



Global Journal Sport

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

Volume 1, Nomor 1 Maret 2023

e-ISSN: 2762-1436

DOI.10.35458

IMPLEMENTASI METODE PEMBELAJARAN *THE POWER OF TWO* UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN DASAR LEMPAR DAN TANGKAP BOLA DALAM PERMAINAN BOLA BESAR

ALDI RINATA

PJOK, Universitas Negeri Makassar

Email: aldirinata017@gmail.com

Artikel info

Abstrak

Tulisan ini merupakan hasil penelitian yang membahas tentang Implementasi Metode Pembelajaran *The Power Of Two* Untuk Meningkatkan Keterampilan Dasar Lempar Dan Tangkap Bola Dalam Permainan Bola Besar Untuk Siswa Kelas vii Smp Negeri 3 Bangkala Barat. Penelitian ini bertujuan untuk: 1) untuk mendeskripsikan proses pembelajaran *The Power of Two* pada mata pelajaran PJOK pokok bahasan permainan bola besar pada siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Bangkala Barat. 2) Untuk mengetahui peningkatan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar siswa kelas VII A SMP Negeri 3 Bangkala Barat melalui penerapan metode pembelajaran *The Power of Two*. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa tes, observasi, dan wawancara. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 3 Bangkala Barat. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa siswi kelas VII A SMP Negeri 3 Bangkala Barat yang berjumlah 25 siswa. hasil kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama tiga siklus, dan berdasarkan seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa 1) pembelajaran PJOK materi permainan bola besar dengan metode pembelajaran *the power of two* memiliki dampak positif dalam meningkatkan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola pada permainan bola besar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu siklus I (64,29%), siklus II (82,14%), siklus III (100%). 2) Penerapan metode pembelajaran *the power of two* mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan motivasi belajar siswa yang ditunjukkan bahwa siswa tertarik dan berminat dengan metode pembelajaran *the power of two* sehingga mereka menjadi termotivasi untuk belajar.

Key words:

Keterampilan lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar



artikel global teacher professioanl dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0

PENDAHULUAN

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang begitu pesat, serta globalisasi yang melanda dunia termasuk bangsa Indonesia pada zaman modern ini, mengakibatkan perubahan besar pada berbagai aspek kehidupan di masyarakat. Masyarakat benar-benar dituntut untuk menjadi manusia yang berpotensi, tidak tertinggal serta mampu bersaing di zaman yang semakin maju ini yakni dengan menampilkan keunggulan dirinya yang tangguh, kreatif, mandiri, dan profesional pada bidangnya masing-masing.

Pendidikan dan pengajaran adalah suatu proses yang sadar tujuan. Maksudnya tidak lain bahwa kegiatan belajar mengajar merupakan peristiwa yang terikat, terarah pada tujuan dan dilaksanakan untuk mencapai tujuan. Dalam pendidikan dan pengajaran, tujuan dapat diartikan sebagai suatu usaha untuk memberikan rumusan hasil yang diharapkan dari siswa/subjek belajar. Winarko Surakhmad memberikan keterangan bahwa rumusan dan taraf pencapaian tujuan pengajaran adalah merupakan petunjuk praktis tentang sejauh manakah interaksi edukatif harus dibawa untuk memcapai tujuan akhir.

Menurut Bookwalter (1951:12 *pendidikan jasmani, sebagai satu proses*) Adalah satu fase dari pendidikan yang mempunyai kepedulian terhadap penyusuaian dan perkembangan dari individu dan kelompok melalui kativitas-aktivitas jasmani, terutama tipe aktivitas berunsurkan permainan. Pendidikan jasmani adalah penyusuaian dan perkembangan itu sendiri yang meningkat disebabkan aktivitas-aktivitas jasmani tersebut yang dirancang dan dilaksanakan dengan baik. Dijelaskan pula bahwa berarti pencapaian secara optimal hubungan antara status jasmani, perilaku, intelek dan standar jasmani, sosial dan mental yang sehat. Yang dimaksud dengan perkembangan adalah peningkatan kemampuan untuk berfungsi yang terutama disebabkan oleh aktivitas dan kedua karena faktor keturunan dan lingkungan dari individu. (Harsuki, 2003:26).

Pemerintah selalu mengadakan perbaikan dan pengembangan mutu dalam sistem pendidikan nasional. Salah satu upaya pemerintah yaitu dengan melakukan perubahan kurikulum dari KTSP menjadi Kurikulum 2013, yang bertujuan untuk mewujudkan keberhasilan pendidikan. Kurikulum merupakan salah satu unsur yang memberikan kontribusi untuk mewujudkan proses berkembangnya kualitas potensi siswa (Kemendikbud 2014: 2). Kurikulum disusun untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional dengan memperhatikan tahap perkembangan siswa dan kesesuaian dengan lingkungan, kebutuhan pembangunan nasional, perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, kesenian, sesuai dengan jenis, dan jenjang masing-masing satuan pendidikan (Hamalik, 2008: 92).

Adanya perubahan kurikulum yang berlangsung dalam kurun waktu yang singkat menimbulkan masalah terkait kesiapan pendidik dan pemahaman siswa. Salah satu kompetensi dasar mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yang harus dikuasai siswa pada satuan tingkat pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) kelas VII dalam kurikulum 2013 adalah memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola besar. Dalam pembelajaran ini siswa diharapkan mampu mengidentifikasi prinsip dasar gerak permainan bola besar melalui permainan bolabasket sebagai alat pada pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, perlu dilakukan secara bertahap dan prosedural, bertahap dalam arti pembelajaran pola gerak dasar dilakukan dari yang ringan ke yang berat, dari yang sederhana ke yang rumit. Hal ini bertujuan agar peserta didik tidak mendapat kesulitan, terutama yang berhubungan dengan gerak variasi dan kombinasi. Variasi merupakan satu prinsip dasar yang dilakukan dengan berbagai cara, seperti: prinsip gerakpassing atas bola dilakukan dengan gerakan maju mundur, menyamping, sedangkan kombinasi merupakan gabungan beberapa prinsip dasar yang dilakukan dalam satu rangkaian gerak.

Dalam pembelajaran PJOK banyak guru yang mengeluhkan rendahnya kemampuan

siswa dalam lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar. Hal ini terlihat dari banyaknya kesalahan siswa dalam melakukan lempar dan tangkap bola sehingga mengakibatkan rendahnya prestasi belajar siswa, padahal dalam pelaksanaan proses pembelajaran di kelas biasanya guru memberikan tugas (pemantapan) secara kontinu berupa praktik. Kondisi riil dalam pelaksanaannya latihan yang diberikan tidak sepenuhnya dapat meningkatkan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar. Rendahnya mutu pembelajaran dapat diartikan kurang efektifnya proses pembelajaran. Penyebabnya dapat berasal dari siswa, guru maupun sarana dan prasarana yang ada, minat dan motivasi siswa yang rendah, kinerja guru yang rendah, serta sarana dan prasarana yang kurang memadai akan menyebabkan pembelajaran menjadi kurang efektif.

Adapun mayoritas tenaga pendidik kita, dalam hal ini guru di SMP Negeri 3 Bangkala Barat, tidak sedikit diantara mereka yang kurang mempersiapkan materi pelajaran. Berkaitan dengan cara-cara yang mereka pakai, banyak dari mereka yang menggunakan cara mengajar yang kurang tepat, sehingga prestasi belajar peserta didik kurang maksimal dan masih jauh jauh dari yang diharapkan. Materi pelajaran yang disajikan dengan metode pembelajaran yang monoton menjadikan siswa lebih jemu dan malas mendengar apa yang disampaikan guru. Selain itu penyampaian materi yang lebih banyak mengharuskan siswa untuk menghafal, seperti materi pada mata pelajaran PJOK, akan sangat menjemuhan bila metode pembelajaran yang digunakan monoton. Oleh karena itu, agar siswa dapat menguasai keterampilan dasar lempar dan tangkap bola dengan baik, guru haruslah mempunyai metode pembelajaran yang menjadikan siswa lebih termotivasi dalam mempelajari pelajaran PJOK ini, meskipun dalam mata pelajaran PJOK siswa cenderung diharuskan menguasai keterampilan dasar pada cabang olah raga.

Agar dapat mengajar dengan efektif, guru harus meningkatkan kesempatan belajar bagi siswa baik kualitas maupun kuantitas serta membangkitkan minat serta motivasi siswa untuk belajar. Kesempatan belajar siswa dapat ditingkatkan dengan cara meningkatkan kualitas guru dalam merencanakan program pengajaran serta melakukan bentuk interaksi dengan melibatkan siswa secara aktif dalam belajar. Makin banyak siswa yang terlibat aktif dalam belajar, makin tinggi kemungkinan prestasi belajar yang dicapainya.

Selain itu, guru juga perlu mengetahui dan mempelajari beberapa metode pembelajaran, lalu mempraktikkan pada saat mengajar. Agar tujuan pembelajaran tercapai sesuai dengan yang dirumuskan oleh guru, Hal itu sesuai dengan fungsi pendidikan nasional yang tercantum dalam undang-undang diknas yaitu mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan bangsa dan bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa.

Metode pembelajaran mempunyai andil yang cukup besar dalam kegiatan belajar mengajar. Kemampuan yang diharapkan dapat dimiliki oleh anak didik akan ditentukan oleh kerelevansian penggunaan suatu metode pembelajaran yang sesuai dengan tujuan. Itu berarti tujuan pembelajaran akan dapat dicapai dengan penggunaan metode pembelajaran yang tepat, sesuai dengan standar keberhasilan yang terpatri dalam suatu tujuan. Metode pembelajaran yang dapat digunakan dalam kegiatan belajar mengajar bermacam-macam. Penggunaannya tergantung dari rumusan tujuan. Untuk dapat menimbulkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran, pemilihan metode pembelajaran yang tepat merupakan salah satu cara yang perlu diperlukan. salah satu alternatif yang memungkinkan siswa terlibat aktif dalam pembelajaran adalah dengan menggunakan pembelajaran kooperatif (*cooperative learning*). *Cooperative learning* ini sangat memungkinkan untuk diterapakan dalam pembelajaran PJOK. selain siswa dapat menyelesaikan tugas dari guru secara bekerja sama, siswa juga berkesempatan aktif dalam proses pembelajaran. Salah satu metode dalam *cooperative learning* ini adalah Metode pembelajaran *The Power of Two*.

Menurut Mafatih, "Metode belajar *The Power of Two* (kekuatan berdua) termasuk bagian dari belajar kooperatif adalah belajar dalam kelompok kecil dengan menumbuhkan kerja sama secara maksimal melalui kegiatan pembelajaran oleh teman sendiri dengan anggota dua orang di dalamnya untuk mencapai kompetensi dasar. Lebih lanjut Muqowin mengatakan, "Metode belajar *The Power of Two* adalah kegiatan dilakukan untuk meningkatkan belajar kolaboratif dan mendorong munculnya keuntungan dari sinergi itu, sebab dua orang tentu lebih baik dari pada satu".

Dari kedua pendapat di atas dapat disimpulkan Metode pembelajaran *The Power of Two* pada prinsipnya menggabungkan kekuatan dua kepala. Menggabungkan dua kepala dalam hal ini adalah membentuk kelompok kecil, yaitu masing-masing siswa berpasangan. Kegiatan ini dilakukan agar munculnya suatu sinergi yakni dua kepala lebih baik dari satu.

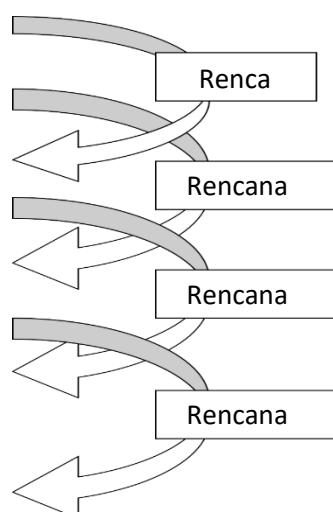
Berdasarkan uraian di atas, peneliti merasa perlu dan termotivasi untuk meneliti suatu metode baru, berupa Metode pembelajaran *The Power of Two* dalam setting pembelajaran kelompok, untuk meningkatkan hasil belajar PJOK melalui penelitian yang kami beri judul "Implementasi Metode Pembelajaran *The Power of Two* Untuk Meningkatkan Keterampilan Dasar Lempar Dan Tangkap Bola Dalam Permainan Bola Besar Siswa Kelas VII A SMP Negeri 3 Bangkala Barat".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian kualitatif ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian tindakan (*Action research*) bisa memiliki makna bermacam-macam, bergantung pada referensi yang digunakan sebagai acuan.

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 3 Bangkala Barat. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VII A SMP Negeri 3 Bangkala Barat yang berjumlah 25 siswa. Penelitian subyek ini dilakukan berdasarkan pertimbangan bahwa kelas VII A memiliki jumlah siswa yang potensial untuk dilakukan penelitian, dan siswa kelas VIII A memiliki minat belajar yang cukup tinggi dibanding kelas lainnya.

Sesuai jenis penelitian yang dipilih yaitu PTK, maka penelitian ini menggunakan desain penelitian model spiral Kemmis dan Taggart yaitu bentuk spiral. Konsep pokok penelitian model ini terdiri dari empat tahapan, yaitu perencanaan (planning), Tindakan (acting), pengamatan (observing), dan refleksi (reflecting).



Gambar 2.1 Tahap-tahap penelitian

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes (*pretest dan posttest*) dan observasi. Tes yang digunakan adalah praktik yang dilaksanakan

pada saat pra tindakan maupun pada akhir tindakan, yang nantinya hasil tes ini akan diolah untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran yang menerapkan strategi *The Power Of Two* pada mata pelajaran PJOK. Adapun kriteria Penilaian dari hasil tes ini adalah sebagai berikut :

Huruf	Angka 0-4	Angka 0-100	Angka 0-10	Predikat
1	2	3	4	5
A	4	91 – 100	9,1 – 10	Sangat baik
B	3	81 – 90	8,1 – 9,0	Baik
C	2	71 – 80	7,1 – 8,0	Cukup
D	1	61 – 70	6,1 – 7,0	Kurang
E	0	< 61	< 6,1	Kurang sekali

Tabel 3.1. Kriteria Penilaian

Adapun teknik pengumpulan data yang ke dua adalah observasi. Observasi ini dilakukan dengan menggunakan lembar observasi. Hal yang perlu diamati oleh observer meliputi keaktifan siswa dalam menyelesaikan tugas, bertanya, mengemukakan pendapat, keaktifan dalam kerja kelompok, dan kemampuan mengkomunikasikan hasil kerja (presentasi).

Teknik pengumpulan data selanjutnya adalah dokumentasi. Dokumentasi yaitu mengumpulkan data dengan melihat atau mencatat suatu laporan yang sudah tersedia. Strategi ini dilakukan dengan melihat dokumen-dokumen resmi seperti monografi, catatan-catatan serta buku-buku peraturan yang ada.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian/Paparan Data

1. Siklus I

Paparan Hasil Belajar Siswa

Berdasarkan data hasil penelitian siklus I mengenai hasil belajar siswa pada pelajaran PJOK Kompetensi Dasar "Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola besar" melalui implementasi metode pembelajaran *the power of two* diperoleh data untuk ketuntasan belajar yaitu:

- a) Pada studi awal nilai rata-rata kelas 67,46 setelah dilakukan perbaikan mengalami kenaikan menjadi 73,81. rata-rata kelas naik 6,35.
- b) Jumlah siswa yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar pada siklus I sebesar 18 anak (64,29%)
- c) Pada aspek Keputusan yang diambil (*decision making*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,45
- d) Pada aspek Melaksanakan keterampilan (*skill execution*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,48
- e) Pada aspek Memberikan dukungan (*support*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,5.

Data hasil pengamatan

Hasil peningkatan kemampuan dasar siswa pada siklus I dapat digambarkan dalam bentuk diagram berikut:

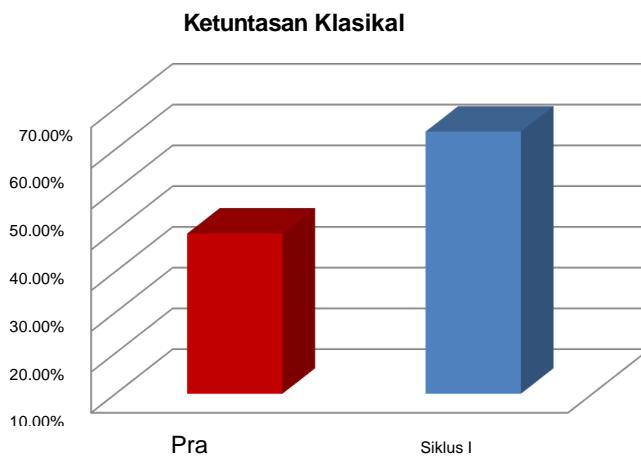


Diagram 4.1
Persentase Ketuntasan Siswa Dalam Pembelajaran Permainan bola besar Pra Siklus dan Siklus I

Data hasil refleksi

Meningkatnya hasil belajar siswa yang terlihat dari hasil tes formatif menunjukkan tingkat ketuntasan siswa pada siklus I melalui implementasi metode pembelajaran *the power of two* sebesar 64,29% dan nilai rata-rata baru mencapai 73,81. Nilai tersebut belum mencapai tujuan yang diharapkan guru sebagaimana tertuang dalam kriteria keberhasilan minimal 71 dan ketuntasan klasikal sebesar 85% dari jumlah siswa yang telah mencapai ketuntasan belajar, sehingga perlu dilaksanakan siklus II.

2. Siklus II

Paparan Hasil Belajar Siswa

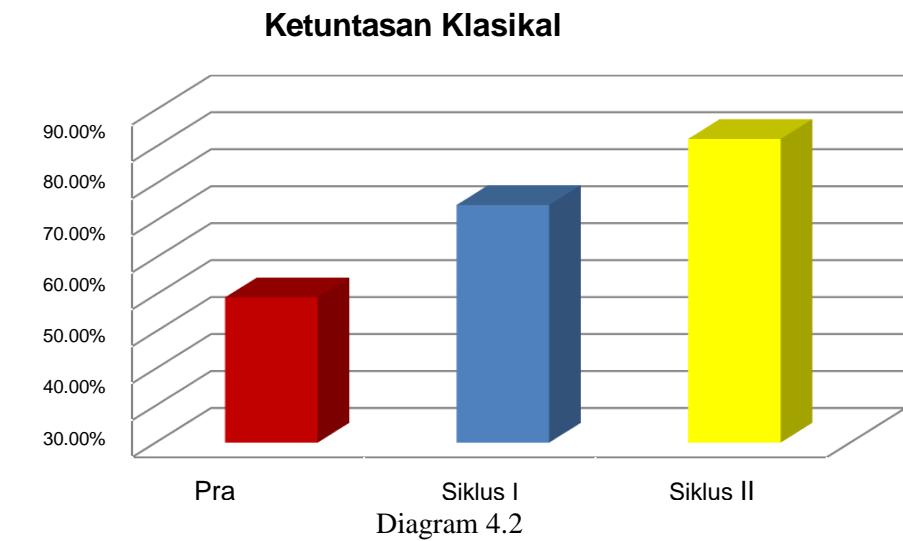
Berdasarkan data hasil penelitian siklus kedua mengenai kemampuan belajar siswa pada pelajaran PJOK kompetensi dasar "Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola besar" melalui implementasi metode pembelajaran *the power of two* diperoleh data ketuntasan belajar yaitu:

- Pada siklus I nilai rata-rata kelas 73,81 setelah dilakukan perbaikan mengalami kenaikan menjadi 78,97. Rata-rata kelas naik 5,16
- Jumlah siswa yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar 23 anak (82,14%) atau naik sebesar 5 anak (17,86%) dibanding siklus I.
- Pada aspek Keputusan yang diambil (*decision making*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,72 atau naik sebesar 0,28 dari siklus I
- Pada aspek Melaksanakan keterampilan (*skill execution*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,76 atau naik sebesar 0,28 dari siklus I
- Pada aspek Memberikan dukungan (*support*), rata-rata yang diperoleh siswa

sebesar 4,86 atau naik sebesar 0,34 dari siklus I.

Data Hasil Pengamatan

Hasil peningkatan kemampuan dasar siswa pada siklus II dapat digambarkan dalam bentuk diagram berikut:



Data hasil refleksi

Adapun tingkat ketuntasan siswa pada siklus kedua meningkat dan mencapai ketuntasan siswa 82,14%. Artinya dengan penerapan implementasi metode pembelajaran *the power of two* telah mampu meningkatkan kemampuan dasar siswa melakukan gerakan senam lantai lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar. Sedangkan hasil rata-rata juga meningkat mencapai 78,97. Melihat presentase ketuntasan yang belum mencapai kriteria yang diharapkan yakni sebesar 85%, maka peneliti bersama observer sepakat untuk melanjutkan perbaikan pembelajaran ke siklus III.

3. Siklus III

Paparan Hasil Belajar Siswa

Berdasarkan data hasil penelitian siklus kedua mengenai kemampuan belajar siswa pada pelajaran PJOK kompetensi dasar "Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola besar" melalui implementasi metode pembelajaran *the power of two* diperoleh data ketuntasan belajar yaitu:

- a. Pada siklus II nilai rata-rata kelas 78,97 setelah dilakukan perbaikan mengalami kenaikan menjadi 86,11. Rata-rata kelas naik 7,14.
- b. Jumlah siswa yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar 28 anak (100%) atau naik sebesar 5 anak (17,86%) dibanding siklus II
- c. Pada aspek Keputusan yang diambil (*decision making*), rata-rata yang diperoleh

- siswa sebesar 5,24 atau naik sebesar 0,52 dari siklus II
- d. Pada aspek Melaksanakan keterampilan (*skill execution*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 5,03 atau naik sebesar 0,28 dari siklus II
 - e. Pada aspek Memberikan dukungan (*support*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 5,31 atau naik sebesar 0,45 dari siklus II

Data Hasil Pengamatan

Hasil peningkatan kemampuan dasar siswa pada siklus III dapat digambarkan dalam bentuk diagram berikut:



Diagram 4.3

Prosentase Ketuntasan Siswa Dalam Pembelajaran Permainan bola besar
Siklus I, Siklus II, dan Siklus III

Data hasil refleksi

Adapun tingkat ketuntasan siswa pada siklus ketiga meningkat dan mencapai ketuntasan siswa 100%. Artinya dengan penerapan implementasi metode pembelajaran *the power of two* telah mampu meningkatkan kemampuan dasar siswa melakukan gerakan senam lantai lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar. Sedangkan hasil rata-rata juga meningkat mencapai 86,11. Melihat presentase ketuntasan yang cukup signifikan dan memenuhi kriteria ketuntasan klasikal sebesar 85% tersebut maka peneliti bersama observer sepakat untuk mengakhiri pelaksanaan perbaikan pembelajaran.

Hasil kegiatan perbaikan pembelajaran PJOK di kelas VII A SMP Negeri 3 Bangkala Barat dengan Kompetensi Dasar Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan permainan bola besar dengan menggunakan implementasi metode pembelajaran *the power of two* dilaksanakan dalam tiga siklus dapat dilaporkan sebagai berikut:

Pembelajaran	Hasil Belajar Siswa				
	Nilai rata-rata Kelas	Tuntas	Persentase (%)	Belum	Persentase (%)
Studi Awal	67,46	11	39,29	17	60,71

Siklus I	73,81	18	64,29	10	35,71
Siklus II	78,97	23	82,14	5	17,86
Siklus III	86,11	28	100	0	0

Tabel 3.2

Rekapitulasi Ketuntasan Belajar Siswa pada Setiap Siklus Kegiatan Perbaikan Pembelajaran

Dari tabel di atas dapat diperoleh keterangan sebagai berikut :

- Pada siklus I, angka ketuntasan siswa naik menjadi 64,29% (bertambah 7 siswa dari studi awal)
- Pada siklus II, angka ketuntasan siswa naik menjadi 82,14% (bertambah 5 siswa dari siklus I)
- Pada siklus III, angka ketuntasan siswa naik menjadi 100% (bertambah 5 siswa dari siklus II)
- Pada siklus I, nilai rata-rata kelas mengalami kenaikan sebesar menjadi 73,81 (bertambah 6,35 dari studi awal)
- Pada siklus II, nilai rata-rata kelas mengalami kenaikan sebesar menjadi 78,97 (bertambah 11,51 dari studi awal)
- Pada siklus III, nilai rata-rata kelas mengalami kenaikan sebesar menjadi 86,11 (bertambah 18,65 dari studi awal)

Pembahasan Penelitian

1. Siklus I

Dari temuan dan refleksi selama perbaikan pembelajaran siklus pertama, pencapaian hasil kurang memuaskan. Walaupun ada peningkatan tetapi belum memenuhi kriteria ketuntasan belajar. Tindakan dan revisi perbaikan yang dilakukan memang belum meyakinkan. Pendekatan melalui implementasi metode pembelajaran *the power of two* masih dalam sebatas siswa mengikuti belum bisa melakukan sendiri langkah-langkahnya.

Keaktifan siswa juga belum terlihat dengan sendirinya, karena masih harus dibimbing dan diarahkan serta peneliti lebih aktif dibanding siswa. Peningkatan memang ada tapi karena adanya dorongan dan bantuan dari peneliti, tergambar dari nilai rata-rata di akhir siklus pertama mencapai 73,81.

Langkah-langkah tersebut di atas mungkin menjadi penyebab kurang maksimalnya siswa dalam memahami lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar, serta kurangnya rangsangan dari luar menjadikan tidak aktifnya siswa dalam ketelibatan pembelajaran.

2. Siklus II

Penerapan implementasi metode pembelajaran *the power of two* yang dilakukan peneliti baik dengan memberikan contoh (modelling) secara langsung dan dibentuknya kelompok belajar, telah menunjukkan hasil belajar siswa dalam menerima materi lebih

baik, keaktifan dan keterlibatan dalam melakukan método pembelajaran *the power of two* dalam permainan bola besar meningkat.

Ketuntasan belajar telah menunjukkan peningkatan maksimal 100% di akhir siklus kedua. Walaupun nilai rata-rata siswa masih bisa lebih tinggi, akan tetapi belum seluruh siswa mendapatkan hasil di atas 71. kondisi ini setidaknya telah memberikan gambaran bahwa penerapan implementasi metode pembelajaran *the power of two* dapat meningkatkan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola pada permainan bola besar siswa kelas VIII A SMP Negeri 1 Bangkala. Dikarenakan ketuntasan klasikal yang ditetapkan belum terpenuhi, maka dilanjutkan pada tindakan siklus III.

3. Siklus III

Pada siklus III, peneliti masih menggunakan penerapan implementasi metode pembelajaran *the power of two* yang dilakukan peneliti baik dengan memberikan contoh (modelling) secara langsung dan dibentuknya kelompok belajar berpasang-pasangan, telah menunjukkan hasil belajar siswa dalam menerima materi lebih baik, keaktifan dan keterlibatan dalam melakukan metode pembelajaran *the power of two* dalam membentuk organisasi sekolah maupun masyarakat secara belajar kelompok memberikan hasil tes formatif yang meningkat. Ketuntasan belajar telah menunjukkan peningkatan maksimal yakni sebesar 100% di akhir siklus ketiga. Walaupun nilai rata-rata siswa masih bisa lebih tinggi, akan tetapi seluruh siswa telah mendapatkan hasil di atas 71. kondisi ini setidaknya telah memberikan gambaran bahwa penerapan implementasi metode pembelajaran *the power of two* telah memberikan rangsangan kepada siswa dalam meningkatkan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar.

Tidak dipungkiri bahwa metode pembelajaran *the power of two* mampu memberikan andil dalam proses pembelajaran yang sedang berlangsung, apalagi pembelajaran secara kelompok terlihat cukup nyata, siswa saling memberikan gagasan dan idenya. Melihat kenyataan ini maka perlulah peneliti selalu membuat ide-ide segar dan pelajaran akan lebih cepat dipahami.

Keberanian siswa dalam bertanya dan berinteraksinya siswa dalam melakukan metode pembelajaran *the power of two* telah memberikan tingkat keaktifan siswa bertambah. Hal ini digambarkan dalam kenaikan nilai rata-rata siswa yang mencapai 86,11. Melihat hasil yang dicapai pada siklus ketiga ini, membuktikan bahwa belajar akan lebih bermakna jika anak “mengalami” secara langsung apa yang dipelajarinya bukan hanya mengetahuinya.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Dari hasil kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama tiga siklus, dan berdasarkan seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Pembelajaran PJOK materi permainan bola besar dengan metode pembelajaran *the power of two* memiliki dampak positif dalam meningkatkan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola pada permainan bola besar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu siklus I (64,29%), siklus II (82,14%), siklus III (100%).

- b. Penerapan metode pembelajaran *the power of two* mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan motivasi belajar siswa yang ditunjukkan bahwa siswa tertarik dan berminat dengan metode pembelajaran *the power of two* sehingga mereka menjadi termotivasi untuk belajar.

2. Saran

Dari hasil penelitian yang diperoleh dari uraian sebelumnya agar proses belajar mengajar PJOK lebih efektif dan lebih memberikan hasil yang optimal bagi siswa, maka disampaikan saran sebagai berikut:

- a. Untuk melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran *the power of two* memerlukan persiapan yang cukup matang, sehingga guru harus mampu menentukan atau memilih topik yang benar-benar bisa diterapkan dengan metode pembelajaran *the power of two* dalam proses belajar mengajar sehingga diperoleh hasil yang optimal.
- b. Dalam rangka meningkatkan prestasi belajar siswa, guru hendaknya lebih sering melatih siswa dengan berbagai metode pembelajaran, walau dalam taraf yang sederhana, dimana siswa nantinya dapat menemukan pengetahuan baru, memperoleh konsep dan keterampilan, sehingga siswa berhasil atau mampu melaksanakan gerakan-gerakan di dalam pembelajaran PJOK.
- c. Perlu adanya penelitian yang lebih lanjut, karena hasil penelitian ini hanya dilakukan di SMP Negeri 3 Bangkala Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2016) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta, 2016.
- Arkunto, Suharimi, et all. (2018) *Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: PT Bumi Aksara.
- Basrow, Sukidin dan Suranto. (2012) *Menajemen Penelitian Tindakan Kelas*.
Jakarta: Insan Cendekia.
- Hamalik, Oemar . (1989) *Teknik Pengukur dan Evaluasi Pendidikan*. Bandung : Mandar Maju.
- Hartiny Sam's, Rosma. (2010) *Model Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Teras.
Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Taufik, Imam. (2015) *Menjadi Guru Profesional : Menciptakan Pembelajaran Kreatif dan Menyenangkan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zaini, Hisyam. et all (2018) *Strategi Pembelajaran Aktif*. Yogyakarta: Insan Madani.