



Global Journal Sport

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gis>

Volume 3, Nomor 1 Maret 2025

e-ISSN: 2762-1436

DOI.10.35458

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK NON LOKOMOTOR KELAS IV MELALUI PEMBELAJARAN LEMPAR BOLA PADA SISWA SD PERUMNAS II

Aditya¹, Muhammad Rachmat Kasmad², Eny Wahyuni³

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email : 1ppg.aditya97630@program.belajar.id

²Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email : 2m.rachmat.k@unm.ac.id

³UPT SPF SDN PERUMNAS II MAKASSAR

Email. 3enhi.wahyuni1758@gmail.com

Artikel info	Abstrak
<i>Received: 02-01-2025</i>	
<i>Revised: 03-01-2025</i>	
<i>Accepted: 04-02-2025</i>	
<i>Published, 31-03-2025</i>	
	Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa melalui penerapan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) di SDN Mattoangin II, Kota Makassar, pada siswa kelas IV. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus yang meliputi tahap pra-siklus, Siklus I, dan Siklus II, dengan melibatkan 21 siswa. Instrumen penilaian mencakup tiga aspek, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor, yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan, perilaku, dan keterampilan siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada data awal, 23,81% siswa mencapai ketuntasan. Setelah tindakan dilakukan pada Siklus I, 38,10% siswa tuntas, dan pada Siklus II, jumlah siswa yang tuntas meningkat menjadi 71,43%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa PTK efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa, meskipun masih ada sebagian siswa yang belum tuntas. Penelitian ini menyimpulkan bahwa perbaikan berkelanjutan dalam pembelajaran melalui PTK dapat meningkatkan kualitas pendidikan dan hasil belajar siswa.

Key words:

Penelitian Tindakan
Kelas, hasil belajar,
pembelajaran,
perbaikan
berkelanjutan.

artikel global journal sport dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



PENDAHULUAN

Pembelajaran yang melibatkan berbagai aspek seperti sikap, pengetahuan, keterampilan, serta nilai-nilai moral atau karakter membantu siswa membangun dasar yang kuat untuk kehidupan mereka (Al Mubarroh et al., 2024).

Penelitian mengenai upaya meningkatkan kemampuan gerak non-lokomotor pada siswa kelas IV melalui pembelajaran lempar bola di SD Perumnas II sangat penting untuk dilakukan. Gerak non-lokomotor mencakup berbagai aktivitas fisik yang tidak melibatkan perpindahan tempat, seperti melompat, melempar, dan menangkap. Kemampuan ini merupakan dasar bagi pengembangan keterampilan motorik yang lebih kompleks di masa depan. Oleh karena itu, fokus penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi metode efektif dalam meningkatkan kemampuan gerak non-lokomotor siswa melalui pembelajaran lempar bola.

Latar belakang penelitian mengenai upaya meningkatkan kemampuan gerak non-lokomotor kelas IV melalui pembelajaran lempar bola pada siswa SD Perumnas II sangat penting untuk dikaji, mengingat peran gerakan dalam perkembangan motorik anak. Gerak non-lokomotor mencakup berbagai aktivitas yang tidak melibatkan perpindahan tempat, seperti melempar dan menangkap bola, yang dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan fisik dan koordinasi. Kemampuan motorik anak, terutama di usia sekolah dasar, merupakan faktor kunci dalam pembentukan dasar yang kuat untuk aktivitas fisik di masa depan. Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas bermain dan olahraga dapat meningkatkan kemampuan motorik siswa, termasuk ketangkasan dan keseimbangan (Guntoro, 2013). Oleh karena itu, pembelajaran yang efektif dalam gerak non-lokomotor perlu diterapkan di sekolah. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan ini adalah melalui pembelajaran lempar bola. Aktivitas ini tidak hanya melatih kekuatan otot, tetapi juga meningkatkan koordinasi antara mata dan tangan, serta konsentrasi siswa. Dalam konteks pendidikan jasmani, lempar bola bisa menjadi alat yang efektif untuk mengajarkan prinsip dasar gerakan non-lokomotor.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, terdapat hubungan positif antara aktivitas fisik dan kemampuan motorik anak. Siswa yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan olahraga cenderung memiliki keterampilan motorik yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang kurang aktif. Oleh karena itu, penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendorong siswa untuk terlibat dalam aktivitas fisik secara rutin. Selain itu, penerapan metode pembelajaran yang inovatif seperti model kooperatif dapat meningkatkan motivasi siswa dalam berlatih melempar bola. Model ini memungkinkan siswa untuk bekerja sama dalam kelompok, sehingga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan interaktif (Rijal, 2017). Penelitian menunjukkan bahwa metode pembelajaran kooperatif dapat meningkatkan hasil belajar siswa secara signifikan.

Di samping itu, pelatihan gerak non-lokomotor juga berkontribusi pada perkembangan sosial dan emosional siswa. Melalui interaksi dengan teman sebaya selama latihan, siswa belajar bekerja sama dan membangun rasa percaya diri (Karim & Jahrir, 2022). Hal ini sangat penting dalam konteks pendidikan dasar, di mana perkembangan sosial anak sangat dipengaruhi oleh pengalaman belajar mereka.

Pentingnya penelitian ini juga didukung oleh kebutuhan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan motorik siswa. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor seperti kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan melempar dan menangkap bola. Dengan memahami faktor-faktor ini, guru dapat merancang program pelatihan yang lebih efektif. Dalam konteks SD Perumnas II, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pembelajaran lempar bola dalam meningkatkan kemampuan gerak non-lokomotor siswa kelas IV. Dengan menggunakan pendekatan berbasis permainan, diharapkan siswa dapat lebih mudah memahami teknik melempar dan menangkap bola serta meningkatkan keterampilan motoriknya secara keseluruhan.

Melalui penelitian ini, diharapkan akan diperoleh data yang valid tentang peningkatan kemampuan gerak non-lokomotor siswa setelah mengikuti program pembelajaran lempar bola. Hasil dari penelitian ini dapat menjadi acuan bagi guru pendidikan jasmani dalam merancang kurikulum dan kegiatan belajar mengajar yang lebih efektif (Suardi, 2018). Secara keseluruhan, latar belakang penelitian ini menekankan pentingnya pengembangan kemampuan gerak non-lokomotor melalui pembelajaran lempar bola di sekolah dasar. Dengan pendekatan yang tepat, diharapkan siswa tidak hanya dapat meningkatkan keterampilan fisiknya tetapi juga mendapatkan manfaat sosial dan emosional dari kegiatan tersebut.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan siklus karena merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan untuk mengatasi masalah yang terjadi di dalam kelas, dengan fokus pada permasalahan yang berkaitan dengan proses pembelajaran antara siswa dan guru (Syaifudin, 2021). Penelitian ini dilaksanakan dalam tiga tahap, yaitu pra-siklus, Siklus I, dan Siklus II, serta penyusunan laporan yang dilakukan sepanjang Agustus 2024, dengan melibatkan 21 siswa. Pemilihan kelas ini didasarkan pada adanya kekurangan dalam proses pembelajaran gerak non lokomotor yang diterapkan oleh guru PJOK di kelas V. Instrumen penilaian yang digunakan mencakup tiga aspek, yaitu aspek kognitif yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan siswa mengenai; aspek afektif yang menilai perilaku siswa selama proses pembelajaran, mulai dari pertemuan pertama hingga tes akhir; dan aspek psikomotor yang berfokus pada kemampuan siswa dalam melakukan praktik pelajaran pendidikan jasmani.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Data Awal

Tabel 4.1 Deskripsi Data Awal

No	Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
1	>75	5	23.81%
2	<75	16	76.19%
	Jumlah	21	100%

Tabel 4.1 menyajikan deskripsi data awal yang menunjukkan distribusi ketuntasan belajar siswa sebelum tindakan dilaksanakan. Dari 21 siswa yang dianalisis, hanya 5 siswa (23,81%) yang mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara 16 siswa (76,19%) memiliki nilai di bawah 75, yang berarti mereka belum tuntas dalam pembelajaran pada saat data awal dikumpulkan. Persentase ketuntasan yang rendah ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum mencapai hasil yang diharapkan dalam proses pembelajaran pada tahap awal, yang kemudian menjadi dasar untuk dilakukannya tindakan perbaikan melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

Setelah dilakukan tindakan pra siklus menunjukkan hasilnya pada Tabel 1. Selanjutnya Desain yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas 2 siklus berulang yang meliputi Siklus I dan Siklus II. Berdasarkan tindakan yang telah dilakukan pada setiap siklus, maka dapat diketahui peresntase proses dan hasil belajar yang di dapat dari kegiatan pembelajaran pada siklus I dan Siklus II. Hasil yang telah diperoleh tersebut akan dipaparkan seperti di bawah ini:

Tabel 4.2 Hasil Berdasarkan Siklus I dan II

No	Ketuntasan	Siklus I	Persentase	Siklus II	Persentase
1	>75	8	38.10%	15	71.43%
2	<75	13	61.90%	6	28.57%
	Jumlah	21	100%	21	100%

Tabel 4.2 menunjukkan hasil ketuntasan belajar siswa pada Siklus I dan Siklus II. Pada Siklus I, sebanyak 8 siswa (38,10%) berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara 13 siswa (61,90%) masih memiliki nilai di bawah 75. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun ada peningkatan dibandingkan dengan data awal, masih ada sebagian besar siswa yang belum mencapai ketuntasan. Namun, setelah penerapan tindakan pada Siklus II, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana 15 siswa (71,43%) berhasil mencapai nilai di atas 75, sedangkan hanya 6 siswa (28,57%) yang masih berada di bawah ketuntasan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa tindakan yang diambil dalam Siklus II lebih efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa, dan memberikan dampak positif terhadap ketuntasan belajar mereka.

Berdasarkan hasil yang disajikan dalam Tabel 4.1 dan Tabel 4.2, dapat dilihat perkembangan yang signifikan dalam hasil belajar siswa melalui penerapan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus. Pada data awal, hanya 5 siswa (23,81%) yang mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sedangkan 16 siswa (76,19%) masih berada di bawah ketuntasan. Hal ini menunjukkan bahwa pada awalnya, proses pembelajaran yang diterapkan belum cukup efektif untuk meningkatkan pemahaman siswa.

Namun, setelah diterapkannya tindakan pada Siklus I, terjadi peningkatan yang cukup baik meskipun masih terdapat sebagian besar siswa yang belum mencapai ketuntasan. Pada Siklus I, 8 siswa (38,10%) berhasil mencapai nilai di atas 75, sementara 13 siswa (61,90%) masih belum tuntas. Peningkatan ini menunjukkan bahwa tindakan yang diterapkan mulai

memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran, meskipun belum sepenuhnya optimal.

Yang lebih menggembirakan, pada Siklus II, hasil belajar siswa mengalami lonjakan yang signifikan. Sebanyak 15 siswa (71,43%) berhasil mencapai ketuntasan, sementara hanya 6 siswa (28,57%) yang masih berada di bawah ketuntasan. Peningkatan ini menandakan bahwa langkah-langkah perbaikan yang diterapkan dalam Siklus II lebih efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan PTK melalui siklus-siklus tindakan yang dilakukan berhasil memberikan dampak positif terhadap peningkatan hasil belajar siswa, dan menunjukkan bahwa perbaikan berkelanjutan dalam proses pembelajaran dapat memperbaiki kualitas pembelajaran secara keseluruhan.

Namun, meskipun terdapat kemajuan yang signifikan, beberapa siswa masih belum mencapai ketuntasan pada Siklus II, yang menunjukkan bahwa mungkin diperlukan strategi pembelajaran tambahan atau lebih spesifik untuk siswa-siswa tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa PTK bukan hanya berfokus pada pencapaian hasil yang lebih baik secara umum, tetapi juga membuka ruang untuk pengembangan lebih lanjut dalam pendekatan pengajaran yang lebih sesuai dengan kebutuhan individu siswa.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) berhasil meningkatkan hasil belajar siswa. Berdasarkan data, terjadi peningkatan ketuntasan belajar dari 23,81% pada data awal menjadi 71,43% pada Siklus II. Hal ini menunjukkan bahwa tindakan perbaikan yang diterapkan dalam siklus-siklus tersebut efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa. Meskipun masih ada sebagian siswa yang belum tuntas, hasil ini membuktikan bahwa PTK dapat meningkatkan kualitas pembelajaran dan hasil belajar siswa secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Mubarroh, N. R., Wibowo, S., & Zakaria, M. R. (2024). Penerapan Pembelajaran Berbasis Permainan Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Materi Gerak Lokomotor. *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara*, 1(4), 5708–5718.
- Guntoro, T. S. (2013). Aktivitas Bermain Kemampuan Motorik Siswa Kelas VI SD Inpres Perumnas I Waena. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, 1(1).
- Karim, A., & Jahrir, A. S. (2022). Korelasi Komponen Fisik Dengan Hasil Belajar Dribbling Sepak Bola. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 2(2), 109–116.
<https://doi.org/10.55081/joki.v2i2.589>
- Rijal, N. S. (2017). Upaya meningkatkan kemampuan melempar dan menangkap bola dalam permainan kasti melalui model pembelajaran kooperatif tipe teams games tournament (TGT) pada siswa kelas IV/A SD Inpres Perumnas Antang II/I Kec. Manggala Kota Makassar. *Makassar : Universitas Negeri MAKASSAR*.
- Suardi. (2018). *MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR MELEMPAR BOLA KECIL DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI MELALUI PENDEKATAN BERMAIN SISWA KELAS III SDN MALAKA JAYA 05 PAGI JAKARTA TIMUR*. Universitas Negeri Jakarta.
- Syaifudin, S. (2021). Penelitian Tindakan Kelas. *Journal Of Islamic Studies*, 1(2).

