



# **Jurnal Bola**

*(Bersama Olahraga Laju Asia)*  
*Research and Learning Physical Education*



ISSN: 2655-1349 (print)  
ISSN: 2655-1357(online)

Halaman 73 - 84  
Volume 1 Nomor 2 Tahun 2018

## **UPAYA PENINGKATAN KUALITAS PEMBELAJARAN PENJAS SISWA KELAS V A DI SEKOLAH DASAR NEGERI 49 PEKANBARU MELALUI PEMBERIAN TES KECIL DI AWAL PROSES PEMBELAJARAN**

**Nurhuda<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

e-mail: [nurhudapku017@gmail.com](mailto:nurhudapku017@gmail.com)

### **Abstrak**

Penelitian merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2017-2018 di SDN 49 Pekanbaru. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani siswa kelas V A di SDN 49 Pekanbaru melalui pemberian tes kecil di awal proses pembelajaran. Dalam penelitian ini peneliti mengumpulkan dua jenis data; kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif diperoleh dari lembar observasi yang disiapkan peneliti sedangkan data kuantitatif didapatkan peneliti melalui capaian nilai setiap siswa pada setiap pertemuannya. Pemilihan kelas VA dalam penelitian ini dilatarbelakangi pada rendahnya rata-rata nilai siswa pada mata pelajaran penjas. KKM yang harus dicapai oleh setiap siswa adalah 80. Pada siklus pertama rata-rata nilai siswa adalah 75. Artinya dibutuhkan siklus kedua untuk menyelesaikan permasalahan ini. Peneliti memberikan tes kecil di awal proses pembelajaran pada setiap pertemuan. Di siklus kedua nilai siswa meningkat menjadi 82. Hal ini berarti seluruh siswa kelas VA sudah mampu mencapai bahkan melampaui KKM yang sudah ditetapkan. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pemberian tes kecil di awal proses pembelajaran dapat meningkatkan kualitas pembelajaran Penjas siswa kelas V A di SDN 49 Pekanbaru.

**Kata kunci:** Latihan variasi dan latihan konvensional, motivasi latihan, kelincahan.

## **Abstract**

This research is a classroom action research conducted in the even semester of the 2017-2018 school year at SDN 49 Pekanbaru. The purpose of this study was to improve the quality of physical education learning for grade V A students at SDN 49 Pekanbaru through giving small tests at the beginning of the learning process. In this study, researchers collected two types of data; qualitative and quantitative. The qualitative data were obtained from the observation sheet prepared by the researcher, while the quantitative data by the researcher was the result of each student at each meeting. The choice of class VA in this study was motivated by the low average score of students in Physical Education subjects. KKM that must be achieved by each student is 80. In the first cycle the average score of students is 75. This means that the second cycle is needed to solve this problem. The researcher gave a small test at the beginning of the learning process at each meeting. In the second cycle the student's score increased to 82. This means that all students in grade VA have been able to exceed the predetermined KKM. Therefore it can be ignored that giving small tests at the beginning of the learning process can improve the quality of Physical Education learning for grade V A students at SDN 49 Pekanbaru.

**Keywords** : Classroom action research; Physical Education; quality of learning; little test

## PENDAHULUAN

Peningkatan kualitas pembelajaran ditandai dengan semakin meningkatnya hasil belajar yang dicapai siswa dalam proses pembelajaran. Tetapi, kenyataan yang dialami oleh Guru Pendidikan Olahraga di Sekolah Dasar Negeri 49 Pekanbaru, hasil belajar Penjas masih belum sempurna dan sering menjadi kendala dalam menentukan keberhasilan siswa. Salah satu penyebab rendahnya hasil belajar pada mata pelajaran pendidikan olahraga adalah masih rendahnya aktivitas siswa dalam proses pembelajaran karena kurang keingintahuan siswa terhadap olahraga yang mereka laksanakan dan tidak terlalu sering ditayangkan dimedia. Bagi siswa olahraga yang mempunyai daya tarik bagi mereka adalah olahraga yang ringan dan tanpa batasan dari pendidik maupun bagi peraturannya.

Berdasarkan observasi, ketika proses pembelajaran berlangsung diperkirakan siswa yang memperhatikan guru yang memberikan materi pelajaran dan yang aktif mengikuti proses pembelajaran sekitar 50%, kegiatan siswa lainnya melirik kiri kanan, membuat gaduh, bercerita dengan teman, serta menunggu guru membiarkan beraktivitas tanpa batasan dan ada juga siswa yang sama sekali tidak mau tahu tentang apa yang kita sampaikan.

Bila guru bertanya tentang materi pelajaran yang baru saja diterangkan hanya sedikit sekali siswa yang mau dan mampu menjawab dengan benar, bahkan siswa yang mengacungkan tangan untuk menjawab pertanyaan guru juga sedikit. Jika ada siswa yang menjawab pertanyaan guru dan ternyata jawaban tersebut kurang tepat maka siswa lain sering menertawakan bahkan ada yang mengeluarkan nada cemooh. Apabila siswa diminta untuk mengoreksi gerakan dari materi pembelajaran, jarang sekali siswa mau untuk memperbaiki gerak tersebut. Bila siswa diberi tugas rumah, hanya sebagian kecil yang mampu mengerjakan dengan benar, karena bagi mereka pembelajaran penjas hanya praktek dan langsung kelapangan. Sebagian besar siswa hanya menyalin atau menyontek tugas temannya di sekolah. Untuk dapat menyontek tugas temannya tersebut siswa sudah berada jauh sebelum jam pelajaran dimulai ataupun siswa

menyalin semua tugas-tugas temannya disaat jam pelajaran lain padahal tugas temannya itu belum tentu benar. Apabila kondisi seperti ini dibiarkan, akan mengakibatkan pelajaran penjas semakin terasa sulit untuk dipahami siswa dan bisa menimbulkan kejenuhan bagi siswa.

Berdasarkan hasil tanya jawab penulis dengan beberapa orang siswa selama mengajar di Sekolah Dasar Negeri 49 Pekanbaru, ternyata siswa yang mampu dengan cepat menyerap materi pelajaran adalah mereka yang belajar di rumah sebelum proses pembelajaran di sekolah berlangsung. Hal ini menunjukkan adanya aktivitas siswa di rumah untuk mempersiapkan diri sebelum belajar di sekolah yaitu dengan membaca materi yang akan dipelajari esok harinya. Sebagian siswa masih menganggap sumber belajar itu adalah guru, tanpa bimbingan guru mereka tidak mau belajar, padahal tugas guru bukanlah sumber utama dalam proses pembelajaran melainkan sebagai fasilitator.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Sanjaya (2006: 148) sebagai fasilitator guru berperan memberikan pelayanan untuk memudahkan siswa dalam kegiatan proses pembelajaran.

Berdasarkan permasalahan diatas, penulis berupaya memberikan motivasi kepada seluruh siswa untuk mempelajari materi yang akan dipelajari dan mengikuti kuis sebelum proses pembelajaran berlangsung. Dengan membaca materi yang akan dipelajari diharapkan siswa mengenal materi pelajaran sekaligus memiliki pengetahuan awal (*prior knowledge*) tentang konsep pelajaran yang akan dipelajari. Oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti "Upaya Peningkatan Aktivitas dan Hasil Belajar Penjas Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 49 Pekanbaru Melalui Pemberian Tes Kecil di awal Proses Pembelajaran".

## **METODE**

Sesuai dengan permasalahan dan tujuan penelitian, maka jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas merupakan bentuk penelitian yang dilaksanakan secara langsung oleh guru dalam praktek pembelajaran, dimana guru (peneliti) mengadakan tindakan tertentu berdasarkan

masalah- masalah penting di lapangan yang harus segera diatasi. Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 49 Pekanbaru Waktu penelitian pada semester II April- Juni tahun pelajaran 2017/2018.

Kelas yang menjadi subjek penelitian adalah kelas VA yang siswanya berjumlah 30 orang. Kelas VA merupakan kelas yang mempunyai potensi untuk ditingkatkan prestasinya tetapi sebagian besar siswanya kurang aktif dalam proses pembelajaran.

Penelitian tindakan kelas ini menggunakan model yang dikembangkan oleh Kemmis dan Mc. Teggart, terdiri dari dua siklus tiap siklus terdiri atas perencanaan (*plan*), tindakan (*action*), pengamatan (*observation*), dan perenungan (*reflection*). Pelaksanaan tiap siklus terdiri dari 3 kali pertemuan dengan perincian 2 kali pertemuan untuk melaksanakan proses pembelajaran dan 1 kali pertemuan (2x45 menit) untuk evaluasi.

Untuk mengumpulkan data dalam penelitian tindakan kelas ini, peneliti menggunakan 3 jenis instrumen sebagai berikut:

1. Lembar Diskusi Siswa yaitu LDS yang berisi petunjuk bagi siswa dalam belajar dan bekerja.
2. Lembar observasi
3. Hasil tes kecil (kuis) dan uji gerak.

Teknik analisis data pada penelitian ini terdiri dari dua macam yaitu analisis aktivitas dan rata- rata kelas setiap tes kecil serta rata- rata ulangan harian. Untuk melihat aktivitas belajar siswa dalam proses belajar mengajar, maka hasil observasi dianalisis dengan cara menentukan persentase setiap aktivitas yang diamati dengan teknik persentase seperti yang dikemukakan Warnelis (2001: 15)

$$\text{Persentase aktivitas} = \frac{\text{Jumlah siswa aktif}}{\text{Jumlah siswa seluruhnya}} \times 100\%$$

Untuk melihat peningkatan aktivitas satu pertemuan ke pertemuan berikutnya diperlukan suatu standar penelitian. Arikunto (1997: 271) menetapkan selang persentase untuk menentukan sebutan penilaian tersebut seperti tabel 1 berikut:

**Tabel 1: Interval Penilaian Aktivitas Belajar**

Persentase Aktivitas Belajar (AB) kualitatif	Sebutan kualitatif
$0 < AB \leq 20$	Kurang sekali
$20 < AB \leq 40$	Kurang
$40 < AB \leq 60$	Sedang
$60 < AB \leq 80$	Baik
$80 < AB \leq 100$	Baik sekali

Data yang diperoleh dari setiap tes kecil dan uji kemampuan gerak dengan menggunakan rumus rata- rata yaitu:

$$\bar{X} = \frac{X}{N}$$

Dengan:  $\bar{X}$  = nilai rata- rata tes kecil

X = jumlah nilai peserta tes kecil

N = jumlah peserta tes kecil (Arikunto, 1997: 271).

Nilai rata- rata tes kecil dan rata- rata uji gerak tersebut dijadikan sebagai pembanding dari nilai rata- rata tes kecil dan rata- rata uji gerak sebelumnya sehingga diperoleh konsep:

1. Bila nilai rata- rata tes kecil dan nilai rata- rata uji gerak meningkat dari nilai rata- rata tes kecil dan nilai rata- rata uji gerak sebelumnya hasil belajar dikatakan meningkat.
2. Bila nilai rata- rata tes kecil dan nilai rata- rata uji kemampuan gerak tetap, berarti hasil belajar tidak meningkat.
3. Bila nilai rata- rata tes kecil dan nilai rata- rata uji kemampuan gerak menurun dari nilai rata- rata tes kecil dan nilai rata- rata uji kemampuan gerak sebelumnya hasil belajar dikatakan menurun.

Untuk mengukur penilaian hasil belajar dari tes kecil dan uji kemampuan

gerak dilakukan analisis dengan menggunakan kriteria ketuntasan belajar yang dicantumkan dalam petunjuk teknis GBPP 1994 hal 34 yaitu:

- a. Siswa dikatakan tuntas belajar jika siswa tersebut telah menguasai 65% dari materi yang diuji.
- b. Siswa dikatakan tuntas belajar secara klasikal jika 85% dari seluruh pengikut tes sudah menguasai 65% materi yang diajar

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 49 Pekanbaru pada Semester Genap tahun ajaran 2017/2018. Peneliti memilih Kelas V A karena kelas ini yang memiliki rata-rata nilai Penjas yang terendah di SDN 49 Pekanbaru. KKM mata pelajaran Penjas untuk Kelas V adalah 80 sedangkan nilai rata-rata Penjas Kelas V A 70 untuk kelas V B adalah 83. Sebelum melaksanakan penelitian tindakan kelas, peneliti mempersiapkan RPP yang digunakan dalam upaya peningkatan aktivitas dan hasil belajar siswa kelas VA untuk mata pelajaran Penjas. RPP yang disiapkan untuk 3 kali pertemuan setiap siklusnya. Pada penelitian tindakan kelas ini terdapat dua siklus karena pada siklus pertama nilai rata-rata siswa belum mencapai KKM. Hal ini bisa terlihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Capaian Siswa Setiap Siklus

KKM	Rata-Rata Siklus I	Rata- Rata Siklus II

Berdasarkan tabel di atas, terlihat jelas bahwa pada siklus pertama, nilai siswa belum mencapai ketuntasan. Oleh karena itu peneliti melanjutkan ke siklus ke II. Pada pertemuan pertama siklus I, peneliti yang menjadi guru dalam penelitian ini memberikan arahan di dalam kelas tentang apa yang akan dipelajari pada hari itu, terlihat kebanyakan siswa tidak memperhatikan guru dalam memberikan arahan. Karena dalam penelitian ini peneliti menggunakan tes kecil dalam upaya peningkatan aktivitas dan hasil belajar siswa, jadi siswa diberikan kuis yang berisi 3 pertanyaan tentang teori yang sudah disampaikan guru. Siswa yang bisa menjawab dengan benar

seluruhnya diizinkan ke lapangan untuk mempraktekan teori lebih dulu. Hanya beberapa siswa yang mampu. Pada akhir pertemuan ini, guru kembali memberikan beberapa pertanyaan untuk dijawab siswa. Jawaban berupa gerakan yang dilakukan siswa. Hanya 5 orang siswa yang mampu menjawab dengan sempurna.

Pada pertemuan kedua siklus I, guru kembali memberikan beberapa pertanyaan setelah memberikan penjelasan. Jawaban siswa dalam bentuk tulisan. 50% siswa mampu menjawab dengan benar. Ketika di lapangan, guru kembali memberikan tes kecil untuk mengetahui kemampuan siswa, terlihat ada kemajuan walaupun tidak signifikan. 45% siswa mampu menjawab dengan baik.

Diakhir pertemuan siklus pertama, guru memberikan tes untuk mengetahui kemampuan siswa dalam pelajaran Penjas. Rata-rata nilai siswa di kelas V A adalah 75 sementara KKM pelajaran siswa kelas V adalah 80 artinya siswa kelas V A belum tuntas. Oleh karena itu, peneliti melanjutkan ke siklus ke II. Pada pertemuan pertama di siklus II, guru memberikan motivasi kepada siswa agar siswa mampu menjawab dengan baik seluruh pertanyaan kuis. 60% siswa mampu menjawab dengan baik. Pada pertemuan kedua siklus II, kuis yang diberikan dalam bentuk lisan. Siswa terlihat antusias dalam menjawab pertanyaan. Siswa yang mampu menjawab, diizinkan memberikan pertanyaan kepada siswa lain. Suasana kelas menjadi penuh semangat, siswa tampak termotivasi dalam memberikan pertanyaan dan menjawab pertanyaan berdasarkan materi yang sudah diajarkan. 90% siswa mampu memberikan jawaban benar. Hal ini juga terlihat pada pertemuan akhir siklus II. Rata-rata nilai Penjas siswa kelas V A meningkat signifikan.

#### **A. Pembahasan**

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang memiliki empat langkah pada setiap pertemuannya yaitu sebagai berikut:

##### **1. Rencana (*plan*)**

Pada tahap ini, peneliti membuat rancangan jadwal pertemuan pelajaran Penjas sebagai berikut:



Tabel 3. Jadwal Pertemuan Siklus I

No.	Hari	Tanggal	Materi
1.	Selasa	14 Agustus 2018	Pengertian permainan bolabasket
2.	Selasa	21 Agustus 2018	Gerakan dasar Permainan Bola Basket
3.	Selasa	11 September 2018	Evaluasi

Setelah melaksanakan Siklus I dan evaluasi, diketahui hasil rata-rata nilai siswa belum tuntas, maka peneliti membuat rencana pertemuan untuk Siklus II, yaitu:

Tabel 4. Jadwal Pertemuan Siklus II

No.	Hari	Tanggal	Materi
1.	Selasa	25 September 2018	Pengertian Gerak Dasar
2.	Selasa	9 Oktober 2018	Kombinasi gerakan dasar jalan, lari, lompat dan lempar
3.	Selasa	16 Oktober 2018	Evaluasi

Setelah itu langkah selanjutnya adalah sebagai berikut:

- a. Menyiapkan rencana pembelajaran
- b. Menyiapkan Lembar Diskusi Siswa (LDS)
- c. Menyiapkan lembar pengamatan aktivitas siswa dalam belajar
- d. Mempersiapkan soal tes kecil
- e. Mempersiapkan tes ulangan harian

## 2. Pelaksanaan tindakan (*action*)

Adapun pelaksanaan tindakan yang dilakukan adalah:

- a. Mengingatkan pada siswa bahwa di awal pelajaran diadakan tes kecil.
- b. Guru melaksanakan proses pembelajaran yaitu:
  - 1) Memberikan apersepsi dan motivasi
  - 2) Memberikan LDS sebagai bahan diskusi
  - 3) Mempresentasikan hasil diskusi

- 4) Melengkapi hasil diskusi
- 5) Mengarahkan siswa untuk membuat rangkuman dan memberikan tugas rumah.

c. Memberikan tes kecil dengan langkah- langkah sebagai berikut:

- 1) Siswa menyediakan kertas satu lembar untuk jawaban tes kecil
- 2) Guru membacakan soal yang telah disiapkan
- 3) Lembaran jawaban dikumpulkan langsung oleh siswa kepada guru
- 4) Lembaran jawaban diperiksa, dinilai kemudian diserahkan kepada siswa pada pertemuan berikutnya untuk dapat memperagakan gerakan dari apa yang dituliskannya saat tes kecil.

### **3. Pengamatan (*Observation*)**

Hal- hal yang diamati adalah aktivitas verbal, aktivitas non-verbal dan aktivitas mental. Aktivitas verbal meliputi kegiatan siswa mengajukan pertanyaan pada guru atas materi pelajaran yang sedang berlangsung, menjawab pertanyaan dari guru atau teman sekelas, mendengarkan uraian materi pelajaran. Aktivitas non-verbal seperti memperagakan gerak dan menyelesaikan tugas rumah. Sementara aktivitas mental meliputi keseriusan siswa mengikuti tes dan uji fisik.

Diharapkan pemberian uji kemampuan di akhir jam pelajaran membuat suasana kelas menjadi hidup (bergairah). Gairah ini muncul akibat bertambahnya aktivitas verbal, aktivitas nonverbal serta aktivitas mental. Meningkatnya aktivitas ini diduga akan meningkatkan hasil belajar siswa. Dalam pengamatan ini peneliti dibantu oleh seorang pengamat yang akan mengamati dan mengisi lembar observasi yang sudah disiapkan.

### **4. Refleksi (*reflection*)**

Dari aktivitas yang dilakukan siswa selama mengikuti pelajaran, telah sampai dimana peningkatan atau penurunan aktivitas tersebut. Hasil tes kecil akan meningkat jika didukung oleh peningkatan terhadap aktivitas.

Tes kecil dilaksanakan 15 menit sebelum pelajaran berakhir. Setiap siswa mengerjakan tes kecil pada lembar jawaban yang disediakan sendiri, Setelah pelaksanaan tes kecil berakhir, maka lembar jawaban langsung dikumpulkan oleh siswa pada guru. Dan langsung mengadakan uji coba gerak, Lembar jawaban tes kecil diperiksa, diberi nilai dan ditentukan rata-rata kelasnya. Kemudian peneliti melakukan diskusi guna mengambil langkah perbaikan pada pertemuan selanjutnya. Pada dasarnya setiap siklus mempunyai tindakan yang sama yaitu pemberian uji tes di akhir jam pelajaran, tetapi beda perlakuannya.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan penelitian tindakan kelas yang dilakukan di SDN 49 Pekanbaru Pemberian tes kecil di awal pertemuan mampu meningkatkan aktivitas dan hasil belajar siswa kelas V A dalam mata pelajaran Penjas. Metode ini mampu memotivasi siswa. Itu semua tidak lepas dari motivasi dari dirinya dan motivasi dari luar yaitu guru. Penulis mengemukakan beberapa saran demi kepentingan bersama yaitu sebagai berikut :

1. Perlu adanya ketegasan kedisiplinan dan ketertiban bagi siswa dan perangkat sekolah yang melanggar peraturan.
2. Lebih dilengkapi fasilitas-fasilitas yang berguna untuk mendukung kelancaran proses belajar mengajar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Abu. 1990. *Teknik Belajar Yang Efektif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 1997. *Dasar- Dasar Evaluasi Pendidikan*. Bandung: Bina Aksara.
- BSNP (Badan Standar Nasional Pendidikan). 2007. *Model Pembelajaran IPA Terpadu*. Jakarta: Depdiknas.
- Prayitno, Elida. 1989. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Depdikbud Dikti P2LPTK.
- Sanjaya, Wina. 2006. *Pembelajaran Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Kencana Persada Media Grup.
- Sadirman, A.M. 1996. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Slameto. 2001. *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.