



Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Jarak Pendek Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Learning Tipe Student Teams Achievement Division

Marselius Wicy¹, Andika Triansyah², Fitriana Puspa Hidasari³, Wiwik Yunitaningrum⁴, Muhammad Fachrurrozi Bafadal⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Tanjungpura

Jl. Prof. Dr. H Jl. Profesor Dokter H. Hadari Nawawi, Bansir Laut, Kec. Pontianak Tenggara, Kota Pontianak, Kalimantan Barat 78124

Email: f1102171011@student.untan.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya meningkatkan hasil belajar lari jarak pendek melalui model pembelajaran kooperatif learning tipe stad. Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode penelitian tindakan kelas (PTK). Populasi serta sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik obserpasi yang fleksibel dan terbuka, pengumpulan data menggunakan alat pengumpulan rubrik penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil pelaksanaan tindakan pada siklus I dan II dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pembelajaran Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik. Deskripsi hasil analisis data hasil belajar Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik yang dilakukan bahwa pada Pra Siklus ketuntasan minimal siswa 20%, sesudah diberi perlakuan siklus I ketuntasan minimal siswa yaitu 33,33% setelah mendapat perlakuan dalam siklus II memiliki ketuntasan minimal siswa yaitu 96,67%.

Kata Kunci: Kooperatif learning Lari jarak pendek, Tipe Student Teams Achievement Division

PENDAHULUAN

Pada hakikatnya pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani dan olahraga untuk menciptakan perubahan menyeluruh dan kualitas pribadi, baik fisik, mental, dan emosional (Haris, 2020). Tujuan umum pendidikan jasmani juga selaras dengan tujuan pendidikan. Proses belajar dalam pendidikan jasmani, juga bertujuan untuk mengubah perilaku seseorang. Melalui proses tersebut, maka terjadinya perubahan perilaku yang relatif melekat. Hal ini dapat diketahui setelah selang berapa lama hasil belajar mulai teramati dan bahkan dapat diungkapkan, misalnya bila diadakan evaluasi terhadap hasil belajar. Secara sederhana, pendidikan jasmani itu adalah proses belajar bergerak dan belajar melalui gerakan. Selain belajar dan di didik melalui

gerakan untuk menapai suatu tujuan pembelajaran, dalam pendidikan jasmani seseorang diajarkan untuk bergerak, melalui pengalaman itu akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohani.

Melalui proses belajar tersebut pendidikan jasmani ingin mewujudkan sumbangannya terhadap perkembangan. Perkembangan bersifat menyeluruh, sebab apa yang akan dituju bukan saja aspek jasmani yang lazim dicakup dalam istilah psikomotorik. Namun, perkembangan pengetahuan dan penalaran yang dicakup dalam istilah kemampuan kognitif. Selain itu dicapai perkembangan afektif.

Atletik merupakan salah satu unsur pendidikan jasmani dan kesehatan, juga merupakan aktivitas jasmani serta pembinaan hidup sehat dan pengembangan jasmani, rohani, mental, sosial, emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Menurut (Yuliawan, 2015) mengungkapkan bahwa atletik adalah aktivitas jasmani yang bersifat kompetitif dan memiliki beberapa nomor lomba yang terpisah berdasarkan kemampuan gerakan dasar-dasar manusia seperti berjalan, berlari, melompat dan melempar.

Salah satu komponen dasar dalam olahraga adalah lari. Lari merupakan bagian dan dasar dalam olahraga atletik. Lari jarak pendek/ Sprint merupakan salah satu bentuk perkenalan yang terbaik untuk olahraga atletik di Sekolah Dasar. Lari jarak pendek pada hakikatnya adalah gerakan seluruh tubuh ke depan secepat mungkin yang tercipta dari gerakan kaki dalam jarak 100 meter (Bahagia, 2012). Meskipun lari merupakan merupakan aktivitas yang menyenangkan tetapi pengulangan dengan cepat dapat menimbulkan kebosanan. Bentuk lari yang tidak bervariasi jangan sampai terjadi pada saat pembelajaran. Adanya variasi dalam proses pembelajaran dapat mendorong peserta didik untuk terlibat secara aktif dalam proses belajar peserta didik. Adanya bentuk gambaran lain yang lebih menyenangkan terhadap lari dapat membuat peserta didik lebih senang dalam proses pembelajaran dan akan berdampak pada teknik yang dipraktikkan akan jauh lebih baik. Problem yang dialami peserta didik dalam melakukan suatu aktivitas olahraga seperti lari adalah kegiatan pembelajaran yang terkesan kurang menyenangkan, sehingga peserta didik

condung bosan dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini dapat menjadi acuan dalam menyikapi hal yang terjadi dilapangan.

Sehubungan dengan itu guru merupakan tokoh sentral yang memiliki peran cukup penting dalam keberhasilan suatu Pendidikan. Guru sebagai tokoh sentral dapat berhadapan langsung dengan para peserta didik, ditangan guru mutu kepribadian dibentuk.

Sebagaimana telah diketahui bersana bahwa dalam proses pembelajaran pada umumnya terjadi interaksi antara yang mengajar (guru) dan diajar (peserta didik). Melainkan bertugas sebagai pemimpin, fasilitator, motivator sekaligus sebagai pelayan belajar yang bertugas membantu kesulitan belajar para peserta didik.

Berdasarkan pengamatan peneliti dan komunikasi awal dengan pengajar, pada saat proses pembelajaran atletik mengenai Lari jarak pendek yang ada di SD Negeri 09 Anik berlangsung terdapat beberapa hal yang menjadikan suatu proses pembelajaran tersebut ada sebuah masalah dalam pelaksanaannya, maka dari itu berdasarkan pengamatan dan komunikasi awal dalam pengajar ditemukan beberapa masalah. Pertama, Sebagian besar peserta didik belum mengetahui teknik dasar yang benar dalam Lari jarak pendek. Oleh karena itu, diperlukan persiapan yang matang untuk mendukung kegiatan pembelajaran atletik agar sesuai dengan tujuan awal yaitu dapat meningkatkan kemampuan dari masing-masing peserta didik. Kedua, saat melakukan start peserta didik kebanyakan melakukan kesalahan yang berakibat didiskualifikasi. Maka dari itu juga presentase ketuntasan nilai hasil belajar peserta didik tidak tercapai maksimal.

Peneliti dalam hal ini membatasi aspek kajian dengan fokus dalam penelitian hasil belajar Lari jarak pendek peserta didik dalam olahraga atletik. Alasan penulis membatasi fokus peneliti ini adalah pada teknik lari jarak pendek, teknik tersebut merupakan kemampuan dasar seorang permainan atletik. berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa penulis memiliki tingkat kepentingan yang tinggi untuk mengatasi permasalahan yang terjadi di SD Negeri 09 Anik berkaitan dengan hasil belajar Lari jarak pendek peserta didik.

Peneliti dalam hal ini menawarkan solusi berupa penerapan model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad dalam materi atletik secara khusus pada aspek hasil belajar Lari jarak pendek. Penggunaan metode pembelajaran Kooperatif learning tipe stad diharapkan mampu mengatasi kesulitan yang selama ini dialami oleh peserta didik.

Pembelajaran kooperatif learning merupakan model yang mengutamakan kerja sama di antara siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran yang mengandung interaksi dengan sesama individu. (Aryana et al., 2015) Menyatakan bahwa hasil belajar yang diperoleh dari kooperatif learning dibentuk dari sikap sosial yang terkonstruksi melalui proses belajar mengajar secara berkelompok. Penulis mengambil pembelajaran Kooperatif Learning Tipe Stad karena untuk mendorong peserta didik menguasai keterampilan Lari jarak pendek atletik.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dari langkah-langkah yaitu : Perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas V dengan jumlah seluruhnya adalah 20 siswa yang terdiri dari laki-laki berjumlah 12 dan perempuan berjumlah 8. Penelitian ini dilakukan secara kolaboratif, yaitu bersama guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani SD Negeri 09 Anik yaitu Bu Enawati, S.Pd yang bertugas sebagai observer atau pengamat pada saat pembelajaran berlangsung yang nantinya akan memberikan penilaian terhadap kelebihan dan kekurangan saat pembelajaran pendidikan jasmani. (Sugiyono, 2016) menyatakan bahwa teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Oleh karena itu penulis menggunakan alat pengumpulan rubrik penilaian. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah test lari dengan tujuan mengukur ketrampilan, kelincahan, dan kecepatan kaki dalam berlari. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan deskriptif kualitatif, data yang dikumpulkan pada saat observasi dari pelaksanaan siklus PTK di analisis dengan menggunakan teknik prosentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sesuai dengan rancangan penelitian pada Bab III, yang menerangkan bahwa sebelum diadakan tindakan, terlebih dahulu peneliti mengadakan tes awal (Pra Siklus). Hasil tes ini berfungsi sebagai data awal (input) bagi peneliti, dimana peneliti dapat mengetahui tingkat kemampuan hasil belajar Lari Jarak Pendek yang dimiliki oleh siswa. Data ini

merupakan hasil belajar Lari Jarak Pendek murni testee (siswa) sebelum peneliti melakukan tindakan terhadap pada peserta didik di SDN 09 Anik.

Tujuan penelitian dapat dicapai melalui pengambilan data terhadap sampel yang telah ditentukan. Data yang dikumpulkan dari pre implementasi Lari Jarak Pendek sebelum diberi pembelajaran Kooperatif learning tipe stad. Berikut ini disajikan kondisi hasil belajar dan nilai awal pada peserta didik di SDN 09 ANIK sebelum diberi pembelajaran Kooperatif learning tipe stad.

Hasil evaluasi yang telah di laksanakan, terdapat nilai evaluasi siswa sebelum diberikan perlakuan, nilai pra siklus pada siswa yang telah mencapai kreteria ketuntasan minimal (KKM) adalah 4 siswa sedangkan jumlah siswa dalam satu kelas terdapat 20 siswa. Pada pra siklus ini, nilai ketuntasan klasikal dapat dilihat dari hasil belajar Lari jarak pendek siswa, untuk mengetahui perubahan hasil tindakan, jenis data yang bersifat kuantitatif dapat di analisa dengan menggunakan rumus (Depdiknas dalam Trianto, 2011). Dari perhitungan secara diskriptif menunjukan bahwa secara umum baru 20% siswa yang sudah mencapai ketuntasan belajar Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik dari target ketuntasan yang ingin dicapai peneliti yaitu 75%. Melalui deskripsi data awal yang telah diperoleh tersebut masing- masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan pembelajaran kurang. Maka disusun sebuah tindakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran Lari jarak pendek, dengan pembelajaran Kooperatif learning tipe stad. Pelaksanaan tindakan akan dilakukan sebanyak 2 siklus, yang masing-masing siklus terdiri atas 4 tahapan, yakni:

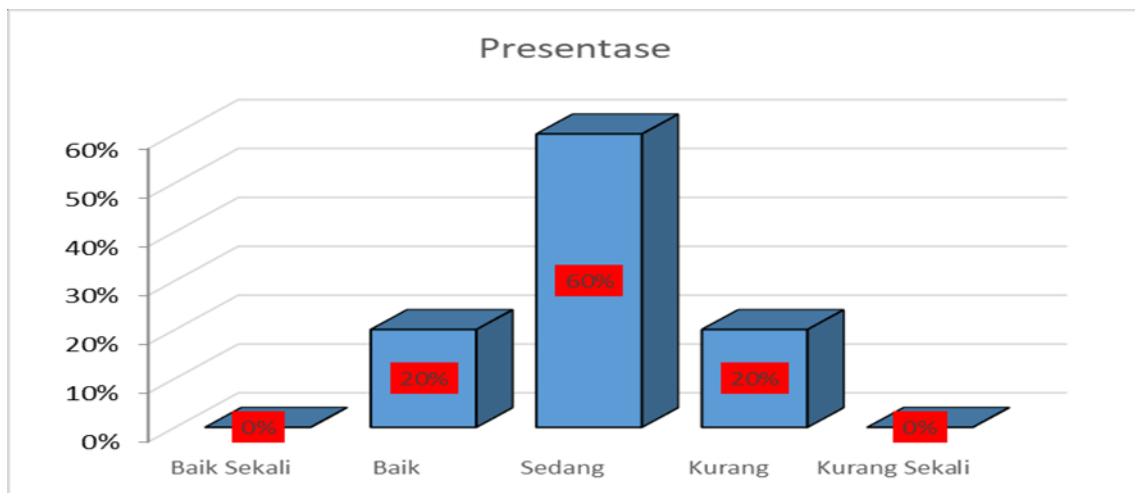
(1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan tindakan, (3) Observasi dan interpretasi, (4) Analisis dan Refleksi.

Tujuan penelitian dapat dicapai melalui pengambilan data terhadap sampel yang telah ditentukan. Data yang dikumpulkan dari pre implementasi Lari jarak pendek sebelum diberi pembelajaran Kooperatif learning tipe stad. Berikut ini disajikan kondisi hasil belajar dan nilai awal pada peserta didik di SDN 09 Anik sebelum diberi pembelajaran Kooperatif learning tipe stad sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Data Awal Prasiklus Sebelum Diberikan Pembelajaran dengan Kooperatif learning tipe STAD.

Kategori	Interval Nilai	Pra Siklus		Keterangan
		Frekuensi Peserta Didik	Presentase	
Baik Sekali	86-100	0	0%	Tuntas
Ba	75-85	4	20%	Tuntas
Sedang	60-74	12	60%	Tidak
Kurang	55-59	4	20%	Tidak Tuntas
Kurang	0-54	0	0%	Tidak
Jumlah		20	100%	

Lebih jelasnya berikut ini disajikan grafik data awal sebelum diberikan pembelajaran dengan pembelajaran Kooperatif learning tipe stad dalam Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik sebagai berikut:



Gambar 1. Grafik Data Awal Sebelum Diberikan Pembelajaran Dengan Pembelajaran melalui model pembelajaran kooperatif learning tipe stad

Berdasarkan hasil deskripsi rekapitulasi data awal sebelum diberikan tindakan dapat dijelaskan bahwa siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) sebanyak 4 siswa atau 20%, dan yang berkategori sedang sebanyak 12 siswa atau 60%, berkategori kurang sebanyak 4 siswa atau 20% dan berkategori kurang sekali tidak ada.

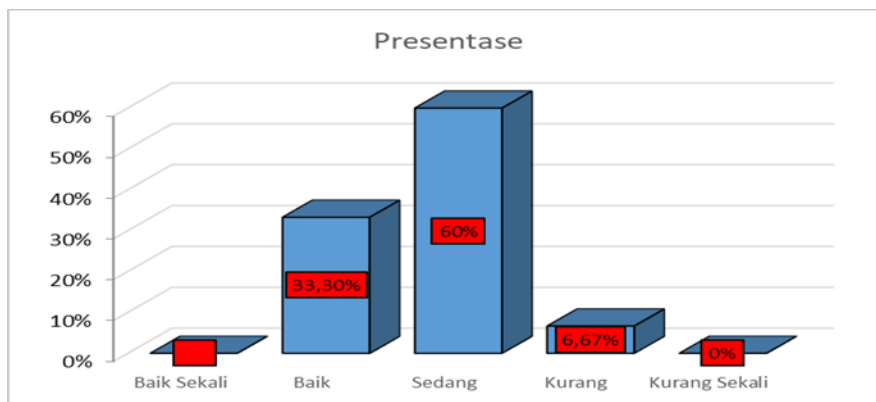
Berdasarkan data kondisi nilai awal Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik, maka presentase nilai perlu ditingkatkan dengan pembelajaran yang tepat dengan membuat siswa tertarik dan mudah melakukannya yaitu pembelajaran Kooperatif learning tipe stad. Pembelajaran Kooperatif learning tipe stad merupakan bentuk pembelajaran yang dapat mendatangkan ketertarikan, kemudahan sehingga rasa senang muncul pada peserta didik.

Adapun deskripsi data hasil belajar dan nilai keterampilan Lari jarak pendek Pada peserta didik di SDN 09 Anik disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 2 Deskripsi Data Hasil belajar Lari jarak pendek Pada Siklus 1
 Frekuensi Peserta Didik

Kategori	Interval Nilai	Frekuensi Peserta Didik	Presentase	Keterangan
<u>Baik Sekali</u>	86-100	0	0%	Tuntas
<u>Baik</u>	75-85	7	33,33%	Tuntas
<u>Sedang</u>	60-74	12	60%	Tidak Tuntas
<u>Kurang</u>	55-59	1	6.67%	Tidak Tuntas
<u>Kurang</u>	0-54	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah		20	100%	

Lebih jelasnya berikut ini disajikan grafik data siklus I setelah diberikan pembelajaran Kooperatif learning tipe stad dalam Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik sebagai berikut:



Gambar 2. Histogram Data Siklus I Setelah diberikan Pembelajaran Kooperatif learning tipe stad

Berdasarkan hasil deskripsi data awal, hasil belajar Lari jarak pendek siswa setelah diberikan Tindakan I dapat dijelaskan bahwa siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) dalam kategori baik sebanyak 7 siswa atau 33,33%. Jadi yang sudah mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) adalah 7 siswa atau 33,33%. Dalam pelaksanaan tindakan I terdapat

kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolok ukur keberhasilan pelaksanaan tindakan I, adapun kelebihan dari pelaksanaan tindakan I diantaranya : (1) siswa merasa tertarik dengan metode baru yang disampaikan oleh peneliti yakni dengan melalui penjelasan guru dan peneliti, penyampaian materi tolak peluru gaya ortodoks melalui model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad, (2) siswa mudah dalam menyerap pelaksanaan kegiatan pembelajaran melalui model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad, sehingga pelaksanaan menjadi terlaksana dengan baik, dan siswa dapat secara cepat mengadaptasi materi karena sudah melihat gerakan yang diinstruksikan sebelumnya oleh peneliti. Situasi kelas lebih tertata, sehingga materi yang diberikan terarah.

Akan tetapi dalam pelaksanaan tindakan I ini masih terdapat kelemahan sehingga membuat kekurangan dalam pelaksanaan tindakan I, adapun kelemahan dan kekurangan dalam pelaksanaan tindakan I tersebut adalah: (1) mayoritas siswa belum dapat mempraktekan beberapa gerakan teknik dasar Lari jarak pendek yang didemonstrasikan oleh peneliti secara benar, (2) masih ada siswa yang kurang paham dengan bentuk penjelasan peneliti dan guru sebab sebagian siswa kurang konsentrasi dalam menerima materi yang diberikan oleh peneliti dan guru, (3) siswa seringkali lupa dengan teknik gerakan yang telah diajarkan pada pertemuan sebelumnya, sehingga peneliti dan guru seringkali mengulangi pelaksanaan materi pada minggu lalu, (4) siswa kurang aktif bertanya sehingga kekurangan atau kesalahan gerakan maupun teknik dasar yang dilakukan siswa kurang dapat dipantau oleh guru dan peneliti, (5) masih banyak siswa yang kurang berani melakukan gerakan teknik dasar karena malu dan takut, (6) siswa kurang mampu mencermati contoh pelaksanaan gerakan Lari jarak pendek sehingga sebagian siswa belum dapat menunjukkan kualitas gerakan yang maksimal.

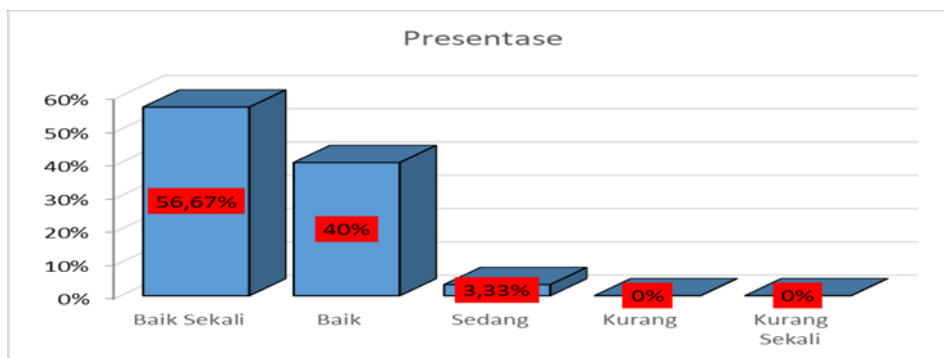
Siklus II merupakan, tindak lanjut dari hasil analisis dan refleksi yang dilakukan pada Siklus I, dimana dalam pelaksanaan tindakan dalam Siklus I, rata-rata siswa menunjukkan hasil yang kurang maksimal dan sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Pelaksanaan Siklus II mengacu pada pelaksanaan Siklus I, karena merupakan perbaikan dari Siklus I. Berdasarkan dari hasil evaluasi yang telah dilaksanakan pada Siklus II, terdapat peningkatan kriteria ketuntasan minimal siswa, untuk mengetahui peningkatan jumlah kriteria ketuntasan minimal pada peserta didik di SDN 09 Anik dengan pembelajaran Kooperatif learning tipe stad, maka di evaluasi secara praktek pada akhir pembelajaran. Hasil belajar Lari jarak pendek di peroleh dengan cara membandingkan hasil evaluasi antara siswa yang sudah mencapai KKM dengan siswa yang belum mencapai KKM, dalam Siklus II siswa yang telah mencapai KKM terdapat 19 siswa sedangkan jumlah siswa dalam satu kelas 20 siswa.

Setelah pelaksanaan tindakan II peneliti dan guru melakukan pengambilan data penelitian. Adapun deskripsi data hasil belajar dan nilai keterampilan Lari jarak pendek disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Table 3. Deskripsi Data Hasil belajar Lari jarak pendek Pada Siklus II

Kategori	Interval Nilai	Frekuensi absolut	Frekuensi Relatif	Keterangan
Baik Sekali	86-100	13	56,67%	Tuntas
Baik	75-85	6	40%	Tuntas
Sedang	60-74	1	3,33%	Tidak Tuntas
Kurang	55-59	0	0%	Tidak Tuntas
Kurang Sekali	0-54	0	0%	Tidak Tuntas
Jumlah		20	100%	

Lebih jelasnya berikut ini disajikan grafik data siklus II setelah diberikan pembelajaran Kooperatif learning tipe stad dalam Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik sebagai berikut:



Gambar 3. Grafik Data Siklus II Setelah diberikan Pembelajaran melalui model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad

Berdasarkan hasil deskripsi data hasil belajar lari jarak pendek Pada Siklus II setelah diberikan Tindakan II dijelaskan bahwa siswa yang mencapai kerteria ketuntasan minimal (KKM) sebanyak 20 siswa yaitu siswa yang mendapat nilai baik sekali sebanyak 13 siswa atau 56,67% dan nilai baik sebanyak 6 siswa atau sebesar 40%, serta masih ada nilai cukup sebanyak 1 siswa atau sebesar 3,33%, jadi yang sudah mencapai KKM 96,67% atau 19 siswa sedangkan yang belum mencapai KKM sebesar 3,33% atau 1 orang siswa.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan pada siklus I dan II dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pembelajaran Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik. Deskripsi hasil analisis data hasil belajar Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik yang dilakukan bahwa pada Pra Siklus ketuntasan minimal siswa 20%, sesudah diberi perlakuan siklus I ketuntasan minimal siswa yaitu 33,33% setelah mendapat perlakuan dalam siklus II memiliki ketuntasan minimal siswa yaitu 96,67%.

Perbandingan ketuntasan minimal siswa hasil belajar Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik dari kondisi awal ke siklus I dan siklus II disajikan bahwa ketuntasan minimal siswa dalam hasil belajar Lari jaraj pendek peserta didik kelas V SDN 09 Anik dari kondisi awal ke siklus I dan siklus II mengalami peningkatan yang cukup baik. Hal ini dapat dilihat bahwa, ketuntasan hasil belajar mengalami peningkatan dari kondisi awal ke siklus I dan siklus II. Ketuntasan hasil belajar Lari jarak pendek Pra Siklus 20% kemudian diberi pembelajaran melalui model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad dalam hasil belajar Lari jarak pendek pada siklus I ketuntasan hasil belajar Lari jarak pendek menjadi 33,33%,

kemudian diberi pembelajaran melalui model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad dalam hasil belajar Lari jarak pendek pada siklus II ketuntasan hasil belajar Lari jarak pendek menjadi 96,67%. digambarkan, ketuntasan hasil belajar Lari jarak pendek peserta didik kelas V SDN 09 Anik dari kondisi awal ke siklus I dan siklus II mengalami peningkatan yang cukup baik. Hal ini dapat dilihat bahwa, ketuntasan hasil belajar mengalami peningkatan dari kondisi awal ke siklus I dan siklus II. Ketuntasan hasil belajar Lari jarak pendek pra siklus 20% kemudian diberi pembelajaran melalui model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad dalam hasil belajar Lari jarak pendek pada siklus I ketuntasan hasil belajar Lari jarak pendek menjadi 33,33%, kemudian diberi pembelajaran melalui model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad dalam hasil belajar Lari jarak pendek pada siklus II ketuntasan hasil belajar Lari jarak pendek menjadi 96,67%. Hasil diskripsi data diatas bahwa kondisi awal sebelum diberikan tindakan dapat dijelaskan bahwa siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) sebanyak 4 siswa atau 20%, setelah diberikan Tindakan I dapat dijelaskan bahwa siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) sebanyak dalam kategori baik sebanyak 7 siswa atau 33,33%. Jadi yang sudah mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) adalah 7 siswa atau 33,33%. sedangkan target ketuntasan klasikal adalah 70% dari 20 siswa, jadi untuk siklus I belum mencapai target ketuntasan klasikal untuk itu dilanjutkan ke siklus II, hasil belajar Lari jarak pendek setelah diberikan tindakan siklus II dijelaskan bahwa siswa yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) sebanyak 20 siswa yaitu siswa yang mendapat nilai baik sekali sebanyak 13 siswa atau 56,67% dan nilai baik sebanyak 6 siswa atau sebesar 40% dan nilai cukup sebanyak 1 siswa atau sebesar 3,33%, jadi yang sudah mencapai KKM 96,67%, jadi target ketuntasan klasikal adalah 70% sudah tercapai.

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan sebelum diberikan perlakuan, diperoleh ketuntasan hasil belajar Lari jarak pendek yaitu 20% sedangkan setelah mendapat pembelajaran memiliki ketuntasan hasil belajar Lari jarak pendek 96,67%. Yang berarti apabila setelah diberi pembelajaran terdapat perbedaan, hal itu karena adanya perbedaan pembelajaran yang diberikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan pembelajaran selama 2 siklus, terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes akhir pada kelompok siswa yang diberikan pembelajaran melalui model pembelajaran Kooperatif

learning tipe stad. Karena sebelum diberikan pembelajaran seluruh siswa memulai penelitian dari kemampuan awal yang sama, maka perbedaan tersebut adalah karena perbedaan pengaruh dari pembelajaran yang diberikan.

Menurut Bucher 1983 (Iswanto & Widayati, 2021) Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara keseluruhan, merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani terpilih untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan organik, neuromuskular, interpretatif, sosial, dan emosional. Proses belajar dalam pendidikan jasmani berlangsung melalui pelaksanaan aktivitas jasmani, bermain, dan kegiatan olahraga. Aktivitas yang dilakukan diharapkan menjadi pengalaman belajar. Bukan sekedar gerakan badan saja tetapi mempunyai manfaat untuk mengembangkan kepribadian anak secara menyeluruh. Pengalaman belajar tersebut diharapkan dapat membantu siswa untuk menggunakan tubuhnya lebih efektif dalam melakukan gerak dasar dan keterampilan gerak.

Pada usia anak di sekolah dasar merupakan masa pertumbuhan kemampuan motorik. Kemampuan itu yang membuat mereka bisa bermain dan memberikan kesempatan untuk menunjukkan kebolehan pada teman-temannya. Tanpa disadari bahwa mereka sedang melatih kemampuan motorik, semakin dilatih maka kemampuannya semakin meningkat. Dahulu, anak-anak masih suka bermain dengan permainan tradisional tetapi sekarang terlalu asyik bermain dengan produk-produk peralatan hasil kemajuan teknologi. Kenyataannya mereka lebih senang duduk berlama-lama menonton televisi, bermain handphone, bermain game komputer dan aktivitas lainnya. Aktivitas tersebut akan berdampak menurunnya kemampuan fisik atau aktivitas jasmani yaitu menurunnya kemampuan gerak motorik.

Pelaksanaan pembelajaran di sekolah akan berhasil jika guru dapat menentukan bahan ajar dan metode pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi siswa. Salah satu bahan ajar yang menarik untuk proses pembelajaran adalah permainan. Bentuk untuk melatih kemampuan motorik adalah dengan model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad. Salah satu bentuk permainan yang diminati di kalangan siswa sekolah dasar adalah Kari jarak pendek. Permainan ini termasuk jenis permainan bola kaki yang paling banyak

digemari anak sekolah menengah. Bahkan mereka dapat melakukannya saat waktu istirahat tiba.

Kemampuan motorik adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum yang mendasari tingkat keterampilan gerak yang baik, berdasarkan sering melakukan aktivitas gerak akan terlatih. Semakin bertambah usia maka siswa dan siswi sering melakukan aktivitas gerak dan menguasai berbagai macam gerakan, sehingga siswa dan siswi akan terlatih dalam melakukan gerakan serta akan menambah kematangan dalam melakukan aktivitas gerak motorik kasar. Setiap siswa dan siswi tentu saja beda dalam hal menguasai berbagai macam gerak motorik kasar dikarenakan ada sebagai siswa dan siswi yang sudah menguasai gerak motorik kasar dan ada sebagaian siswa dan siswi yang belum menguasai gerak motorik kasar.

Kooperatif learning tipe stad adalah pembelajaran berbasis masalah atau seperangkat model mengajar yang menggunakan masalah sebagai fokus utama untuk mengembangkan keterampilan pemecahan masalah, materi, pengaturan diri, pembelajaran yang baik di dalam

kelas mampu menumbuhkan pemahaman siswa tentang konsep dan menumbuhkan cara berpikir siswa. Banyak model-model yang mampu menumbuhkan pemahaman konsep dan cara berpikir siswa, Model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad merupakan suatu model pembelajaran dimana siswa mengerjakan permasalahan yang otentik dengan maksud untuk menyusun pengetahuan mereka sendiri, mengembangkan inkuiri dan keterampilan berpikir tingkat tinggi, mengembangkan kemandirian dan percaya diri. Pembelajaran olahraga khususnya pada keterampilan Lari jarak pendek pada peserta didik di SDN 09 Anik senantiasa membutuhkan pembaharuan- pembaharuan yang disebut Inovasi Pembelajaran. Inovasi pembelajaran merupakan perubahan yang baru dan secara kualitatif, berbeda dari hasil sebelumnya, serta sengaja diusahakan untuk meningkatkan kualitas guna mencapai tujuan yang di harapkan. Harapan yang di inginkan pada Lari jarak pendek adalah memberikan kegembiraan atau sebagai ajang rekreasi pada siswa, selain itu untuk memberikan kemampuan pada siswa supaya mereka bisa berprestasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat peningkatan hasil belajar Lari jarak pendek melalui model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad pada peserta didik di SDN 09 Anik, diman ketuntasan hasil belajar Lari jarak pendek Pra Siklus 20% kemudian diberi pembelajaran melalui model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad dalam belajar Lari jarak pendek pada siklus I ketuntasan hasil belajar hasil belajar Lari jarak pendek menjadi 33,33%, kemudian diberi pembelajaran melalui model pembelajaran Kooperatif learning tipe stad dalam hasil belajar Lari jarak pendek pada siklus II ketuntasan hasil belajar hasil belajar Lari jarak pendek menjadi 96,67%.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryana, I., Al Idrus, A., & Harjono, A. (2015). Pengaruh model pembelajaran kooperatif nht dan stad terhadap hasil belajar sikap siswa sma negeri 2 gerung. *Jurnal Pijar MIPA*, 10(2).
- Bahagia, Y. (2012). Pembelajaran atletik. *Pembelajaran Atletik*, Departemen Pendidikan Nasional, 2-94.
- Haris, F. (2020). Pengaruh Gaya Mengajar Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Siswa Sekolah Dasar. *Sport Science*, 20(1), 58-64. <https://doi.org/10.24036/jss.v20i1.40>
- Iswanto, A., & Widayati, E. (2021). Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas. *MAJORA: Majalah Ilmiah Olahraga*, 27(1), 13-17. <https://doi.org/10.21831/majora.v27i1.34259>
- Sugiyono, P. (2016). *Dr.(2016). metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, Cv.
- Trianto. (2011). *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif Progresif*. (Edisi Ke -). Jakarta Kencana.
- Yuliawan, E. (2015). Pengembangan Model Pembelajaran Lompat Jauh Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 4(1).