

PROSIDING

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA
TAHUN 2017

PERANAN PERGURUAAN TINGGI
DALAM PENGEMBANGAN
KEOLAHRAGAAN



Lambung Mangkurat University Press
Banjarmasin



PROSIDING

PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA

Peranan Perguruan Tinggi Dalam Pengembangan Keolahragaan

Hotel Roditha - Banjarbaru Kalimantan Selatan, 19 Agustus 2017

Penyelenggara :

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat

REVIEWR :

Dr. H. Syamsul Arifin, M.Pd
Dr. A.R. Shadiqin, M.Kes
Dr. Maruful Kahri, M.Pd

Editor :

Dr. Herita Warni, M.Pd
Ramadhan Arifin, S.Pd., M.Pd

Diterbitkan oleh:

Lambung Mangkurat University Press, 2017 d/a Pusat Pengelolaan Jurnal dan
Penerbitan ULM Lantai 2 Gedung Perpustakaan Pusat ULM
Jl. Hasan Basri, Kayutangi, Banjarmasin, 70123
Telp/Fax. 0511-3305195

Hak cipta dilindungi oleh Undang-undang

Dilarang memperbanyak buku ini sebagian atau seluruhnya,
dalam bentuk dan cara apapun, baik secara mekanik maupun elektronik,
termasuk fotokopi, rekaman dan lain-lain tanpa izin tertulis dari penerbit

vii + 391 hlm. 18.2 x 25.5 cm
Cetakan Pertama, Oktober 2017
ISBN: 978-602-6483-51-5

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PRAKARTA	iii
DAFTAR ISI	iv
1. Kapasitas Perguruan Tinggi Keolahragaan Berbasis Intangible Asset Pembangunan Secara Lengkap (<i>Agus Kristiyanto</i>).....	1
2. Regenerasi Lembaga Pendidikan Tinggi Dan Ilmu Keolahragaan: Pelajaran Dari Sejarah Dan Visi Ke Depan (<i>Rusli Lutan</i>)	20
3. Potensi Pengembangan Lembaga Keolahragaan Di Universitas Lambung Mangkurat (<i>Herita Warni</i>)	39
4. Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Media Petak Lompat Dengan Metode Bermain Siswa Kelas V Sdi Bontosunggu Kec. Parangloe Kab. Gowa (<i>Mashur dan Syahrudin</i>)	50
4. Pentingnya Pengembangan Nilai-Nilai Moral Dalam Sendi Kehidupan Olahraga (<i>Syamsul Arifin</i>)	70
5. Implimentasi Pendidikan Inklusi Dalam Pengembangan Kurikulum (<i>Sarmidi</i>)	86
6. Kontribusi Program Perseptual Motor Dalam Upaya Peningkatan Penguasaan Keterampilan Gerak Dasar (<i>Maruful Kahri</i>)	105
7. Pengaruh Olahraga Kompetitif Terhadap Motif Berprestasi (<i>Albadi Sinulingga</i>)	125
8. Pendekatan Pembelajaran Penjasorkes Sekolah Dasar Berbasis Karakter Di Daerah Pasang Surut (<i>Sunarno Basuki</i>)	142

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH MELALUI
MEDIA PETAK LOMPAT DENGAN METODE BERMAIN SISWA
KELAS V SDI BONTOSUNGGU
KEC. PARANGLOE KAB. GOWA**

¹Mansur, ²Syahrudin

¹Mahasiswa PPs UNM Makassar

¹SDI Bontosunggu Parangloe Kab. Gowa
email: mansyurnangka@yahoo.com

²Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar
email: syahrudin@unm.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan penerapan metode bermain melalui media petak lompat dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas yang dilaksanakan sebanyak 3 kali Pertemuan setiap Siklus I dan Siklus II dan di rancang melalui empat tahapan yaitu Perencanaan, Pelaksanaan, Observasi dan Refleksi. Data Penelitian ini adalah Hasil Belajar Lompat Jauh. Sumber data Penelitian ini adalah Siswa Kelas V SD Inpres Bontosunggu Kecamatan Parangloe Kabupaten Gowa yang berjumlah 32 orang.

Pengumpulan data Hasil Belajar Lompat Jauh dilakukan dengan memberikan soal-soal latihan, dan menggunakan lembar penilaian proses gerak lompat jauh serta pengamatan sikap dan perilaku siswa melalui lembar kerja pada Siklus I dan Siklus II. Data yang terkumpul dianalisis secara Kuantitatif dan Kualitatif. Hasil analisis Kuantitatif data Hasil Belajar lompat jauh menunjukkan bahwa jumlah Siswa yang tuntas pada Siklus I adalah 17 orang dengan persentase 53,125% dan jumlah Siswa yang tuntas pada Siklus II adalah 32 orang dengan persentase 100%. Hasil analisis Kualitatif menunjukkan bahwa terdapat peningkatan Hasil Belajar lompat jauh yang signifikan. Berdasarkan Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pembelajaran penjas melalui media petak lompat dengan Metode bermain dapat Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Siswa Kelas IV SD Inpres Bontosunggu Kecamatan Parangloe Kabupaten Gowa.

Kata Kunci : Hasil Belajar Lompat Jauh, Metode Bermain.

PENDAHULUAN

Guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) mempunyai peranan yang cukup sentral dalam mengembangkan karakter dan watak siswa. Hal ini mengingat bahwa pada jenjang sekolah dasar, Guru dituntut untuk mencintai sepenuh hati pekerjaan. Guru mempunyai pengaruh yang besar atas kualitas pendidikan disekolah. Potensi guru PJOK penting karena dalam melaksanakan tugasnya berupaya menjadikan siswa selalu berbuat yang terbaik.

Tujuan PJOK diharapkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani siswa dapat meningkat, merangsang sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang, serta keterampilan gerak siswa. Upaya untuk memperbaiki dan meningkatkan mutu proses belajar mengajar PJOK harus selalu dilakukan. Salah satu upaya tersebut adalah dengan melaksanakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

Berdasarkan observasi awal di kelas V SDI Parangloe Kab. Gowa, guru belum menggunakan pembelajaran bermain yang mengarah ke materi lompat jauh yang sesuai dengan perkembangan atau karakteristik siswa. Setiap pembelajaran, guru selalu mempraktikkan langsung dan memberikan instruksi ke siswa untuk mempraktekkan di bak lompatan. Hal ini menyebabkan siswa kurang memahami materi yang diberikan guru sehingga menyebabkan motivasi siswa berkurang dan jenuh, dan berdampak pada hasil belajar yang rendah. Selain itu, teknik dasar nomor lompat jauh siswa masih kurang, ini dapat dilihat dari prestasi siswa selama mengikuti pertandingan antar sekolah tidak pernah menjadi juara, selain itu nilai rata-rata hasil dari proses pembelajaran lompat jauh masih berada di bawah standar kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditentukan di sekolah.

Dari 32 orang siswa kelas V tahun Pelajaran 2016/2017 nilai ulangan harian terdapat 25 siswa yang tidak mencapai KKM materi lompat jauh. Hal ini juga terjadi karena siswa kurang antusias untuk mengikuti pembelajaran lompat jauh.

TINJAUAN PUSTAKA

Metode Pembelajaran

Menurut Sanjaya, (2010) bahwa tujuan pembelajaran adalah kemampuan (kompetensi) atau keterampilan yang diharapkan dapat dimiliki setelah mereka melakukan proses pembelajaran tertentu. Dalam kurikulum berorientasi pencapaian kompetensi, tujuan pembelajaran itu juga bisa diistilahkan dengan indikator hasil belajar. Artinya, apa hasil yang diperoleh siswa setelah mereka mengikuti proses pembelajaran

Metode pembelajaran merupakan salah satu bagian integral yang dapat mempengaruhi pencapaian pembelajaran. Berhasil dan tidaknya tujuan pembelajaran dapat dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang diterapkan guru atau pelatih. Dalam memilih metode pembelajaran banyak pertimbangan yang banyak dipergunakan, secara umum dapat dilihat bahwa metode mengajar dapat mengarahkan perhatian siswa terhadap hakikat belajar yang spesifik.

Metode pembelajaran yang tepat akan dapat membangkitkan motivasi belajar siswa, sehingga akan mendukung pencapaian pembelajaran lebih optimal. Metode adalah suatu cara yang dipilih serta yang dilakukan untuk mencapai hasil yang sebaik-baiknya. Dalam hal ini metode pembelajaran lompat jauh melalui media petak lompat dengan metode bermain untuk meningkatkan kemampuan lompat jauh.

Lompat Jauh

Lompat jauh memerlukan kekuatan fisik dan proses gerakan yang sesuai dengan langkah kaki. Pada saat seseorang melakukan lompatan, setiap teknik yang digunakan mempunyai kesamaan pada saat awalan dan mendarat, yang membedakan adalah saat akan melakukan *takeoff* dan saat melayang.

Dalam lompat jauh terdapat beberapa media-media yang mampu mendukung peningkatan kemampuan anak dalam melakukan lompatan. Media-media ini bertujuan untuk melatih rangkaian-rangkaian gerak agar setiap gerakan-gerakan yang dilakukan dalam melakukan lompat jauh itu menjadi baik dan tidak kaku saat melompat

Bermain

Menurut Dwijawiyata (2012) bermain merupakan salah satu sarana pendidikan yang memiliki manfaat besar bagi perkembangan siswa. Para pendidik memiliki permainan sebagai sarana untuk mengembangkan berbagai keterampilan siswa, baik keterampilan jasmani maupun rohani. Husdarta (2011) menyatakan bahwa bermain pada intinya adalah aktivitas yang digunakan sebagai hiburan. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Bermain (*play*) mempunyai sifat esensial aktivitas untuk hiburan, dan tidak dipertandingkan untuk kemenangan dan hadiah”.

Melalui bermain, siswa akan mengalami perubahan dalam hal pertumbuhan dan perkembangan fisik seperti bertambahnya berat dan tinggi badan serta kemampuan otot semakin berkualitas walaupun jumlah serabut dan bentuk otot siswa tetap. Bermain juga dapat meningkatkan dan mempertahankan kebugaran jasmani, siswa tidak mudah lelah dan tetap bugar walaupun selalu beraktifitas secara terus menerus dalam kesehariannya

melalui bermain juga dapat membantu penguasaan kemampuan gerak dasar siswa, seperti gerak lokomotor, nonlokomotor maupun manipulasi.

Fungsi bermain sebagai sarana pembelajaran PJOK, selain itu memberikan rasa senang gembira dalam aktivitas sehingga situasi ini merupakan situasi yang kondusif untuk kegiatan pembelajaran.

Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Ada beberapa karakteristik anak di usia Sekolah Dasar (SD) yang perlu diketahui para guru. Anak adalah individu yang berbeda dengan orang dewasa, seperti cara anak belajar. Menurut Pasau (2012) anak belajar memerlukan bantuan dari benda-benda sebagai alatnya. Karena itu, dikatakan cara anak belajar: *learning by doing*. Yusuf & Sugandi (2011) mengatakan Fase atau usia sekolah dasar (7-12 tahun) ditandai dengan gerak atau aktivitas motorik yang lincah. Sebagai guru harus dapat menerapkan metode pengajaran yang sesuai dengan keadaan siswanya maka sangatlah penting bagi seorang pendidik mengetahui karakteristik siswanya. Selain karakteristik yang perlu diperhatikan kebutuhan peserta didik.

Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan hasil interaksi dan berbagai faktor yang mempengaruhi proses hasil belajar secara keseluruhan. Hasil interaksi tersebut dapat menimbulkan adanya perbedaan hasil belajar dan menghasilkan adanya pengelompokan individu tertentu.

Menurut Arsyad (2013) Belajar adalah suatu proses yang kompleks yang terjadi pada diri setiap orang sepanjang hidupnya. Purwanto (2013) mengemukakan Belajar adalah proses dalam diri individu yang berinteraksi dengan lingkungan untuk mendapatkan perubahan dalam perilakunya. Jadi, hasil belajar adalah perubahan perilaku secara keseluruhan yang mengakibatkan manusia berubah dalam sikap dan tingkah lakunya

Hasil belajar bergantung dengan proses pembelajaran yang berlangsung didalam kelas maupun di lapangan. Dalam hal ini hasil belajar tidak hanya terjadi peningkatan dari segi kognitif saja, akan tetapi juga terjadi peningkatan dari segi afektif, dan psikomotorik peserta didik. Sehingga sangat di tuntut seorang guru mampu mengolah proses pembelajaran dengan baik sehingga dapat menghasilkan output/keluaran yang baik pula. Hasil belajar dapat diukur dengan menggunakan alat evaluasi yang biasanya disebutkan tes hasil belajar, dimana hasil belajar yang dimaksud dalam kajian ini adalah hasil belajar lompat jauh melalui media petak lompat dengan metode bermain.

Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Slameto (2003) mengemukakan Faktor-faktor yang mempengaruhi belajar banyak jenisnya, tetapi dapat digolongkan menjadi dua golongan saja, yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar, sedangkan faktor ekstern adalah faktor yang ada diluar individu. Faktor dari intern berupa : faktor fisik, psikologi, sedangkan faktor ekstern berupa pendekatan belajar, sekolah, lingkungan masyarakat, maupun lingkungan pergaulan siswa yang mempengaruhi aktivitas belajarnya sehari-hari. Salah satu faktor dari luar diri siswa yang dapat mempengaruhi hasil belajarnya adalah faktor lingkungan sekolah, berupa penggunaan media petak lompat dengan metode bermain di sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini tergolong penelitian tindakan yang berbasis kelas (*Classroom Action Research*) yang bersifat deskriptif dan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan lompat jauh pada siswa kelas V SD Inpres

Bontosunggu Kecamatan Parangloe Kabupaten Gowa. Tempat penelitian ini dilaksanakan di kelas V SD Inpres Bontosunggu Kecamatan Parangloe Kabupaten Gowa.

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V SD Inpres Bontosunggu Kecamatan Parangloe Kabupaten Gowayang berjumlah 32 orang siswa yang terdiri dari 19 orang laki-laki dan 13 orang perempuan.

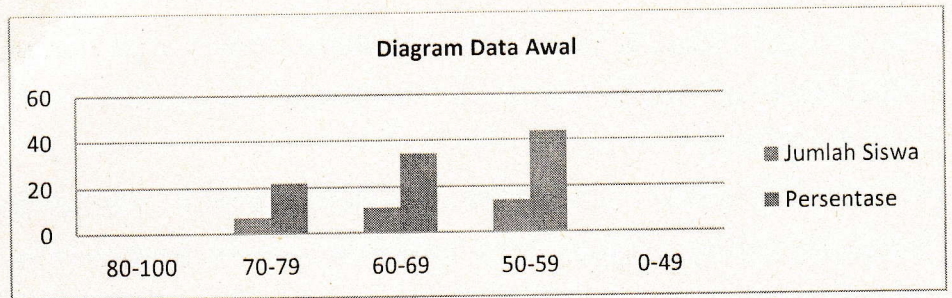
Penelitian ini dilaksanakan minimal 2 siklus (siklus I dan siklus II), dimana antara pelaksanaan tindakan siklus I dengan siklus II merupakan rangkaian yang saling berkaitan dalam artian bahwa, pelaksanaan tindakan siklus II merupakan kelanjutan dan perbaikan dari pelaksanaan tindakan pada siklus I. Proses tindakan yang dilakukan terdiri dari 4 komponen yaitutahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, tahap observasi, tahap refleksi.

Untuk mengetahui efektifitas suatu metode dalam kegiatan pembelajaran perlu diadakan analisis data. Pada penelitian ini menggunakan teknik analisa kuantitatif kualitatif, yaitu suatu metode penelitian yang bersifat menggambarkan kenyataan atau fakta dengan data yang diperoleh dengan tujuan untuk memperoleh respon terhadap kegiatan pembelajaran serta aktivitas siswa selama proses pembelajaran.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data Awal kemampuan Lompat jauh

Sebelum melakukan penelitian tindakan kelas terlebih dahulu peneliti harus melakukan pengambilan survey atau data awal siswa kelas V SD Inpres Bontosunggu untuk mengetahui keadaan yang terjadi didalam kelas sebelum memberikan tindakan yang akan diberikan oleh peneliti. Setelah mendapatkan Data Awal selanjutnya di konversi ke rentang kategori

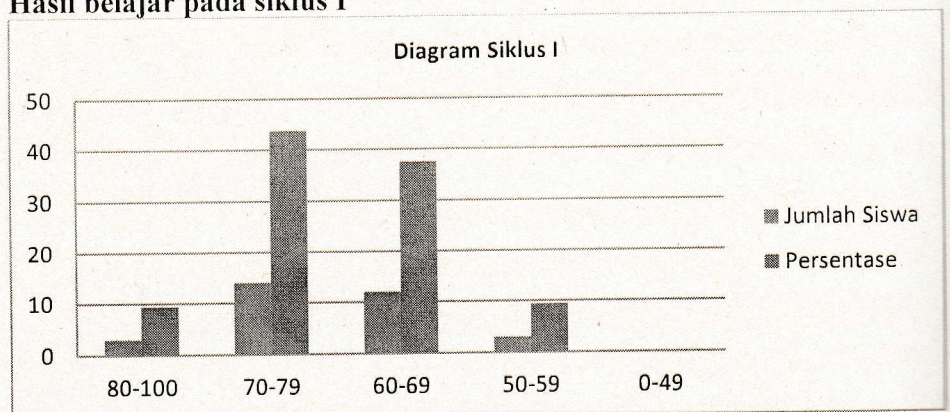


Gambar 1. Frekuensi data awal lompat jauh

Berdasarkan gambaran frekuensi data awal kemampuan lompat jauh, sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa dari jumlah keseluruhan siswa, menunjukkan hasil proses kemampuan lompat jauh kualifikasi sangat memuaskan 0 siswa dengan persentase 0%, kualifikasi memuaskan 7 siswa dengan persentase 21,87%, kualifikasi cukup 11 siswa dengan persentase 34,47%, kualifikasi kurang 14 siswa dengan persentase 43,75%, dan tidak ada siswa yang mendapat kualifikasi sangat kurang.

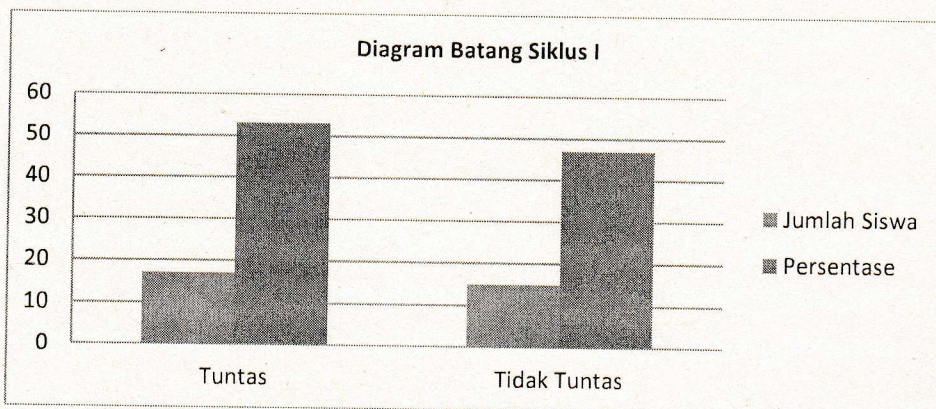
Dari data awal diatas, belum ada mencapai KKM, karena itu perlu adanya tindakan yang diberikan pada kemampuan lompat jauh dengan menerapkan pembelajaran melalui metode bermain media petak lompat.

Hasil belajar pada siklus I



Gambar 2. Diskripsi data lompat jauh Siklus I

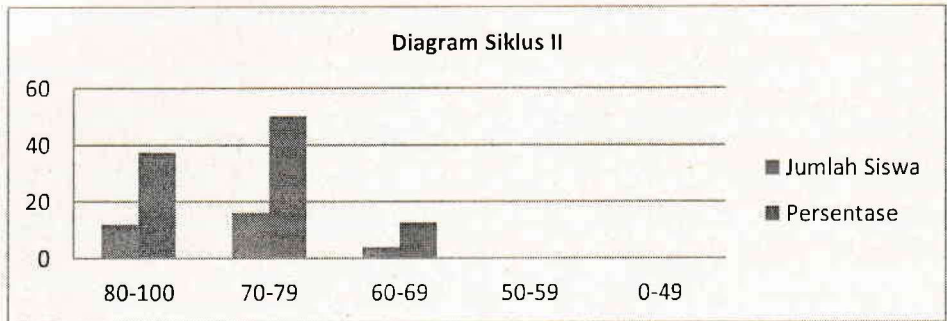
Berdasarkan Gambar 2, bahwa jumlah siswa yang mendapatkan nilai dalam kualifikasi sangat memuaskan adalah 3 orang siswa dengan presentase 9,375%. jumlah siswa yang mendapatkan nilai dalam kualifikasi memuaskan adalah 14 orang siswa dengan persentase 43,75%. Jumlah siswa yang mendapatkan nilai dalam kualifikasi cukup adalah 12 orang siswa dengan persentase 37,5% dan jumlah siswa yang mendapatkan nilai dalam kualifikasi kurang adalah 3 orang siswa dengan persentase 9,375%. Tidak ada siswa yang mendapatkan kualifikasi sangat kurang.



Gambar 3. Diskripsi data persentase kriteria ketuntasan Siklus I

Berdasarkan gambar 3, untuk siklus I diperoleh hasil rekapitulasi ketuntasan belajar siklus I lompat jauh pada siswa kelas V SD Inpres Bontosunggu. Bahwa jumlah siswa yang tuntas terdapat 17 siswa dengan persentase 53,125% dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 15 siswa dengan persentase 46,875%.

Hasil belajar pada siklus II



Gambar 4. Diskripsi data nilai lompat jauh Siklus II
Berdasarkan gambar 4 bahwa jumlah siswa yang mendapatkan nilai dalam kualifikasi sangat memuaskan adalah 14 orang siswa dengan presentase 43,75%. jumlah siswa yang mendapatkan nilai dalam kualifikasi memuaskan adalah 18 orang siswa dengan persentase 56,25%. jumlah siswa yang mendapatkan nilai dalam kualifikasi cukup adalah 4 orang siswa dengan persentase 12,5%. Jumlah siswa yang mendapatkan nilai dalam kualifikasi kurang dan sangat kurang 0% siswa yang mendapatkan kualifikasi tersebut.



Gambar 5 Diagram Batang Perbandingan kemampuan lompat jauh

Berdasarkan gambar 5 dan diagram siklus I diperoleh hasil rekapitulasi ketuntasan belajar siklus I lompat jauh pada siswa kelas V SD Inpres Bontosunggu Kecamatan Parangloe Kabupaten Gowa. Frekuensi pada rentang nilai antara 80 – 100 yaitu 3 orang dengan persentase 9,375 %, 14 orang lainnya berada pada rentang nilai antara 70 - 79 dengan persentase 43,75%. 12 orang lainnya berada pada rentang nilai antara 60 - 69 dengan persentase 37,5%, 3 orang berada pada rentang nilai antara 50 - 59 dengan persentase 9,375%, dan tidak ada siswa yang berada pada rentang nilai antara 0 – 49. Dari hasil tersebut dapat di simpulkan bahwa jumlah siswa yang tuntas terdapat 17 siswa dengan persentase 53,125% dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 15 siswa dengan persentase 46,875%.

Berdasarkan tabel dan diagram untuk siklus II diperoleh hasil rekapitulasi ketuntasan belajar siklus II lompat jauh pada siswa kelas V SD Inpres Bontosunggu Kecamatan Parangloe Kabupaten Gowa. frekuensi pada rentang nilai antara 80 – 100 yaitu 12 orang dengan persentase 37,5 %, 16 orang lainnya berada pada rentang nilai antara 70 - 79 dengan persentase 50%. 4 orang lainnya berada pada rentang nilai antara 60 - 69 dengan persentase 12,5%, dan tidak ada siswa yang berada pada rentang nilai antara 50 - 59 dan 0 – 49. Dari hasil tersebut dapat di simpulkan bahwa jumlah siswa yang tuntas terdapat 28 siswa dengan persentase 87,5% dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 4 siswa dengan persentase 12,5%.



Gambar 6. Diagram Batang Persentase dan Kategori kemampuan lompat jauh Siklus I dan Siklus II Siswa kelas V

Gambar 6. tampak bahwa dari 32 orang siswa kelas V yang menjadi subyek penelitian dapat diuraikan sebagai berikut:

- 1) Persentase ketuntasan belajar siswa setelah diajar dengan pembelajaran melalui media petak lompat dengan metode bermain, untuk kategori tuntas sebesar 53,125 % pada siklus I, kemudian meningkat menjadi 87,5% pada siklus II untuk materi lompat jauh melalui media petak lompat dengan metode bermain.
- 2) Persentase ketuntasan belajar peserta didik setelah diajar melalui media petak lompat dengan metode bermain, untuk kategori tidak tuntas sebesar 46,875 % pada siklus I, kemudian menurun menjadi 12,5% pada siklus II.

Hal tersebut menunjukkan bahwa jumlah siswa yang berada dalam kategori tuntas mengalami peningkatan 11 orang (34,375%) pada saat Siklus I proses ketuntasan terjadi dalam 4 kali pertemuan proses pembelajaran

dengan materi yang sama begitu pun pada Siklus II mengalami ketuntasan 87,5 %.

Adapun rincian 11 orang siswa yang mengalami peningkatan ketuntasan hasil belajar lompat jauh yakni dengan rincian 9 orang Kategori Sangat Memuaskan dan 2 orang sKategori Memuaskan. Pada siklus II terdapat 4 orang kategori tidak tuntas. Penyebab tidak tuntas karena siswa mengalami kendala pada aspek psikomotor dan afektif, sedangkan aspek kognitif mengalami ketuntasan belajar. Kendala pada aspek psikomotorik, yaitu pada tahap takeoff siswa tidak bertumpu tepat pada papan tolakan, sedangkan pada aspek afektif siswa tersebut kurang disiplin dalam mengikuti proses pembelajaran.

PEMBAHASAN

Dari hasil analisis kualitatif dan kuantitatif, pada dasarnya pelaksanaan pembelajaran lompat jauh melalui metode bermain media petak lompat pada siswa kelas V SD Inpres Bontosunggu dapat memberikan perubahan yang terjadi dengan adanya peningkatan dari siklus I ke siklus II.

Siklus I

Berdasarkan hasil penelitian proses pembelajaran lompat jauh di siklus I kemampuan lompat jauh melalui metode bermain media petak lompat dapat di lihat bahwa dari 32 orang jumlah siswa hanya 17 orang murid yang tuntas di siklus I (53,125%) dan 15 orang diantaranya belum tuntas (46,875%). Secara umum ada empat indikator dalam lompat jauh yaitu awalan, tumpuan, melayang, mendarat. indikator yang paling rendah dari keempat indikator tersebut adalah tumpuan. Pencapaiannya atau masalah yang ditemukan adalah pada saat kaki akan bertumpu posisi kaki atau langkah yang tidak beraturan yang rasa takut dan salah melompat

menyebabkan tumpuan kurang optimal, seharusnya pada saat akan bertumpu salah satu kaki yang akan *take off* diletakkan tepat di atas papan lompatan dengan lutut yang sedikit ditekuk untuk mendapatkan kekuatan. Selain itu, dalam proses pembelajaran siswa masih kurang termotivasi untuk mengikuti pelajaran terutama dipertemuan-pertemuan awal, oleh karena itu hal-hal yang harus diperhatikan lebih awal sebelum memberikan materi adalah menumbuhkan motivasi belajar.

Dengan tumbuhnya motivasi belajar maka akan dapat membuat suasana belajar menjadi menyenangkan sehingga dapat mengatasi masalah tersebut yang sebagai mana akan dilakukan perbaikan di siklus II, berikut langkah-langkah untuk menangani masalah tersebut dengan memberikan permainan sama dengan permainan di siklus I yaitu lompat jauh yang disajikan dalam bentuk bermain melalui metode bermain media petak lompat, yang membedakan pada siklus II ini adalah porsi alat, waktu yang di berikan pada saat bermain dan cara guru dalam menyampaikan materi harus lebih mengkhusus dan bahasa yang mudah di pahami oleh siswa, serta pemberian materi berupa media visual, audio maupun audio visual yang lebih menarik. waktu permainan dan variasi ditambah kemudian penekanan pada penerapan konsep lebih diperdalam dalam melakukan setiap gerakan-gerakan pada tiap-tiap permainan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil pembelajaran lompat jauh siswa masih rendah dan sedang antara lain :

- Proses pembelajaran yang terlalu cepat dalam pemberian materi lompat jauh
- Siswa masih belum terlalu serius dalam pembelajaran
- Siswa masih merasa takut terkesan belum percaya diri dalam permainan karena baru pertama kali mengikuti pembelajaran lompat jauh yang

disajikan melalui media petak lompat dengan metode bermain.

- Alat peraga yang digunakan masih sangat kurang sehingga siswa kurang bersemangat.
- Kurangnya pengelolaan kelas sehingga siswa cenderung melakukan kegiatan lain saat proses pembelajaran karena jumlah siswa terlalu banyak.

Berikut langkah-langkah hasil refleksi siklus I dalam pelaksanaan siklus II meliputi :

- Mengupayakan proses pembelajaran yang tidak terlalu cepat dalam pemberian materi lompat jauh melalui media petak lompat.
- Memberi semangat agar siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran.
- Memberikan penghargaan kepada siswa atau pujian terhadap hasil yang dicapai oleh siswa agar siswa percaya diri dalam mengikuti proses pembelajaran.
- Pengelolaan kelas yang lebih baik dan manajemen kelas juga harus lebih berfokus pada aktifitas siswa dalam proses pembelajaran dengan melibatkan rekan guru dan teman sejawat.
- Menambah waktu siswa melakukan permainan agar siswa lebih banyak mengulang gerakan bermain yang disajikan dan tidak lagi melakukan kesalahan-kesalahan gerakan..
- Mengupayakan variasi gerakan-gerakan yang diberikan yakni menambah media petak lompat di siklus II agar siswa tidak bosan dan menggunakan alat dan bahan yang lebih menarik minat anak untuk belajar.

Menurut DePorter dkk, dalam Darmansyah (2010) menggambarkan suasana belajar yang menyenangkan dengan menata suasana kelas sebagai berikut: (1) Menata lingkungan kelas agar dapat mempengaruhi kemampuan siswa untuk terfokus dan menyerap informasi, (2) Meningkatkan

pemahaman melalui gambar seperti poster ikon akan menampilkan isi pelajaran secara visual,(3) Alat bantu belajar dalam berbagai bentuk seperti kartun dan karikatur dapat menghidupkan gagasan abstrak dan mengikut sertakan pelajaran kinestetik,(4) Pengaturan bangku mendukung hasil belajar,(5) musik membuka kunci keadaan belajar optimal dan membantu menciptakan asosiasi,(6) gaya lain dapat digunakan pada saat jeda,membuat kuis,pertanyaan lucu,humor.

Dengan terciptanya suasana belajar yang menyenangkan maka akan membuat murid menjadi bergairah belajar dan mau mengikuti pelajaran dengan sungguh-sungguh yang nantinya hasilnya akan lebih baik terhadap peningkatan hasil belajar siswa.

Siklus II

Berdasarkan hasil penelitian proses pembelajaran lompat jauh di siklus II kemampuan lompat jauh melalui media petak lompat dengan metode bermain dapat di lihat bahwa dari 32 orang jumlah siswa terdapat 28 orang siswa yang tuntas di siklus II (87,5%) dan 4 orang siswa yang tidak tuntas di siklus II (12,5%). Pada dasarnya penerapan pembelajaran lompat jauh melalui media petak lompat dengan metode bermain telah memberi pengalaman baru bagi siswa dan semangat yang dapat terlihat dari antusias siswa saat melakukan pembelajaran lompat jauh yang disajikan melalui metode bermain media petak lompatsebab dilakukan sambil bermain. Dalam pengambilan tes lompat jauh juga terlihat dimana siswa sangat antusias mengulang ulang proses gerak lompat jauh, dalam permainan juga siswa sangat antusias melakukan gerakan-gerakan secara berulang-ulang ketika hasil lompat jauh belum mencapai target yang di tentukan. Sehingga siswa yang berada pada kategori belum tuntas di siklus yang I sebanyak 15 orang

mengalami penurunan di siklus ke II, menjadi 4 orang siswa yang belum tuntas.

Secara umum siklus ke II mengalami peningkatan terhadap aktivitas siswa, hal tersebut terlihat kehadiran jumlah siswa setiap pertemuan, banyaknya siswa yang berani memulai permainan dilapangan, jumlah siswa yang memberikan jawaban terhadap pertanyaan yang di berikan oleh guru tentang materi pelajaran, dan rasa takut akan melompat siswa pada awalnya menjadi hilang dan bahkan mau mengulang-ulang gerakan itu dengan rasa senang tanpa adanya paksaan dan rasa takut salah. Sebaliknya jumlah siswa yang melakukan kegiatan lain atau tidak memperhatikan pelajaran pada saat pembahasan materi pelajaran semakin berkurang. Achroni (2012) mengemukakan bermain memberikan banyak manfaat untuk anak, antara lain mendapatkan kegembiraan dan hiburan, mengembangkan kecerdasan intelektual, mengembangkan kemampuan motorik halus anak, mengembangkan kemampuan motorik kasar anak, dan meningkatkan kemampuan anak untuk berkonsentrasi.

Bermain merupakan suatu bentuk kegiatan yang sangat disenangi oleh anak. Karena rasa senang inilah akan terbentuk suatu situasi yang dapat digunakan sebagai wahana untuk mencapai tujuan pendidikan karena proses belajar itu dilakukan sendiri dengan rasa senang sehingga akan timbul suatu situasi yang memungkinkan terlaksananya proses pendidikan. Dengan adanya rasa senang menyebabkan anak berbuat secara spontan, sehingga keadaan asli anak akan mudah terlihat, yang memungkinkan guru mudah menerapkan metode bermain. Karena dengan bergerak atau bermain maka akan membuat siswa akan mengalami perkembangan baik dari aspek kognitif, aspek afektif, perkembangan fisik dan perkembangan psikomotorik. Menurut Rahyubi (2012) menyatakan bahwa pengaruh dari pembelajaran gerak tampak pada
