



IJPESS
 Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science
 p-ISSN 2775-765X | e-ISSN 2776 0200
 Volume 2, No. 1, Maret 2022 Hal. 17-28
<http://journal.unucirebon.ac.id/index.php/ijpess>

Peningkatan Hasil Belajar Lempar Turbo Dengan Modifikasi Media Belajar Untuk Siswa Kelas IV Sekolah Dasar

Gunawan¹, Muhammad Suhairi*², Zusyah Porja Daryanto³

¹ Mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani, IKIP PGRI Pontianak

^{2,3} Prodi Pendidikan Jasmani, IKIP PGRI Pontianak

Info Artikel:

Diterima :
 15 Maret 2022
 Disetujui :
 20 Maret 2022
 Dipublikasikan :
 25 Maret 2022

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data perencanaan, pelaksanaan, dan hasil kemampuan siswa dalam memahami pembelajaran lempar turbo melalui modifikasi alat pembelajaran. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan bentuk Penelitian Tindakan Kelas. Subjek penelitian ini yaitu siswa kelas empat yang berjumlah sebanyak 32 orang siswa. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik pengamatan dan tes. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siklus I, terdapat peningkatan hasil belajar siswa yang sebelumnya hanya 15 orang siswa saja yang tuntas (47%) dengan nilai rata-rata 67,32 menjadi 21 orang siswa yang tuntas (66%) dengan nilai rata-rata 76,43. Hal tersebut masih belum mencapai kriteria ketuntasan minimal yaitu 70% dari jumlah siswa yang diteliti. Oleh karena itu, peneliti melakukan kembali penelitian tindakan kelas pada siklus ke II. Hasil belajar siswa pada siklus ke II lebih meningkat menjadi 88% dengan jumlah siswa yang mendapatkan nilai tuntas sebanyak 28 orang dengan nilai rata-rata 82,03. Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa Peningkatan Hasil Belajar Lempar Turbo Dengan Modifikasi Media Belajar berhasil mencapai kriteria ketuntasan minimal belajar siswa kelas empat Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur.

Kata Kunci:

Modifikasi Alat, Pembelajaran,
 Lempar Turbo

Abstract

The purpose of this study was to obtain data on planning, implementation, and results of students' abilities in understanding turbo throwing lessons through modification of learning tools. The research method used in this research is descriptive method with the form of Classroom Action Research. The subjects of this study were fourth grade students, totaling 32 students. The technique used in this research is observation and test technique. Based on the research that has been done in the first cycle, there was an increase in student learning outcomes which previously only 15 students completed (47%) with an average score of 67.32 to 21 students who completed (66%) with an average score 76.43. This still has not reached the minimum completeness criteria, which is 70% of the number of students studied. Therefore, the researcher re-conducted classroom action research in the second cycle. Student learning outcomes in the second cycle further increased to 88% with the number of students who got a complete score of 28 people with an average score of 82.03. Based on the explanation, it can be concluded that the improvement of Turbo Throwing Learning Outcomes with Modified Learning Media has succeeded in achieving the minimum learning completeness criteria for fourth graders at State Elementary School 04 Pontianak Timur.

Email:

¹messgungunawan@gmail.com

²suhairims27@gmail.com

³porja.diah@gmail.com

©2022 Authors by Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon

PENDAHULUAN

Perkembangan masyarakat Indonesia untuk melakukan olahraga saat ini cukup mengembirakan buktinya dapat dilihat banyaknya masyarakat melakukan olahraga pada pagi maupun sore hari, serta banyaknya klub olahraga, fitness center dan kebugaran kesehatan. Perkembangan ini dilakukan adanya kesadaran masyarakat akan pentingnya melakukan olahraga, diantaranya dapat meningkatkan taraf kesegaran jasmani, rekreasi, pendidikan, pencapaian prestasi maupun mata pencaharian. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan, karena pendidikan olahraga bersifat mendidik. Dalam pelaksanaannya pendidikan jasmani dipakai sebagai wahana atau pengalaman belajar. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap mental, emosional, sportivitas, spiritual, sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang (Anhar & Mulyadi, 2021). Pendidikan jasmani merupakan proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak (Lutan, 1988).

Pendidikan jasmani memberikan dampak positif bagi siswa, yaitu dalam pembentukan psikomotor, perkembangan afektif dan kognitif. Berdasarkan alasan tersebut, maka pendidikan jasmani dimasukkan dalam kurikulum pendidikan Nasional. Ditinjau dari pendidikan jasmani dan kesehatan, aktifitas gerak siswa merupakan sarana pendidikan, sehingga pendidikan jasmani dan kesehatan diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan jasmani siswa. Pendidikan jasmani adalah usaha pendidikan dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan (Ateng, 1992). Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi mencapai tujuan pembelajaran (Hamalik., 2008). Sehingga untuk faktor ketersediaan jumlah alat dan faktor keselamatan maka perlu adanya sesuatu yang lain sebagai pengganti turbo yang digunakan dalam proses pembelajaran kids atletik lempar turbo (Khoerudin, 2015). Salah satu masalah menonjol yang mengakibatkan lambatnya prestasi olahraga adalah masalah kurangnya pemanfaatan ilmu dan teknologi dalam praktek olahraga. Diantaranya aspek ilmu yang masih minim yaitu pemanfaatan dan pengembangan sarana dan prasarana, sedangkan teori belajar motorik sebatas teori saja, itupun dalam taraf yang belum memuaskan. Selain itu juga karena efektif dan efesiennya pembinaan dan metode pendidikan. Kondisi tersebut perlu diantisipasi dengan adanya penelitian keolahragaan yang mengarah pada peningkatan ilmu dan sumber daya manusia pada siswa.

Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang diajarkan disekolah, mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi. Cabang olahraga atletik terdiri dari nomor jalan, lari, lempar, dan lompat (Purnomo, 2007). Berkaitan dengan nomor-nomor atletik, penelitian ini akan mengkaji dan meneliti kemampuan gerak dasar melempar turbo dalam kids atletik. Turbo adalah peralatan yang digunakan dalam pembelajaran kids atletik lempar turbo, turbo berbentuk tongkat pendek seperti rudal yang dapat dilempar seperti lempar lembing (Khoerudin, 2015). Lempar turbo merupakan modifikasi lempar lembing yang diperuntukan bagi anak-anak dimana rangkaian gerakannya diawali dengan awalan lemparan dan gerak lanjut. Para siswa pada umumnya belum menguasai gerak dasar lempar turbo. Anak tidak

pada tempatnya bila mereka diajarkan untuk mencapai prestasi tinggi dalam olahraga tapi sebaliknya mereka harus dibimbing sesuai kemampuan fisik dan mentalnya seperti yang dikemukakan (Djumidar, 2007) dalam pengajaran Pendidikan jasmani disekolah dasar harus di sesuaikan dengan tingkat kemampuan siswa.

Kids atletik adalah nomor suatu konsepsi tentang event untuk anak-anak yang menggambarkan suatu keberangkatan nyata dari atletik model orang dewasa. Adapun maksud dan tujuan organisasi akan konsepsi tentang : “Atletik bocah – IAAF “ (IAAF KIDS’ ATLETIK) : Bahwa suatu jumlah besar anak-anak dapat diaktifkan pada saat bersamaan, bahwa bentuk Gerakan atletik yang dasar dan yang beragam dapat dilakukan atau diterapkan, bukan saja anak-anak yang lebih kuat dan lebih cepat membuat suatu sumabangan kepada suatu hasil yang baik, bahwa tuntutan ketangkasan bervariasi menurut umur atau usia dan syarat kemampuan berkordinasi, bahwa suatu sifat dari petualangan masuk dan program, menawarkan suatu pendekatan kepada atletik yang cocok atau sesuai bagi anak-anak, bahwa susunan atau sruktur dan system penilaian terhadap event adalah mudah, didasarkan atas urutan tingkatan (rang order) dari team atau ragu-ragu, bahwa diperlukan disini beberapa orang asisten dan juri (*judges*), bahwa atletik ditawarkan sebagai suatu event team campuran (anak-anak putra dan putri Bersama-sama) (Suherman, 2000).

Penguasaan terhadap teknik dasar lempar turbo merupakan unsur pokok dalam lempar khususnya lempar turbo. Tolak ukur keberhasilan dalam pengajaran lempar turbo adalah proses pencapaian hasil belajar teknik dasar lempar turbo yang dimiliki oleh para siswa. Siswa di SD pada umumnya belum memiliki keterampilan yang baik, sehingga unsur teknik ini harus mendapat prioritas dalam pembinaan. Demikian juga upaya pembinaan pencapaian hasil belajar lempar turbo pada siswa di SD Negeri 04 Pontianak Timur, pada tahap pertama perlu diberikan materi pembelajaran kemampuan teknik dasar lempar turbo. Pada umumnya penguasaan keterampilan gerak yang dimiliki siswa SD Negeri 04 Pontianak Timur belum baik. Hal ini terlihat pada saat mengikuti lomba-lomba lempar turbo, karena teknik-teknik lempar turbo yang benar masih kurang dikuasai.

Banyak kendala yang dihadapi oleh guru pendidikan jasmani SD Negeri 04 Pontianak Timur dalam usaha meningkatkan hasil pembelajaran, misalnya prasarana dan sarana, fasilitas yang terbatas serta metode pembelajaran yang belum sesuai. Karena keterbatasan tersebut menyebabkan hasil pembelajaran siswa SD Negeri 04 Pontianak Timur, khususnya pada cabang olahraga atletik nomor lempar turbo belum dapat dicapai secara optimal.

Berdasarkan pengamatan dan informasi yang peneliti dapat di SD Negeri 04 Pontianak timur, terdapat permasalahan terhadap penguasaan keterampilan cabang olahraga atletik nomor lempar turbo. Ini tercermin pada rendahnya nilai yang didapat oleh siswa kelas IV SD Negeri Pontianak Timur pada penguasaan keterampilan cabang olahraga atletik nomor lempar turbo. Berdasarkan data yang peneliti dapat pada SD Negeri 04 Pontianak Timur dari 32 orang siswa kelas IV yang melakukan penguasaan keterampilan lempar turbo hanya terdapat 15 orang saja (47 %) yang melampaui KKM, Sedangkan 17 orang (53 %) di bawah KKM. Dari permasalahan di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “Peningkatan Hasil Belajar Lempar Turbo dengan Modifikasi Media Belajar pada Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur”..

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Penelitian deskriptif adalah peneliti berusaha menggambarkan kegiatan penelitian yang dilakukan pada obyek tertentu secara jelas dan sistimatis (Sukardi, 2011). Tujuan utama dari metode deskriptif adalah untuk menggambarkan sifat suatu keadaan yang sementara berjalan saat penelitian dilakukan dan memeriksa sebab-sebab dari suatu gejala atau keadaan tertentu

(Sugiono, 2015). Pada penelitian deskriptif menentukan dan melaporkan keadaan sekarang. Bentuk penelitian ini yakni Penelitian Tindakan Kelas. Sesuai dengan tujuan pelaksanaan PTK dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga, setidaknya mengarah pada dua hal yaitu :

1. Untuk memperoleh cara meningkatkan atau memanipulasi perlakuan atau tindakan dalam pembelajaran jasmani atau kepelatihan olahraga agar proses dan hasil pembelajaran pendidikan jasmani atau kepelatihan olahraga meningkat.
2. Untuk meyakinkan pelaksanaan perbaikan melalui Proses Pengkajian Berdaur (Cyclical): Merencanakan, Melakukan Tindakan, Mengobservasi, dan merefleksi.

Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret memasuki semester dua tahun ajaran 2020/2021 yang menjadi subjek penelitian adalah peneliti berkolaborasi dengan guru bersama-sama melakukan penilaian pada siswa putra dan siswa putri kelas IV Sekolah Dasar 04 Pontianak Timur, dengan jumlah siswa 32 siswa terdiri dari 15 putri dan 17 Putra diambil menggunakan total sampling. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua acara untuk mengumpulkan data menggunakan; (1) Pengamatan/Observasi tidak hanya mengukur sikap dari responden, namun juga dapat digunakan untuk merekam berbagai fenomena yang terjadi; situasi, kondisi. (Fathoni, 2011) dan (2) Tes; digunakan untuk mengukur hasil belajar lempar turbo. Penilaian aspek keterampilan diperoleh melalui penilaian proses, yaitu : sikap awalan, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir melakukan suatu proses teknik dasar lempar turbo.

Untuk mengetahui perubahan hasil aktifitas, jenis data yang bersifat kuantitatif yang di peroleh dari hasil praktek, ditandai dengan indikator hasil praktek siswa (implementasi) menjadi lebih baik dari hasil tes sebelumnya (Pre-implementasi), kemudian di analisis dengan menggunakan rumus, (Aqip, 2006) sebagai berikut:

$$P = \frac{\text{Post rate} - \text{base rate}}{\text{Base rate}} \times 100\%$$

Sumber: Zaenal Aqip (2006:153)

Keterangan :

- P : Prosentase
 Post Rate : Nilai sesudah diberikan tindakan
 Base rate : Nilai sebelum tindakan..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan sebanyak 2 siklus yang telah dilakukan pada siswa kelas IV SD Negeri 04 Pontianak Timur. Sesuai dengan rancangan penelitian yang menerangkan bahwa sebelum diadakan tindakan, terlebih dahulu peneliti mengadakan tes awal diperoleh rata-rata sebesar 67,32 terdiri dari 15 orang (47%) *tuntas* dan 17 orang (53%) *tidak tuntas* dari 32 orang jumlah siswa (pre-implementasi). Siklus Penelitian yang digunakan adopsi dari siklus (Kristyanto, 2010) terdiri dari: (1) Menyusun Rancangan; (2) Pelaksanaan tindakan; (3) Pengamatan/observasi; dan (4) Refleksi. Adapun hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti diperoleh rata-rata siswa pada siklus I sebesar 76,43% sedangkan pada siklus II diperoleh peningkatan sebesar 82,03%. Dengan ini dapat disimpulkan bahwa Terdapat peningkatan hasil belajar lempar turbo dengan modifikasi media belajar pada siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur. Adapun hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut.

1. Siklus 1

- a. Tahap Perencanaan
 - a) Melakukan diskusi bersama observer antara lain membahas kapan penelitian siklus 1 dilaksanakan, persiapan apa saja yang diperlukan serta penjelasan umum dari peneliti kepada observer.
 - b) Melakukan diskusi kembali bersama observer bertujuan memilih materi pelajaran serta menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang mengacu pada tindakan yang diterapkan dalam penelitian tindakan kelas. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang dibuat disesuaikan dengan kompetensi dasar yang telah disepakati.
 - c) Menyiapkan media pembelajaran yang akan digunakan.
 - d) Menyiapkan alat pengumpulan data berupa lembar observasi guru dan lembar aktivitas belajar peserta didik.
- b. Tahap Pelaksanaan
 - a) Pada kegiatan pendahuluan meliputi: guru mengkoordinasikan peserta didik agar peserta didik siap menerima pembelajaran, mengecek kehadiran peserta didik, apersepsi serta menginformasikan tujuan pembelajaran dan kegiatan yang akan dilakukan.
 - b) Pada kegiatan inti meliputi: peserta didik mengamati media yang telah disiapkan oleh guru. Sebelum kegiatan belajar mengajar guru menjelaskan langkah-langkah pembelajaran.
 - c) Pada kegiatan penutup meliputi: peserta didik dan guru menyimpulkan materi pembelajaran, peserta didik mengerjakan evaluasi dan guru memberikan tindak lanjut berupa PR.
- c. Tahap Observasi

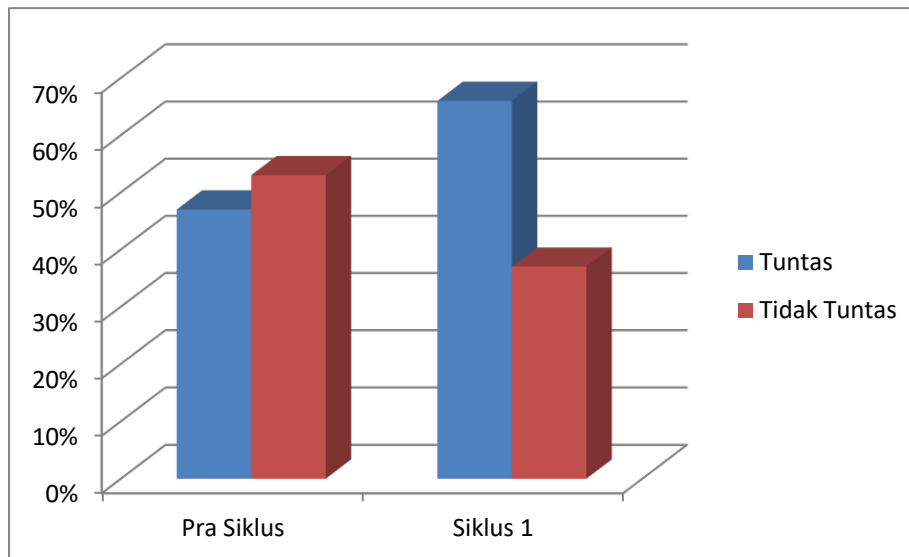
Hasil observasi keterampilan lempar turbo melalui modifikasi media belajar pada Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur pada siklus 1 diperoleh rata-rata sebesar 76,43 terdiri dari 21 (66%) siswa tuntas dan 11 (34%) siswa tidak tuntas. Peningkatan Kemampuan lempar turbo pada pra siklus ke siklus 1 dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Peningkatan kemampuan lempar turbo dari pra siklus ke siklus 1

<i>Aspek Yang Diukur</i>	Keterangan	
	Pra Siklus	Siklus 1
<i>Rata-rata</i>	67,32	76,43
<i>Siswa yang tuntas</i>	15	21
<i>Presentase tuntas (%)</i>	47%	66%

Secara umum terjadi peningkatan keterampilan lempar turbo pada Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur pada Siklus I yaitu dari rata-rata pada pra siklus sebesar 67,32 menjadi 76,43 jadi dapat disimpulkan bahwa pada Siklus I terjadi peningkatan sebesar 13,53%

- d. Refleksi. Jika digambarkan dalam bentuk grafik, peningkatan lempar turbo siswa kelas IV melalui modifikasi alat terlihat sebagai berikut.



Gambar 1. Peningkatan Kemampuan Lempar Turbo

Adapun hasil refleksi pembelajaran yang telah dilaksanakan pada siklus I ini adalah sebagai berikut: (1) Hasil refleksi dari guru penjas terhadap peneliti yang melakukan action dan (2) hasil Refleksi terhadap siswa. Hasil refleksi dari guru penjas terhadap peneliti sebagai berikut:

- a) Pembelajaran yang telah di lakukan peneliti sudah baik, karena pembelajaran yang di berikan jarang diterapkan, pembelajaran yang sebelumnya hanya berupa ceramah tanpa mensimulasikan dan hanya berupa pemberian tugas (bermain sendiri).
- b) Pemberian simulasi yang di sampaikan, membuat siswa bersemangat dan tidak merasa kesulitan untuk mencoba gerakan tehnik dasar lempar turbo yang di sampaikan oleh peneliti.
- c) Pembelajaran lempar turbo yang menggunakan modifikasi media belajar dengan yang di lakukan oleh peneliti dapat meningkatkan keterampilan lempar turbo dalam siswa, dan siswa tidak mengalami kesulitan, karena materi yang diberikan dimulai dari tehnik dasar lempar turbo melalui modifikasi media belajar sampai dengan lapangan lempar turbo yang sebenarnya, dengan demikian siswa merasa mudah dan bisa melakukannya.
- d) Pemahaman siswa terhadap tehnik dasar lempar turbo, membuat mereka bersemangat untuk melakukan latihan-latihan, bahkan mereka semakin aktif untuk mencoba melakukan latihan sendiri tanpa di paksakan. Dengan begitu Peningkatan hasil belajar lempar turbo dengan Modifikasi media belajar yang disampaikan peneliti dapat meningkatkan keterampilan lempar turbo pada siswa.
- e) Pada gerakan lempar turbo, cara siswa lempar turbo masih banyak yang kurang sempurna pegangannya, dan juga posisi awalan, langkah menyilang, lemparan dan sikap akhir perlu diperbaiki.
- f) Pada saat melakukan tes lempar turbo siswa masih mengalami kesulitan untuk posisi awalan, langkah menyilang, lemparan dan sikap akhir, sehingga latihan-latihan lempar turbo dengan mendarat di lapangan lempar turbo harus lebih ditingkatkan lagi.
- g) Pembelajaran yang dilakukan peneliti perlu pengembangan, yaitu diberikannya modifikasi media belajar lempar turbo dalam, dengan tujuan agar siswa tidak

merasa bosan.

- h) Kelebihan dalam pembelajaran yang dilakukan peneliti yaitu, setiap tehnik yang diberikan oleh peneliti selalu diberikan simulasi sehingga mempermudah siswa untuk menirukan gerakannya, materi yang disampaikan dalam pembelajaran dari yang mudah ke sukar sehingga siswa bersemangat dan aktif untuk mengikuti pelajaran.

Adapun Hasil refleksi refleksi pembelajaran yang telah dilaksanakan pada siklus I terhadap siswa sebagai berikut:

- a) Siswa merasa senang dengan pembelajaran yang dilakukan peneliti, karena proses pembelajaran dari pemanasan, penyampaian materi atau inti pembelajaran dan penutup kebanyakan belum pernah diajarkan oleh guru penjas (guru lain), yang membuat siswa antusias dan aktif dalam mengikuti latihan lempar turbo. Karena senangnya, membuat mereka ingin mencoba kembali materi yang di sampaikan peneliti, karena mereka sudah merasa bisa melakukan tehnik dasar lempar turbo.
- b) Siswa merasa mudah di dalam menerima materi pembelajaran yang dilakukan peneliti, karena materi yang di sampaikan cukup jelas yaitu dengan adanya simulasi yang dilakukan peneliti.
- c) Siswa merasa percaya diri pada waktu pelaksanaan tes, karena mereka yakin dengan keterampilan dasar yang di miliki mereka bisa melakukan tes dengan baik.
- d) Siswa melakukan tes lempar turbo dengan cara bersungguh-sungguh, karena mereka ingin melihat seberapa kemampuan keterampilan mereka pada lempar turbo setelah mengikuti pembelajaran yang dilakukan peneliti.
- e) Siswa tidak merasa kesulitan dalam melakukan lempar turbo pada pembelajaran yang dilakukan peneliti, karena sistematis atau urutan-urutan pembelajaran yang dilakukan dengan jelas dan pemberian simulasi yang dilakukan guru benar dan mudah di pahami oleh peserta didik.
- f) Jumlah siswa yang memenuhi kriteria ketuntasan baru sebesar 66%, belum mencapai 70% dari jumlah siswa. Maka dari itu perlu perbaikan untuk mendapatkan keterampilan lempar turbo yang lebih baik, yang dilakukan pada siklus II agar mendapatkan hasil yang maksimal.

2. Siklus 2

a. Perencanaan

- a) Melakukan diskusi bersama observer antara lain membahas kapan penelitian siklus 1 dilaksanakan, persiapan apa saja yang diperlukan serta penjelasan umum dari peneliti kepada observer.
- b) Melakukan diskusi kembali bersama observer bertujuan memilih materi pelajaran serta menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang mengacu pada tindakan yang diterapkan dalam penelitian tindakan kelas. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang dibuat disesuaikan dengan kompetensi dasar yang telah disepakati.
- c) Menyiapkan media pembelajaran yang akan digunakan.
- d) Menyiapkan alat pengumpulan data berupa lembar observasi guru dan lembar aktivitas belajar peserta didik.

b. Pelaksanaan

- a) Pada kegiatan pendahuluan meliputi: guru mengkoordinasikan peserta didik agar peserta didik siap menerima pembelajaran, mengecek kehadiran peserta didik, apersepsi serta menginformasikan tujuan pembelajaran dan kegiatan yang akan

dilakukan.

b) Pada kegiatan inti meliputi: peserta didik mengamati media yang telah disiapkan oleh guru. Sebelum kegiatan belajar mengajar guru menjelaskan langkah-langkah pembelajaran.

c) Pada kegiatan penutup meliputi: peserta didik dan guru menyimpulkan materi pembelajaran, peserta didik mengerjakan evaluasi dan guru memberikan tindak lanjut berupa PR.

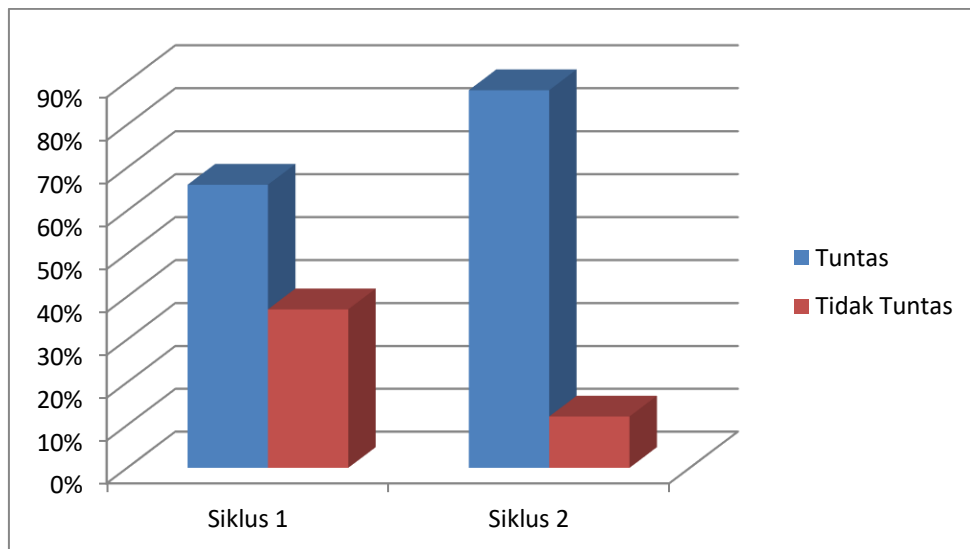
c. Observasi

Hasil observasi keterampilan lempar turbo melalui modifikasi media belajar pada Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur pada siklus 2 diperoleh rata-rata sebesar 82,03 terdiri dari 28 (88%) siswa tuntas dan 4 (13%) siswa tidak tuntas. Peningkatan Kemampuan lempar turbo pada siklus 1 ke siklus 2 dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Peningkatan kemampuan lempar turbo dari siklus 1 ke siklus 2

<i>Aspek Yang Diukur</i>	Keterangan	
	Siklus 1	Siklus 2
<i>Rata-rata</i>	76,43	82,03
<i>Siswa yang tuntas</i>	21	28
<i>Presentase tuntas (%)</i>	66%	88%

Secara umum terjadi peningkatan keterampilan lempa turbo pada Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur pada Siklus II, yaitu nilai rata-rata siklus 1 76,43 menjadi 82,03 pada siklus II. Jadi dapat di simpulkan bahwa pada Siklus II terjadi peningkatan sebesar 7,32%. Jika digambarkan dalam bentuk grafik, peningkatan lempar turbo siswa kelas IV melalui modifikasi media belajar terlihat sebagai berikut.



Gambar 2. Peningkatan Keterampilan Lempar Turbo

Pada Siklus II ini peningkatan hasil belajar lempar turbo dengan modifikasi media belajar dinyatakan berhasil. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes siklus II, dimana jumlah siswa yang tuntas sebanyak 28 orang atau sebesar 88%, berarti hanya 4 orang (13%) siswa yang mendapat nilai dibawah KKM. Hasil ini sudah mencapai rata-rata standar ketuntasan yang telah dibuat yaitu sebesar 70% dari

jumlah siswa.

d. Refleksi

Setelah pelaksanaan pembelajaran (action) pada siklus II, peneliti dan guru penjas melakukan refleksi dan pelaksanaan pembelajaran. Adapun hasil refleksi dari pembelajaran yang telah dilaksanakan pada siklus II sebagai berikut :

1. Hasil refleksi guru penjas terhadap peneliti yang melakukan pembelajaran (action) :
 - a. Pembelajaran keterampilan lempar turbo yang di lakukan peneliti tidak mengalami kesulitan, karena materi yang di berikan jelas dan dapat di terima oleh siswa.
 - b. Pembelajaran keterampilan lempar turbo yang di lakukan peneliti membuat siswa bersemangat, karena metode pembelajaran yang di ajarkan mempunyai banyak modifikasi alat pembelajaran yang membuat siswa senang, bersemangat dan selalu aktif di dalam melakukan latihan-latihan.
 - c. Pembelajaran yang di lakukan peneliti tidak membuat siswa kesulitan di dalam melakukan tehnik-tehnik yang di berikan, karena peneliti setiap memberikan tehnik maupun variasi selalu dengan simulasi.
 - d. Pembelajaran dengan Media belajar yang dimodifikasi yang di lakukan peneliti dapat meningkatkan keterampilan lempar turbo, karena siswa tidak merasa kesulitan dalam mempraktekkan tehnik dan modifikasi alat pembelajaran yang diberikan peneliti. Dengan demikian siswa semakin aktif dalam melakukan latihan-latihan.
 - e. Pembelajaran yang di lakukan peneliti dapat di tindak lanjuti, sebab pembelajaran yang di lakukan selalu mencari yang mudah di pahami oleh siswa dan selalu memberikan simulasi yang mendorong siswa untuk mencoba mempraktekkannya, semakin banyak siswa dalam mempraktekkannya maka keterampilan lempar turbo akan semakin meningkat.
2. Hasil refleksi terhadap siswa
 - a. Siswa merasa senang dalam pembelajaran keterampilan lempar turbo, karena yang di berikan peneliti banyak menggunakan modifikasi media belajar.
 - b. Siswa merasa mudah dalam mengikuti proses pembelajaran yang di berikan peneliti, sebab pembelajaran di mulai dengan tehnik dasar lempar turbo serta selalu di berikan simulasi untuk mempermudah siswa dalam menirukan tehnik yang di berikan, selain itu sarana pembelajaran yang menunjang siswa melakukan latihan dengan maksimal.
 - c. Siswa merasa percaya diri dalam melakukan tes lempar turbo, karena mereka yakin keterampilan dasar yang di miliki dan keaktifan mereka sudah baik, mereka juga termotivasi untuk saling mendapatkan nilai terbaik.
 - d. Siswa melakukan tes lempar turbo dengan bersungguh-sungguh, karena mereka ingin melihat seberapa kemampuan keterampilannya. Mereka sangat yakin dengan melakukan tes lempar turbo dengan bersungguh-sungguh akan menghasilkan nilai yang memuaskan.
 - e. Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur di dalam melakukan lempar turbo tidak merasa kesulitan.
 - f. Peningkatan hasil keterampilan lempar turbo siswa dari Siklus I dan Siklus II ditandai dengan tidak adanya penurunan nilai siswa. Hal ini menunjukkan pembelajaran lempar turbo menggunakan media belajar yang dimodifikasi pada siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur telah terbukti dapat meningkatkan semangat belajar, melibatkan siswa secara aktif, dan

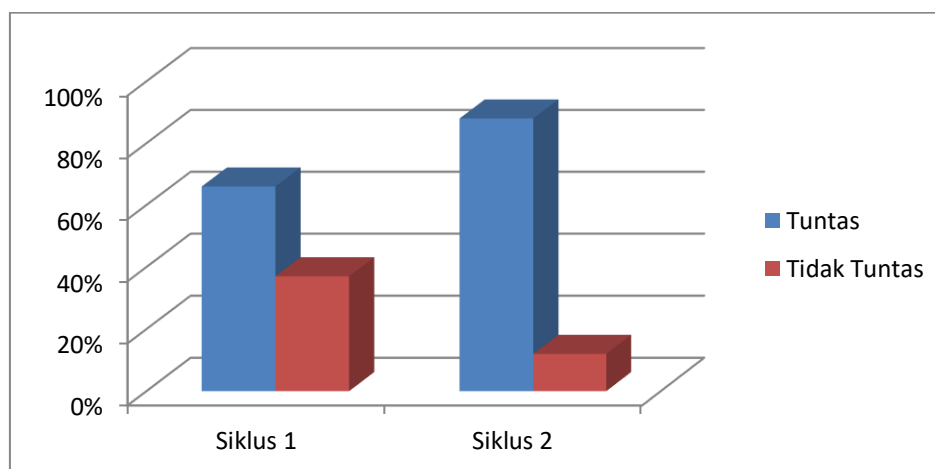
meningkatkan keterampilan siswa khususnya pada pembelajaran lemparr turbo pada Kelas IV B Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur. Dengan demikian, penelitian dihentikan pada siklus ke 2 karena tindakan yang dilakukan terbukti berhasil.

Hasil observasi keterampilan lempar turbo melalui modifikasi media belajar pada Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur pada siklus 2 diperoleh rata-rata sebesar 82,03 terdiri dari 28 (88%) siswa tuntas dan 4 (13%) siswa tidak tuntas. Peningkatan Kemampuan *lempar turbo* pada siklus 1 ke siklus 2 dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Peningkatan kemampuan lempar turbo dari siklus 1 ke siklus 2

<i>Aspek Yang Diukur</i>	Keterangan	
	Siklus 1	Siklus 2
<i>Rata-rata</i>	76,43	82,03
<i>Siswa yang tuntas</i>	21	28
<i>Presentase tuntas (%)</i>	66%	88%

Secara umum terjadi peningkatan keterampilan lempa turbo pada Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur pada Siklus II, yaitu nilai rata-rata siklus 1 76,43 menjadi 82,03 pada siklus II. Jadi dapat di simpulkan bahwa pada Siklus II terjadi peningkatan sebesar 7,32%. Jika digambarkan dalam bentuk grafik, peningkatan lempar turbo siswa kelas IV melalui modifikasi mediaa belajar terlihat sebagai berikut.



Gambar 3. Peningkatan Keterampilan Lempar Turbo

Pada Siklus II ini peningkatan hasil belajar lempar turbo dengan modifikasi media belajar dinyatakan berhasil. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes siklus II, dimana jumlah siswa yang tuntas sebanyak 28 orang atau sebesar 88%, berarti hanya 4 orang (13%) siswa yang mendapat nilai dibawah KKM. Hasil ini sudah mencapai rata-rata standar ketuntasan yang telah dibuat yaitu sebesar 70% dari jumlah siswa.

Pembelajaran olahraga khususnya pada keterampilan lempar turbo pada Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur senantiasa membutuhkan pembaharuan-pembaharuan yang disebut inovasi Pembelajaran. inovasi pembelajaran merupakan perubahan yang baru dan secara kualitatif, berbeda dari hasil sebelumnya, serta sengaja diusahakan untuk meningkatkan kualitas guna

mencapai tujuan yang di harapkan. Harapan yang di inginkan pada modifikasi alat pembelajaran lempar turbo adalah memberikan kegembiraan atau sebagai ajang rekreasi pada siswa, selain itu untuk memberikan keterampilan pada siswa supaya mereka bisa berprestasi.

Keterampilan lempar turbo pada Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur masih tergolong rendah, karena dari hasil tes awal (pre-Implementasi) yang telah dilakukan, terdapat 15 orang saja (47%) yang melampui KKM, sedangkan 17 orang (53%) di bawah KKM. Ada beberapa hal yang menyebabkan keterampilan lempar turbo siswa tergolong rendah. Faktor *pertama* yaitu, guru menyampaikan pembelajaran kurang menarik dengan metode ceramah (tanpa mensimulasikan gerakan) dan pemberian tugas (siswa bermain sendiri), yang *kedua* yaitu kurangnya siswa dalam penguasaan teori dan teknik pada pembelajaran lempar turbo sehingga mereka sulit untuk mempraktekannya, yang *ketiga* karena siswa kurang aktif melakukan latihan sendiri serta lapangan lempar turbo belum baik. Dengan adanya faktor tersebut maka peneliti mencoba untuk memberikan keterampilan pada siswa yaitu dengan menggunakan modifikasi media belajar, sebagai solusinya maka diperlukan sebuah metode pembelajaran yang mengubah semangat belajar siswa, melibatkan siswa secara aktif yang pada akhirnya mampu meningkatkan keterampilan dan prestasi siswa yaitu dengan menggunakan modifikasi media belajar.

KESIMPULAN

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar lempar turbo dengan modifikasi media belajar pada siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri 04 Pontianak Timur. Peningkatan hasil belajar lempar turbo melalui modifikasi media belajar yang pada awalnya 15 siswa kemudian meningkat menjadi 28 siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada LPPM IKIP PGRI Pontianak atas fasilitas dan pendampingan selama proses penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anhar, & Mulyadi. (2021). Peningkatan Hasil Belajar Bola Voli Melalui Metode Bermain Pada Siswa Kelas IV SDN 12 Kecamatan Woja Kabupaten Dompu. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science*, 1(2), 20–26.
- Aqip, Z. (2006). *Penelitian Tindakan Kelas*. Yrama Widya.
- Ateng, A. (1992). *Asas Dan Landasan Pendidikan Jasmani*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Acep Yoni. 2012. *Menyusun Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Familia
- Djumidar. (2007). *Gerak-gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Rajawali Sport.
- Hamalik., O. (2008). *Kurikulum dan Pembelajaran*. PT Bumi Aksara Sarana.
- Husdarta, dkk. (2000). *Model Pembelajaran*. Jakarta: Depdikbud
- Khoerudin, H. (2015). Meningkatkan Hasil Belajar Kids Atletik Lempar Turbo Melalui Modifikasi Permainan Bola Berekor Bagi Siswa Kelas 5 SDN 1 Sukorejo Tahun Ajaran 2013/2014. *Journal of Physical Education , Sport , Health and Recreations*, 4(7), 1920–1925.
- Kristyanto, A. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olahraga*. UNS Press.
- Lutan, R. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode* (D. Dikti (ed.)).
- Purnomo, E. (2007). *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*. Universitas Negeri Yogyakarta.

- Sugiono. (2015). *Metode Penelitian & Pengembangan Research and Development* (Alfabeta (ed.)).
- Soepartono. 2000. *Media Pembelajaran*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Dan Menengah
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Suherman, Y. B. dan A. (2000). *Prinsip-Prinsip Pengembangan Dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sukardi. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Bumi Aksara.