



Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantung Pada Masa Covid-19 Dengan Gaya Mengajar Resiprokal

Dinaria Saragih¹, Dewi Maya Sari²

1,2,3 Sekolah Tinggi Olahraga dan Kesehatan Bina Guna

Jl. Alumunium Raya No. 77 Tanjung Mulia, 20241, Indonesia

Email: armansarifhulu@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada masa covid-19 dengan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas V SDN 030369 Pardomuan, Dairi Tahun Ajaran 2020/2021. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SDN 030369 Pardomuan, Dairi. Yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah seluruh Siswa Kelas V SDN 030369 Pardomuan, Dairi Tahun Ajaran 2020/2021 yang terdiri dari 30 siswa. Metode dalam penelitian ini adalah metode PTK dengan teknik tes dan pengukuran menggunakan lembaran portofolio. Analisis data dilakukan dengan reduksi data dilakukan dengan cara menyeleksi, menyederhanakan dan mentransformasikan data yang telah disajikan dalam transkrip catatan lapangan. Kegiatan reduksi data ini bertujuan untuk melihat kesalahan dan kekurangan siswa dalam pelaksanaan tes, diperoleh 10 siswa (33,72%) yang mencapai tingkat ketuntasan belajar, 20 siswa (63,2%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar, dengan nilai rata-rata 68,89. Kemudian dilakukan pembelajaran siklus I dengan menerapkan scientific teknik example non example dalam pembelajaran bola kasti siswa pada materi melempar berdasarkan perbaikan dari siklus I diperoleh sudah 27 siswa (90%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, 3 siswa (10 %) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar, dengan nilai rata-rata 73,76. Dalam hal ini dilihat bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata hasil belajar per siklus yaitu sebesar 18,2 dan peningkatan klasikalnya sebesar 27,7%. Berdasarkan hasil analisis data dapat dikatakan bahwa melalui Pembelajaran dengan menerapkan gaya mengajar resiprokal dalam pembelajaran pada Siswa kelas V SDN 030369 Pardomuan, Dairi meningkat. Dalam artian pembelajaran dengan gaya mengajar resiprokal mempengaruhi hasil belajar lompat jauh gaya menggantung siswa.

Kata Kunci: Teknik dasar lompat jauh gaya menggantung dan metode mengajar resiprokal

PENDAHULUAN

Lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dalam cabang olahraga atletik yang mempunyai peran penting untuk menunjang perkembangan dan pertumbuhan anak (Aditya & Helmi, 2020). Pengertian dari lompat jauh adalah melakukan suatu bentuk gerkan lompatan dengan tujuan untuk menghasilkan lompatan yang sejauh-jauhnya (Aditya & Nugroho, 2019). Gerakan lompat jauh meliputi dari beberapa tahap-tahap dasarnya yaitu tahap awalan, tolakan, posisi saat melayang diudara, dan posisi saat mendarat dibak lompat jauh (Helmi & Winata, 2017). Upaya meningkatkan motivasi belajar siswa terhadap

pelajaran atletik harus diterapkan melalui bentuk-bentuk pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan tingkat perkembangan siswa (Helmi et al., 2018). Seorang pengajar harus mampu menerapkan pendekatan yang baik dan tepat kepada siswa, karena pendekatan pembelajaran yang tepat akan menimbulkan respon yang baik dari siswa, siswa akan mudah menerima materi pembelajaran dan hasilnya juga akan memuaskan (Helmi & Aditya, 2017).

Terkait dengan mutu pendidikan khususnya siswa kelas V SDN 030369 Pardomuan, Dairi Tahun Ajaran 2019/2020, sampai saat ini masih jauh dari apa yang diharapkan (Lubis et al., 2017). Sesuai dengan hasil observasi dan wawancara kepada guru mata pelajaran pendidikan jasmani siswa kelas V SDN Medan bahwa hasil belajar siswa dalam pembelajaran lompat jauh gaya menggantung masih dalam kategori rendah (Syaleh et al., 2019). Ini terlihat dari data hasil belajar siswa yang diberikan oleh guru Pendidikan Jasmani kepada peneliti (Keliat et al., 2019). Berdasarkan observasi pendahuluan diperoleh data awal hasil belajar lompat jauh gaya menggantung pada siswa kelas V yang berjumlah 30 siswa, dari 30 siswa hanya 10 siswa yang mampu memenuhi KKM (Atheletes, 2021). Kriteria ketuntasan klasikal untuk materi lompat jauh gaya menggantung di sekolah tersebut adalah 70 (Sari et al., 2021). Dengan KKM yang hanya 70, kelas V hanya memperoleh ketuntasan sebanyak 33,72% saja. Hal ini masih jauh dari kriteria ketuntasan belajar yang mengharuskan ketuntasan sebanyak 85% siswa dalam satu kelas.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah PTK (penelitian tindakan kelas), yaitu penelitian yang bertujuan memberikan sumbangan nyata peningkatan profesionalisme guru, menyiapkan pengetahuan, pemahaman dan wawasan tentang perilaku guru pengajar dan siswa belajar. Pada intinya PTK merupakan suatu penelitian yang akar permasalahannya muncul dikelas dan dirasakan langsung oleh guru yang bersangkutan sehingga sulit dibenarkan jika ada anggapan bahwa permasalahan dalam tindakan kelas diperoleh dari persepsi atau lamunan seorang peneliti (Arikunto, 2006:16). Dengan demikian penelitian tindakan kelas (Classroom Action Research) terkait dengan persoalan praktik pembelajaran sehari-hari yang dihadapi oleh guru. Sesuai dengan jenis penelitian ini yaitu penelitian tindakan kelas maka penelitian ini memiliki beberapa tahapan pelaksanaan tindakan berupa siklus-siklus yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Prosedur dalam penelitian ini direncanakan dua siklus. Penelitian ini dilaksanakan di SDN 030369 Pardomuan, Dairi T.P. 2019/2020. Sedangkan waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2020. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah tes

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian dilakukan berdasarkan kondisi yang terjadi pada siswa kelas V SDN 030369 Pardomuan, Dairi T.A. 2019/2020 melalui perolehan data secara virtual dengan menyampaikan salam pembuka pembelajaran dan berikutnya pemberian tes kognitif melalui file yang dikirim melalui Whatsapp Group. Berikut data pre test (tes awal) yang diperoleh:

No	Hasil Tes	Keterangan	Jumlah Siswa	Persentase
-----------	------------------	-------------------	---------------------	-------------------

1	Skor < 70	Tidak Tuntas	20	68,28%
2	Skor ≥ 70	Tuntas	10	33,72%

Data hasil tes awal materi dapat disimpulkan bahwa siswa berjumlah 30 Orang memiliki 68,28% (20 orang) belum tuntas pada hasil belajar aktivitas fisik dan siswa yang tuntas 33,72% (10 Orang) sehingga dapat disimpulkan hasil belajar belum mencapai hasil belajar yang diharapkan mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) 70 yang telah ditetapkan oleh sekolah

Pembahasan

Penelitian yang dilaksanakan melalui virtual atau dalam jaringan (daring) sehingga perkembangan mengenai pembelajaran seutuhnya tidak dapat dilakukan pengamatan secara langsung terkait perubahan-perubahan yang terjadi. Waktu pembelajaran terbatas atau tidak sesuai dengan waktu yang ditetapkan sebelum Covid-19, yaitu 40 menit/jam, dan pada masa Covid-19 disesuaikan dengan kemampuan siswa yaitu 10-40 menit per satu kali pertemuan. Berdasarkan waktu pelaksanaan tersebut pembelajaran maka disimpulkan pencapaian kompetensi siswa akan sulit diperoleh dan diperlukan pertemuan lebih lanjut yang lebih intensif.

Hasil pencapaian belajar siswa selanjutnya diterapkan setelah pemberian materi yakni dihari kedua, hal ini dikarenakan waktu pembelajaran pada satu materi tidak dapat diterapkan dalam jangka waktu yang lama mengingat sekolah memberikan batasan pertemuan, sedangkan materi yang telah ditetapkan dalam satu semester harus dicapai sesuai kalender akademik masa Covid-19. Hasil penilaian kedua diperoleh data nilai rata-rata 80,6 dan berdasarkan situasi Covid-19 maka siswa dituntaskan belajarnya, dan dilanjutkan pada materi lain. Hasil penilaian tersebut dapat disimpulkan bahwa gaya mengajar resiprokal dapat memberikan peningkatan pada hasil belajar hasil belajar materi aktivitas fisik

KESIMPULAN

Penelitian yang telah dilaksanakan merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan pada siswa kelas V SDN 030369 Pardomuan, Dairi T.A. 2019/2020 pada masa Covid-19 terdapat peningkatan pada hasil belajar melalui Gaya Mengajar Resiprokal. Peningkatan terjadi dengan menggunakan satu siklus diantaranya siklus memiliki persentase kelulusan klasikal siswa melampaui KKM 70 adalah 90%. Keberhasilan pembelajaran ditinjau dari perbandingan standar kelulusan klasikal pembelajaran PJOK yang telah ditentukan sekolah dengan capaian pembelajaran yang dilakukan melalui pengukuran hasil belajar, sehingga hasil penelitian tindakan kelas (PTK) memiliki peningkatan yang signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

Aditya, R., & Helmi, B. (2020). OPTIMALISASI HASIL BELAJAR PASSING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA DENGAN MENGGUNAKAN PUNGGUNG KAKI MELALUI PENDEKATAN VARIASI PEMBELAJARAN. *PROSIDING SEMINAR NASIONAL HASIL PENELITIAN*, 3(1), 659-665.

- Aditya, R., & Nugroho, A. (2019). PENINGKATAN HASIL BELAJAR MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA SISWA SEKOLAH DASAR. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 7(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v7i2.285>
- Atheletes, J. G. (2021). Pengembangan Media Modifikasi Meja Lompat Pada Latihan Handspring Untuk Atlet Senam Junior. *Jurnal Prestasi Vol*, 5(1), 44–50.
- Helmi, B., & Aditya, R. (2017). PENERAPAN GAYA MENGAJAR INKLUSI MENGGUNAKAN MEDIA YANG DIMODIFIKASI UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TOLAK PELURU. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 5(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v5i1.453>
- Helmi, B., & Winata, D. C. (2017). UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR DRIBBLE DALAM PERMAINAN BOLA BASKET MELALUI PENERAPAN GAYA MENGAJAR INKLUSI PADA SISWA SMP. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 5(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v5i2.460>
- Helmi, B., Winata, D. C., Hasibuan, M. N., & Hardinoto, N. (2018). UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR MERODA DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI MELALUI GAYA MENGAJAR KOMANDO PADA SISWA KELAS XI SMA GKPS 1 PEMATANG RAYA KABUPATEN SIMALUNGUN. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 6(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v6i1.468>
- Keliat, P., Lubis, A. E., & Helmi, B. (2019). PROFIL TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN KECUKUPAN GIZI. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 7(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v7i2.12>
- Lubis, A. E., Ramadan, & Syahputra, M. I. (2017). PENERAPAN GAYA MENGAJAR RESIPROKAL PADA PASSING SEPAK BOLA SISWA KELAS XI SMK. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 5(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v5i1.457>
- Sari, I. E. P., Lubis, A. E., Helmi, B., & Aditya, R. (2021). Development of a Start Basic Engineering Manual (Bunch Start, Medium Start, Long Start) for Athletic Court Students. *ACPES JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION, SPORT AND HEALTH*, 1(1), 31–40.
- Syaleh, M., Lubis, A. E., & Helmi, B. (2019). KONTRIBUSI GAYA MENGAJAR RESIPROKAL TERHADAP HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 7(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jsbg.v7i1.11>