pendidikan merupakan bagian penting dari seluruh proses pendidikan yang ada. PJOK bagian dari proses pendidikan dan salah satu mata pelajaran

Copyright © 2023, Jurnal Multilateral, ISSN: 1412-3428 (print), ISSN: 2549-1415 (online)



yang diajarkan pada satuan pendidikan mulai dari jenjang pendidikan dasar, menengah, dan pendidikan atas (SD, SMP, dan SMA) (Bayu et al., n.d.). Menurut H.J.S Husdarta (2011:18) dalam pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan ini tidak akan tercapai apabila tidak didukung rencana pembelajaran yang dibuat guru, oleh sebab itu guru mestinya membuat dan merencanakan model pembelajaran sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Siswa sekolah dasar (SD) pada umumnya menyukai pelajaran olahraga, dalam hal ini adalah siswa kelas 4, yang mana pada jenjang ini kategori kelasnya menjadi kelas tinggi, akan tetapi pemikiran kebanyakan siswa pelajaran olahraga adalah kesempatan bermain dan refreking. Siswa tidak fokus dan kurang antusias ketika aktivitas dan masih banyak siswa yang kurang bergerak, bermalasan-malasan serta bersendagurau sesama teman. Permasalahan ini yang dapat menghambat penguasaan materi dalam pembelajaran khususnya pembelajaran variasi gerak lari. Sebagaimana gerak dasar variasi lari yang tercantum dalam kompetensi dasar 3.3/4.3 yang termuat di kurikulum 2013 (Permendikbud, 2018). Dalam gerak variasi lari ini peserta didik diharapkan mampu melakukan berbagai variasi dasar dalam gerak dasar lari, jalan, lompat dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.

Keberhasilan proses pembelajaran tidak terlepas dari metoda atau gaya mengajar yang digunakan oleh guru. Dengan beragamnya tingkat kemampuan peserta didik, diharapkan seorang guru menggunakan gaya mengajar yang tepat (Literasi Olahraga et al., 2021). Gaya Resiprokal merupakan bagian dari spektrum gaya Mosston yang pada dasarnya menekankan siswa lebih banyak aktif untuk belajar dan guru hanya berperan sebagai fasilitator yang memantau setiap kegiatan yang dilakukan oleh siswa didalam pembelajaran (Hasmarita & Kurnia, 2020). Sebagaimana disebutkan muska Mosston dalam (Sara Ashworth, 2008:116) Metode mengajar resiprokal diartikan sebagai metode mengajar yang menunjukkan hubungan sosial antar teman sebaya dan kondisi untuk memberi umpan balik yang cepat (Munawar et al., 2018).

Gaya mengajar resiprokal adalah salah satu gaya mengajar yang menekankan siswa lebih banyak aktif untuk belajar dan guru hanya berperan sebagai fasilitator yang memantau setiap kegiatan yang dilakukan oleh siswa didalam pembelajaran (Junaidi, 2016). Pada gaya mengajar resiprokal, kelas diorganisir dan dikondisikan dalam peran-peran tertentu (dibagi menjadi dua kelompok), ada siswa yang berperan sebagai pelaku dan ada siswa yang berperan sebagai observer (pengamat) terhadap aktivitas yang dilakukan oleh kelompok pelaku, sedangkan guru berperan sebagai fasilitator (Junaidi, 2016). Kelompok siswa yang bertindak sebagai observer mengamati tampilan/aktivitas yang dilakukan oleh temannya (pelaku) dengan membawa lembar observasi

(pengamatan) yang telah disusun oleh guru, selanjutnya observer tersebut mengevaluasi tampilan dari temannya yang bertindak sebagai pelaku. Dalam hal ini evaluasi dilakukan secara bergantian. Melalui upaya mengevaluasi aktivitas temannya yang berperan sebagai pelaku tersebut, diharapkan siswa yang berperan sebagai observer (pengamat) juga mengetahui konsep pelaksanaan yang benar, karena setiap siswa akan berperan sebagai observer (pengamat). Tanggungjawab dan pemberian umpan balik diberikan sepenuhnya kepada siswa sehingga perkembangan kreativitas siswa bertambah. (Prihantoro & Hidayat, 2019).

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti saat mengajar materi variasi lari di SDN Sungai Jingah 5 Banjarmasin pada kelas IVa, ternyata masih banyak peserta didik yang belum menguasai materi variasi lari seperti lari sprint, lari zig-zag dan lari angka 8. Masih banyak peserta didik yang nilainya dibawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) pada saat pembelajaran variasi lari. Sehingga tujuan dari pembelajaran tidak tercapai. Nilai KKM pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di SDN Sungai Jingah 5 Banjarmasin adalah 75. Berdasarkan hasil belajar peserta didik mengenai pembelajaran variasi lari. Dari 25 orang peserta didik yang terdiri dari 8 orang peserta didik putra dan 17 orang peserta didik putri kelas IVa SDN Sungai Jingah 5 Banjarmasin Tahun Pelajaran 2021/2022, ternyata hanya 9 orang peserta didik (36%) yang memiliki ketuntasan belajar saat pembelajaran variasi lari, sedangkan 16 orang peserta didik (64%) belum tuntas pada materi variasi lari.

Tabel 1. Instrument pengumpulan data tes unjuk kerja

Instrumen	Indikator	Sub Indikator	Deskriptor
Keterampilan/ psikomotorik Variasi lari	Variasi Lari	1. Lari Cepat (Sprint)	1. Posisi Start : Berdiri tepat di belakang garis / tidak melewati garis start)
		2. Lari Zig-zag 3. Lari Angka 8	2. Sikap Badan, (Condong ke depan, Pandangan kedepan, Kepala Rilex) 3. Gerakan Kaki dan Lengan (Langkah Panjang, Ayunan tangan terkoordinasi dengan kaki) 4. Gerakan saat berlari melewati kun, (tidak terlalu melebar/ tidak menabrak atau menyentuh kun)

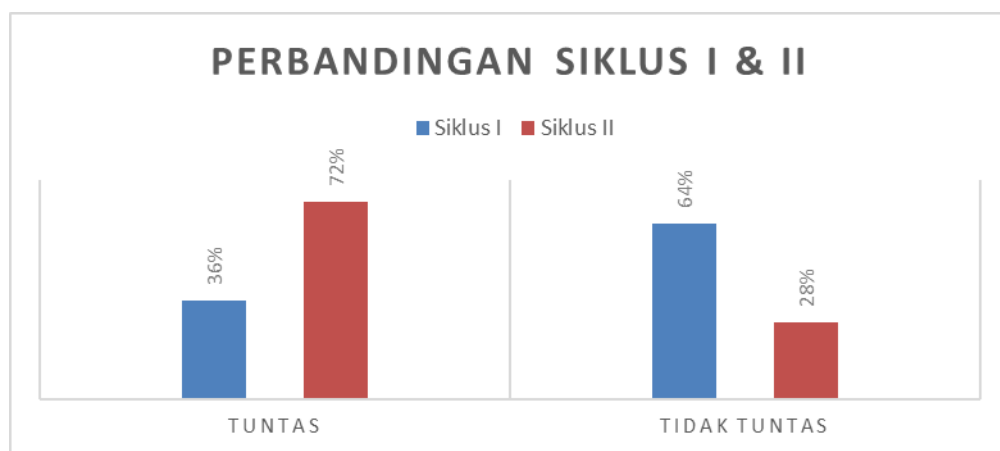
Hambatan yang ada dalam proses pembelajaran variasi lari tersebut, dapat dibantu dengan penggunaan metode atau gaya pembelajaran Resiprokal sebagai perantara dalam penyampaian informasi pesan dari intraksi yang terjadi antara guru dengan murid dalam upaya untuk meningkatkan efektivitas dan

efisiensi pencapaian tujuan pembelajaran. Sebagaimana disebutkan Muska Mosston dalam (Sara Ashworth, 2008:116) Metode mengajar resiprokal diartikan sebagai metode mengajar yang menunjukkan hubungan sosial antar teman sebaya dan kondisi untuk memberi umpan balik yang cepat.

Jika melihat dari hal profesionalitas metode dan gaya pembelajaran menuntut seorang guru pendidikan jasmani untuk lebih kreatif dalam memberdayakan dan mengoptimalkan kemampuan mengajar. Seorang guru pendidikan jasmani yang kreatif akan mampu menciptakan suatu pembelajaran menggunakan metode atau gaya mengajar resiprokal yang disajikan dengan cara yang semenarik mungkin, sehingga siswa akan lebih tertarik untuk mengikuti pembelajaran olahraga.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa hasil belajar hasil belajar variasi gerak lari menggunakan gaya mengajar respirokal siswa kelas menggunakan gaya mengajar respirokal selama dua siklus berhasil baik dan meningkatkan hasil belajar siswa. Peningkatan hasil belajar yang merupakan indikator ketuntasan belajar siswa juga terlihat adanya peningkatan pada ranah psikomotorik siswa (Ilmiah et al., 2017).



Gambar 1. Perbandingan Siklus I dan Siklus II

Beberapa permasalahan dan kendala pembelajaran PJOK terkhusus pada kompetensi dasar variasi lari sebelum dilakukan penelitian tindakan kelas ini, sudah didapatkan solusi dan jalan keluarnya. Selain penggunaan gaya mengajar yang tepat, penyusunan perencanaan dan metode pembelajaran, teknik evaluasi dan pengawalan yang ketat (Aditya Budi Setiawan et al., 2013). Penggunaan gaya mengajar resiprokal memang sangat berbeda dengan gaya mengajar yang lain, karena mengembangkan interaksi sosial timbal balik yang memperkuat pemberian dan penerimaan umpan balik langsung yang dipandu oleh kriteria

khusus yang disiapkan oleh guru merupakan faktor yang sangat menentukan keberhasilan penggunaan gaya resiprokal dalam pembelajaran PJOK (Daud et al., n.d.).

Gaya resiprokal merupakan gaya mengajar yang menerapkan siswa sebagai pelaku dan pengamat. (Studi et al., 2018) mengatakan bahwa: Gaya resiprokal yaitu memperhatikan perubahan yang lebih besar dalam membuat keputusan dari guru kepada siswa. Siswa bertanggung jawab untuk mengobservasi penampilan dari teman atau pasangannya dan memberi umpan balik segera pada setiap kali melakukan gerakan. Guru mempersiapkan lembar tugas yang menjelaskan tugas yang harus dilakukan kriteria evaluasi berfungsi untuk menentukan bahwa gerakan yang harus dilakukan oleh pasangannya itu sudah sesuai dengan rujukan. Deskripsi semacam ini akan membantu siswa selaku pengamat dalam analisis tugasnya (Ilmiah et al., n.d.-a).

Berdasarkan hasil kajian terhadap beberapa temuan penelitian yang relevan, yaitu pada penggunaan gaya mengajar resiprokal yang berhasil himpun, kajian penelitian ini peneliti menemukan beberapa hal yang berbeda dengan penelitian yang terdahulu. Perbedaan yaitu terletak pada tingkatan sekolah, penelitian tindakan kelas dilaksanakan pada subjek penelitian tingkatan sekolah dasar. Dimana sifat dan karakteristik anak usia SD adalah usia bermain dan sulit dikendalikan, yang ada dipikiran siswa adalah main dan bermain (Sunaryo, 2018). Penerapan gaya mengajar resiprokal dilakukan oleh guru dalam pembelajaran PJOK agar memungkinkan lebih banyak pengambilan keputusan oleh siswa dibandingkan dengan gaya komando dan latihan, yang lebih didominasi oleh guru. Pelaksanaan gaya mengajar resiprokal yaitu guru memberi pelajaran terlebih dahulu mendemonstrasikan dan menguraikan cara pelaksanaannya (Ilmiah et al., n.d.-b). Kemudian guru memberikan lembar tugas yang menjelaskan kriteria evaluasi sebagai penentu gerakan yang harus dilakukan. Siswa diatur berpasangan yang satu berperan sebagai pelaku dan yang lain sebagai pengamat. Setelah itu pelaku melakukan apa yang tertera pada lembar tugas dan pengamat memberikan komentar mengenai apa yang dibuat pelaku. Kemudian guru menginstruksikan pergantian posisi, pelaku menjadi pengamat dan pengamat menjadi pelaku kemudian melakukan hal yang sama. Hal ini dapat dilakukan berulang-ulang apabila ada gerakan yang masih perlu dilatih. Tentunya dalam pelaksanaan pembelajaran hasil penelitian ini hanya untuk kelas yang menjadi subjek penelitian (Prihantoro & Hidayat, 2019). Selebihnya guru PJOK di sekolah lain, jika ingin menerapkan metode pembelajaran yang sama dengan penelitian ini, perlu mengobservasi dan mengkaji karakteristik permasalahan dan siswa di kelas sekolah Bapak Ibu guru (Ihwanto, 2022).

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa Gaya mengajar resiprokal dapat meningkatkan hasil belajar variasi gerak lari pada siswa kelas IVA (hasil belajar ranah keterampilan) di SDN Sungai Jingah 5 Kota Banjarmasin dalam dua siklus, masing-masing siklus terdiri dari dua pertemuan.

Adapun saran yang dapat peneliti sampaikan bagi guru, diharapkan gaya mengajar resiprokal dapat dijadikan referensi dalam kegiatan pembelajaran saat ini, Guru PJOK harus tetap aktif dan kreatif dalam penyampaian materi pembelajaran serta selektif memilih gaya mengajar sesuai dengan karakter dan lingkungan sekolahnya. Mengingat penggunaan gaya mengajar sangat menentukan keberhasilan pencapaian pembelajaran, maka hendaknya guru selalu meningkatkan wawasan pengetahuan tentang berbagai metode dan media pembelajaran (Warni, n.d.). Bagi siswa, hendaknya tetap mengikuti pembelajaran dengan sungguh-sungguh, siswa harus bisa belajar secara mandiri menggunakan sumber belajar apapun untuk menambah pengetahuan dan informasi.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu menelaah naskah untuk diterbitkan pada Jurnal Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aditya Budi Setiawan, R., Nopembri, S., Oleh, D., Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan, J., Kunci, K., Mengajar, G., & Penjas, G. (2013). PENGGUNAAN GAYA MENGAJAR "MOSSTON" OLEH GURU PENDIDIKAN JASMANI DI SMA SE-KOTA YOGYAKARTA. In Oleh Guru Pendidikan Jasmani Di SMA Se-Kota Yogyakarta 7 JPJI (Vol. 9, Issue 1). <https://doi.org/10.21831/jpji.v9i1.3057>
- Bayu, O. :, Fakultas, N., & Keolahragaan, I. (n.d.). PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA USIA DINI. <https://doi.org/10.21831/jpa.v4i1.12344>
- Daud, A., Dar, I., & Rokan Hilir, A. (n.d.). Strategi Guru Mengajar Di Era Milenial. 17(1). <https://doi.org/10.5296/ijld.v8i1.12>
- Hasmarita, S., & Kurnia, D. (2020). Pengaruh gaya mengajar dan kemampuan motorik terhadap hasil belajar forehand drive tenis meja The effect of teaching style and motor ability on learning outcomes of Table tennis forehand drive. In Journal of Physical and Outdoor Education (Vol. 2, Issue 2). <https://doi.org/10.37742/jpoe.v2i2.58>

- Ihwanto, N. (2022). Meningkatkan Hasil Belajar Aktivitas Gerak Berirama Siswa Kelas V Melalui Google Meet Disertai Video Pembelajaran Saat Pandemi Covid-19. *Jendela Olahraga*, 7(1), 35–49. <https://doi.org/10.26877/jo.v6i1.6225>
- Ilmiah, J., Bina Guna Medan, S., & Medan, ; *Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna*. (n.d.-a). Kontribusi Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Bebas (Vol. 7). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v7i1.11>
- Ilmiah, J., Bina Guna Medan, S., & Medan; *Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna*. (n.d.-b). Penerapan Gaya Mengajar Resiprokal Pada Passing Sepak Bola Siswa Kelas Xi Smk (Vol. 5, Issue 1). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v5i1.457>
- Ilmiah, J., Bina Guna Medan, S., & Medan; *Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna*. (2017). Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Menggunakan Media Yang Dimodifikasi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Tolak Peluru (Vol. 5, Issue 1). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v5i1.453>
- Junaidi, J. (2016). Pengaruh Gaya Mengajar Resiprokal Dalam Pembelajaran Permainan Bola Voli Terhadap Pengembangan Kreativitas Siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(1), 17. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v1i1.3660>
- Literasi Olahraga, J., Suminta, I., Nugroho, S., Afrinaldi, R., Akbar Izzuddin, D., Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P., & Keguruan dan Ilmu, F. (2021). Pengaruh Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Gerak Dasar (Shooting) Pada Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Rengasdengklok. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/JLO>
- Munawar, A. Al, Abady, A. N., & Tarigan, P. (2018). Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Sprint Melalui Gaya Mengajar Resiprokal Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 36 Medan *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*. 6, 1–10. <https://doi.org/10.55081/jsbg.v6i1.464>
- Permendikbud. (2018). Permendikbud RI Nomor 37 tahun 2018. *JDIH Kemendikbud*, 2025, 1–527.
- Prihantoro, A., & Hidayat, F. (2019). Melakukan Penelitian Tindakan Kelas. *Ulumuddin: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 9(1), 49–60. <https://doi.org/10.47200/ulumuddin.v9i1.283>
- Studi, P., Guru, P., Dasar, S., Jasmani, P., Olahraga, D. P., Pendidikan, F., Dan, O., & Indonesia, U. P. (2018). Penerapan gaya mengajar resiprokal dalam berbagai aktivitas permainan terhadap hasil belajar gerak dasar lari siswa.

- Sunaryo. (2018). Upaya Meningkatkan Motivasi dan Keaktifan dalam Pembelajaran Lari Cepat Melalui Bermain pada Siswa Kelas V SDN 1 Ringin Semester II T.A 2016/2017. *Didaktika PGRI*, 4(1), 49–57.
- Warni, H. (n.d.). Gaya Mengajar Inklusi untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Spesifik Servis Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII. <https://doi.org/10.24036/patriot.v%vi%i.870>