



Global Journal Sport

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

Volume 1, Nomor 1 Maret 2023

e-ISSN: 2762-1436

DOI.10.35458

PENERAPAN METODE BERMAIN DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR PADA MATERI SENAM LANTAI PESERTA DIDIK KELAS XI UPT SMAN 7 SOPPENG

Ahmad Heriandi

PPG Prajabatan Universitas Negeri Makassar

Email: aherandi24@gmail.com

Artikel info	Abstrak
Received:	Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk mengetahui penerapan metode bermain dalam meningkatkan motivasi dan hasil belajar. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI UPT SMAN 7 Soppeng dengan jumlah peserta didik sebagai berikut: Peserta didik kelas XI UPT SMAN 7 Soppeng dengan jumlah peserta didik 27 yang terdiri dari 14 siswi dan 13 siswa. Objek penelitian ini berupa peningkatan hasil belajar peserta didik pada olahraga senam lantai melalui metode bermain. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif teknik persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan dari pra tindakan sampai dengan siklus II yaitu hasil pra tindakan mencapai 45%, hasil siklus I mencapai 70,37% dan hasil siklus II mencapai 96,29%
Revised:	
Accepted:	
Published,	

Key words:

Metode Bermain, Hasil belajar, Senam Lantai

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



PENDAHULUAN

Berbagai kemajuan dalam peradaban manusia sampai saat ini tidak pernah lepas dari dunia pendidikan. Hal ini tentunya beralasan karena melalui pendidikan dapat tercipta Sumber Daya Manusia (SDM) yang mampu mengoptimalkan berbagi sumber daya yang ada untuk dimanfaatkan dalam kehidupan. Dengan diterbitkannya Undang-Undang Republik Indonesia tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah tentang Standar Nasional Pendidikan, diharapkan memberikan peluang untuk penyempurnakan kurikulum yang komprehensif (luas dan lengkap) dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Departemen Pendidikan Nasional Tahun 2003 menjelaskan bahwa “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis yang bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler,

perseptual, kognitif dan emosional dalam kerangka system pendidikan nasional". Pendidikan jasmani merupakan bagian dari kehidupan manusia, karena melalui pendidikan jasmani manusia dapat lebih banyak belajar hal yang berhubungan dengan afektif, kognitif, dan psikomotorik. Pada dasarnya pendidikan jasmani harus sudah ditanamkan sejak usia dini, karena pendidikan jasmani mempunyai pengaruh terhadap perkembangan anak, seperti yang telah dijelaskan dalam BSNP (2006:512) Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, per-kembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap–mental-sosial-emosional-sportivitas-spiritual), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkem-bangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Menurut Husdarta dalam Ashfahany, F. A (2017) dkk pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan untuk menghasilkan perubahan holistic dalam kualitas individu baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Pendidikan jasmani sebagai tahap proses pendidikan menye-luruh yang berhubungan dengan perkem-bangan dan pendayagunaan kemampuan yang disengaja dan punya tujuan, secara langsung berkaitan dengan respon mental, emosial dan sosial. Namun sekarang banyak dijumpai siswa yang cenderung tidak berminat untuk mengikuti pembelajaran penjasorkes sehingga mempengaruhi hasil belajar peserta didik tersebut.

Seperti yang disampaikan oleh Arikunto (dalam Meilinda 2009:6) adanya minat dan perhatian siswa pada pelajaran yang diberikan, maka isi dari pelajaran akan diserap dengan baik. Sebaliknya tanpa adanya minat atau perhatian terhadap apa yang diberikan guru tidak akan didengar apalagi dikuasai, bila individu sudah berminat terhadap sesuatu dengan sendirinya akan tertarik kepada objek tersebut bahkan jiwanya akan dicurahkan kepada apa yang sedang diperhatikannya. Peserta didik yang berminat terhadap pelajaran akan tampak terdorong dan selalu tekun dalam belajar, berbeda dengan siswa yang sikapnya hanya menerima pelajaran. Jika minat seseorang tinggi dalam belajar, maka ia cendrung aktif dalam belajar dan akan menguasai materi pelajaran. Siswa akan terdorong untuk belajar apabila mereka memiliki minat untuk belajar. Menurut Skinner (dalam Wijaya Kusumah 2012:297) ada berberapa hal yang dapat mempengaruhi minat belajar yaitu :

- a. Materi yang dipelajari haruslah menjadi menarik dan menimbulkan suasana yang baru. Misalnya dalam bentuk permainan, diskusi atau pemberian tugas diluar sekolah sebagai variasi kegiatan belajar.
- b. Materi pelajaran menjadi lebih menarik apabila siswa mengetahui tujuan dari pelajaran itu.
- c. Minat siswa terhadap pelajaran dapat dibangkitkan dengan variasi metode yang digunakan.
- d. Minat siswa juga bisa dibangkitkan kalau mereka mengetahui manfaat atau kegunaan dari pelajaran itu bagi dirinya.

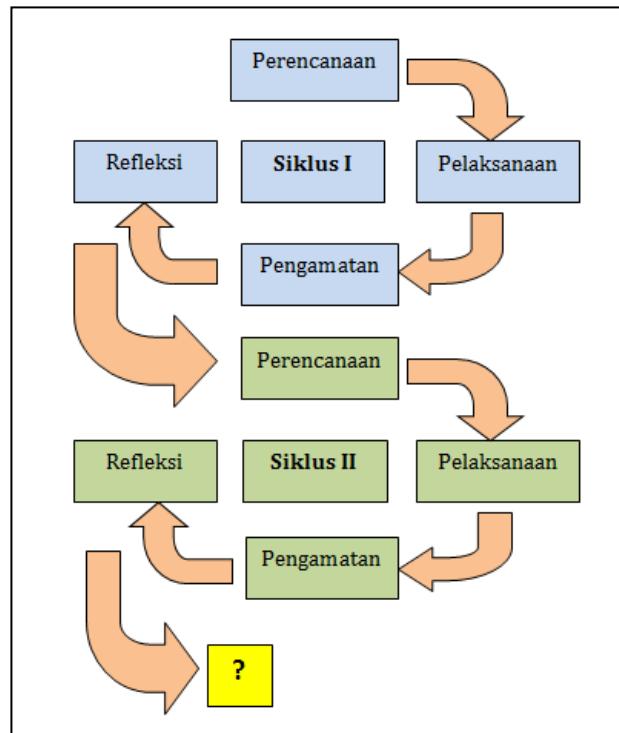
Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan dilapangan menunjukan bahwa selama proses pengajaran Penjasorkes kelas XI UPT SMA Negeri 7 banyak peserta didik terlihat kurang berminat dalam pembelajaran. Pelaksanaan Penjasorkes seharusnya menyenangkan bagi peserta didik tapi kenyataannya terlihat kurang berminat dalam pelaksanaan pembelajaran seperti: peserta didik mengobrol dengan temannya sendiri, tidak serius, malas-malasan dalam mengerjakan kegiatan yang diberikan oleh guru dilapangan. Kualitas pembelajaran tergolong rendah dan gaya mengajar yang dilakukan guru dalam

mengajar dilapangan, cenderung tradisional atau hanya menggunakan satu gaya mengajar saja.

Guru dalam perakteknya kurang kreatif dalam memberikan model pembelajaran, hanya menekankan hasil akhir tanpa memperhatikan proses pembelajaran. memotivasi peserta didik dalam belajar perlu mendapatkan perhatian khusus karena merupakan salah satu faktor pendukung atau penunjang keberhasilan dalam belajar maka untuk memperbaiki proses pembelajaran yang monoton maka penulis tertarik untuk melakukan sebuah penelitian tindakan kelas tentang **“Penerapan Metode Bermain Dalam Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar Pada Materi Senam Lantai Peserta Didik Kelas XI UPT SMA Negeri 7 Soppeng”**.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (class room action research). Penelitian ini muncul karna didasarkan dari hasil observasi serta pengalaman langsung yang dirasakan oleh peneliti. Penelitian tindakan kelas dilakukan melalui putaran atau spiral dengan beberapa siklus yang terdiri dari (1) Perencanaan (planning) menyiapkan perencanaan pembelajaran metode bermain, (2) Tindakan (action) kemudian menyiapkan alat serta memberikan hasil temuan referensi senam lantai, (3) Observasi (observing) selanjutnya mengamati gerakan peserta didik sehingga melakukan gerakan sesuai tahapan yang benar, (4) Refleksi (reflecting) menyimpulkan apa yang telah terjadi dalam kelas serta mengoreksi yang dilakukan oleh peserta didik.



Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI UPT SMAN 7 Soppeng dengan jumlah peserta didik sebagai berikut: Peserta didik kelas XI UPT SMAN 7 Soppeng dengan jumlah peserta didik 27 yang terdiri dari 14 siswi dan 13 siswa. Adapun fokus pada penelitian ini yaitu Penerapan Metode Bermain Dalam Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar Pada Materi Senam Lantai Peserta Didik Kelas Xi Upt Sman 7 Soppeng. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk menilai kemampuan Senam Lantai dengan menggunakan metode bermain dalam olahraga senam lantai yakni dengan menggunakan

instrument pembelajaran dan instrument evaluasi. Instrumen pembelajaran yang digunakan peneliti berupa Silabus, RPP/modul ajar dan Lembar evaluasi. Instrumen evaluasi yang digunakan diantaranya Aspek kognitif, Aspek afektif dan Aspek psikomotorik. Prosedur penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas, dengan perbaikan pembelajaran sebanyak dua siklus.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian siklus 1

Peningkatan hasil belajar dapat diketahui setelah melakukan penelitian yang telah dilaksanakan pada siklus I yaitu penyajian materi Senam Lantai melalui metode bermain dalam olahraga sebanyak 2 kali pertemuan, pada pertemuan kedua pengambilan hasil tes psikomotorik. Kemudian untuk pengambilan data afektif dan kognitif diambil pada saat kegiatan inti selesai setiap pertemuan. Berdasarkan hasil penelitian pada siklus I dapat dipersentasekan hasil belajar peserta didik dengan ketuntasan sebagai berikut:

Kategori Tuntas dengan frekuensi 19 peserta didik dengan persentase sebesar 70,37 %, sedangkan kategori tidak tuntas dengan frekuensi 8 peserta didik dengan presentase sebesar 29,63% dengan total jumlah peserta didik sebanyak 27 orang.

Berdasarkan data hasil penelitian pada siklus I menunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar peserta didik meningkat beberapa persen, dilihat dari siklus I peserta didik kelas XI SMA Negeri 7 Soppeng setelah diberi tindakan, persentase hasil belajar peserta didik meningkat dengan persentase peserta didik tuntas 70,37% dan tidak tuntas 29,63% dari jumlah frekuensi 27.

Berdasarkan data diatas skor presentase dari hasil belajar peserta didik kelas XI SMA Negeri 7 Soppeng pada siklus I meningkat setelah diberi tindakan melalui pembelajaran Senam Lantai dengan metode bermain dalam olahraga, peserta didik yang tuntas 19 orang dengan presentase sebesar (70,37%) dan tidak tuntas 8 orang dengan presentase sebesar (29,63%). Penilaian mengacu pada kriteria kelulusan minimum yakni 80, rata-rata tingkat kelulusan peserta didik berada pada angka 87.

Hasil Penelitian Siklus 2

Penelitian yang telah dilakukan pada siklus kedua adalah penyajian materi melalui metode bermain dalam olahraga dengan baik dan benar pada gerakan dalam senam lantai, sebanyak dua kali pertemuan dan dipertemuan kedua pengambilan hasil tes, yang dinilai mulai dari kognitif, afektif dan psikomotor. Berdasarkan hasil penelitian pada siklus II dapat dilihat persentase ketuntasan hasil belajar Senam Lantai melalui metode bermain dalam olahraga dengan baik dan benar, sebagai berikut :

Kategori Tuntas dengan frekuensi 26 peserta didik dengan persentase sebesar 96,29 %, sedangkan kategori tidak tuntas dengan frekuensi 1 peserta didik dengan presentase sebesar 3,71 % dengan total jumlah peserta didik sebanyak 27 orang.

Dari data tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar Senam Lantai melalui metode bermain dalam olahraga dengan baik dan benar pada peserta didik kelas XI UPT SMAN 7 Soppeng, pada siklus II mencapai persentase ketuntasan dengan persentase 90% kategori sangat baik, Berdasarkan nilai persentase siklus II diatas, hasil belajar peserta didik

dengan metode bermain dari 27 sampel penelitian, terdapat 1 peserta didik tidak tuntas dan 26 peserta didik yang tuntas.

Untuk lebih mengetahui perbandingan hasil belajar Senam Lantai melalui bermain dalam olahraga dengan baik dan benar pada peserta didik kelas XI UPT SMA Negeri 7 Soppeng, pada siklus I dan II dapat dilihat pada uraian data berikut:

Siklus 1

Nilai KKM	: 80
Tuntas	: 19 orang dengan persentase sebesar 70,37 %
Tidak Tuntas	: 8 Orang dengan persentase sebesar 29,63%
Jumlah frekuensi	: 27 orang siswa dengan skala presentase 100%

Siklus 2

Nilai KKM	: 80
Tuntas	: 26 orang dengan presentase sebesar 96,29 %
Tidak Tuntas	: 1 orang dengan presentase sebesar 3,71 %
Jumlah frekuensi	: 27 orang siswa dengan skala presentase 100%

Dari perbandingan hasil belajar peserta didik pada siklus I dan II dapat disimpulkan bahwa dari data awal siklus I mengalami peningkatan hasil belajar senam lantai melalui metode bermain dalam olahraga meningkat. Dilihat dari uraian data diatas siklus I mengalami peningkatan 70,37% peserta didik yang tuntas (19 peserta didik) dan 8 peserta didik yang tidak tuntas (29,63%). Dari hasil peneitian siklus I masih belum mencapai indicator keberhasilan yang telah ditentukan yakni 89%, sehingga peneliti ingin melanjutkan ke siklus II dan mengalami peningkatan hasil belajar menjadi 1 peserta didik yang tidak tuntas (3,71%) dan melebihi standar indikator keberhasilan dari 89% menjadi 96,29%. Dari ketuntasan yang telah dicapai pada siklus II maka peneliti menghentikan siklusnya.

Berdasarkan presentase uraian data hasil belajar pada siklus I dan II terhadap peserta didik kelas XI UPT SMA Negeri 7 Soppeng yang menjadi sampel penelitian dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Persentase ketuntasan hasil belajar peserta didik setelah mengaplikasikan penerapan pembiasaan metode bermain dalam olahraga untuk kategori tuntas sebesar 70,37% pada siklus I, kemudian pada siklus II meningkat menjadi 96,29% dengan mereview kesalahan-kesalahan yang terdapat pada siklus I .
- b. Persentasi ketuntasan hasil belajar peserta didik setelah mengaplikasikan penerapan pembiasaan melalui metode bermain dalam olahraga untuk kategori tidak tuntas sebesar 29,63% pada siklus I, Kemudian pada siklus II menurun menjadi 3,71%, peserta didik diberikan kesempatan melakukan teknik dasar gerakan dalam Senam Lantai sebanyak 2 kali percobaan dalam 3 menit setiap peserta didik.

Hal tersebut menunjukkan bahwa jumlah peserta didik berada dalam kategori tuntas mengalami peningkatan yakni 70,37% pada saat siklus 1, proses ketuntasan terjadi dalam waktu dua kali pertemuan proses dan pelaksanaan yang diberikan dan pada siklus II mengalami ketuntasan 96,29% dengan pelaksanaan proses yang hampis sama dengan siklus I tetapi siklus II ada beberapa penerapan model pembiasaan berbeda yang diterapkan agar peserta didik lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran senam lantai dengan senang hati tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Penelitian ini menunjukkan ketuntasan kelas

secara klasikal pada siklus II sebanyak 96,29% dan mencapai ketuntasan secara individu dengan nilai peserta didik berada pada kategori sangat baik.

Pembahasan

Berdasarkan refleksi dari analisa data yang terkumpul maka hasil penelitian tindakan kelas menunjukkan bahwa pada akhir siklus ada peningkatan hasil belajar dalam senam lantai melalui penerapan pembiasaan metode bermain dalam olahraga. Adapun kendala yang di temukan peneliti di lapangan yaitu minimnya pengetahuan peserta didik terkait dengan materi senam lantai, peserta didik cenderung bosan dengan gaya mengajar yang sangat monoton. Sehingga perlu adanya kolaborasi bersama dengan guru PJOK serta teman sejawat di sekolah tersebut untuk mewujudkan guru professional dan atas support kepala sekolah sehingga memudahkan guru untuk melakukan penelitian tindakan kelas untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar peserta didik disekolah tersebut. Dalam penelitian ini peneliti mengupayakan meningkatkan motivasi dan hasil belajar senam lantai melalui metode bermain dalam olahraga. Penelitian ini dilaksanakan pada rentang waktu tanggal 13 maret 2023 sampai 23 Mei 2023 di UPT SMA Negeri 7 Soppeng, penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dengan menggunakan 2 siklus.

Siklus 1

Pada siklus 1 tindakan dalam proses pembelajaran Senam Lantai melalui penerapan pembiasaan metode bermain dalam olahraga peserta didik kelas XI UPT SMA Negeri 7 Soppeng. Dalam proses pembelajaran peserta didik merasa senang dan tidak bosan serta tidak melupakan sasaran yang ingin dicapai, yaitu peserta didik melakukan teknik dalam Senam Lantai dengan metode bermain dalam olahraga dengan baik. Namun masih ada beberapa peserta didik yang kurang aktif dalam mengikuti pembelajaran, sehingga hasil penilaian Senam Lantai peserta didik kelas XI masih ada 1 orang peserta didik yang tidak mencapai nilai KKM yang telah ditentukan. Berdasarkan data yang telah diuraikan terdapat persentase hasil belajar peserta didik, 19 peserta didik yang tuntas dengan persentase 70,37 % dan 8 peserta didik yang belum memenuhi kriteria ketuntasan minimum dengan persentase 29,63%. Dari proses pembelajaran Senam Lantai masih terdapat delapan (8) peserta didik yang belum tuntas atau mencapai KKM yang sudah ditetapkan. Beberapa penyebab peserta didik yang tidak tuntas dalam proses pembelajaran karena:

- a. Peserta didik kurang fokus mengikuti proses pembelajaran
- b. Peserta didik belum sepenuhnya memahami materi yang diberikan
- c. Peserta didik masih acu tak acu mengikuti pembelajaran karena kurangnya minat belajar.

Selama siklus 1 dilaksanakan peneliti menemukan beberapa kendala dalam kegiatan dan hari libur yang ada di sekolah sehingga pembelajaran tidak efektif dan berjalan dengan baik. Berdasarkan masukan dari teman sejawat dan guru PJOK sebagai tim kolaborasi, maka peneliti merumuskan indikator keberhasilan belajar, ketika pencapaian hasil belajar peserta didik berada pada persentase 85% maka penelitian atau proses pembelajaran dihentikan dan bisa juga dilanjutkan, namun karena hasil belajar pada siklus 1 belum mencapai indikator keberhasilan belajar maka peneliti melanjutkan pada siklus II.

Siklus 2

Pada siklus II proses pembelajaran Senam Lantai melalui penerapan pembiasaan metode bermain dalam olahraga peserta didik kelas XI UPT SMA Negeri 7 Soppeng sudah lebih baik lagi dan cukup memuaskan. Tindakan yang diberikan pada siklus II ini dengan menambahkan model-model pembelajaran, yaitu dengan mengkombinasikan model dari siklus I. Tujuan permainan tersebut adalah menambahkan rasa senang dan benar dalam melakukan teknik dalam Senam Lantai. Pada siklus II ini gerakan dan teknik dalam Senam Lantai pada peserta didik kelas XI sudah semakin baik, hal ini di buktikan pada hasil rata-rata penilaian gerakan teknik dasar dalam Senam Lantai peserta didik kelas XI, yaitu 27 peserta didik sudah mencapai nilai standar KKM yang telah ditentukan.

Pada uraian data memberikan gambaran bahwa pada siklus II ini sangatlah berhasil dalam upaya meningkatkan hasil belajar peserta didik. Data pencapaian di siklus II ini terdapat 26 peserta didik yang berhasil menuntaskan proses pembelajaran dengan persentase 96,29%, dan yang tidak mencapai KKM sebanyak 1 peserta didik dengan persentase 3,71%. Maka dapat disimpulkan bahwa pada siklus kedua ini sudah mencapai dan bahkan melebihi indikator keberhasilan belajar peserta didik. Adapun beberapa penyebab tidak lulusnya peserta didik yaitu :

- a. Peserta didik tidak hadir dalam beberapa pertemuan proses belajar mengajar
- b. Peserta didik tidak memperhatikan dan tidak serius dalam proses belajar

Dari penjelasan kegiatan tiap siklus, menunjukkan bahwa hasil observasi, dan hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran Senam Lantai, khususnya teknik dasar dalam senam lantai ada peningkatan yang baik, serta metode yang diterapkan guru dalam proses pembelajaran memberikan intervensi peserta didik menjadi termotivasi untuk dapat meningkatkan pengetahuan tentang gerakan teknik dasar dalam Senam Lantai. Berdasarkan hasil tersebut maka peneliti bersama tim kolaborasi sepakat bahwa proses pembelajaran Senam Lantai melalui penerapan metode bermain dalam olahraga, dapat dijadikan sebagai salah satu pembelajaran yang interaktif untuk peserta didik kelas XI UPT SMA Negeri 7 Soppeng. Pembelajaran senam lantai yang selama ini kurang diminati oleh peserta didik dapat menjadi kegiatan yang menyenangkan apabila dikemas dengan baik dan dengan menggunakan penerapan pembiasaan metode bermain yang interaktif. Kemampuan guru dalam membimbing peserta didik sebelum, saat, dan setelah belajar juga sangat diperlukan, sehingga kegiatan belajar yang dilakukan menjadi bermakna dan peserta didik mendapat kepuasan dan kepercayaan diri dari apa yang telah dipelajari.

PENUTUP

Berdasarkan Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan dari pra tindakan sampai dengan siklus II yaitu hasil pra tindakan mencapai 45%, hasil siklus I mencapai 70,37 % dan hasil siklus II mencapai 96,29% sehingga dapat disimpulkan metode bermain dapat meningkatkan minat dan hasil belajar peserta didik pada pelajaran penjasorkes.

DAFTAR PUSTAKA

- Ashfahany, F. A., Adi, S., & Hariyanto, E. (2017). Bahan Ajar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Dalam Bentuk Multimedia Interaktif untuk Siswa Kelas VII. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 2(2), 261-267.

- Asmi, A., Neldi, H., & Khairuddin, F. U. (2018). Meningkatkan Minat Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan melalui Metode Bermain pada Kelas Viii-4 Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Batusangkar. *Jurnal MensSana*, 3(1), 33-44.
- Kusumah, Wijaya dan Dedi Dwitagama. (2012). Mengenal Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: PT. Indeks.
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan pendidikan jasmani dalam pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1-12.
- Meilinda. (2009). Meningkatkan Minat Belajar Sejarah Siswa melalui Pembelajaran Kooperatif Teknik Time Token. FIS UNP.
- Parnawi, A. (2020). Penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Deepublish.