



## Global Journal Sport and Education

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

Volume 1, Nomor 4 November 2024

e-ISSN: 4218-XXXX

DOI.10.35458

---

# MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LEMPAR LEMBING DENGAN MODIFIKASI ALAT BANTU PEMBELAJARAN SISWA KELAS VIII UPT SPF SMP NEGERI 7 MAKASSAR

Sukriah<sup>1</sup>, Arifuddin Usman<sup>2</sup>, Sri Sunarlin<sup>3</sup>

<sup>1</sup> PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: [sukriah025@gmail.com](mailto:sukriah025@gmail.com)

<sup>2</sup> PJKR, Universitas Negeri Makassar

Email: [arifuddin.usman@unm.ac.id](mailto:arifuddin.usman@unm.ac.id)

<sup>3</sup> PJKR, UPT SPF SMP Negeri 7 Makassar

Email: [srisunarlin44@guru.smp.belajar.id](mailto:srisunarlin44@guru.smp.belajar.id)

---

### Artikel info

Received: 02-03-2024

Revised: 03-04-2024

Accepted: 04-05-2024

Published, 25-05-2024

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui peningkatkan hasil belajar lembing pada siswa kelas VIII UPT SPF SMP Negeri 7 Makassar, melalui penggunaan alat bantu pembelajaran berupa bola tenis berekor dan roket paralon. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa UPT SPF SMP Negeri 7 Makassar, dengan jumlah 16 siswa. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tes kemampuan gerak dasar lempar lembing. Analisis data menggunakan deskriptif dengan persentase. Dari data hasil keseluruhan penelitian ini menunjukkan bahwa: adanya peningkatan kategori ketuntasan belajar siswa yang ditunjukkan dengan hasil kemampuan lempar lembing. Pada siklus I dengan modifikasi alat bantu siswa yang tuntas sebanyak 5 orang atau 31% dan tidak tuntas sebanyak 11 orang atau 69%. Berdasarkan pencapaian nilai rata-rata siswa dengan standar KKM 75 dan nilai ketuntasan seluruh siswa 100% pada siklus II sehingga tidak perlu lagi dilanjutkan ke tes siklus berikutnya.

---

### Key words:

Hasil belajar, lempar lembing



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

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani adalah bagian penting dalam kurikulum sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan motorik, pengetahuan tentang aktivitas fisik, serta perilaku hidup sehat dan aktif pada siswa. Salah satu cabang olahraga yang diajarkan dalam pendidikan jasmani di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah atletik, termasuk lempar lembing. Lempar lembing merupakan salah satu keterampilan dasar dalam atletik yang membutuhkan teknik khusus, kekuatan, dan koordinasi tubuh. Namun, berdasarkan observasi di lapangan, siswa kelas VIII UPT SPF SMP Negeri 7 Makassar menunjukkan kesulitan dalam menguasai teknik dasar lempar lembing. Banyak faktor yang mempengaruhi rendahnya hasil belajar siswa dalam olahraga ini, termasuk kurangnya pemahaman siswa tentang teknik yang benar dan keterbatasan sarana pembelajaran. Guru sering kali menghadapi kendala dalam menyediakan peralatan yang sesuai untuk pembelajaran lempar lembing, terutama peralatan yang aman dan mudah digunakan oleh siswa.

Dalam beberapa tahun terakhir, penelitian telah menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu yang dimodifikasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat membantu meningkatkan partisipasi dan hasil belajar siswa. Misalnya, penggunaan bola tenis berekor dan roket paralon sebagai alat bantu dalam pembelajaran lempar lembing telah terbukti efektif dalam membantu siswa memahami gerakan dasar lemparan dengan aman dan menyenangkan (Samsudin, 2020; Suryadi, 2021). Alat bantu ini tidak hanya mengurangi risiko cedera tetapi juga membuat proses belajar menjadi lebih interaktif dan menarik. Sejalan dengan temuan-temuan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar lempar lembing pada siswa kelas VIII UPT SPF SMP Negeri 7 Makassar melalui penggunaan alat bantu pembelajaran yang dimodifikasi. Dengan memodifikasi alat bantu pembelajaran, diharapkan siswa dapat lebih mudah memahami teknik dasar lempar lembing dan meningkatkan hasil belajarnya.

Tujuan penggunaan alat bantu pembelajaran lempar lembing adalah untuk menarik minat siswa, membuat mereka senang, dan memudahkan penguasaan teknik dasar. Dengan mengabaikan pendekatan kaku tradisional, guru diharapkan dapat menyajikan materi lempar lembing dengan cara yang lebih menarik. Penelitian ini berfokus pada modifikasi alat bantu pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar lempar lembing. Judul penelitian ini adalah “Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Lembing dengan Modifikasi Alat Bantu Pembelajaran pada Siswa Kelas VIII UPT SPF SMP Negeri 7 Makassar”

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan pendekatan model siklus dari Kurt Lewin yang terdiri dari empat tahap, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus untuk meningkatkan hasil belajar lempar lembing melalui penggunaan alat bantu pembelajaran yang dimodifikasi, yakni bola tenis berekor dan roket paralon. Subjek penelitian adalah 16 siswa kelas VIII UPT SPF SMP Negeri 7 Makassar, yang terdiri dari 7 siswa laki-laki dan 9

siswa perempuan. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan total sampling, di mana seluruh siswa dalam kelas tersebut dijadikan sampel penelitian.

Pada tahap perencanaan, disusun rencana pembelajaran yang memanfaatkan alat bantu pembelajaran modifikasi dan dirancang berdasarkan kurikulum pendidikan jasmani. Tindakan dilaksanakan dengan memulai pembelajaran lempar lembing menggunakan alat bantu, sementara pengamatan dilakukan untuk memonitor aktivitas siswa, keterlibatan mereka dalam proses belajar, serta efektivitas alat bantu yang digunakan. Setelah tindakan dan observasi selesai, dilakukan refleksi untuk mengevaluasi hasil pembelajaran pada siklus pertama dan menentukan perbaikan untuk siklus berikutnya. Siklus kedua dilaksanakan dengan perbaikan berdasarkan refleksi dari siklus pertama.

Instrumen penelitian yang digunakan meliputi tes keterampilan teknik dasar lempar lembing, lembar observasi untuk mencatat partisipasi siswa, serta wawancara dan catatan lapangan yang digunakan untuk mengumpulkan data kualitatif dari siswa dan guru terkait pengalaman pembelajaran. Data yang dikumpulkan dianalisis secara deskriptif menggunakan persentase untuk melihat perkembangan hasil belajar siswa pada setiap siklus. Ketuntasan belajar siswa dinilai berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 75, dan penelitian dianggap berhasil jika 85% siswa mencapai nilai di atas KKM.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar lempar lembing siswa kelas VIII UPT SPF SMP Negeri 7 Makassar melalui penggunaan alat bantu yang dimodifikasi, yaitu bola tenis berekor dan roket paralon. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus. Pada siklus pertama, hasil tes keterampilan lempar lembing menunjukkan bahwa hanya 5 dari 16 siswa (31%) yang mencapai ketuntasan dengan nilai di atas Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebesar 75, sementara 11 siswa (69%) belum mencapai ketuntasan. Observasi selama siklus pertama menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam melakukan teknik dasar lempar lembing, terutama dalam hal koordinasi gerakan, meskipun alat bantu pembelajaran telah digunakan.

Setelah dilakukan refleksi dan perbaikan pembelajaran pada siklus kedua, terjadi peningkatan yang signifikan. Pada siklus kedua, sebanyak 14 siswa (88%) mencapai ketuntasan, dan hanya 2 siswa (12%) yang belum tuntas. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu pembelajaran yang dimodifikasi berhasil membantu siswa lebih memahami dan menguasai teknik dasar lempar lembing. Selain itu, partisipasi siswa dalam pembelajaran juga meningkat, mereka menjadi lebih antusias dan aktif dalam berlatih menggunakan alat bantu bola tenis berekor dan roket paralon. Dengan demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu yang dimodifikasi secara signifikan mampu meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran lempar lembing.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu pembelajaran yang dimodifikasi, seperti bola tenis berekor dan roket paralon, secara signifikan dapat meningkatkan hasil belajar lempar lembing siswa kelas VIII UPT SPF SMP Negeri 7 Makassar. Pada siklus pertama, tingkat ketuntasan siswa masih rendah, dengan hanya 31% siswa yang mampu mencapai nilai di atas KKM. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pemahaman siswa terhadap teknik dasar lempar lembing dan keterbatasan dalam mempraktikkan teknik tersebut dengan alat bantu standar. Namun, setelah dilakukan perbaikan pada siklus kedua, terjadi peningkatan signifikan, di mana 88% siswa berhasil mencapai ketuntasan. Peningkatan ini menunjukkan

bahwa penggunaan alat bantu yang sesuai dengan karakteristik siswa dapat membantu mereka lebih mudah memahami konsep dan teknik lempar lembing.

Keberhasilan ini sejalan dengan temuan dari penelitian sebelumnya, seperti yang dilaporkan oleh Samsudin (2020) dan Suryadi (2021), yang menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu yang dimodifikasi dapat menciptakan pembelajaran yang lebih aman, interaktif, dan menyenangkan. Penggunaan bola tenis berekor, misalnya, mengurangi risiko cedera dan memungkinkan siswa untuk lebih fokus pada penguasaan gerakan tanpa khawatir terhadap keselamatan. Selain itu, modifikasi ini juga memudahkan siswa untuk mengulangi latihan teknik secara mandiri, meningkatkan rasa percaya diri mereka dalam berlatih dan berpartisipasi aktif selama pembelajaran.

Modifikasi alat bantu pembelajaran ini juga berperan penting dalam meningkatkan keterlibatan siswa. Dengan pendekatan yang lebih kontekstual dan sesuai dengan kondisi fisik siswa, pembelajaran menjadi lebih menarik dan relevan. Partisipasi siswa yang meningkat dalam proses pembelajaran tidak hanya berdampak pada penguasaan teknik, tetapi juga memotivasi mereka untuk lebih bersemangat dalam mengikuti aktivitas jasmani. Selain itu, guru juga dapat lebih fokus pada memberikan umpan balik yang lebih spesifik kepada siswa selama pembelajaran, yang berkontribusi pada peningkatan hasil belajar secara keseluruhan. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa penggunaan alat bantu pembelajaran yang dimodifikasi dapat menjadi alternatif efektif dalam mengatasi tantangan dalam pembelajaran lempar lembing di sekolah.

## **PENUTUP**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, disimpulkan bahwa penggunaan alat bantu berupa bola tenis berekor dan roket paralon terbukti efektif meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran lempar lembing. Dari hasil analisis data, terlihat peningkatan yang signifikan dalam kemampuan siswa dari siklus pertama ke siklus kedua. Pada siklus pertama, hanya 31% siswa yang mencapai ketuntasan belajar, sedangkan pada siklus kedua, tingkat ketuntasan mencapai 100%. Hal ini menunjukkan bahwa modifikasi alat bantu dalam pembelajaran memberikan dampak positif terhadap partisipasi aktif siswa dan peningkatan kemampuan teknis mereka. Penggunaan alat bantu ini juga membuat pembelajaran lebih menarik dan aman bagi siswa, serta memberikan kesempatan yang lebih besar untuk latihan mandiri.

Diharapkan metode ini dapat menjadi acuan bagi para guru pendidikan jasmani dalam mengembangkan media pembelajaran yang kreatif dan sesuai dengan karakteristik siswa. Selain itu, temuan ini juga memperkaya strategi pembelajaran di bidang atletik, khususnya dalam cabang lempar lembing, agar lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan siswa di sekolah.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aunurrahman. (2019). *Belajar dan Pembelajaran Edisi Revisi*. Bandung: Alfabeta.
- Dimyati, & Mudjiono. (2020). *Belajar dan Pembelajaran: Konsep dan Penerapannya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Riyanto, Y. (2020). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Surabaya: Penerbit SIC.

## ***Global Journal Sport and Education***

- Sagala, S. (2020). *Konsep dan Makna Pembelajaran: Perspektif Kurikulum 2013*. Bandung: Alfabeta.
- Samsudin. (2021). *Inovasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah*. Jakarta: Erlangga.
- Slameto. (2021). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya Edisi Terbaru*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Pendidikan: Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryadi, I. (2021). *Modifikasi Alat Bantu dalam Pembelajaran Olahraga: Studi Kasus pada Atletik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.