

PENERAPAN MODIFIKASI ALAT UNTUK MENINGKATKAN EFEKTIFITAS PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK

Anang Aliansyah dan Athar

**SDN Belandean I Kecamatan Alalak Kabupaten Barito Kuala
e-mail: athar59@gmail.com**

Abstract: Modification Application Tool for Improving the Effectiveness of Learning Styles Long Jump Squat. This study aims to determine the extent to which the use of a modified tool in improving learning outcomes long jump fifth grade students of SDN Belandean I Alalak District of Barito Kuala district. The method used in this study is the method of action research (PTK) is in the form of a reflective research. Observations during the learning process takes place and the data analysis is based on observations made by the supervisor. The subjects of this study were fifth grade I Belandean Elementary School District of Alalak. Where the number of learners in classes V to 20 learners. Based on the analysis of data in two cycles, that by applying a modified approach to learning by modifying tool boxes indicate a more effective learning. This situation is expressed by an increase in the average value of each cycle students in the fifth grade students of SDN Belandean I Alalak District of Barito Kuala district. Showed an increase in the value criteria of completeness Minimal (KKM) that is considered more qualified

Keywords: Modification learning tool, long jump squat style

Abstrak: Penerapan Modifikasi Alat Untuk Meningkatkan Efektifitas Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana penggunaan modifikasi alat dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh peserta didik kelas V SDN Belandean I Kecamatan Alalak Kabupaten Barito Kuala. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK) yaitu penelitian dalam bentuk reflektif. Pengamatan pada waktu proses belajar mengajar berlangsung dan analisis data dilakukan berdasarkan pengamatan oleh supervisor. Subyek penelitian ini adalah kelas V SD Negeri Belandean I Kecamatan Alalak. Dimana jumlah peserta didik yang ada di kelas V sebanyak 20 peserta didik. Berdasarkan hasil analisis data dalam dua siklus, bahwa dengan menerapkan modifikasi memodifikasi alat pendekatan pembelajaran dengan kardus menunjukkan pembelajaran yang lebih efektif. Keadaan ini dinyatakan dengan peningkatan rata-rata nilai peserta didik tiap siklus pada peserta didik kelas V SDN Belandean I Kecamatan Alalak Kabupaten Barito Kuala. Menunjukkan terjadi peningkatan nilai Kreteria Ketuntasan Minimal (KKM) sehingga dianggap lebih berkualitas

Kata Kunci: Modifikasi alat pembelajaran, lompat jauh gaya jongkok.

PENDAHULUAN

Alat dan sarana prasarana dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan salah satu bagian yang strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Dengan kata lain, semakin lengkap dan terpenuhi sarana prasarana dalam sebuah pembelajaran semakin memudahkan guru untuk mencapai tujuan pembelajaran. Begitu sebaliknya, sarana yang tidak lengkap akan menyulitkan guru dalam mencapai tujuan pembelajarannya.

Ini pula yang terjadi pada pembelajaran lompat jauh di SDN Belandean I Kecamatan Alaklak Kabupaten Barito Kuala. Kondisi nyata di sekolah, media box /kotak lompat, kone, kerucut belum pernah ada di sekolah. Jelas dari gambaran tersebut bahwa proses pembelajaran lompat jauh menjadi tidak efektif, dan akibatnya hasil belajar lompat jauh dinilai kurang maksimal. Selain sarana dan sarana yang belum memadai materi yang diajarkanpun kurang menarik, membosankan dan menyulitkan bagi peserta didik. Hal ini disebabkan cara mengajarkan lompat jauh berdasarkan teknik yang sebenarnya tanpa menggunakan modifikasi maupun alat bantu pembelajaran yang dapat menarik perhatian peserta didik. Dari pembelajaran dengan teknik yang sebenarnya ini menjadi peserta didik tidak tertarik, tidak semangat, menjadi malas, merasa takut, dan merasa bosan. Keadaan ini menunjukkan proses pembelajaran yang masih belum melibatkan peran aktif peserta didik dalam pembelajaran, kurangnya kreatifitas dari guru dalam

memodifikasi alat pembelajaran yang membuat peserta didik senang dan merasa nyaman melaksanakan pembelajaran yang diberikan oleh guru. Sehingga kemampuan penguasaan lompat jauh peserta didik belum sesuai harapan, begitu pula dengan nilai ketuntasan hasil belajar masih di bawah nilai kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu 70.

Dari keadaan ini, peneliti dituntut untuk mampu menciptakan kondisi belajar yang baik. Pembelajaran yang diberikan kepada peserta didik harus dapat membangkitkan motivasi belajar peserta didik dengan memberikan bentuk-bentuk pembelajaran yang menyenangkan. Menghadapi hal tersebut di atas, peneliti mencari cara agar dalam pembelajaran lompat jauh mudah dipahami dan dikuasai. Bahwa guru sebagai mediator diharapkan berfungsi sebagai penyeleksi model pembelajaran yang dapat mewujudkan pembelajaran sesuai dengan materi, metode dan evaluasi pembelajaran. Melihat tantangan yang seperti ini maka memodifikasi alat akan sangat membantu memecahkan masalah ini. Peserta didik akan tertantang sekaligus termotivasi karena dengan penggunaan alat yang tepat akan membuat peserta didik mendapatkan hal-hal baru yang menyenangkan, pembelajaran yang dapat menarik perhatian peserta didik. Hal ini akan membuat peserta didik lebih aktif bergerak dalam mengikuti pembelajaran sehingga hasil belajar akan meningkat. Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti dan dari masalah umum yang dihadapi guru Penjasorkes dalam menyampaikan materi khususnya teknik dasar lompat jauh, maka peneliti merasa

tertarik dan yakin untuk melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pada peserta didik kelas IV SD Negeri Belandean I Kecamatan Alalak Kabupaten Barito Kuala dengan judul "Modifikasi Alat Untuk Meningkatkan Efektifitas Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok". Yang tentunya dengan menerapkan pengetahuan mengajar tentang model, pendekatan dan strategi pembelajaran yang didapat selama perkuliahan di JPOK FKIP Unlam.

Diharapkan dengan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang peneliti lakukan dapat memberikan jalan keluar dari masalah yang selama ini dihadapi oleh para guru Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan dalam pembelajaran. Serta mampu memperbaiki proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sehingga mampu mewujudkan tujuan Penjasorkes secara holistik yaitu memberikan bekal pada peserta didik untuk mampu membuat keputusan terbaik tentang aktifitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat sepanjang hayatnya (Lutan, 2002).

METODE

Menurut Kemmis & Carr (dalam Lelono, 2009) rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) yang melalui refleksi diri dan beberapa siklus dengan tujuan memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar dapat meningkat.

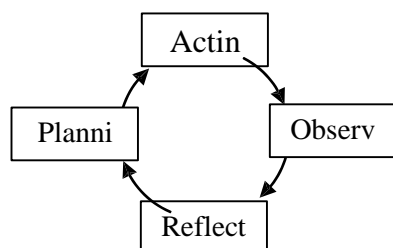
Untuk kelancaran penelitian diperlukan langkah-langkah penelitian yang berhubungan dengan masalah

penelitian. Adapun langkah-langkahnya adalah:

1. Melakukan observasi awal terhadap kegiatan pembelajaran lompat jauh peserta didik SD Negeri Belandean I Kecamatan Alalak.
2. Mengidentifikasi dan merumuskan masalah berdasarkan hasil observasi yang dilakukan terhadap kegiatan pembelajaran peserta didik.
3. Menyusun rencana tindakan (siklus 1) yang dilakukan secara kolaborasi.
4. Memulai penyusunan proposal skripsi dengan bimbingan dari pembimbing.
5. Mengajukan ijin penelitian kepada jurusan dengan rekomendasi dari Dinas Pendidikan
6. Melakukan penelitian, dengan diawali menyusun rencana awal yang didapat dari hasil diagnosis kesulitan belajar keterampilan gerak.
7. Melakukan tindakan pembelajaran lompat jauh yang diobservasi langsung oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang lain.
8. Merefleksi tindakan (pelaksanaan pembelajaran) yang dilakukan oleh guru. Refleksi dilakukan peneliti selaku guru pendidikan jasmani bersama guru lain dan peserta didik dengan cara melakukan tukar pendapat atau berdiskusi tentang adanya kelemahan/kekurangan yang terjadi pada saat tindakan (proses pembelajaran), dilakukan revisi rencana
9. Secara Bekerja sama dilakukan antara peneliti sebagai guru Penjasorkes dan guru lain untuk menyusun rencana selanjutnya sehingga hasil observasi

serta refleksi tidak lagi menunjukkan kelemahan atau kekurangan maka kegiatan penelitian selesai.

Secara garis besar keterangan di atas dapat dilihat pada gambar Model PTK di bawah ini:



Gambar. 1

Siklus model Kurt Lewin terdiri dari empat komponen, yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*).

Subyek penelitian adalah peneliti sendiri sebagai guru Penjasorkes dan peserta didik kelas V SD Negeri Belandean I Kecamatan Alalak. Dimana jumlah peserta didik yang ada di kelas V sebanyak 23 peserta didik dengan rincian 10 peserta didik putra 13 peserta didik putri.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Silabus
2. Rencana pembelajaran lompat jauh
3. Pedoman observasi pembelajaran bagi guru pendidikan jasmani
4. Pedoman observasi dan penilaian pembelajaran lompat jauh bagi peserta didik.

Rancangan tindakan dalam penelitian ini terdiri dari 4 tahap. Adapun tahap-tahap tersebut, antara lain:

1. Perencanaan Tindakan

Rencana tindakan berupa langkah-langkah tindakan secara sistematis dan

rinci. Rencana tindakan meliputi: (a) materi/bahan ajar, (b) metode/teknik mengajar, (c) teknik, instrumen observasi dan evaluasi, (d) kendala yang mungkin timbul pada saat implementasi dan (e) alternatif pemecahannya.

2. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan adalah tahap pengimplementasian tindakan dan mengamati hasilnya. Pada tahap ini pengajar berperan ganda, yaitu sebagai praktisi (pelaksana pembelajaran) dan sekaligus sebagai peneliti (pengamat). Pelaksanaan tindakan mengacu pada silabus/RPP yang telah disiapkan sebelumnya.

3. Pengamatan Tindakan

Kegiatan observasi ini dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan. Pada tahap ini, data-data tentang pelaksanaan tindakan dan rencana yang sudah dibuat serta dampaknya terhadap proses dan hasil pembelajaran dikumpulkan dengan bantuan instrumen pengamatan yang dikembangkan. Kehadiran pengamat pembantu ini menjadikan PTK bersifat kolaboratif.

4. Refleksi Tindakan

Tahap ini meliputi kegiatan: menganalisis, memaknai, menjelaskan dan menyimpulkan data yang diperoleh dari pengamatan (bukti empiris) serta mengaitkannya dengan teori yang digunakan. Hasil refleksi ini dijadikan dasar untuk menyusun perencanaan tindakan siklus selanjutnya.

Pada saat penelitian, peneliti berperan sebagai:

- a. rekan kerja bagi guru penjasorkes yang lain yaitu dengan bekerjasama dalam menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran

b. Fasilitator yaitu memfasilitasi semua kegiatan pembelajaran yang dilakukan peserta didik dengan memberikan sarana pembelajaran.

c. Pelaku tindakan yaitu peneliti sebagai guru pendidikan jasmani yang memberikan tindakan/perlakuan kepada peserta didik dalam pembelajaran.

Pengumpulan data yang digunakan terdiri dari observasi, wawancara, dokumentasi, catatan lapangan.

1. Observasi

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah observasi langsung. Observasi ini dilakukan secara langsung dengan melihat, mengamati sendiri dan mencatat perilaku/kejadian yang sesuai dengan keadaan sebenarnya.

2. Wawancara

Wawancara ini digunakan untuk memenuhi kekurangan/kelebihan proses pembelajaran dan dapat digunakan untuk pedoman melakukan refleksi. Wawancara ini dilakukan sesudah proses pembelajaran.

3. Dokumentasi

Dokumentasi dalam penelitian ini berupa skenario pembelajaran. Daftar nama peserta didik, rubrik penilaian, gambar/ foto saat pelaksanaan pembelajaran. Dokumentasi ini sangat penting digunakan dalam keperluan penelitian sebagai bukti penelitian.

4. Catatan Lapangan

Catatan lapangan merupakan pencatatan pada saat proses pembelajaran berlangsung antara kegiatan guru dan peserta didik yang berkaitan dengan

tindakan yang diberikan. Pencatatan dilakukan dalam format rekaman data.

Analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Analisis data dilakukan dengan mendeskripsikan temuan-temuan yang ada selama proses pembelajaran berlangsung yaitu unjuk kerja dalam:

1. Rencana pembelajaran lompat jauh atau rencana pembelajaran (RPP).
2. Kinerja guru dan peserta didik saat proses pembelajaran.
3. Catatan lapangan.
4. Hasil evaluasi pembelajaran lompat jauh.
5. Mendeskripsikan hasil evaluasi pembelajaran lompat jauh dengan menggunakan rumus milik Sudijono (2001:40). Adapun rumus tersebut adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan: P : persentase

F : frekuensi

N : jumlah responden

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilaksanakan analisis lebih dahulu dilakukan deskripsi data. Dalam deskripsi data disajikan proses pembelajaran dari awal hingga akhir pembelajaran. Peneliti berperan sebagai guru pengajar yang membuat rencana pelaksanaan pembelajaran, dengan menggunakan pendekatan memodifikasi alat bantu yaitu kardus sebagai alat melatih lompatan. Dengan kegiatan yaitu kardus disusun dengan beberapa bentuk, siswa akan melakukan lompatan sebelum melakukan lompat jauh.

Pelaksanaan dilakukan pada kelas V jam pelajaran dimulai dari jam 07.30-09.00 WITA. Rencana pelaksanaan pembelajaran dilaksanakan seperti terdapat pada lampiran, dengan evaluasi pada saat pembelajaran berlangsung dan pada akhir pembelajaran. Apabila hasil evaluasi pada siklus pertama dinyatakan masih banyak perbaikan, maka akan dilanjutkan kesiklus berikutnya, hingga seluruh peserta didik mendapatkan

pengalaman pembelajaran yang menarik, menyenangkan serta mengalami peningkatan kemampuan yang signifikan. Maka sudah dianggap berhasil dan penelitian akan dihentikan. Pengambilan data dalam penelitian ini diambil pada saat sebelum dan ketika proses pembelajaran berlangsung melalui pengamatan supervisor. Berikut disajikan data hasil tugas yang diberikan guru pada peserta didik.

Tabel. 1. Rekapitulasi Nilai Tugas Yang Diberikan Guru Pada Peserta Didik.

No	Nama	Pengamatan Awal	Siklus 1		Rata-Rata
			Pertemuan 1	Pertemuan 2	
1	Muhammad Zaini Z.	77.25	78.25	86.25	81
2	Saniah	66.25	68	75.75	70
3	Simah	68.75	74	83.25	75
4	Tajudin	74.5	75.75	84.25	78
5	Misnah	74.5	68.5	76.5	73
6	Baderi	77.75	74.25	85.5	79
7	Muhammad Husairi	70	68.25	75.5	71
8	Yogi	77.5	76.75	83.75	79
9	Annor	71.5	75.75	83.75	77
10	Arbiyah	67	75.25	86	76
11	Faujiah	67.75	73.25	81.25	74
12	Fatimah	68.25	71	78	72
13	Yulianti Amelia P	67	67.25	76.25	70
14	Karina	73	77	85	78
15	Marni	67.5	76.75	81.75	75
16	Nasir	73.25	72.75	82.5	76
17	Normah	68.25	71	83	74
18	Rana	67.75	70.75	76	72
19	Sapnah	67	75.25	84.25	76
20	Yusnil	71	74.74	81.75	76
	Jumlah	1415.75	1464.49	1630.25	1503.50
	Rata-rata Kelas	70.79	73.22	81.51	75.17
	Nilai Tertinggi	77.75	76.75	86.25	81
	Nilai Terendah	66.25	67.25	75.25	71
	KKM	70			
	Nilai \geq KKM	10	16	20	20
	Persentase Ketuntasan	50%	80%	100%	100%

Dari tabel di atas mengenai tugas gerak yang diberikan pada peserta didik didapat rincian proses dari pelaksanaan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan modifikasi alat pendekatan pembelajaran yaitu:

a. Pengamatan Awal

Dari data pengamatan awal yang didapat dengan jumlah peserta didik 20 orang rata-rata kelas 70,79 nilai ini menunjukkan bahwa pada awal observasi guru menemukan indikasi kesalahan yang terjadi pada proses rangkaian lompat jauh gaya jongkok dan apabila mengacu pada tabel 1 maka nilai 70 termasuk kriteria sedang. Adapun nilai tertinggi yang sudah didapat peserta didik adalah 77,75 dan nilai terendah 66,25 ini menunjukkan bahwa harus diadakan perbaikan pada pertemuan selanjutnya sehingga proses pembelajaran berhasil-

b. Siklus 1 pada pertemuan pertama

Proses pelaksanaan pada pertemuan ini adalah dengan mengaplikasikan prosedur penelitian tindakan kelas yaitu yang dimulai dari;

1. Perencanaan Tindakan

- a. Mengidentifikasi permasalahan dan menyusun rencana tindakan yang akan diambil.
- b. Pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran dengan memfokuskan pada permasalahan yang ada.
- c. Menetapkan metode pengajaran
- d. Mengembangkan rencana pelaksanaan pembelajaran
- e. Mengembangkan format evaluasi
- f. Mengembangkan format observasi

2. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan pada siklus I pertemuan 1 ini dilaksanakan pada 31 Oktober 2013, adapun yang akan dilaksanakan yaitu:

- a. Guru terlebih dahulu meneliti tingkat kesiapan peserta didik, presensi peserta didik serta mengkoordinasikan peserta didik agar pembelajaran dapat berlangsung secara kondusif.
- b. Apersepsi/Menjelaskan tujuan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok, macam-macam gaya lompat jauh, tahapan atau bagian dari lompat jauh gaya jongkok.
- c. Guru memberikan kardus sebagai modifikasi alat pendekatan pembelajaran.
- d. Guru memberikan kesempatan pada peserta didik untuk mencoba gerakan pendekatan dengan kardus.
- e. Guru melaksanakan pembelajaran inti dengan melaksanakan lompat jauh gaya jongkok di bak lompat.
- f. Guru menutup pembelajaran dengan membimbing peserta didik melakukan diskusi secara klasikal untuk menarik kesimpulan dari materi yang disampaikan dan memberi kesempatan untuk peserta didik bertanya.

3. Observasi

Dari hasil observasi siklus I pertemuan pertama, didapatkan bahwa dalam melaksanakan pembelajaran Penjas dengan menggunakan modifikasi alat pada siklus I pertemuan

1, guru menerapkan sesuai dengan rencana proses pembelajaran (RPP) yang telah disiapkan. Sehingga dari hasil observasi didapat beberapa data mengenai tugas gerak yang diberikan guru dan keaktifan peserta didik pada saat proses pembelajaran yaitu berdasarkan tabel di atas didapat nilai rata-rata kelas dari 20 peserta didik 73,23 ini berarti bahwa rata-rata kelas apabila mengacu pada kolom 2 tabel 4.1 mengenai penilaian lompat jauh gaya jongkok mendapatkan kriteria baik, namun apabila dilihat dari prestasi

sebagian besar anak masih banyak yang belum memenuhi angka kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditetapkan yaitu 70 dari 20 peserta didik 16 orang yang berhasil melampaui kriteria ketuntasan minimal dengan pencapaian nilai tertinggi yaitu 76,75 dan nilai terendah 67,25 dengan persentase ketuntasan belajar 80 %. Hasil observasi selanjutnya adalah penilaian keaktifan peserta didik yang dinilai ketika proses pembelajaran berlangsung.

Tabel. 2. Keaktifan Peserta Didik Pada Proses Pembelajaran Siklus I Pertemuan Pertama.

No	Nama	Keaktifan Peserta didik		
		Baik	Cukup	Kurang
1	Muhammad Zaini Z.	√		
2	Saniah		√	√
3	Simah		√	
4	Tajudin	√		
5	Misnah	√		
6	Baderi	√		
7	Muhammad Husairi	√		
8	Yogi	√		
9	Annor	√		
10	Arbiyah		√	
11	Faujiah		√	
12	Fatimah		√	
13	Yulianti Amelia Putri		√	
14	Karina	√		
15	Marni		√	
16	Nasir	√		
17	Normah		√	
18	Rana		√	
19	Sapnah		√	
20	Yusnil	√		
	Jumlah	10	9	1

Berdasarkan tabel. 2. Mengenai keaktifan peserta didik pada siklus I pertemuan pertama didapat hasil proses keaktifan peserta didik pada proses pembelajaran yaitu jumlah peserta didik yang benar-benar serius dalam mengikuti proses pembelajaran ada 10 orang, dan yang cukup ada 9 orang sedangkan yang kurang ada 1 orang, ini menunjukkan bahwa modifikasi berupa alat bantu

berbentuk kotak dari kardus membantu motivasi peserta didik untuk belajar dan aktif dalam pembelajaran dikelas, namun dari hasil pengamatan atau observasi yang dilakukan guru, teman seprofesi dan supervisor perlu ditingkatkan lagi motivasinya pada pertemuan selanjutnya agar peserta didik merasa senang akan inovasi dari pembelajaran lompat jauh.

Tabel. 3. Guru Terlibat Langsung Dalam Proses Belajar

Nama Guru : Anang Aliansyah
 NIM : A1D1 10443
 Waktu : 07.30 – 09.00
 Hari / Tanggal : 31 Oktober 2013

No	Kegiatan	Skor				Keterangan
		K	S	B	BS	
1	Apersepsi			80		
2	Menjelaskan Tujuan				82	
3	Menjelaskan Materi				85	
4	Penggunaan Strategi dan Metode				86	
5	Penggunaan Media dan Sarana				85	
6	Pengelolaan Kegiatan dan Waktu					
	a. Pemanasan				87	
	b. Kegiatan Inti				86	
	c. Penenangan			80		
7	<i>Reward dan Punishment</i>			76		
8	Kemampuan Melakukan Evaluasi				85	
9	Menutup Pelajaran				87	
	Jumlah Skor Perolehan	919				
	Nilai	83.54				

Supervisor,

Dari tabel di atas mengenai aktivitas guru terlibat dalam proses pembelajaran didapat skor perolehan hasil proses cara mengajar guru yang dinilai supervisor yaitu 83.54 dan apabila mengacu pada tabel 2 maka nilai 83.54 termasuk kriteria Baik. Hasil ini harus dipertahankan dan ditingkatkan lagi

segala kekurangannya pada pertemuan selanjutnya.

4. Refleksi

Setelah proses kegiatan belajar mengajar berlangsung peneliti meminta bantuan pada supervisor sebagai pengawas dari proses kegiatan belajar mengajar di SDN Belandean I. Untuk mengintrospeksi

pengajar ketika proses kegiatan belajar mengajar berlangsung adapun saran dan pendapat dari supervisor yaitu:

- a. Gunakan metode yang tepat ketika melakukan pembelajaran dan harus disesuaikan dengan karakter peserta didik.
- b. Serius dan usahakan materi konsisten dengan tujuan yang akan dicapai.
- c. Eksplorasi modifikasi alatnya.
- d. Tidak ada memotivasi peserta didik dan guru terlalu cepat menjelaskan.

Peneliti menerima apa yang menjadi kekurangan dan akan berusaha untuk memperbaikinya sebagai modal ketika proses kegiatan belajar mengejar selanjutnya akan berlangsung pada pertemuan II yaitu:

c. Siklus I pertemuan kedua

Setelah diadakan refleksi pada siklus pertama peneliti mengintropeksi diri dengan berusaha membenahi segala kekurangan yang terdapat pada siklus I pertemuan pertama dan dengan menerima saran yang diberikan oleh teman seprofesi maupun supervisor. Adapun langkah langkah yang diambil oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Perencanaan Tindakan

- a. Mengidentifikasi permasalahan dan menyusun rencana tindakan yang akan diambil.
- b. Pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran dengan memfokuskan pada permasalahan yang ada.
- c. Menetapkan metode pengajaran
- d. Mengembangkan rencana pelaksanaan pembelajaran
- e. Mengembangkan format evaluasi
- f. Mengembangkan format observasi

2. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan pada siklus II ini dilaksanakan pada 07 November 2013, adapun yang akan dilaksanakan yaitu :

- a. Guru terlebih dahulu meneliti tingkat kesiapan peserta didik, mengecek absensi peserta didik serta mengkondisikan peserta didik agar pembelajaran dapat berlangsung secara kondusif.
- b. Setiap peserta didik mendapat pengarahannya mengenai teknik-teknik lompat jauh gaya jongkok
- c. Guru mencontohkan modifikasi alat bantu dengan modifikasi atau kardus dengan metode yang berbeda dari siklus I pertemuan pertama.
- d. Guru memberikan waktu pada peserta didik untuk mencoba satu persatu sampai bisa.
- e. Guru mencontohkan tahapan-tahapan lompat jauh gaya jongkok dengan mempraktikannya.
- f. Siswa mencoba gerakan yang dicontohkan oleh guru.
- g. Guru menjelaskan gerakan gabungan dan melakukan lompat jauh gaya jongkok dengan benar.
- h. Guru menutup pembelajaran dengan membimbing peserta didik melakukan diskusi secara klasikal untuk menarik kesimpulan dari materi yang disampaikan dan memberi kesempatan untuk peserta didik bertanya

3. Observasi

Dari hasil observasi siklus I pertemuan pertama, didapatkan bahwa dalam melaksanakan pembelajaran Penjas dengan menggunakan modifikasi alat pada siklus I pertemuan pertama, guru menerapkan sesuai dengan rencana proses pembelajaran (RPP) yang telah disiapkan dan berusaha untuk mengaplikasikan sumbang saran dari supervisor sebagai hasil refleksi untuk siklus I pertemuan pertama. Sehingga didapat hasil observasi berupa penguasaan tugas gerak anak dan keaktifan peserta didik pada siklus I pertemuan kedua yaitu :

Dari tabel 3 mengenai penguasaan tugas gerak yang diberikan guru pada anak adalah sebagai berikut rata-rata kelas dari 20 peserta didik yang mengikuti proses pembelajaran 81,51 ini berarti pembelajaran telah berhasil

dengan mengacu pada tabel 2 dengan kreteria Baik Sekali, adapun hasil dari penilaian mengenai pencapaian angka kreteria ketuntasan minimal (KKM) sudah mencapai 100 % dengan nilai tertinggi yang didapat adalah 86,25 dan yang paling terendah adalah 75,25 ini membuktikan bahwa dengan modifikasi alat bantu berupa kardus pada materi lompat jauh dinyatakan berhasil.

Hasil observasi selanjutnya adalah penilaian keaktifan peserta didik yang dinilai ketika proses pembelajaran berlangsung ini berfungsi sebagai alat untuk mengetahui tingkat keaktifan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dengan modifikasi alat bantu pendekatan berupa kardus. Adapun tabel 4.4. mengenai keaktifan peserta didik sebagai berikut

Tabel. 4. Keaktifan Peserta didik Pada Proses Pembelajaran Siklus I Pertemua Kedua.

No	Nama	Keaktifan Peserta didik		
		Baik	Cukup	Kurang
1	Muhammad Zaini Z.	√		
2	Saniah		√	
3	Simah	√		
4	Tajudin	√		
5	Misnah	√		
6	Baderi	√		
7	Muhammad Husairi		√	
8	Yogi	√		
9	Annor	√		
10	Arbiyah	√		
11	Faujiah	√		
12	Fatimah	√		
13	Yulianti Amelia Putri		√	
14	Karina	√		
15	Marni	√		
16	Nasir	√		
17	Normah	√		
18	Rana		√	
19	Sapnah	√		
20	Yusnil	√		
	Jumlah	16	4	

Berdasarkan tabel di atas mengenai keaktifan peserta didik pada siklus I pertemuan kedua didapat hasil proses keaktifan peserta didik pada proses pembelajaran yaitu jumlah peserta didik yang benar-benar serius dalam mengikuti proses pembelajaran ada 16 orang, dan

yang cukup ada 4 orang sedangkan yang kurang tidak ada, ini menunjukkan bahwa modifikasi berupa alat bantu pembelajaran lompat jauh berupa kardus membantu meningkatkan motivasi peserta didik untuk belajar dan aktif dalam pembelajaran di kelas.

Tabel . 5. Guru Terlibat Langsung Dalam Proses Belajar

Nama Guru : Anang Aliansyah
 NIM : A1D1 10443
 Waktu : 07.30 – 09.00
 Hari / Tanggal : 07 November 2013

No	Kegiatan	Skor				Keterangan
		K	S	B	BS	
1	Apersepsi			8	87	
2	Menjelaskan Tujuan			7,5	88	
3	Menjelaskan Materi			8	87	
4	Penggunaan Strategi dan Metode			8	87	
5	Penggunaan Media dan Sarana			8	90	
6	Pengelolaan Kegiatan dan Waktu					
	a. Pemanasan			80	88	
	b. Kegiatan Inti			8,5	89	
	c. Penenangan			8	87	
7	<i>Reward dan Punishment</i>			7,5	86	
8	Kemampuan Melakukan Evaluasi			8	90	
9	Menutup Pelajaran			8	86	
	Jumlah Skor Perolehan	965				
	Nilai	87.72				

Dari di atas mengenai aktivitas guru terlibat dalam proses pembelajaran didapat skor perolehan hasil proses cara mengajar guru yang dinilai supervisor yaitu 87.72 dan apabila mengacu pada tabel 2 maka nilai 87.72 termasuk kriteria Sangat Baik. Hasil ini harus dipertahankan dan ditingkatkan lagi segala kekurangannya pada pertemuan selanjutnya.

4. Refleksi

Setelah proses kegiatan belajar mengajar berlangsung peneliti kembali

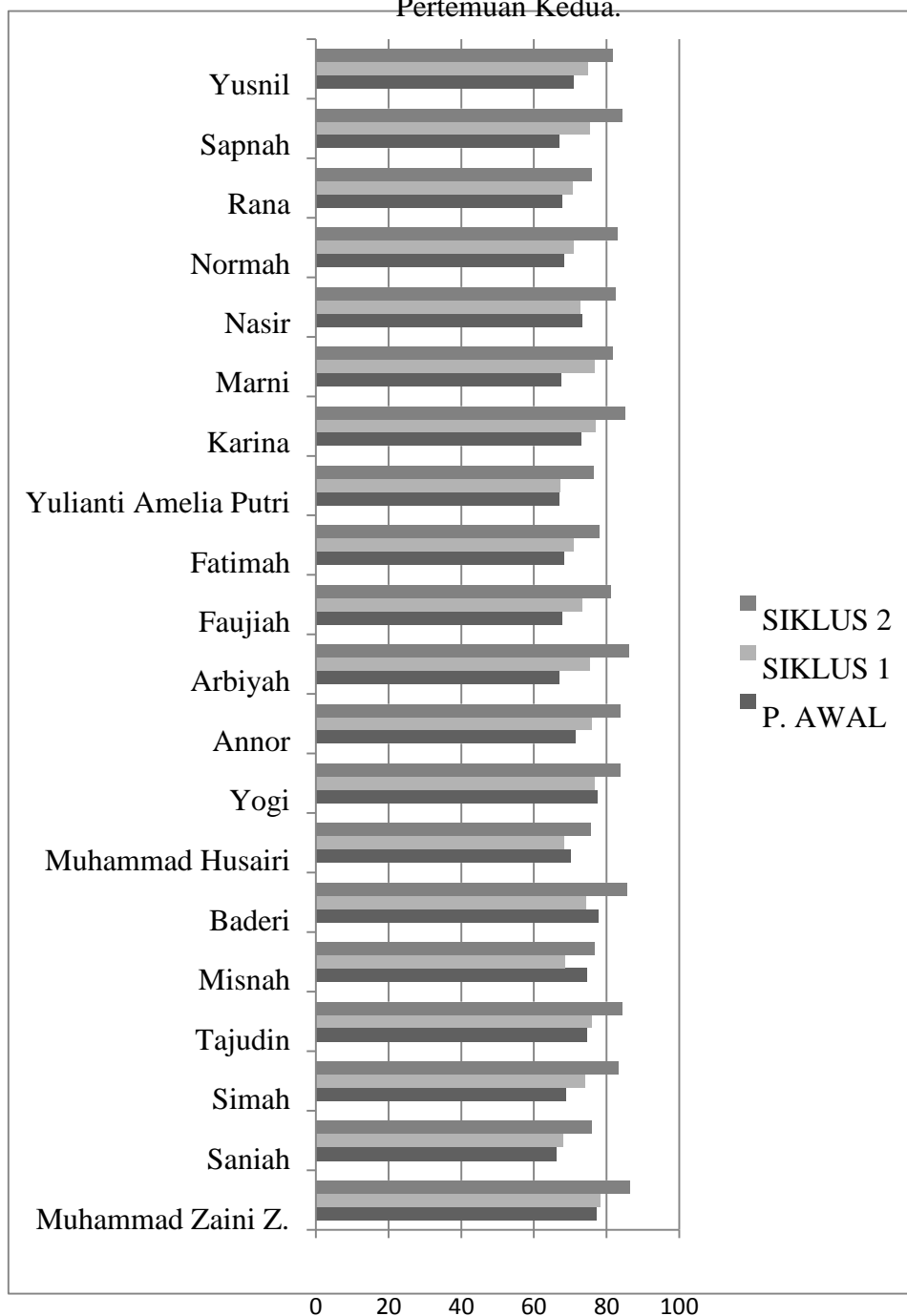
Supervisor,

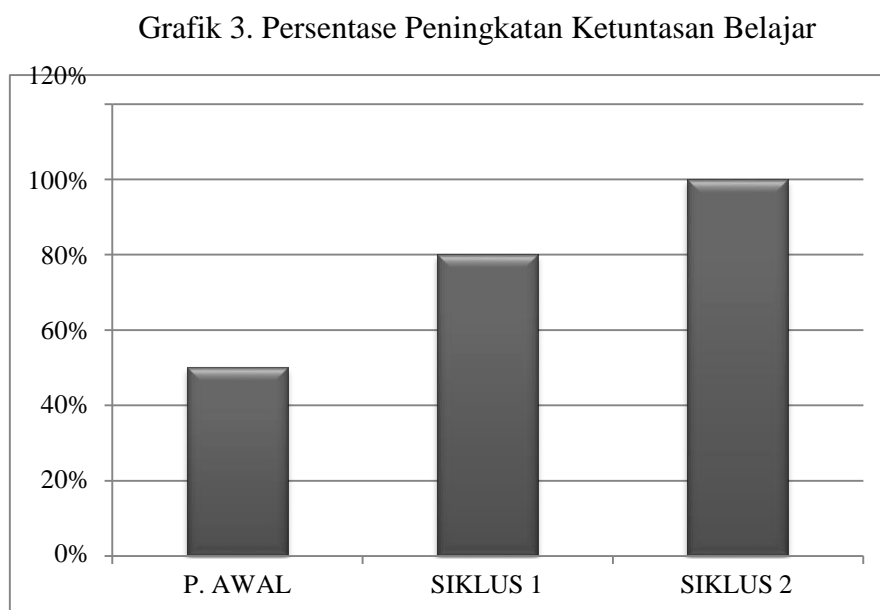
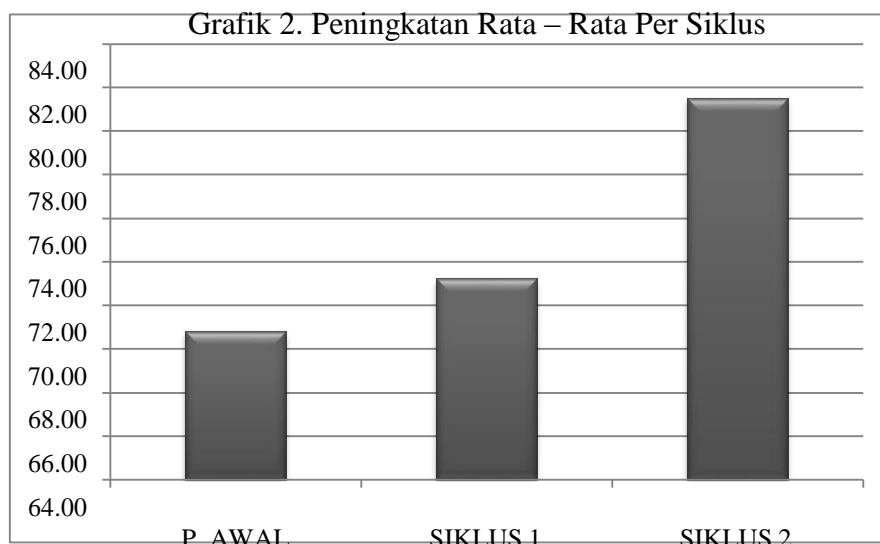
instrospeksi diri dari hasil pembelajaran yang sudah dilaksanakan sebagai bahan untuk kemajuan peneliti selanjutnya, adapun hasil dari instrospeksi diri setelah pembelajaran berlangsung yang dinilai oleh supervisor sebagai berikut:

- Pemberian materi lompat jauh harus mempertimbangkan aspek keselamatan peserta didik.
- Walaupun hasil belajar peserta didik sudah meningkat guru harus peka terhadap keberlangsungan

pembelajaran yang lebih menarik termotivasi mengikuti pembelajaran.
sehingga peserta didik merasa

Grafik. 1 Penilaian Pengamatan awal, Siklus I Pertemuan Pertama dan Siklus I Pertemuan Kedua.





Pada pengamatan awal melakukan gerakan lompat jauh saat peneliti melakukan observasi sebelum diberikan penjelasan dan bagaimana cara melakukan teknik lompat jauh gaya jongkok yang benar diperoleh nilai rata-rata seluruh peserta didik sebesar 70,79 yang merupakan kategori B (baik), dari Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) dipatok 70 ini artinya ketuntasan peserta Dilihat dari permasalahan peserta didik mengenai kurangnya pemahaman dan penguasaan lompat jauh gaya jongkok,

didik dalam proses kegiatan belajar mengajar sudah tapi masih ada beberapa peserta didik yang belum tuntas hal ini disebabkan karena ada beberapa peserta didik belum mengerti dan kurangnya pengetahuan tentang teknik yang benar hal ini dilihat dari beberapa peserta didik yang nilainya masih ada yang dibawah KKM yaitu berjumlah 50 % dari seluruh peserta didik.

peneliti atau guru melakukan rentetan pengajaran yang mengarah pada materi dasar lompat jauh gaya jongkok dengan

memodifikasi alat pendekatan berupa kardus. Setelah dilaksanakan proses kegiatan belajar mengajar pada peserta didik dengan pemberian modifikasi alat ternyata didapatkan hasil berupa data mengenai keberhasilan peserta didik yaitu dari 20 peserta didik kelas V nilai rata-rata 73.22 sedangkan nilai yang melebihi dari KKM SDN Belandean 1 ada 16 peserta didik atau sekitar 80 % peserta didik sudah memenuhi kriteria ketuntasan minimal dengan nilai 70, dibandingkan dengan pengamatan awal dengan siklus I pertemuan pertama ternyata dengan modifikasi alat pendekatan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok dapat meningkatkan kemampuan peserta didik SDN Belandean 1.

Dengan tetap menggunakan modifikasi alat pendekatan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok berupa kardus setiap peserta didik menjadi terbiasa melakukan teknik lompat jauh gaya jongkok dengan baik dan benar karena peserta didik merasakan gerakannya sendiri sehingga angka kesalahan dapat ditekan ini dapat dibuktikan dari hasil penelitian dan data yang diperoleh dilapangan menunjukkan bahwa pada Siklus I pertemuan kedua ternyata rata-rata kelas didapat 81.51 dari data tersebut ternyata dari 20 peserta didik sudah berhasil mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal (KKM) berjumlah 20 peserta didik atau 100% dinyatakan tuntas belajar.

Dengan memodifikasi alat pendekatan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok berupa kardus ternyata dapat meningkatkan kemampuan peserta didik ini dikarenakan setiap peserta didik

mendapatkan kesempatan yang lebih besar untuk melakukan rangkaian lompat jauh gaya jongkok. Lutan (2002:12) menjelaskan bahwa pembelajaran Penjasorkes yang berkualitas harus mencerminkan istilah JWAB (jumlah waktu aktif bergerak/berlatih) dari peserta didiknya. Maksud dari penjelasan di atas bisa diartikan bahwa dengan guru selalu mempersiapkan menyusun rencana pembelajaran yang matang, diaplikasikan dalam pelaksanaan pembelajaran yang selalu dipandu oleh guru serta guru selalu memfasilitasi kesulitan belajar peserta didik maka pembelajaran itu akan bisa mencapai tujuan pembelajaran dengan baik.

Modifikasi alat bantu berupa kardus untuk peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok ini merupakan bentuk inovasi dan kreatifitas guru penjasorkes untuk mewujudkan tujuan pembelajaran. Dengan adanya modifikasi dan control pelaksanaan saat mengajar dengan baik, maka peserta didik akan lebih mampu dan menyukai gerak dan peserta didik akan lebih bersemangat dan merasa senang dalam pembelajaran. Kalau peserta didik dalam pembelajaran sudah merasa nyaman senang dan tenang dalam pembelajaran, maka bisa dikatakan bahwa modifikasi yang dirancang oleh guru dinyatakan berhasil. Inilah manfaat dari modifikasi pembelajaran berupa kardus untuk pembelajaran lompat jauh gaya jongkok. Modifikasi dalam penelitian ini dinyatakan berhasil dan membantu peserta didik dalam mewujudkan tujuan pembelajaran Penjasorkes khususnya pada materi lompat jauh gaya jongkok.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan dalam satu siklus yang terbagi dalam dua pertemuan, pembelajaran dengan memodifikasi alat pendekatan pembelajaran dengan kardus peserta didik kelas V SDN Belandean I Kecamatan Alalak Kabupaten Barito Kuala menunjukkan terjadi peningkatan nilai kriteria ketuntasan minimal (KKM) sehingga dianggap lebih berkualitas. Peningkatan ini dikarenakan proses pembelajaran menggunakan media yang tepat sehingga peserta didik menjadi senang dan tidak merasa takut mengikuti pembelajaran.

Media pembelajaran yang dimodifikasi mudah didapat walau dalam jumlah yang banyak karena media yang digunakan kategori barang bekas. Dengan ketersediaan alat yang banyak maka proses pelibatan peserta didik ketika mendapatkan giliran atau kesempatan melakukan pembelajaran lompat jauh gaya jongkok juga semakin besar.

DAFTAR PUSTAKA

Cholik M. Toho, (1997). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Dirjen Dikti Pendidikan dan Kebudayaan.

Depdiknas, (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*: Departemen Pendidikan Nasional.

Djoko Lelono, (2007). *Penelitian Tindakan Kelas*. Banjarbaru JPOK FKIP UNLAM.

Djoko Lelono, (2009). *Pedoman penulisan skripsi*. Banjarbaru JPOK FKIP UNLAM.

<http://www.google.com/imgres>, diakses 16 April 2013 jam 20.00 Wita.

Lutan, Rusli, 2002. *Pendidikan Kebugaran Jasmani Orientasi Pembinaan Di Sepanjang Hayat*. Jakarta: Depdiknas.

Rusli Lutan, (2001). *Mengajar Pendidikan Jasmani, Pendekatan Pendidikan Gerak Di Sekolah Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Sudijono, A. 2001. *Pengantar Statistik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

<http://www.ejournal.um.ac.id>.

Anggriawan, Yusep, 2011. *Upaya Meningkatkan Pembelajaran Tolak Peluru Dengan Media Bola Tenis Pada Siswa Kelas V SDN 1 Jabalsari Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung*. Malang: Skripsi Tidak Diterbitkan Universitas Negeri Malang.

Dasna, W. & Fatchan. A. 2007. *Penelitian Tindakan Kelas dan Karya Ilmiah*. Malang: Pusat Penelitian Pendidikan, Lembaga Penelitian Universitas Negeri Malang.

Sudijono, A. 2001. *Pengantar Statistik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

