



## Upaya Meningkatkan Kemampuan Bermain Bola Kasti Dengan Metode Permainan Pada Peserta Didik Tahun Pelajaran 2023/2024”.

**Yusril<sup>1</sup>, Juhanis<sup>2</sup>, Haeruddin<sup>3</sup>**

([yusrilaan00@gmail.com](mailto:yusrilaan00@gmail.com)<sup>1</sup>, [juhanis@unm.com](mailto:juhanis@unm.com)<sup>2</sup>, [haeruddinpay@gmail.com](mailto:haeruddinpay@gmail.com)<sup>3</sup>)

Program Studi Pendidikan Profesi Guru, Universitas Negeri Makassar, Jl. Wijaya

Kusuma No. 14, Banta-bantaeng, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Sains Global Indonesia

---

### ABSTRAK

Kesegaran jasmani ditinjau dari ilmu faal adalah kemampuan tubuh untuk menyesuaikan fungsi alat-alat tubuh dalam batas-batas fisiologis terhadap keadaan lingkungan dan kerja fisik dengan cara yang cukup efisien tanpa kelelahan secara berlebihan. Kondisi ideal tersebut apabila diterapkan pada siswa di sekolah akan mampu mendorong siswa dalam menyerap materi ajar yang di sampaikan, selain latihan yang teratur keberhasilan penyampaian materi ajar terutama pendidikan jasmani juga bergantung kepada metode yang digunakan dalam pembelajaran. Metode permainan memiliki dampak positif terhadap kerjasama antara siswa, hal ini ditunjukkan adanya tanggung jawab dalam kelompok dimana siswa yang lebih mampu mengajari temannya yang kurang mampu. Dari hasil kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama tiga siklus, dan berdasarkan seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut: Pembelajaran dengan metode permainan memiliki dampak positif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu masing-masing 64,29%, 69,29%, dan 85,71%. Pada siklus III ketuntasan belajar siswa secara klasikal telah tercapai.

**Kata Kunci :** Bola kasti, Metode Permainan,

### PENDAHULUAN

Setiap orang dilahirkan dengan memiliki badan dan pikiran, karena dari semenjak masa bayi, terdapat ketergantungan dari siapa yang merawatnya. Warna kehidupan anak juga ditentukan dari bagaimana cara merawat dan mengarahkan dari kehidupan dilingkungannya. Oleh karena itu kewajiban kita semua untuk memberikan yang terbaik bagi anak-anak usia dini

dan memberikan kepada anakanak tersebut lingkungan hidup dan kegiatan-kegiatan yang sebaik dan semenarik mungkin untuk meningkatkan pertumbuhan mental dan fisiknya.

Kesegaran jasmani ditinjau dari ilmu faal adalah kemampuan tubuh untuk menyesuaikan fungsi alat-alat tubuh dalam batas-batas fisiologis terhadap keadaan lingkungan dan kerja fisik dengan cara yang cukup efisien tanpa kelelahan secara berlebihan.

Orang yang sudah bekerja masih dapat melakukan kegiatan-kegiatan lain yang bersifat rekreatif dan telah mengalami pemulihan yang sempurna sebelum datangnya tugas yang sama pada esok harinya.

Dalam mempertahankan komponen di atas diperlukan olahraga secara teratur sehingga memperoleh hasil seperti diatas. Bila olahraga dilakukan dengan tidak terjadwal dipastikan bahwa hasil yang diharapkan tidak akan dicapai seperti yang diharapkan. Kondisi ideal tersebut apabila diterapkan pada siswa di sekolah akan mampu mendorong siswa dalam menyerap materi ajar yang di sampaikan, selain latihan yang teratur keberhasilan penyampaian materi ajar terutama pendidikan jasmani juga bergantung kepada metode yang

digunakan dalam pembelajaran Pembelajaran yang tepat dan sesuai dengan kondisi dan karakteristik siswa akan mampu mendorong kemampuan siswa dalam penguasaan teknik taktik dan strategi olahraga beregu. ini penting untuk dilakukan karena penguasaan teknik taktik dan strategi olahraga beregu membutuhkan strategi dalam penyampaian tersendiri kepada siswa.

Sedangkan metode yang dirasa sesuai dan tepat ialah dengan metode permainan, metode ini akan menciptakan suasana belajar yang kompak dan tidak membosankan sekaligus menjadikan siswa aktif. Penelitian tindakan ini diharapkan mampu menjawab permasalahan yang ada yaitu Bagaimana peningkatan kemampuan Bermain bola terhadap peserta didik tahun pelajaran 2023/2024 dengan diterapkannya metode permainan. Tujuan dari penelitian ini adalah diharapkan adanya Peningkatan kemampuan Bermain bola kasti siswa pada mata pelajaran Penjas terhadap peserta didik dengan metode permainan. Disamping itu melalui penelitian ini dapat diketahui Sejauh mana tingkat pemahaman peserta didik dalam pelajaran pendidikan jasmani. Serta Untuk mengetahui metode pengajaran yang sesuai diterapkan di kelas dan sekolah.

## **METODE**

Penelitian yang dilaksanakan ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Tim Pelatih Proyek PGSM, PTK adalah suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional dari tindakan mereka dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan itu, serta memperbaiki kondisi dimana praktek pengajaran tersebut dilakukan (dalam Mukhlis, 2003: 3).

Sedangkan menurut Mukhlis (2003: 5) PTK adalah suatu bentuk kajian yang bersifat sistematis reflektif oleh pelaku tindakan untuk memperbaiki kondisi pengajaran yang dilakukan

Langkah pada siklus berikutnya adalah perencanaan yang sudah direvisi, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Sebelum masuk pada siklus 1 dilakukan tindakapendahuluan yang berupa identifikasi permasalahan.

Tes ini disusun berdasarkan tujuan pembelajaran yang akan dicapai, digunakan untuk mengukur kemampuan, Tes formatif ini diberikan setiap akhir putaran. Bentuk soal yang diberikan adalah pilihan ganda(objektif). Data-data yang diperlukan dalam penelitian ini diperoleh melalui tes formatif.

Untuk mengalisis tingkat keberhasilan atau persentase keberhasilan siswa setelah proses belajar mengajar setiap putarannya dilakukan dengan cara memberikan evaluasi berupa soal tes tertulis pada setiap akhir putaran.

## **HASIL PEMBAHASAN**

### **1.Siklus I**

#### **a. Tahap Perencanaan**

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri dari rencana pelajaran 1, LKS 1, soal tes formatif 1 dan alat-alat pengajaran yang mendukung. Selain itu juga dipersiapkan lembar observasi pengolahan metode pembelajaran permainan, dan lembar observasi aktivitas guru dan peserta didik.

#### **b. Tahap Kegiatan dan Pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus I dilaksanakan pada tanggal 1 agustus 2023 di Kelas III dengan jumlah siswa 28 siswa. Dalam hal ini peneliti bertindak sebagai guru. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelajaran yang telah dipersiapkan. Pengamatan (observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar. Sebagai pengamat adalah seorang kolaborator.

**Table Nilai Tes Pada Siklus I**

Keterangan:

T : Tuntas

No. Urut	Skor	Keterangan		No. Urut	Skor	Keterangan	
		T	TT			T	TT
1	70	✓		15	70	✓	
2	70	✓		16	70	✓	
3	60		✓	17	70	✓	
4	80	✓		18	60		✓
5	30		✓	19	70	✓	
6	60		✓	20	60		✓
7	80	✓		21	80	✓	
8	60		✓	22	70	✓	
9	60		✓	23	70	✓	
10	80	✓		24	40		✓
11	70	✓		25	50		✓

12	60		✓	26	70	✓	
13	90	✓		27	70	✓	
14	70	✓		28	70	✓	
Jumlah	940	8	6	Jumlah	920	10	4
Jumlah Skor 1860							
Jumlah Skor Mask. Ideal 2800 % Skor							
Tercapai 66,43							

TT : Tidak Tuntas

Jumlah siswa yang tuntas 18

Jumlah siswa yang belum tuntas 10

Klasikal : Belum tuntas Hasil berikutnya adalah tes formatif siswa seperti terlihat pada tabel berikut.

**Tabel Rekapitulasi Hasil Tes Formatif Siswa pada Siklus I**

No	Uraian	Hasil Siklus I
1	Nilai rata-rata tes formatif	66,43
2	Jumlah siswa yang tuntas belajar	18
3	Persentase ketuntasan belajar	64,29

Pada akhir proses belajar mengajar siswa diberi tes formatif I dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam proses belajar mengajar yang telah dilakukan. Adapun data hasil penelitian pada siklus I adalah sebagai beri

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa dengan menerapkan metode pengajaran permainan diperoleh nilai rata-rata prestasi belajar siswa adalah 66,43 dan ketuntasan belajar mencapai 64,29% atau ada 18 siswa dari 28 siswa sudah tuntas belajar. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada siklus pertama secara klasikal siswa belum tuntas belajar, karena siswa yang memperoleh nilai  $\geq 65$  hanya sebesar 64,29% lebih kecil dari persentase ketuntasan yang

dikehendaki yaitu sebesar 85%. Hal ini disebabkan karena siswa masih merasa baru dan belum mengerti apa yang dimaksudkan dan digunakan guru dengan menerapkan metode pembelajaran permainan.

c. Refleksi

Dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar diperoleh informasi dari hasil pengamatan sebagai berikut:

Guru kurang baik dalam memotivasi siswa dan dalam menyampaikan tujuan pembelajaran guru kurang baik dalam pengelolaan waktu Siswa kurang begitu antusias selama pembelajaran berlangsung

d. Revisi Rancangan

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar pada siklus I ini masih terdapat kekurangan, sehingga perlu adanya revisi untuk dilakukan pada siklus berikutnya.

1. Guru perlu lebih terampil dalam memotivasi siswa dan lebih jelas dalam menyampaikan tujuan pembelajaran. Dimana siswa diajak untuk terlibat langsung dalam setiap kegiatan yang akan dilakukan.
2. Guru perlu mendistribusikan waktu secasra baik dengan menambahkan informasi-informasi yang dirasa perlu dan memberi catatan
3. Guru harus lebih terampil dan bersemangat dalam memotivasi siswa sehingga siswa bisa lebih antusias.

## 2. Siklus II

### a. Tahap perencanaan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri dari rencana pelajaran 2, LKS, 2, soal tes formatif II dan alat-alat pengajaran yang mendukung. Selain itu juga dipersiapkan lembar observasi pengelolaan metode pengajaran permainan dan lembar observasi guru dan siswa.

### b. Tahap kegiatan dan pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus II dilaksanakan pada tanggal 17 agustus 2023 di Kelas VIII dengan jumlah siswa 28 siswa. Dalam hal ini peneliti bertindak sebagai guru.

Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelajaran dengan memperhatikan revisi pada siklus I, sehingga keslah atau kekurangan pada siklus I tidak terulang lagi pada siklus II. Pengamatan(observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar. Sebagai pengamat seorang kolaborator. Pada akhir proses belajar mengajar siswa diberi tes formatif II dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam proses belajar mengajar yang telah dilakukan. Instrumen yang digunakan adalah tes formatif II. Adapun data hasil penelitian pada siklus II adalah sebagai berikut.

Dari tabel di atas diperoleh nilai rata-rata prestasi belajar siswa adalah 69,29% dan ketuntasan belajar mencapai 75,00% atau ada 21 siswa dari 28 siswa sudah tuntas belajar. Hasil ini menunjukkan bahwa pada siklus II ini ketuntasan belajar secara klasikal telah mengalami peningkatan sedikit lebih baik dari siklus I. Adanya peningkatan hasil belajar siswa ini karena setelah guru menginformasikan bahwa setiap akhir pelajaran akan selalu diadakan tes sehingga pada pertemuan berikutnya siswa lebih termotivasi untuk belajar. Selain itu siswa juga sudah mulai mengerti apa yang dimaksudkan dan dinginkan guru dengan menerapkan metode pembelajaran permainan

### c. Refleksi

Dalam pelaksanaan kegiatan belajar diperoleh informasi dari hasil pengamatan sebagai berikut: Memotivasi siswa, Membimbing siswa merumuskan kesimpulan menemukan konsep dan Pengelolaan waktu

### d. Revisi Rancangan

**Table Nilai Tes Pada Siklus II**

No. Urut	Skor	Keterangan		No. Urut	Skor	Keterangan	
		T	TT			T	TT
1	70	✓		15	50		✓
2	80	✓		16	60	✓	
3	50		✓	17	70	✓	
4	70	✓		18	70	✓	
5	100	✓		19	50		✓
6	70	✓		20	80	✓	
7	90	✓		21	70	✓	
8	40		✓	22	80	✓	
9	70	✓		23	70	✓	
10	60		✓	24	60		✓
11	70	✓		25	40		✓
12	80	✓		26	90	✓	
13	70	✓		27	70	✓	
14	80	✓		28	80	✓	
Jumlah	1000	11	3	Jumlah	940	10	4
Jumlah Skor 1940							
Jumlah Skor Mask. Ideal							
2800 % Skor Tercapai 69,29							

Keterangan:

T : Tuntas

TT : Tidak Tuntas

Jumlah siswa yang tuntas 21

Jumlah siswa yang belum tuntas 7

Klasikal : Belum tuntas

Hasil tes formatif siswa terlihat pada tabel berikut.

**Tabel Rekapitulasi Hasil Tes Formatif Siswa pada Siklus II**

No	Uraian	Hasil Siklus II
1	Nilai rata-rata tes formatif	69,29
2	Jumlah siswa yang tuntas belajar	21,00
3	Persentase ketuntasan belajar	75,00

- Pelaksanaan kegiatan belajar pada siklus II ini masih terdapat kekurangan-kekurangan. Maka perlu adanya revisi untuk dilaksanakan pada siklus II antara lain:
1. Guru dalam memotivasi siswa hendaknya dapat membuat siswa lebih termotivasi selama proses belajar mengajar berlangsung.
  2. Guru harus lebih dekat dengan siswa sehingga tidak ada perasaan takut dalam diri siswa baik untuk mengemukakan pendapat atau bertanya.
  3. Guru harus lebih sabar dalam membimbing siswa merumuskan kesimpulan/ menemukan konsep.
  4. Guru harus mendistribusikan waktu secara baik sehingga kegiatan pembelajaran dapat berjalan sesuai dengan yang diharapkan.
  5. Guru sebaiknya menambah lebih banyak contoh soal dan memberi soal-soal latihan pada siswa untuk dikerjakan pada setiap kegiatan belajar mengajar.

### 3. Siklus III

#### a. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri dari rencana pelajaran 3, LKS 3, soal tes formatif 3 dan alat-alat pengajaran yang mendukung. Selain itu juga dipersiapkan lembar observasi pengelolaan pembelajaran penemuan terbimbing dan lembar observasi aktivitas guru dan siswa.

#### b. Tahap kegiatan dan pengamatan

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus III dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2023 di Kelas III dengan jumlah siswa 28 siswa. Dalam hal ini peneliti bertindak sebagai guru. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelajaran dengan memperhatikan revisi pada siklus II, sehingga kesalahan atau kekurangan pada siklus II tidak terulang lagi pada siklus III. Pengamatan (observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar. Sebagai pengamat adalah seorang kolaborator.

Pada akhir proses belajar mengajar siswa diberi tes formatif III dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam proses belajar mengajar yang telah dilakukan. Instrumen yang digunakan adalah tes formatif III. Adapun data hasil penelitian pada siklus III adalah sebagai berikut:

**Table Nilai Tes Pada Siklus III**

No. Urut	Skor	Keterangan		No. Urut	Skor	Keterangan	
		T	TT			T	TT
1	90	✓		15	70	✓	
2	80	✓		16	80	✓	
3	70	✓		17	80	✓	
4	60		✓	18	90	✓	
5	90	✓		19	50		✓

6	70	✓		20	80	✓	
7	90	✓		21	90	✓	
8	60		✓	22	50		✓
9	70	✓		23	80	✓	
10	80	✓		24	70	✓	
11	100	✓		25	90	✓	
12	80	✓		26	80	✓	
13	100	✓		27	70	✓	
14	70	✓		28	80	✓	
Jumlah	1110	12	2	Jumlah	1060	12	2
Jumlah Skor 2170							
Jumlah Skor Mask. Ideal							
2800 % Skor Tercapai 77,50							

Keterangan:

T : Tuntas  
 TT : Tidak Tuntas

Jumlah siswa yang tuntas 24

Jumlah siswa yang belum tuntas 4

Klasikal : Tuntas

Hasil berikutnya adalah tes formatif siswa seperti terlihat pada tabel berikut.

Tabel 4.13. Rekapitulasi Hasil Tes Formatif Siswa pada Siklus III

No	Uraian	Hasil Siklus III
1	Nilai rata-rata tes formatif	77,50
2	Jumlah siswa yang tuntas belajar	24,00
3	Persentase ketuntasan belajar	85,71

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai rata-rata tes formatif sebesar 77,50 dan dari 28 siswa yang telah tuntas sebanyak 24 siswa dan 4 siswa belum mencapai ketuntasan belajar. Maka secara klasikal ketuntasan belajar yang telah tercapai sebesar 85,72% (termasuk kategori tuntas). Hasil pada siklus III ini mengalami peningkatan lebih baik dari siklus II. Adanya peningkatan hasil belajara pada siklus III ini dipengaruhi oleh adanya peningkatan kemampuan guru dalam menerapkan metode pengajaran permainan sehingga siswa menjadi lebih terbiasa dengan pembelajaran seperti ini sehingga siswa lebih mudah dalam memahami materi yang telah diberikan.

c. Refleksi

Pada tahap ini akhir dikaji apa yang telah terlaksana dengan baik maupun yang masih kurang baik dalam proses belajar mengajar dengan penerapan metode pembelajaran permainan. Dari data-data yang telah diperoleh dapat duraikan sebagai berikut:

1. Selama proses belajar mengajar guru telah melaksanakan semua pembelajaran dengan baik. Meskipun ada beberapa aspek yang belum sempurna, tetapi persentase pelaksanaannya untuk masing-masing aspek cukup besar.
2. Berdasarkan data hasil pengamatan diketahui bahwa siswa aktif selama proses belajar berlangsung.
3. Kekurangan pada siklus-siklus sebelumnya sudah mengalami perbaikan dan peningkatan sehingga menjadi lebih baik.
4. Hasil belajar siswa pada siklus III mencapai ketuntasan.

d. Revisi Pelaksanaan

Pada siklus III guru telah menerapkan metode pengajaran permainan dengan baik dan dilihat dari aktivitas siswa serta hasil belajar siswa pelaksanaan proses belajar mengajar sudah berjalan dengan baik. Maka tidak diperlukan revisi terlalu banyak, tetapi yang perlu diperhatikan untuk tindak lanjutnya adalah memaksimalkan dan mempertahankan apa yang telah ada dengan tujuan agar pada pelaksanaan proses belajar mengajar selanjutnya penerapan metode pengajaran permainan dapat meningkatkan proses belajar mengajar sehingga tujuan

## **KESIMPULAN**

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

Pembelajaran dengan metode permainan memiliki dampak positif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus

Metode permainan memiliki dampak positif terhadap kerjasama antara siswa, hal ini ditunjukkan adanya tanggung jawab dalam kelompok dimana siswa yang lebih mampu mengajari temannya yang kurang mampu.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terima kasih kepada kedua orang tua tercinta, kaka, saudara yang tak sedarah, teman-teman, orang pernah dekat dan semua elemen yang telah menjadi suppor sistem dari awal sampai selesai perkuliahan saya banyak banyak berterimah kasih banyak terhadap dukungan dan kata semangatnya terimah kasih

## **DAFTAR KEPUSTAKAAN**

Departemen Kesehatan Republik Indonesia.

1992. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor : 23*  
/ 1992. *Tentang Kesehatan*. Jakarta : Depdikbud.

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan,

1999. *Suplemen GBPP Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan SEKOLAH DASAR / MA*. Jakarta : Depdikbud.
- Ichsan, Muhammad, 1988. *UKS dan Olahraga*. Jakarta : Dirjen Dikti Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Depdikbud.
- Notoatmodjo, S, 1993. *Pengantar UKS dan Ilmu Perilaku*. Yogyakarta  
Andi Offset.
- Nadisah, 1992. *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehartan*. Jakarta Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Depdikbud.
- Sudjana, Nana, 1987. *Dasar-Dasar Proses Baru*. Bandung : Remaja Belajar Mengajar. Bandung  
Sinar Rosdakarya.
- Syah, Muhibbin, 1997. *Psikologi Pendidikan Suatu Pendekatan*
- Baru. Smet, Bart, 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.