

Meningkatkan hasil belajar lempar turbo dengan modifikasi alat

Mohammad Wildan Al Mubarak*, Aba Sandi Prayoga, Andy Widhiya Bayu Utomo

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, STKIP Modern Ngawi, Indonesia

* Correspondence: wildanmohammad563@gmail.com

Abstract

This research aims to determine the effect of learning modification tools on turbo throwing learning outcomes. Turbo throwing is a technique in athletic sports games, namely the activity of throwing with one hand to reach a certain distance. Based on observations made at sdn karanggupito 1 kendal ngawi, there were problems experienced by students in the learning process of physical education, sports and health. Practical results are still low, namely not meeting the minimum completeness criteria (kkm) of 75. Like in class v, which has 14 students, many of them have not met the kkm. Of which 2 students got a score >75, and 12 students got a score <75. This means that 86% of those who have not met the minimum completion criteria (kkm) in class v are 86% and only 14% have passed. By learning using this modified tool, it can improve student learning outcomes from psychomotor, affective and cognitive aspects, and can improve the quality of learning. From this research, it was stated that an increase in learning outcomes for turbo throwing was 50% in cycle i and 86% in cycle ii and that learning completeness (meeting the kkm) could be successfully carried out with alminimum completion requirement of 80% of the number of students.

Keyword: Turbo throwing, modification tools, learning outcomes

Abstrak

Peneletian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh alat modifikasi pembelajaran terhadap hasil belajar lempar turbo. Permasalahan yang dialami peserta didik dalam proses hasil praktik masih rendah, yaitu belum terpenuhinya kriteria ketuntasan minimum (kkm) sebesar 75. Seperti di kelas v yang berjumlah 14 siswa, mereka banyak yang belum memenuhi kkm. Diantaranya siswa yang mendapatkan nilai > 75 yaitu 2 anak, dan yang mendapatkan nilai < 75 sebanyak 12 anak. Berarti yang belum masuk kriteria ketuntasan minimum (kkm) pada kelas V tersebut sebanyak 86% dan yang lulus hanya 14%. Dengan pembelajaran menggunakan alat modifikasi ini dapat meningkatkan hasil belajar siswa dari aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif, serta dapat meningkatkan kualitas belajar. Hasil peningkatan belajar lempar turbo sebesar 50% di siklus I dan di siklus II 86% dan ketuntasan belajar (memenuhi kkm) dapat berhasil terlaksana dengan syarat ketuntasan minimal sebesar 80% dari jumlah siswa.

Kata kunci: Alat modifikasi; lempar turbo; hasil belajar

Received: 17 Oktober 2023 | Revised: 24 Maret 2024

Accepted: 17 Mei 2024 | Published: 30 Juni 2024



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Olahraga menjadi bagian yang penting dalam pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Olahraga pada dasarnya merupakan kebutuhan setiap manusia di dalam kehidupan, agar kondisi fisik dan kesehatan tetap terjaga dengan baik (Juniarto et al., 2022). Menurut (Ilyas & Almunawar, 2020) aktivitas olahraga sangat mempengaruhi kebugaran jasmani seseorang, terlebih lagi memang aktivitas itu memberikan kontribusi langsung pada komponen kebugaran jasmani. Aktivitas olahraga tetap harus disesuaikan dengan usia seseorang, misalnya jenis aktivitas, faktor keselamatan dan peralatan yang digunakan (Prativi et al., 2013). Kebugaran jasmani dapat diperoleh melalui pendidikan jasmani dan kegiatan ekstrakurikuler.

Kebugaran jasmani siswa yang baik akan menjamin kesiapan siswa dalam melaksanakan tugas sehari-hari dan selalu menapakkan penampilan yang optimal (Andra & Putri, 2023). Pendidikan jasmani dapat membantu dalam perkembangan kesehatan dan kebugaran fisik apalagi seorang siswa. pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional (Usman et al., 2019).

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari kehidupan manusia apalagi seorang siswa yang sedang menempuh pendidikan disekolahan. Pendidikan jasmani disekolah mendorong siswa untuk bergerak agar dalam keadaan bugar dan tidak memiliki rasa lelah yang berlebihan hingga mampu tubuh menerima materi disekolah dengan baik (Budiana & Gumilang, 2023). Pendidikan jasmani harus diarahkan kepada hal yang baik, sehingga anak didik mampu mengembangkan keterampilan yang berguna untuk mengembangkan fisik, sosial maupun mentalnya (Rizaldi & Nur, 2022). Dalam pelaksanaan pembelajaran seorang guru harus aktif dalam menciptakan suasana pembelajaran agar siswa mempunyai semangat yang lebih tinggi dan minat belajar siswa meningkat (Lince, 2022).

Pada prinsipnya semua makhluk hidup yang ada dimuka bumi ini memiliki roh dan raga yang tidak terpisahkan. Jika diartikan dengan dunia pendidikan tidak lain satu-satunya dari semua mata pelajaran yang ada disekolah adalah mata pelajaran penjasorkes atau disebut pendidikan jasmani (Sudarsinah, 2021). Pendidikan jasmani adalah sebagai model kurikulum serta instruksi yang dirancang untuk penyampaian program pendidikan jasmani tingkat sekolah dasar dan menengah (Victoria et al., 2021). Pendidikan dapat membuat kita senang dalam melakukannya baik itu di luar maupun di dalam ruangan. Namun sarana dan prasarana juga harus diperhatikan hal ini berpengaruh terhadap jalannya pembelajaran pendidikan jasmani (Nurmai et al., 2018).

Menurut (Ramadhani et al., 2021) kualitas pembelajaran jasmani disekolah dapat dilihat dari faktor, yaitu antara lain faktor guru, siswa, kurikulum, tujuan, metode, sarana dan prasarana. Keberadaan sarana dan prasarana dalam kegiatan pembelajaran merupakan salah satu penunjang yang harus dimiliki setiap sekolah, supaya pembelajaran berjalan dengan lancar dan sesuai tujuan pembelajaran (Yusufi et al., 2022). Dengan hal tersebut sarana dan prasarana merupakan hal yang sangat pokok salah satunya dalam pembelajaran atletik.

Atletik merupakan cabang olahraga yang tidak asing lagi bagi para khalayak yang pernah mengenyam pendidikan (Serah, 2020).

Menurut (Priyono et al., 2022) atletik merupakan kegiatan fisik atau jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan harmonis, yaitu, jalan, lari lompat dan lempar. Atletik juga bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan biomotorik, misalnya, kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelenturan, koordinasi, dan sebagainya. ((Eddy et al., 2017). Dalam pembelajaran olahraga atletik kreatifitas guru sangat diperlukan untuk melahirkan ide gerak yang mudah dilakukan oleh siswa, guru dapat memanfaatkan alat-alat yang sederhana dan terpenting dari semuanya adalah faktor kegembiraan pada anak yang ditimbulkan dari kegiatan tersebut, sehingga anak tertarik untuk menyukai olahraga atletik (Gupita & Wibowo, 2021).

Menurut (Anggraini et al., 2021) dalam atletik terdapat bermacam-macam nomor yaitu jalan, lari, lempar dan lompat. Lempar adalah salah satu nomor yang terdapat dalam cabang olahraga atletik yang selalu diperlombakan (Akkase, 2023). Baik didalam penyelenggaraan pesta-pesta olahraga yang bersifat nasional dan internasional maupun kejuaraan atletik sendiri (Serah, 2020). Lempar juga termasuk salah satu gerakan dasar yang dipelajari di dalam olahraga atletik. Dalam pembelajaran atletik disekolah dasar karakteristik harus diangkat untuk menjembatani antara keinginan guru dan anak, agar pesan dapat tersampaikan sesuai dengan tingkat pengembangannya (Hidayat et al., 2020).

Yang menjadi faktor penting dalam pembelajaran atletik disekolah dasar adalah unsur kegembiraan pada anak yang ditimbulkan pada pembelajaran atletik tersebut (Hidayat et al., 2020). Pada tahap siswa sekolah dasar hal yang paling penting dalam menyajikan gerakan-gerakan dasar olahraga pada anak adalah menyesuaikan kemampuan anak dengan tehnik gerakan, peralatan dan aturan-aturan yang digunakan serta variasi yang menyenangkan (Henjilito et al., 2021). Dalam cabang olahraga atletik, lempar atau melempar bagi anak-anak yang mengenyam pendidikan merupakan salah satu aktivitas pengembangan kemampuan daya geraknya, maka disekolah dalam pendidikan jasmani diajarkan mengenai atletik (Rizky et al., 2013).

Salah satunya lempar lembing dan atau lempar turbo untuk kids atletik. Dalam melakukan aktivitas lempar lembing atau turbo sangat diperlukan power lengan yang kuat dan kelenturan pergelangan tangan yang tepat (Samsudin, 2023). Di dalam tingkatan anak sekolah dasar pembelajaran yang digunakan untuk meningkatkan gerak dasar lempar, salah satunya permainan lempar turbo. Hasil dari observasi bahwa terdapat permasalahan kurangnya nilai hasil belajar siswa dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani yang berpengaruh pada siswa tersebut dalam menyikapi pembelajaran pendidikan jasmani.

Nilai hasil belajar siswa hal tersebut disebabkan siswa dalam melakukan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani siswa tersebut hanya sekedar mengikuti pendidikan jasmani tanpa mengetahui manfaat dari kegiatan pendidikan jasmani yang mereka lakukan tersebut. Padahal dengan mengikuti pendidikan jasmani secara teratur mereka dapat belajar sambil bermain. Dengan kegiatan pembelajaran seperti ini dapat mengembangkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik pada siswa.

Dibalik dari tujuan pendidikan jasmani tersebut penulis menemukan suatu permasalahan ketika melakukan observasi, berdasarkan pengamatan dan penyampaian guru

pendidikan jasmani bahwa pada saat pembelajaran pendidikan berlangsung masih banyak kesalahan dan kekurangan pada teknik dasar lempar turbo sehingga menyebabkan kurangnya nilai hasil belajar pada siswa. Pengamatan merupakan lanjutan dari tahap tindakan, artinya di saat guru melakukan tindakan maka guru langsung melakukan pengamatan (Jalaludin, 2021). Nilai hasil belajar siswa dalam mata pelajaran lempar turbo dengan rata-rata 52,2%, atau bisa dikatakan 2 siswa yang tuntas belajar sesuai dengan kriteria ketuntasan minimum (kkm).

Dengan kurangnya hasil belajar siswa dalam mempraktikkan gerak dasar lempar turbo disebabkan minimnya sarana dan prasarana yang tersedia untuk menunjang kemampuan siswa pada proses pembelajaran. Dengan peralatan yang sedikit terbatas sehingga mengakibatkan siswa lebih banyak menunggu giliran untuk menggunakan alat dan siswa lebih memilih bermain sendiri daripada melakukan pembelajaran. Maka pendidik harus memodifikasi alat lempar turbo menggunakan turbo yang terbuat dari bambu. Selain dari itu pendidik juga memberikan permainan kedalam pembelajaran lempar turbo.

Permainan merupakan kegiatan yang dilakukan sukarela, secara perorangan maupun kelompok, anak-anak maupun dewasa, laki-laki maupun perempuan, yang menjadikan orang bergembira dan senang melakukannya (Siskariyanti, 2016). Permainan yang diterapkan dalam aktivitas pembelajaran lempar turbo ini adalah permainan lempar sasaran yang merupakan target sasarannya terbuat dari kardus bekas yang digantung. Sehingga siswa menjadi bersemangat dengan bertambahnya alat dan ditambahkan permainan pada lempar turbo.

Metode

Metode penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK) atau *classroom action research*. Menurut (Mustafa et al., 2020) yaitu penelitian tindakan kelas diawali dengan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Sampai seterusnya hingga perbaikan atau peningkatan tercapai sesuai harapan (kriteria keberhasilan). Subyek penelitian tindakan kelas (PTK) ini adalah siswa kelas V SDN Karanggupito 1 Kecamatan Kendal Kabupaten Ngawi Tahun pelajaran 2022/2023 dengan jumlah siswa 14 terdiri dari 8 putra dan 6 putri. Teknik pengumpulan data pada penelitian tindakan kelas ini terdiri dari tes dipergunakan untuk mendapatkan data hasil belajar lempar turbo melalui alat modifikasi. Observasi dipergunakan untuk pengumpulan data tentang aktivitas siswa selama kegiatan pembelajaran lempar turbo.

Tabel 1. Instrumen penelitian

No	Jenis Data	Objek Penelitian	Teknik Pengumpulan Data	Instrumen
1	Pembelajaran Lempar Turbo	Siswa	1. Melaksanakan ketangkasan lempar turbo 2. Unjuk kerja pembelajaran lempar turbo	1. Gerak praktik lempar turbo 2. pedoman observasi pelaksanaan kemampuan gerak dasar lempar turbo sesuai rubik penilaian pada RPP
2	Hasil Belajar	Siswa	1. Aktif 2. Kognitif 3. Psikomotorik	1. skala sikap melalui observasi lapangan sesuai dengan rubik penilaian aspek afektif pada RPP

2. Soal tes sesuai dengan rubrik penilaian anak kognitif pada RPP
3. Untuk kerja praktik yang meliputi kemampuan gerak dasar dan ketangkasan lempar turbo sesuai dengan rubrik penilaian aspek psikomotorik pada RPP

Rancangan siklus I ini yaitu perencanaan, tahap pelaksanaan, observasi, refleksi. Sedangkan siklus II ini sama namun lebih perinci dan terfokus lagi data dilapangan maupun sumbernya valid. Validitas merupakan ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila instrumen tersebut menjalankan fungsi ukurnya. Peneliti menggunakan teknik triangulasi untuk mengetahui validitas semua data yang diperoleh dalam penelitian tersebut. Triangulasi menggunakan sumber data untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber (Mekarisce, 2020).

Dalam hal ini sumber yang dilibatkan untuk mengecek data yaitu peneliti, guru kelas, dan siswa. Sedangkan triangulasi menggunakan metode berarti bahwa melakukan pengecekan data-data menggunakan lintas metode pengumpulan atau pembangkitan data. Model dalam pengumpulan data ini berupa observasi dan tes. Adapun untuk uji validitas soal tes, peneliti menggunakan validitas isi. validitas isi adalah validitas yang di lihat dari segi isi tes itu sendiri sebagai alat pengukur hasil belajar peserta didik, isinya telah mewakili secara representatif terhadap keseluruhan materi pembelajaran yang seharusnya diujikan. Maka dari itu peneliti berkonsultasi kepada guru kelas terkait butir soal yang disusun apakah sudah memenuhi seluruh dan kesempurnaan materi yang dijadikan tes.

Tabel 2. Penilaian tes psikomotor

Aspek	Kriteria			
Teknik Memegang Turbo	Gaya dalam langkah kaki melempar (hop cross dan step cross)	Dapat mempraktekan 3 tehknik memegang turbo	Dapat mempraktekan 2 tehnik memegang turbo	Memegang tidak sesuai dengan yang sudah diajarkan
Lencutan Lemparan	4 Hasil lemparan menukik ke depan	3 Sudut lemparan 45 derajat dan lemparan membentuk parabola	2 Ujung turbo tidak menghadap ke depan saat dilempar	1 Gerakan tangan dilemparkan bukan dilecutkan
Rangkaian gerak	4 Setelah melempar tetap seimbng dan tidak melewati garis lintasan yang sudah ditentukan	3 Setelah melempar langkah kaki tidak melebihi batas yang ditentukan	2 Seimbang setelah melempar	1 Jika siswa tidak seimbang atau melewati garis yang ditentukan

4

3

2

1

Tabel 3. Kriteria hasil belajar

Nilai	KKM	Kriteria
< 50	Belum Tuntas	Tidak Baik
51 - 60	Belum Tuntas	Kurang Baik
61 – 71	Belum Tuntas	Cukup Baik
72 - 74	Belum Tuntas	Baik
75 – 80	Tuntas	Baik
> 80	Tuntas	Sangat Baik

Tabel 4. Persentase ketuntasan belajar

%	Kriteria
≥ 81%	Sangat Tinggi
61% - 80%	Tinggi
41% – 60 %	Sedang
21% - 40%	Rendah
≤ 20%	Sangat Rendah

Hasil dan Pembahasan

Hasil

1. Deskripsi pra tindakan

Hasil deskripsi pada pra tindakan sebelum diberikan tindakan dapat dijelaskan masih banyak siswa yang belum mencapai kkm yaitu dari jumlah siswa 14 anak, sejumlah 3 siswa (21%) dari jumlah keseluruhan yang memenuhi hasil belajar kriteria ketuntasan minimum (kkm) 75. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar siswa dalam pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan materi lempar turbo masih rendah. Selanjutnya menyusun tindakan untuk meningkatkan hasil pembelajaran materi lempar turbo, melalui alat modifikasi bambu dan permainan lempar sasaran kardus bekas. Pelaksanaan tindakan dilakukan sebanyak 2 siklus, setiap siklus terdiri dari 4 tahapan, yakni perencanaan, pelaksanaan, observasi, refleksi.

Kondisi awal diukur dari hasil tes dan non tes. Hasil tes yaitu berupa pengetahuan tentang materi lempar turbo dan tes unjuk kerja pada aspek psikomotorik (keterampilan). Sedangkan hasil non tes diperoleh dari pengamatan sikap (aspek afektif) sebelum diberi tindakan berupa pembelajaran dengan menggunakan alat modifikasi. Berikut merupakan data hasil tes awal pada pada siswa kelas V SDN Karanggupito 1 tahun pelajaran 2022/2023 sebelum di berikan tindakan penerapan alat modifikasi dalam kegiatan pembelajaran pra siklus.

Tabel 5. Hasil belajar kondisi awal (pra siklus)

No	Nama	Kondisi Awal		
		Nilai	KKM 75	Kriteria
1	Hle	60	BT	KB

2	Bke	47	BT	TB
3	Apt	67	BT	CB
4	Adpe	79	T	B
5	Abp	59	BT	KB
6	Dwp	46	BT	TB
7	Eaf	51	BT	KB
8	Hha	77	T	B
9	Hta	62	BT	CB
10	Lam	53	BT	KB
11	Mkl	78	T	B
12	Nop	38	BT	TB
13	Hdr	38	BT	TB
14	Wklo	69	BT	B
	Jumlah	824		
	Rata-Rata	58,8		
	Jumlah Tuntas		3 Siswa	
	Jumlah Belum Tuntas		11 Siswa	

Tabel 6. Persentase hasil belajar pada pra siklus

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah	%
< 50	Belum Tuntas	Tidak Baik	4	29%
51 - 60	Belum Tuntas	Kurang Baik	4	29%
61 - 71	Belum Tuntas	Cukup Baik	2	14%
72 - 74	Belum Tuntas	Baik	1	7%
75 - 80	Tuntas	Baik	3	21%
> 80	Tuntas	Sangat Baik	0	0%
	Jumlah		14	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa kondisi awal (pra siklus) hasil belajar siswa dengan kateori baik (tuntas) 3 siswa (21%), baik (belum tuntas) 1 siswa (7%), cukup baik (belum tuntas) 2 siswa (14%), kurang baik (belum tuntas) 4 siswa (29%), Tidak Baik (belum tuntas) 4 siswa (29%). Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar siswa dalam pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan materi lempar turbo masih rendah. Untuk memperbaiki hasil belajar lempar turbo, maka diperlukan penerapan dengan alat modifikasi pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Untuk mengetahui adanya perubahan tindakan tersebut maka diperlukan evaluasi dengan metode observasi serta tes unjuk kerja keterampilan dan pengetahuan dalam materi lempar turbo di akhir siklus. Penelitian bisa dikatakan berakhir apabila tercapainya KKM siswa mencapai 80% dari jumlah keseluruhan siswa. Penelitian tindakan kelas ini meningkatkan kemampuan hasil belajar setelah dilakukan tindakan yaitu dengan alat modifikasi

2. Deskripsi hasil tindakan tiap siklus

1. Siklus I

Keberhasilan siswa terhadap siklus I tersebut belum menunjukkan hasil yang bagus. Hanya beberapa siswa yang dapat melakukan lemparan turbo dengan baik. pembelajaran dengan alat modifikasi membuat siswa antusias dalam praktik lempar turbo. Akan tetapi belum sepenuhnya siswa aktif pada siklus I ini. Misalnya masih ada siswa yang belum bisa bekerja sama dan percaya diri . berikut merupakan hasil tes pada siklus I.

Tabel 7. Hail belajar Siklus I

No	Nama	Kondisi Awal		
		Nilai	KKM 75	Kriteria
1	Hle	79	BT	KB
2	Bke	72	BT	TB
3	Apt	81	BT	CB
4	Adpe	82	T	B
5	Abp	75	BT	KB
6	Dwp	66	BT	TB
7	Eaf	68	BT	KB
8	Hha	82	T	B
9	Hta	67	BT	CB
10	Lam	78	BT	KB
11	Mkl	80	T	B
12	Nop	45	BT	TB
13	Hdr	66	BT	TB
14	Wklo	72	BT	B
Jumlah		1013		
Rata-Rata		72,3		
Jumlah Tuntas			7 Siswa	
Jumlah Belum Tuntas			7 Siswa	

Berdasarkan tabel di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa dari jumlah siswa 14 anak, sejumlah 7 siswa (50%) dari jumlah keseluruhan yang memenuhi hasil belajar kriteria ketuntasan minimum (KKM) yaitu 75. Dari data tersebut diketahui bahwa ada peningkatan hasil belajar dari tes pra siklus ke siklus I yaitu meningkat dengan rata-rata sebesar 13,5% namun dari hasil siklus I masih belum menunjukkan hasil ketuntasan belajar, dikarenakan masih di bawah 80% dari jumlah seluruh siswa. berikut tabel presentase ketuntasan hasil belajar lempar turbo.

Tabel 8. Persentase hasil belajar Siklus I

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah	%
< 50	Belum Tuntas	Tidak Baik	1	7%
51 - 60	Belum Tuntas	Kurang Baik	0	0%
61 – 71	Belum Tuntas	Cukup Baik	5	36%
72 - 74	Belum Tuntas	Baik	1	7%
75 – 80	Tuntas	Baik	4	29%
> 80	Tuntas	Sangat Baik	3	21%
Jumlah			14	100%

Berdasarkan data di atas bahwa pada siklus I dengan kategori sangat baik (tuntas) 3 siswa (21%), baik (tuntas) 4 siswa (29%), baik (belum tuntas) 1 siswa (7%), cukup baik (belum tuntas) 5 siswa (36%), tidak baik (belum tuntas 1 siswa (7%).

2. Siklus II

Siklus II dilaksanakan berdasarakan refleksi dari siklus I. Di siklus II ini peneliti mempersiapkan perencanaan dalam perbaikan dari siklus satu guna mendapatkan hasil yang lebih baik. Pada siklus ini masih menggunakan alat modifikasi sebagai pembelajaran. akan tetapi durasi waktu yang dilakukan dalam peraturan permainan di tambah agar siswa dalam melakukan lemparan ke sasaran bisa lebih baik

Tabel 9. Hasil belajar pada Siklus II

No	Nama	Kondisi Awal		
		Nilai	KKM 75	Kriteria
1	Hle	80	T	B
2	Bke	81	T	SB
3	Apt	85	T	SB
4	Adpe	88	T	SB
5	Abp	82	T	SB
6	Dwp	76	T	B
7	Eaf	77	T	B
8	Hha	82	T	SB
9	Hta	79	T	CB
10	Lam	89	T	SB
11	Mkl	91	T	SB
12	Nop	65	BT	B
13	Hdr	73	BT	B
14	Wklo	81	T	SB
Jumlah		1129		
Rata-Rata		80,6		
Jumlah Tuntas			12 Siswa	
Jumlah Belum Tuntas			2 Siswa	

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa dari jumlah siswa 14 anak, sejumlah 12 siswa (86%) dari jumlah keseluruhan yang memenuhi hasil belajar dengan kriteria ketuntasan minimum (KKM) yaitu 75. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa ada peningkatan hasil belajar dari tes siklus I ke tes siklus II yaitu peningkatan hasil hasil belajar dengan rata-rata sebesar (8,3) hasil tes siklus II ini sudah menunjukkan ketuntasan belajar, dikarenakan hasil ketuntasan belajar di atas 80% dari jumlah keseluruhan siswa. berikut tabel ketuntasan belajar lempar turbo.

Tabel 10. Persentase hasil belajar Siklus II

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah	%
< 50	Belum Tuntas	Tidak Baik	0	0%
51 - 60	Belum Tuntas	Kurang Baik	0	0%
61 - 71	Belum Tuntas	Cukup Baik	1	7%
72 - 74	Belum Tuntas	Baik	1	7%
75 - 80	Tuntas	Baik	4	29%
> 80	Tuntas	Sangat Baik	8	57%
Jumlah			14	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa siklus II hasil belajar siswa dengan kategori sangat baik (tuntas) 8 siswa (57%). Baik (tuntas) 4 siswa (29%). Baik (belum tuntas) 1 siswa (7%). Cukup baik (belum tuntas) 1 siswa (7%).

3. Perbandingan hasil tindakan antar siklus

Perbandingan hasil belajar dari pra siklus, siklus I dan akhir siklus II telah dilaksanakan pada pembelajaran lempar turbo menggunakan alat modifikasi bambu dan permainan mampu meningkatkan siswa.

Tabel 11. Perbandingan ketuntasan siswa selama penelitian

No	Kegiatan Pembelajaran	Tuntas		Tidak Tuntas	
		Jumlah Siswa	%	Jumlah Siswa	%
1	Kondisi Awal	3	21%	11	79%
2	Siklus I	7	50%	7	50%
3	Siklus II	12	86%	2	14%

Tabel diatas menunjukkan adanya peningkatan tingkat keberhasilan ketuntasan belajar siswa dari kondisi awal hingga siklus I ke siklus II. Pada kondisi awal siswa yang mampu tuntas hanya 3 siswa (21%) sedangkan yang belum tuntas ada 11 siswa (79%). Meningkat pada siklus I siswa yang mampu dalam mampu tuntas dalam belajar menjadi 7 siswa (50%) dan yang belum tuntas 7 siswa (50%). Disiklus II siswa yang tuntas meningkat menjadi 12 siswa (86%) dan yang belum tuntas menurun hanya 2 siswa saja (14%).

Tabel 12. Peningkatan ketuntasan belajar siswa.

Keterangan	Pra siklus	Siklus I	Siklus II	Peningkatan
Tuntas	3 siswa	7 siswa	12 siswa	9 siswa
Presentase	21%	50%	86%	64%

Ketuntasan hasil belajar merupakan gabungan dari ketiga aspek yaitu, aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Ketuntasan belajar pada prasiklus sebesar 21%, ketuntasan belajar pada siklus I 50%, ketuntasan belajar pada siklus II 86%. Dapat dilihat dari presentase peningkatan hasil belajar lempar turbo dengan menggunakan alat modifikasi bambu dari prasiklus hingga siklus II sebesar 64% atau meningkat 9 siswa.

Pembahasan

Penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan pada siswa kelas V SDN Karanggupito 1 Kendal Ngawi tidak terdapat banyak penemuan dalam pelaksanaan pembelajaran pada setiap siklusnya, tetapi peneliti berpendapat bahwa materi, kepenguasaan kelas dan memodifikasi pembelajaran menggunakan model pembelajaran memang perlu dilakukan karena dapat memberikan suasana baru dalam pembelajaran yang dilaksanakan. Dari observasi terdapat aktivitas pembelajaran lempar turbo tersebut terlihat siswa lebih aktif serta tidak jenuh pada saat pembelajaran berlangsung secara garis besar pembelajaran lempar turbo menggunakan alat modifikasi bambu ini berjalan dengan baik tanpa terdapat kendala yang berat.

Penelitian tindakan kelas (PTK) yang telah dilaksanakan pada pembelajaran lempar turbo menggunakan alat modifikasi bambu mampu meningkat. Untuk mengetahui peningkatan maka dilakukan tes tulis dan tes praktik (unjuk kerja) pada akhir masing-masing siklus. Berikut merupakan rekap peningkatan ketuntasan belajar siswa.

Grafik Peningkatan hasil belajar siswa kelas V SDN Karanggupito 1 Kendal Tahun Pelajaran 2022/2023

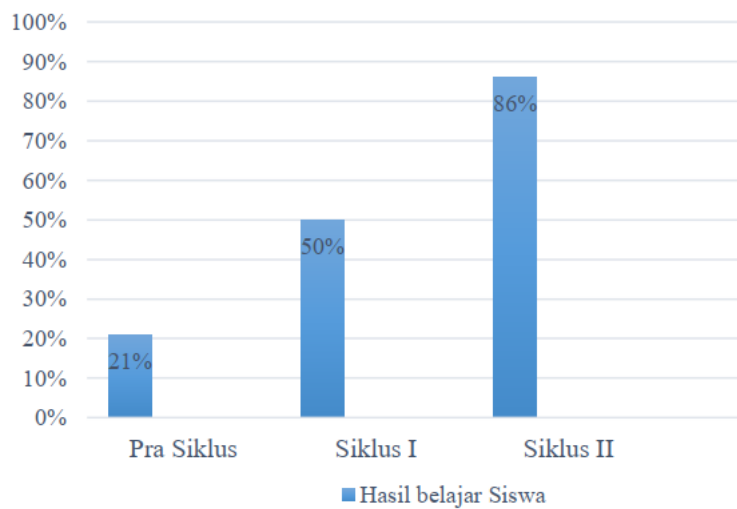


Diagram 1. peningkatan hasil belajar siswa

Ketuntasan hasil belajar merupakan gabungan dari ketiga aspek yaitu, aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Ketuntasan belajar pada pra siklus sebesar 21%, Ketuntasan belajar pada siklus I 50%, Ketuntasan belajar pada siklus II 86%. Dapat dilihat dari presentase peningkatan hasil belajar lempar turbo dengan menggunakan alat modifikasi bambu pada siswa kelas V SDN Karanggupito 1 Kendal Ngawi Tahun Pelajaran 2022/2023 dari pra siklus hingga siklus II sebesar 64% atau meningkat 9 siswa. Karena ketuntasan pembelajaran sudah memenuhi syarat ketuntasan yaitu minimal 80% dari jumlah keseluruhan, maka penelitian berakhir pada siklus II tersebut.

Simpulan

Melalui penerapan alat modifikasi dapat meningkatkan hasil belajar lempar turbo pada siswa kelas V SDN Karanggupito 1 Kendal Ngawi Tahun Pelajaran 2022/2023 ini dapat meningkatkan hasil belajar, ditandai dengan meningkatnya ketuntasan nilai hasil belajar hal ini sejalan dengan hasil data yang diperoleh peneliti pada pra siklus ke siklus I sampai akhir siklus II. Presentase nilai hasil belajar pada pra siklus sebesar 21% atau sejumlah 3 siswa yang mencapai ketuntasan belajar dari 14 siswa keseluruhan, kemudian pada siklus I terjadi peningkatan sebesar 50% atau sejumlah 7 siswa yang mencapai ketuntasan belajar dan pada akhir siklus II meningkat sebesar 86% atau 12 siswa yang mencapai ketuntasan belajar, sehingga peningkatan dari kondisi awal pra siklus hingga akhir siklus II sebesar 64%. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran materi lempar turbo dengan alat modifikasi bambu dan ditambah dengan permainan dapat dijadikan suatu pendekatan pembelajaran lempar turbo untuk kelas v sdn karanggupito 1 kendal ngawi tahun pelajaran 2022/2023. Sehingga dapat meningkatkan hasil belajar, meningkatkan kualitas pembelajaran serta menciptakan pembelajaran yang aktif, kreatif, inovatif, efektif dan menyenangkan sehingga tujuan pembelajaran bisa tercapai dengan baik.

Pernyataan Penulis

Kami semua penulis menyatakan bahwa naskah penelitian ini tidak pernah dikirim atau di publikasi ke jurnal manapun dan kami bertanggung jawab atas keaslian dari naskah ini. Seluruh penulis berkontribusi dalam menyelesaikan naskah penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Akkase, A. (2023). Analisis Gerak Biomekanika Pada Tolak Peluru Gaya O'Brien. *Journal Physical Health Recreation*, 4(1), 5–11. <https://www.jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JPHR/article/view/1668>
- Andra, A., & Putri, M. W. (2023). Survey Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas IV MI Muhammadiyah Deletukang Tahun Ajaran 2022/2023. *Jurnal Olahraga Kebugaran dan Rehabilitasi (JOKER)*, 3(1), 64–70. <https://doi.org/10.35706/joker.v3i1.7571>
- Anggraini, A., Ridwan, M., Hadi, A., & Vahlepi, A. (2021). Peningkatan Lompat Jauh Melalui Penerapan TGT (Teams Games Tournament) di SDN 08 Delta Pawan Ketapang. *Jurnal Locomotor Ilmu Keolahragaan*, 8(9), 1–7. <https://locomotor.untan.ac.id/index.php/fe/article/view/66>
- Budiana, D., & Gumilang, E. S. (2023). Penerapan Pendekatan Stem Berbasis Srl Terhadap Pengembangan Life Skills dan Gerak Dasar Penjas di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 12(1), 1–10. <https://journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/olahraga/article/view/4738>
- Eddy, Purnomo, & Dapan. (2017). Dasar-Dasar Gerak Atletik. In *Alfamedia*.
- Gupita, E. C., & Wibowo, A. T. (2021). Upaya Meningkatkan Motivasi Siswa Belajar Olahraga Lempar Lembing dengan Media Lempar Rocket di Sekolah Dasar Negeri 01 Buay Runjung. *Jurnal Olympia*, 3(1), 9–17. <https://doi.org/10.33557/jurnalolympia.v3i1.1400>
- Hidayat, A., Pratama, R., & Hardiono, B. (2020). Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Atletik dengan Menggunakan Metode Sirkuit pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 92–100. <https://doi.org/10.21831/jpji.v16i1.30792>
- Ilyas, I., & Almunawar, A. (2020). Profil Kebugaran Jasmani Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (Joki)*, 1(1), 37–45. <https://doi.org/10.55081/joki.v1i1.297>
- Jalaludin. (2021). Penelitian Tindakan Kelas (Prinsip dan Praktik Instrumen Pengumpulan Data). In *Pustaka Media Guru*.
- Juniarto, M., Subandi, O. U., & Sujarwo, S. (2022). Edukasi Olahraga dalam Upaya Meningkatkan Kebugaran dan Kesehatan Masyarakat Kota Bekasi Provinsi Jawa Barat. *Dharma Raflesia : Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS*, 20(1), 16–23. <https://doi.org/10.33369/dr.v20i1.18759>
- Lince, L. (2022). Implementasi Kurikulum Merdeka untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Sekolah Menengah Kejuruan Pusat Keunggulan. *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIM Sinjai*, 1(1), 38–49. <https://journal.uiad.ac.id/index.php/SENTIKJAR/article/view/829>

- Mekarisce, A. A. (2020). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 145–151. <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.102>
- Mustafa, S., P., Gusdiyanto, H., Victoria, A., Kuku Masgumelar, N., Dyah Lestariningsih, N., Maslacha, H., Ardiyanto, D., Arya Hutama, H., Jerison Boru, M., Fachrozi, I., Isaci Selestiano Rodriquez, E., Bayu Prasetyo, T., & Romadhana, S. (2020). Metodologi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Olahraga. *Universitas Negeri Malang*, 144.
- Nurmai, E., Emral, E., & Suwirman, S. (2018). Kemampuan Guru Motivasi Siswa Sarana dan Prasarana dalam Pembelajaran Penjasorkes Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Negeri 22 Andalas Padang. *Jurnal Menssana*, 3(2), 53–63. <https://doi.org/10.24036/jm.v3i2.79>
- Prativi, G. O., Soegiyanto, & Sutardji. (2013). Pengaruh Aktivitas Olahraga Terhadap Kebugaran Jasmani. *Journal of Sport Sciences and Fitness (JSSF)*, 2(3), 32–36. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf/article/view/3864>
- Priyono, D., Cahyadi, A., Husin, S., & Sulistianta, H. (2022). Pelatihan Dasar Atletik pada Guru Pendidikan Jasmani Se-Kota Bandar Lampung Tahun 2021. *Jurnal JPMIP*, 1(1), 30–33. <https://doi.org/10.23960/jpmip.v1i01.29>
- Raffly Henjilito, Jatra, R., Zulkifli, D., & Aridho, R. (2021). *Pelatihan Atletik Dasar Bagi Guru-Guru*. 4(1).
- Ramadhani, D., Mahardika, I. M. S., & Indahwati, N. (2021). Evaluasi Pembelajaran Pjok Berbasis Daring Terhadap Tingkat Pemahaman dan Motivasi Belajar Siswa Kelas IV - VI SD Negeri Betro, Sedati - Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 7(1), 328–338. <https://doi.org/10.58258/jime.v7i1.1817>
- Rizaldi, F., & Nur, H. (2022). Tinjauan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa yang Merokok di SMP Negeri 5 Pangkalan Koto Baru. *Jurnal JPDO*, 5(5), 1–8. <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/759>
- Rizky, L., Rumini, & Setiawan, I. (2013). Pengembangan Pembelajaran Lempar Lembing Menggunakan Media Roket pada Siswa Kelas IX SMPN 2 Pemalang Tahun Pelajaran 2012/2013. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(7), 459–467. <https://journal.unnes.ac.id/sju/peshr/article/view/1745>
- Samsudin, S. (2023). Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Lempar Lembing pada Siswa Putra Kelas IX SMAN I Monta Kabupten Bima. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 13(1), 13–20. <https://doi.org/10.37630/jpo.v13i1.1010>
- Serah, B. (2020). Pengembangan Pembelajaran Lempar Lembing Menggunakan Media Roket. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 3(1), 111–121. <https://doi.org/10.52060/pgsd.v3i1.400>
- Siskariyanti. (2016). Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Dengan Pendekatan Permainan Berbasis Budaya Lokal Pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V Semester 1. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 03(2), 41–50. <https://jurnalstkipmelawi.ac.id/index.php/JPJKR/article/view/94>
- Sudarsinah. (2021). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Bagi Anak Usia Sekolah Dasar. *Elementa: Jurnal Pgsd Stkip Pgri Banjarmasin*, 3(3), 1–10. <https://doi.org/10.33654/pgsd>

- Usman, K., Aditya, R., & Helmi, B. (2019). Pengembangan Peralatan Modifikasi Atletik pada Pembelajaran PJOK tingkat Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna Medan*, 7(1), 1–7.
- Victoria, A., Mustafa, P. S., & Ardiyanto, D. (2021). Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga berbasis Blended Learning di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(2), 170–183. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4659619>
- Yusufi, C. R., Bachtiar, & Saputri, H. (2022). Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio*, 8(4), 1360–1365. <https://ejournal.unma.ac.id/index.php/educatio/article/view/3516>