



MENINGKATKAN KUALITAS MANAJEMEN PENGELOLAAN OLAHRAGA ATLETIK NOMOR LARI, LOMPAT DAN LEMPAR DI SMP NEGERI 3 INGIN JAYA KABUPATEN ACEH BESAR

Azhari

SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar

Email: Azhari.azhari1965@gmail.com

Abstrak

Kajian ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas model manajemen pengelolaan pelatihan klub olahraga Atletik khususnya nomor lari, lompat dan lempar di SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar, dan secara khusus bertujuan untuk menilai sejauhmana menganalisis kapabilitas model pengelolaan klub olahraga Atletik yang ada di SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar, dalam kajian penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar. Metode yang digunakan adalah metode penelitian analisis kualitatif, dimana hanya menilai, melihat kelayakan perkembangan manajemen pengelolaan klub olahraga Atletik. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa: 1) meningkatkan kapabilitas, mempermudah dalam pengelolaan/ kepengurusan olahraga atletik khususnya nomor lari, lompat dan lempar di SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar, 2) membuat suatu rancangan evaluasi manajemen pengelolaan pelatihan klub olahraga Atletik khususnya nomor lari, lompat dan lempar di SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar, 3) membuat program latihan bulanan, mingguan, dan harian, 4) menerapkan aturan agar lebih disiplin, terarah dan termotivasi dalam berlatih, 5) dapat mengorganisasikan dengan baik tentang penjadwalan, penentuan tempat latihan terutama klub olahraga atletik di SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar. Hasil penelitian dan pembahasannya menunjukkan bahwa proses pengelolaan dan hasil pengelolaan olahraga Atletik Aceh yang ada didaerah masih tergolong rendah, hal ini dikarenakan proses manajemen, pengelolaan, proses perekrutan dan pembiayaan masih juga tergolong kurang/ masih dalam tahapan pembenahan menuju kearah yang lebih maju rata - rata mencapai 75%.

Kata Kunci: Analisis, Kualitas, Model Manajemen, Binaan, dan Atletik.

Abstract

This study aims to improve the quality of the management model for the management of athletic sports clubs, especially the running, jumping and throwing numbers at SMP Negeri 3 Want Jaya, Aceh Besar District, and specifically aims to assess the extent of analyzing the capabilities of the management models of Athletic sports clubs in SMP Negeri 3 Wish Jaya District of Aceh Besar, in the study of this study carried out at SMP Negeri 3 Want Jaya District of Aceh Besar. The method used is a qualitative analysis research method, which only assesses, looks at the feasibility of developing the management of the Athletics sports club. The results obtained showed that: 1) improving capabilities, facilitating the management / management of athletic sports, especially running, jumping and throwing numbers at SMP Negeri 3 Want Jaya, Aceh Besar District, 2)



making an evaluation design of management management training for Athletic sports clubs especially numbers running, jumping and throwing at SMP Negeri 3 Want Jaya, Aceh Besar District, 3) making monthly, weekly and daily training programs, 4) applying rules to be more disciplined, directed and motivated in training, 5) can organize well about scheduling, determining the training ground, especially the athletic sports club in SMP Negeri 3 Want Jaya, Aceh Besar Regency The results of the research and discussion indicate that the process of managing and managing the results of Aceh Athletics Athletes in the region is still relatively low, this is because the management, management, recruitment and financing processes are still classified as lacking / still in the stage of improvement towards a more advanced direction - averaged 75%.

Keyword: Analysis, Quality, Management Models, Fostered, and Athletics.

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Pelatih dan pembina harus jeli dalam mengelola serta mengembangkan sebuah klub yang akan diarahkan kepada peningkatan prestasi. Berbagai pusat pelatihan pembinaan harus dilakukan agar mendapat kualitas klub yang baik. Oleh karena itu, pembinaan dan pelatihan klub harus dikelola dengan sistem manajemen yang efektif sesuai dengan fungsi-fungsi manajemen secara umum.

Untuk kelancaran proses pelatihan yang dijalankan, seorang pelatih dituntut harus memiliki struktur manajemen yang baik, sehingga setiap kerja/kegiatan yang dilakukan bisa berjalan semestinya. Peranan dari sebuah manajemen pelatih sangatlah penting dalam melaksanakan setiap kegiatan pelatihan, sehingga mencapai prestasi yang lebih tinggi. Prestasi pada cabang olahraga atletik apabila pelatih dalam menjalankan pelatihannya bisa mengelola dan membinanya dengan baik. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Harsuki (2002: 315) bahwa:

Faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi salah satu diantaranya adalah faktor yang

berhubungan dengan pengelolaan (proses latihan) oleh pelatih di samping faktor-faktor lain seperti faktor pengorganisasian pertandingan, profil tentang keadaan atlet serta faktor gizi, dana, sarana prasarana (sarpras) dan motivasi dari orang lain.

Oleh sebab itu, pengetahuan secara garis besar saja tidak cukup untuk mencapai suatu tingkatan prestasi yang lebih tinggi. Prestasi seorang atlet maupun tim hanya tercapai apabila pelatih benar-benar menguasai segala seluk-beluk kepelatihannya. Seperti yang dikemukakan oleh Harsono (1988: 12) bahwa "tinggi rendahnya prestasi atlet sangat tergantung pada tinggi rendahnya pengetahuan dan keterampilan pelatihnya". Dengan demikian pelatih akan mampu mengelola seluruh proses pelatihannya sehingga prestasi yang diharapkan akan tercapai secara maksimal.

Cabang olahraga atletik merupakan cabang olahraga yang paling banyak digemari masyarakat, baik dalam maupun luar negeri. Dewasa ini cabang olahraga sepakbola bukan hanya sekadar cabang olahraga yang berusaha mencapai prestasi, tetapi sepakbola pada zaman sekarang dijadikan cabang bergengsi,



martabat dan bahkan ajang bisnis perusahaan-perusahaan dan usahawan.

Cabang olahraga Atletik Binaan Dispora Propinsi Aceh ini telah banyak sekali menuai prestasi baik di tingkat Daerah, Wilayah, maupun Nasional, akan tetapi belakangan ini cabang olahraga atletik tersebut sudah jarang terdengar meraih juara ditingkat Nasional, mereka hanya mampu mempertahankan di tingkat daerah dan wilayah, kenapa itu bisa terjadi? Apa yang salah dengan cabang olahraga Olahraga Atletik tersebut? maka untuk menjawab tantangan tersebut. Pada kesempatan ini, peneliti tertarik untuk melakukan riset tentang manajemen pengelolaan khususnya pengelolaan pelatihan terhadap Klub Olahraga Atletik Binaan Dispora Propinsi Aceh.

METODE

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar, selain itu salah satu tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperbaiki dan meningkatkan proses pembelajaran terutama mata pelajaran Ilmu Pendidikan Jasmani materi gerak dan lagu siswa kelas VIII-1 SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar, Tahun Ajaran 2019/2020, khususnya pada kompetensi dasar mendeskripsikan tentang meningkatkan kemampuan motoric halus siswa.

Waktu dan Lama Penelitian

Penelitian dilaksanakan selama 3 bulan, terhitung mulai bulan Desember-Februari 2020.

Subyek Penelitian

Berdasarkan hasil kajian dalam penelitian yaitu dilaksanakan pada siswa kelas VIII-1 SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar, Tahun Ajaran 2019/2020 tentang meningkatkan kemampuan motoric halus siswa maka yang menjadi subyek penelitiannya adalah siswa kelas VIII-1 tahun pelajaran 2019/2020 yang berjumlah 32 orang siswa.

Sumber Data

Sumber data dalam penelitian tindakan ini adalah siswa, sebagai subyek penelitian. Data yang dikumpulkan dari siswa meliputi data hasil observasi, tes tertulis dan guru kolaborator. Tes tertulis dilaksanakan pada setiap akhir pelaksanaan siklus yang terdiri atas materi berbagai materi tentang meningkatkan kemampuan motorik halus bagi siswa kelas VIII-1 SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar, Tahun Ajaran 2019/2020. Selain siswa sebagai sumber data, penulis juga menggunakan teman sejawat yakni sesama guru kelas yang dijadikan sebagai sumber data.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini pengumpulan data menggunakan teknik tes dan non tes.

2. Instrumen Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data dalam penelitian tindakan ini meliputi:

1. Tes tertulis, terdiri atas 5 butir soal.
2. Non tes, meliputi lembar observasi dan dokumen.

Validasi Data

1. Validasi Hasil Belajar



Validasi hasil belajar dikenakan pada instrumen penelitian yang berupa tes. Validasi ini meliputi validasi teoretis dan validasi empiris. Validasi teoretis artinya mengadakan analisis instrumen yang terdiri atas *face validity* (tampilan tes), *content validity* (validitas isi).

Validitas empiris artinya analisis terhadap butir-butir tes, yang dimulai dari pembuatan kisi-kisi soal, penulisan butir-butir soal, kunci jawaban dan kriteria pemberian skor.

2. Validasi Proses Pembelajaran

Triangulasi metode dilakukan dengan penggunaan metode dokumentasi selain metode observasi. Metode dokumentasi digunakan untuk memperoleh data pendukung yang diperlukan dalam pelaksanaan proses pembelajaran metode demonstrasi.

Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif, yang meliputi:

1. Analisis deskriptif komparatif hasil belajar dengan cara membandingkan hasil belajar pada siklus I dengan siklus II dan membandingkan hasil belajar dengan indikator pada siklus I dan siklus II.

Adapun analisa hasil dengan menggunakan persentase perumusan berikut ini:

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (%)

F = Frekuensi jawaban siswa

n = Jumlah siswa

Kriteria penilaian hasil belajar siswa dalam proses pembelajaran adalah 65.

Tabel 2. Kriteria Ketuntasan Hasil Belajar Siswa

| No | Nilai | Kategori penilaian | Keterangan |
|----|----------|--------------------|------------|
| 1. | 85 - 100 | Sangat | Tuntas |

| | | baik | |
|----|---------|---------------|--------------|
| 2. | 75 - 84 | Baik | Tuntas |
| 3. | 65 - 74 | Cukup | Tuntas |
| 4. | 55 - 64 | Kurang | Tidak tuntas |
| 5. | < 54 | Sangat kurang | Tidak Tuntas |

1. Analisis deskriptif kualitatif dalam penelitian tindakan ini dalah dari hasil observasi dengan cara membandingkan hasil observasi dan refleksi pada siklus I dan siklus II.

Indikator Kinerja

Indikator keberhasilan penelitian ini adalah terjadinya peningkatan nilai rata-rata hanya sebesar 5%.

Prosedur Penelitian Tindakan

Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan kelas (*the classroom action research*) yang ditandai dengan adanya siklus, adapun dalam penelitian ini terdiri atas 2 siklus. Setiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi.

Siklus I

Perencanaan (*planning*), terdiri atas kegiatan:

- 1) Penyusunan rencana dan perangkat pelaksanaan pembelajaran (RPP);
- 2) Penyiapan skenario pembelajaran.

B. Pelaksanaan (*acting*), terdiri atas kegiatan;

- 1) Pelaksanaan program pembelajaran sesuai dengan jadwal,
- 2) Proses pembelajaran dengan menerapkan pembelajaran metode kooperatif *type jigsaw* pada kompetensi dasar mengenai sistem eksresi manusia serta korelasinya dengan kesehatan manusia.

C. Pengamatan (*observing*), yaitu mengamati proses pembelajaran dan



menilai hasil tes serta hasil praktek sehingga diketahui hasilnya,

- D. Refleksi (*reflecting*), yaitu menyimpulkan pelaksanaan hasil tindakan pada siklus I sebagai refleksi siklus II.

Siklus II

1. Perencanaan (*planning*), terdiri atas kegiatan:
 - a. Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP);
 - b. Menyiapkan skenario pembelajaran.
2. Pelaksanaan (*acting*), terdiri atas kegiatan;
 - a. Pelaksanaan program pembelajaran dilaksanakan sesuai dengan jadwal,
 - b. Proses pembelajaran dengan menerapkan pembelajaran dengan menggunakan metode kooperatif type jigsaw kompetensi dasar mendeskripsikan mengenai sistem eksresi manusia serta korelasinya dengan kesehatan manusia.
 - c. Siswa menerapkan strategi pembelajaran dengan menggunakan metode kooperatif type jigsaw, kemudian di ikuti kegiatan kuis
 - d. Mengadakan observasi tentang pelaksanaan proses pembelajaran,
 - e. Mengadakan tes tertulis,
 - f. penilaian hasil tes tertulis.
3. Pengamatan (*observing*), yaitu mengamati proses pembelajaran dan menilai hasil tes serta hasil praktek sehingga diketahui hasilnya,
4. Refleksi (*reflecting*), yaitu menyimpulkan pelaksanaan hasil tindakan yang telah diterapkan pada siklus II.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilaksanakannya suatu model pembelajaran dengan menggunakan metode analisis, suasana pembelajaran selama ini cenderung tidak efektif (kaku dan monoton), artinya para siswa tidak begitu aktif, kreatif dalam menerima penjelasan dari guru yang sedang mengajar.

Hal ini justru berdampak pada kurang bergairahnya siswa dalam melaksanakan dan menerima sejumlah pembelajaran dan berakibat pada rendahnya nilai hasil belajar siswa seperti yang terlihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3 Rekap Hasil Test Siswa Pra-Siklus

| No | Hasil (Angka) | Hasil (Huruf) | Arti Lambang | Jumlah Siswa | Perse n % |
|----|---------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| 1. | 85-100 | A | Sangat baik | - | - |
| 2. | 75-84 | B | Baik | - | - |
| 3. | 65-74 | C | Cukup | 11 | 42,30 % |
| 4. | 55-64 | D | Kurang | 12 | 46,15 % |
| 5. | <54 | E | Sangat Kurang | 3 | 11,53 % |
| | | | Jumlah | 26 | 100% |

Sumber: Tabulasi data bulan Januari 2020

Deskripsi Hasil Siklus I

Perencanaan Tindakan

Perencanaan (*planning*), terdiri atas kegiatan:

- a. **Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP);**

Materi yang dipilih dalam penelitian ini adalah mengenai sistem



eksresi manusia serta korelasinya dengan kesehatan manusia dengan kompetensi mampu menjelaskan tentang sistem eksresi manusia. Berdasarkan materi yang dipilih tersebut, kemudian disusun kedalam rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Masing-masing RPP diberikan kesempatan dengan ketentuan alokasi waktu sebanyak 3 x 40 menit (2 x pertemuan), artinya setiap RPP disampaikan dalam 1 kali tatap muka. Dengan demikian, selama pelaksanaan siklus I terjadi 2 kali tatap muka (Silabus dan RPP dilampirkan).

b. Penyiapan Skenario Pembelajaran

Penentuan metode pendekatan kontekstual sebanyak 4 siswa yang terpilih dan pembentukan kelompok-kelompok kecil sebanyak 4 kelompok yang terdiri dari 4 siswa dengan memperhatikan *heterogenitas* baik kemampuan dan gender.

1. Pelaksanaan (*acting*), Terdiri atas Kegiatan;

- 1) Pelaksanaan program pembelajaran sesuai dengan jadwal,
- 2) Proses pembelajaran dengan menerapkan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan metode kooperatif *type jigsaw* pada kompetensi dasar mengenai sistem eksresi manusia serta korelasinya dengan kesehatan manusia.
- 3) Secara klasikal menjelaskan strategi dalam pembelajaran dengan menggunakan pendekatan kooperatif *type jigsaw* pada kompetensi dasar mengenai sistem eksresi manusia serta korelasinya dengan kesehatan manusia yang dilengkapi lembar kerja siswa (LKS),
- 4) Memodelkan strategi dan langkah-langkah model pembelajaran dengan menggunakan pendekatan metode kooperatif *type jigsaw*

pada kompetensi dasar mengenai sistem eksresi manusia serta korelasinya dengan kesehatan manusia,

5) Mengadakan observasi

a. Observasi Proses Pembelajaran

Observasi dilaksanakan pada keseluruhan kegiatan tatap muka, dalam hal ini observasi dilakukan oleh 2 (dua) observer yaitu guru bidang studi dan guru kelas (teman sejawat) yang dilaksanakan di SMP Negeri 3 Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar.

Observasi dilaksanakan untuk mengetahui secara detail mengenai keaktifan, kerjasama, kecepatan dan ketepatan siswa dalam memahami materi tentang konsep kelistrikan dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Hasil observasi digunakan sebagai bahan kajian, refleksi dan untuk merencanakan rencana tindakan pada siklus II.

a. Observasi Hasil Pembelajaran

- 1) Mengadakan tes tertulis,
- 2) Penilaian hasil tes tertulis.

b. Pengamatan (*Observing*)

Tabel 5 seperti yang terpampang dibawah ini akan menunjukkan perolehan nilai hasil test siklus I yaitu sebanyak 5 siswa (19,23%) mendapatkan nilai A (sangat baik), dan sebanyak 4 siswa (15,38%) yang mendapat nilai B (baik), dan sebanyak 17 siswa (46,15%) yang mendapat nilai C (cukup), dan sebanyak 5 siswa (18,23%) mendapat nilai D (kurang) dan tidak ada siswa yang mendapat nilai E (sangat kurang).

Tabel 6 Hasil Rekap Nilai Tes Siklus I

| No | Hasil (Angka) | Hasil (Huruf) | Arti Lambang | Jumlah Siswa | Persentase % |
|----|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | | | |



| | | | | | |
|---------------|--------|---|---------------|-----------|----------------|
| 1. | 85-100 | A | Sangat baik | 5 | 19,23 % |
| 2. | 75-84 | B | Baik | 4 | 15,38 % |
| 3. | 65-74 | C | Cukup | 12 | 46,15 % |
| 4. | 55-64 | D | Kurang | 5 | 18,23 % |
| 5. | <54 | E | Sangat Kurang | - | - |
| Jumlah | | | | 32 | 99,99 % |

Sumber : Tabulasi data bulan per Januari 2020

Refleksi

Nilai rata-rata kelas meningkat dari 6,23 kemudian menjadi 7,03. Komparasi hasil nilai tes pra-siklus dan siklus I dapat di lihat dari tabel 9 dibawah ini (tabel terlampir).

Deskripsi Hasil Siklus II

Berdasarkan hasil refleksi pada pelaksanaan siklus I, maka memasuki tahap pelaksanaan tindakan pada siklus II dapat di deskripsikan tindakan adalah sebagai berikut.

1. Perencanaan Tindakan

Perencanaan (*planning*), terdiri atas kegiatan:

a. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP);

Masing-masing RPP diberikan kesempatan dengan alokasi waktu sebanyak 3 x 40 menit, artinya setiap RPP disampaikan dalam 1 kali tatap muka. Dengan demikian, selama siklus I terjadi 2 kali tatap muka (Silabus dan RPP dilampirkan).

b. Penyiapan Skenario Pembelajaran

Penentuan tutor sebaya sebanyak 4 siswa yang terpilih dan pembentukan kelompok-kelompok kecil sebanyak 4 kelompok yang terdiri dari 4 siswa dengan memperhatikan *heterogenitas* baik kemampuan dan gender.

2. Pelaksanaan (*acting*), terdiri atas kegiatan;

- 1) Pelaksanaan program pembelajaran sesuai dengan jadwal,
- 2) Proses pembelajaran dengan menerapkan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan metode kooperatif *type jigsaw* pada kompetensi dasar mengenai sistem eksresi manusia serta korelasinya dengan kesehatan manusia.
- 3) Secara klasikal menjelaskan strategi dalam pembelajaran dengan menggunakan pendekatan metode kooperatif *type jigsaw* pada kompetensi dasar mengenai sistem eksresi manusia serta korelasinya dengan kesehatan manusia, dilengkapi dengan lembar kerja siswa (LKS terlampir),
- 4) Memodelkan strategi dan langkah-langkah model pembelajaran dengan menggunakan pendekatan metode kooperatif *type jigsaw*,
- 5) Mengadakan observasi.

a. Observasi Proses Pembelajaran

Observasi dilaksanakan pada keseluruhan kegiatan tatap muka, dalam hal ini observasi dilakukan oleh 2 (dua) orang observer yaitu guru bidang studi dan guru kelas (teman sejawat) di SMP Negeri 3 Ingin Jaya Aceh Besar.

Observasi dilaksanakan untuk mengetahui secara detail mengenai keaktifan, kerjasama, kecepatan dan ketepatan siswa dalam memahami



materi dengan menggunakan pendekatan metode kooperatif *type jigsaw* pada kompetensi dasar mengenai sistem eksresi manusia serta korelasinya dengan kesehatan manusia. Hasil observasi digunakan sebagai bahan kajian, dan refleksi untuk merencanakan rencana tindakan.

b. Observasi Hasil Pembelajaran

- 1) Mengadakan tes tertulis,
- 2) Penilaian hasil tes tertulis.

Hasil Pengamatan dalam Penelitian Tindakan

Hasil pengamatan pada siklus II dapat dideskripsikan seperti pada tabel berikut ini.

Tabel 11. Rekap Hasil Nilai Tes Siklus II

| N o | Hasil (Ang ka) | Hasil (Hur uf) | Arti Lamban g | Juml ah Sisw a | Persen % |
|--------|----------------------|----------------------|---------------------|-------------------------|---------------|
| 1. | 85- 100 | A | Sangat Baik | 6 | 23,07% |
| 2. | 75-84 | B | Baik | 10 | 38,46% |
| 3. | 65-74 | C | Cukup | 9 | 34,61% |
| 4. | 55-64 | D | Kurang | 1 | 3,84% |
| 5. | <54 | E | Sangat Kurang | - | - |
| | | | Jumlah | 32 | 99,99% |

Sumber : Tabulasi Data Bulan per Januari 2020

Berdasarkan hasil pemaparan dari tabel diatas memperlihatkan perolehan nilai hasil test siklus II, sebanyak 6 siswa (23,07%) mendapatkan nilai A artinya (sangat baik), dan 10 siswa (38,46%) mendapatkan nilai B artinya (baik), dan 9 siswa (34,61%) mendapatkan nilai C (cukup), dan hanya sebanyak 1 siswa (3,84%) yang memperoleh nilai D.

Refleksi

Hal ini terlihat dari peningkatan nilai rata-rata yang didapatkan oleh siswa yaitu pada siklus I sebesar 7,03 dan meningkat pada siklus II sebesar 7,4 dengan perolehan nilai yang bervariasi seperti yang tertera dalam tabel 13 di bawah ini:

Pembahasan

a. Siklus I

Walaupun masih ada sebagian kecil siswa yang kurang begitu terlibat dalam proses pembelajaran ini tapi secara umum sudah terlihat perbedaan yang sangat jelas dari pada suasana pembelajaran pada pra-siklus.

Dari jumlah 30 siswa di kelas VII-1, dan 19 siswa sudah menuntaskan hasil belajarnya dengan nilai rata-rata sebesar 70,4 dari sebelumnya sebesar 6,23 (tabel 15). Persen peningkatan nilai rata-rata dari pra-siklus dan siklus I adalah sebesar 13,0%. Selain itu pada siklus I sudah ada siswa yang mendapatkan nilai A (sangat baik) sebanyak 3 siswa (15%).

b. Siklus II

Hasil Belajar pada siklus II lebih meningkat jika dibandingkan dengan siklus I. Peningkatan tersebut terlihat jelas pada perolehan nilai dan juga nilai rata-rata yaitu dari sebelumnya 70,4 menjadi 7,4 di siklus II (tabel 15). Sementara itu jumlah siswa yang tuntas pada siklus I sebesar 80% dan pada siklus II sebesar 92% dengan memperoleh persentase peningkatan nilai rata-rata adalah sebesar 5,11%. Secara keseluruhan penggunaan model pembelajaran dengan menggunakan dengan menggunakan pendekatan metode kooperatif *type jigsaw* pada kompetensi dasar mengenai sistem eksresi manusia serta korelasinya dengan kesehatan manusia siswa kelas VIII-1 SMP Negeri 3 Ingin Jaya Aceh Besar.

Untuk lebih jelasnya kita lihat penjelasan gambar berikut:



Simpulan dan Saran Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan ini, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan metode gerak dan lagu untuk meningkatkan kemampuan motorik halus siswa SMP Negeri 3 Ingin Jaya Aceh Besar Tahun Ajaran 2019/2020. Peningkatan hasil belajar siswa tersebut terlihat dalam hal peningkatan nilai rata-rata, besarnya ketuntasan siswa dan juga suasana belajar siswa yang berbeda dari suasana belajar sebelum dilakukan tindakan. Secara keseluruhan rata-rata kelas mencapai kenaikan sebesar 18,7%, dan ketuntasan belajar siswa pada akhir siklus II mencapai 92% dibandingkan pra siklus yang hanya mencapai 45%.

Adapun hasil non-tes pengamatan proses belajar menunjukkan adanya suatu perubahan siswa lebih aktif selama proses pembelajaran berlangsung pada siklus I dan Siklus II dibandingkan dengan suasana belajar siswa yang pasif dan kaku sebelum dilakukannya tindakan kelas.

B. Saran

- 1) Disarankan bagi para guru untuk menggunakan model ini untuk meningkatkan pemahaman belajar

siswa terutama untuk membantu siswa yang belum mengerti materi yang diajarkan oleh guru.

- 2) Agar senantiasa membuat semacam kajian riset untuk menemukan berbagai persoalan belajar mengajar yang terdapat dalam pertemuan dikelas.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada: 1) pihak Dinas Pendidikan Aceh, 2) Dinas Pendidikan Provinsi Aceh, 3) Tim guru, pelatih, peneliti yang telah banyak berkontribusi, 4) Atlet atletik yang ada di setiap kabupaten/kota, 5) pelatih atletik dibawah Binaan Dispora Aceh terutama dalam menyukseskan pelaksanaan penelitian, dan juga kepada pihak yang telah banyak berkontribusi selama ini.

REFERENSI

- Arikunto, S. 1990. *Manajemen Penelitian*. Jakarta. PT. Rineka Cipta
- Bompa, Ph.D, Tudor O. 1994. *Theory And Methodology Of training*. Department of Physical Education. York University Toronto, Ontario. Canada.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1984. *Olahraga dan Kesehatan untuk SLTA*. Jakarta.
- Dirjen Olahraga dan Pemuda. 1973. *Dokumen tentang Profesional Olahraga Indonesia*. Jakarta. Depdikbud.
- Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini*. PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta. CV Tambak Kusuma.



- Haiman, dkk. 2002. *Aspek Psikologi dan Pencapaian Prestasi Atlet Nasional, Anima Indonesia An Psychologi Journal*. Universitas Gajah Mada Press. Yogyakarta.
- Yin, R. K. 2009. *Case Study of Research. Design and Methods*, 4. Ed. Thousand Oaks. California.
- Irfandi, I., & Rahmat, Z. (2017). PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KETERAMPILAN TEKNIK MENGGIRING SLALOM DAN MENGOPER DALAM SEPAKBOLA. *Jurnal Penjaskesrek*, 4 (2).
- Helnita, H., Novita, R., & Kasmini, L. (2016). PENGARUH METODE BERMAIN SENTRA BAHAN ALAM TERHADAP PERKEMBANGAN KREATIVITAS ANAK. *Jurnal Buah Hati*, 2(2).