

# **PENINGKATAN HASIL BELAJAR MEMPRAKTIKKAN KETERAMPILAN TEKNIK TOLAK PELURU MELALUI PEMBELAJARAN OLAH PIKIR SEJOLI (OPS) SISWA KELAS VI SDN MOJORUNTUT 1 KECAMATAN KREMBUNG**

**HERIN INDAWATI**

Sekolah Dasar Negeri Mojoruntut 1 Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo

## **ABSTRAK**

Penguasaan konsep Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) bagi siswa Kelas VI pada semester I diharapkan telah menguasai materi ajar dan diharapkan memiliki nilai yang tinggi. Sehingga jika timbul hal-hal yang tidak sesuai dengan harapan harus segera dicarikan cara pemecahan. Berdasarkan data yang ada bahwa sejumlah 50,00% siswa Kelas VI SDN Mojoruntut 1 Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo belum memahami konsep Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru). Hal ini didukung dengan adanya nilai ulangan harian dengan rerata 55,00 dan 50,00% siswa belum mencapai standar ketuntasan belajar yang ditetapkan yaitu 75. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam 3 siklus, tiap siklus terdiri dari 2 pertemuan dan tiap pertemuan berlangsung selama 2 jam pelajaran (2 x 35 menit), dan setiap siklus terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes, observasi, wawancara dan jurnal. Tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah: 1) Meningkatkan penguasaan konsep Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) melalui pembelajaran Olah Pikir Sejoli, 2) Mengetahui kemampuan guru dalam upaya merenovasi pelaksanaan pelajaran Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan melalui pengembangan model pembelajaran, 3) Memperluas wawasan guru terhadap perlunya pengembangan model pembelajaran, 4) Mengetahui peningkatan hasil belajar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru). Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) dapat ditingkatkan dengan pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS). Hal ini dapat dibuktikan adanya kenaikan nilai rerata kelas dalam setiap siklusnya. Masing-masing adalah, pada siklus I 71,67, siklus II 79,17, dan siklus III 84,58. Peningkatan ini juga diikuti dengan kenaikan tingkat ketuntasan belajar yaitu pada siklus I siswa yang dinyatakan tuntas belajar adalah 66,67%, siklus II 83,33% dan siklus III 100%.

**Kata Kunci :** penguasaan konsep. olah pikir sejoli (OPS)

## **PENDAHULUAN**

Pembahasan mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bagi siswa SDN Mojoruntut 1 Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo khususnya Kelas VI perlu mendapat perhatian yang serius, karena hal ini merupakan dasar dalam mengembangkan pokok bahasan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berikutnya. Siswa Kelas VI pada semester I diharapkan telah menguasai materi ajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Sehingga jika timbul hal-hal yang tidak sesuai dengan harapan harus segera

dicarikan cara pemecahan. Permasalahan yang muncul di Kelas VI SDN Mojoruntut 1 Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo adalah siswa kurang menguasai pokok bahasan Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru).

Seharusnya siswa Kelas VI pada semester I telah memahami materi ajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, khususnya pada kompetensi dasar Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru). Berdasarkan data yang ada bahwa sejumlah

50,00% siswa Kelas VI SDN Mojaruntut 1 Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo belum sepenuhnya Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru). Hal ini didukung dengan adanya nilai ulangan harian dengan rerata 55,00 dan 50,00% siswa dinyatakan tidak tuntas belajar. Dan atas dasar data hasil observasi bahwa siswa kurang tertarik terhadap mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Sehubungan dengan materi ajar Kelas VI, maka permasalahan di atas harus segera ditangani. Pada kesempatan ini peneliti menawarkan penerapan model Olah Pikir Sejoli (OPS). Dengan menerapkan model-model pembelajaran yang dikembangkan, diharapkan iklim pembelajaran akan lebih bervariasi dan menyenangkan bagi siswa serta menjadi motivasi bagi para guru untuk senantiasa berusaha mengembangkan proses pembelajaran yang menarik dengan selalu memberi kesempatan kepada siswa untuk aktif, baik dalam aspek kognitif, psikomotorik, maupun aspek afektif dan interaktif sehingga penguasaan cara Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) dapat meningkat dan diharapkan nilai rata-rata kelas meningkat menjadi minimal 75,00 dan jumlah siswa yang dinyatakan tuntas belajar minimal 75,00%.

### **Pengertian Penguasaan Konsep**

Penguasaan konsep merupakan istilah lain dari prestasi belajar. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan guru (Tim Penyusun Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, 1989:700).

Menurut Gagne yang dikutip oleh Badawi (1987) mengatakan bahwa hasil belajar dapat diukur dengan menggunakan tes karena hasil belajar berupa keterampilan intelektual, strategi kognitif, informasi verbal, keterampilan, nilai dan sikap.

Adapun penguasaan konsep Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah istilah yang digunakan untuk menunjuk suatu pencapaian tingkat keberhasilan tentang sesuatu

tujuan, karena suatu usaha telah dilakukan seseorang. Dalam belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, penguasaan konsep menunjukkan tingkat keberhasilan yang dicapai oleh seorang siswa karena usaha belajar telah dilakukan (Mas'ud Khasan, 1985:297).

### **Pengertian Model Pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS)**

Menurut Kagan (dalam Jalil A., 1994:46) pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS) merupakan pembelajaran yang menitikberatkan pada komunitas banyak arah secara bertahap. Tahap pertama dan kedua mewadahi komunikasi satu arah (guru-murid) dengan respon dalam bentuk komunikasi dalam diri atau interpersonal. Tahap ketiga mewadahi komunikasi banyak arah, dan diskusi kelas pada tahap keempat. Pada dasarnya model ini memiliki tujuan membina kerja sama dan komunikasi sosial. Dalam penggunaan metode ini guru berperan sebagai penanya, moderator atau pengatur, dan manager atau pengelola kelas.

Model OPS memiliki langkah-langkah sebagai berikut:

Tahap 1: Murid menyimak pertanyaan yang diajukan oleh guru.

Tahap 2: Semua murid diberi kesempatan untuk memikirkan jawaban atas pertanyaan tersebut.

Tahap 3 : Guru memberi isyarat agar murid secara berpasangan dengan murid yang lain yang duduk di sampingnya untuk mendiskusikan jawaban yang telah dipikirkan sendiri. Setiap pasangan diminta untuk merumuskan jawaban yang disepakati berdua.

Tahap 4: Masing-masing pasangan diminta untuk menyampaikan pendapatnya dalam diskusi kelas yang dibimbing guru.

### **Hubungan Penguasaan Konsep dengan Model Pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS)**

Penguasaan konsep Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) dipengaruhi oleh banyak faktor. Satu faktor diantaranya adalah penggunaan model pembelajaran secara bervariasi. Belajar memahami konsep Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) memerlukan adanya teknik beregu dan berkompetisi, sedangkan model pembelajaran yang mampu menjadi media

peningkatan pemahaman Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) adalah model pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS), karena model ini mempunyai sintaks siswa berkelompok berpasangan sebangku, salah seorang menyajikan persoalan dan temannya mengerjakan, pengecekan kebenaran jawaban, bertukar peran, penyimpulan dan evaluasi.

## **METODE**

### **Setting Penelitian**

Penelitian Tindakan Kelas yang berjudul “Peningkatan Hasil Belajar Mempraktikkan Keterampilan Teknik Tolak Peluru melalui Pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS) Siswa Kelas VI SDN Mojaruntut 1 Kecamatan Krembung Semester I Tahun Pelajaran 2018/2019” dilaksanakan di SDN Mojaruntut 1 Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo yang terletak di Desa Mojaruntut, Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo. Subyek pada Penelitian Tindakan Kelas ini adalah siswa Kelas VI pada semester I Tahun pelajaran 2018/2019, sejumlah 12 siswa.

### **Rancangan Penelitian**

**Perencanaan Tindakan,** Persiapan yang dilakukan sehubungan dengan Penelitian Tindakan Kelas pada kesempatan kali ini meliputi: 1) Penetapan kemampuan awal; 2) Pelaksanaan tes diagnostik; 3) Pembentukan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP); 4) Persiapan peralatan dalam proses belajar mengajar dalam rangka pelaksanaan penelitian tindakan kelas, yang terkait dengan kegiatan perbaikan; 5) Penyusunan alternatif-alternatif pemecahan masalah yang akan dicobakan dalam rangka perbaikan masalah.

**Pelaksanaan Tindakan,** Pelaksanaan tindakan merupakan penerapan perlakuan tindakan, yaitu uraian terperinci terhadap tindakan yang akan dilakukan, cara kerja tindakan perbaikan, dan alur tindakan yang akan diterapkan.

**Observasi,** Observasi mencakup uraian tentang alur perekaman dan penafsiran data mengenai proses dan hasil dari penerapan kegiatan perbaikan yang dipersiapkan.

**Refleksi,** Pada refleksi menguraikan tentang analisis terhadap hasil pengamatan yang berkenaan dan akibat tindakan perbaikan yang

akan dilakukan.

### **Pengumpulan Data**

Data tentang penguasaan konsep siswa diambil dari penilaian hasil belajar dengan menggunakan tes tulis. Data tentang Aktivitas siswa dan guru dalam pembelajaran diperoleh dengan menggunakan lembar observasi. Data tentang respon siswa dan guru terhadap proses pembelajaran dengan menggunakan angket. Data tentang refleksi diri serta perubahan-perubahan yang terjadi di kelas diambil dari catatan dan hasil diskusi peneliti dengan kolaborator.

### **Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam Penelitian Tindakan Kelas adalah tes dan non tes. Tes digunakan untuk mengukur penguasaan konsep Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru), sedangkan jenis tes yang digunakan adalah tes tertulis. Instrumen non tes yang digunakan berbentuk observasi, wawancara dan jurnal.

### **Analisa Data**

Sebagai upaya dalam menganalisis tingkat penguasaan konsep siswa pada materi ajar Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru), maka setelah pembelajaran berlangsung dilakukan analisa secara deskriptif.

### **Indikator Kinerja**

Siswa dikatakan aktif dalam kegiatan pembelajaran jika 75% siswa termasuk dalam kategori B atau lebih. Guru dikatakan mampu melaksanakan pembelajaran jika telah sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang telah disusun. Penerapan Pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS) dikatakan berhasil jika siswa memberi respon positif terhadap penggunaan model pembelajaran ini. Pembelajaran dikatakan berhasil jika 75% siswa telah mencapai nilai di atas kriteria ketuntasan minimal yaitu 75. Siklus dalam pelaksanaan penelitian ini akan dihentikan jika siswa yang mencapai ketuntasan minimal mencapai 75% atau lebih.

## **HASIL**

### **Hasil Penelitian**

Guna memperoleh deskripsi tentang situasi kelas, awal sebelum dilakukan tindakan

diprasyaratkan dilakukan refleksi awal. Deskripsi situasi ini memudahkan peneliti untuk mengetahui masalah yang muncul, diantaranya tentang Aktivitas siswa, tingkat penguasaan konsep terhadap materi ajar maupun hasil belajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya pada pokok bahasan Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru), untuk dibandingkan dengan mata pelajaran yang lain. Sesuai data yang ada ternyata tingkat penguasaan Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) dalam kategori kurang dengan nilai rerata yang diperoleh siswa 55,00 dan 50,00% dari jumlah siswa dinyatakan tidak tuntas belajar.

Permasalahan ini muncul dimungkinkan karena model pembelajaran yang digunakan kurang tepat dengan materi ajar, metode pembelajaran yang kurang bervariasi, pembelajaran tidak merangsang siswa untuk aktif, iklim pembelajaran yang kurang kondusif ataupun motivasi belajar terhadap mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan rendah.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang bertujuan meningkatkan penguasaan konsep terhadap materi ajar Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) pada siswa Kelas VI SDN Mojaruntut 1 Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo.

Perencanaan diawali dengan pemberian tes awal, siswa mengikuti pembelajaran seperti biasa sebagai langkah penetapan kemampuan awal kemudian peneliti mempersiapkan perangkat penelitian berupa RPP dan alat penelitian berupa lembar observasi, angket, dan pedoman wawancara.

Penelitian dilaksanakan dalam 3 siklus, tiap siklus terdiri atas 2 kali pertemuan. Tiap pertemuan memerlukan waktu 2 jam pelajaran (2 x 35 menit), sehingga secara keseluruhan berlangsung 6 pertemuan. Dalam setiap siklus terdiri atas 4 kegiatan, yaitu : perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, refleksi.

#### **Siklus I**

**Perencanaan,** Pada siklus I, peneliti mempersiapkan kegiatan dengan langkah-

langkah sebagai berikut: 1) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran sesuai dengan ketentuan penelitian tindakan kelas; 2) Menyusun rencana tindakan dalam bentuk rencana pelajaran; 3) Menyiapkan media pendidikan yang diperlukan dalam pembelajaran; 4) Menyusun pedoman pengamatan, wawancara dan jurnal; 5) Menyusun rencana penilaian.

**Pelaksanaan Tindakan,** Perlakuan yang telah direncanakan diterapkan pada saat berlangsung kegiatan belajar mengajar. Guru memberi penjelasan singkat tentang konsep Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) dengan menggunakan model Olah Pikir Sejoli (OPS). Siswa diminta mengarahkan perhatiannya pada pemandu, siswa menyiapkan peralatan yang diperlukan. Selanjutnya guru memberi contoh sederhana, menginformasikan kriteria penilaian. Guru menugasi siswa untuk mengerjakan soal yang berkaitan dengan prinsip mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

**Observasi,** Observasi dilakukan secara rinci atas semua perlakuan. Kegiatan ini diikuti dengan pencatatan yang memungkinkan peneliti mendapatkan temuan. Pada siklus I ini, pengamatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut: 1) Kejelasan terhadap aturan Olah Pikir Sejoli (OPS); 2) Respon siswa terhadap tugas yang diberikan; 3) Kelengkapan peralatan siswa; 4) Situasi kelas.

**Refleksi,** Atas dasar hasil observasi refleksi, yang meliputi: 1) Pengungkapan hasil observasi oleh peneliti tentang efektivitas penerapan model pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS); 2) Pengungkapan tindakan-tindakan yang telah dilakukan siswa selama proses kegiatan belajar mengajar; 3) Pengungkapan tindakan-tindakan yang telah dilakukan guru selama mengajar; 4) Pengungkapan situasi pembelajaran selama proses pembelajaran berlangsung.

Adapun hasil tes dari 12 siswa yang diteliti dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan adalah sebagai berikut : 1 siswa mendapat skor 50, 2 siswa mendapat skor 60, 1 siswa mendapat skor 70, 6 siswa mendapat skor 75, dan 2 siswa mendapat skor 85. Dengan skor pada siklus I dari 20-100, ternyata skor terendah 50 dengan skor tertinggi

85. Jika dilihat dari tingkat ketuntasan belajar siswa diketahui bahwa prestasi belajar yang menggambarkan kemampuan Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) terendah adalah 50 sedangkan tertinggi 85. Skor rata-rata siswa adalah 71,67 dengan tingkat ketuntasan 66,67%. Berarti terdapat 8 siswa yang mampu mencapai nilai 75 atau lebih. Jadi kemampuan siswa dalam Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) masih tergolong cukup dan belum memenuhi indikator keberhasilan yang ditetapkan yaitu minimal 75%. Oleh karena itu perlu ditingkatkan lagi pada pertemuan berikutnya.

Dalam tahapan ini motivasi belajar siswa sangat kurang, tanggapan terhadap masalah yang disampaikan guru masih rendah, hal ini mengindikasikan tidak ada peningkatan hasil belajar siswa sehingga perlu guru menindaklanjuti pada kegiatan belajar di siklus II mengadakan perbaikan-perbaikan pada sistem pembelajarannya.

#### **Siklus II**

**Perencanaan,** Pada tahap perencanaan ini, hal-hal yang dilakukan guru adalah: 1) Menyusun perbaikan rencana kegiatan belajar mengajar; 2) Menyusun perbaikan pedoman observasi, wawancara dan jurnal; 3) Menyusun perbaikan rencana penilaian.

**Pelaksanaan Tindakan,** Kegiatan yang dilakukan berupa rencana perbaikan kegiatan yang dilakukan pada siklus I. Diharapkan model Olah Pikir Sejoli (OPS) yang menuntut keberanian siswa untuk berkompetisi yang sifatnya klasikal ini lebih menarik perhatian siswa. Guru memberi penjelasan ulang pengerjaan tentang Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) secara cepat dan mengembangkan materi Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru). Siswa diminta mengambil tempat yang nyaman, dan mempersiapkan peralatan yang diperlukan untuk mengerjakan tugas.

**Observasi,** Observasi yang dilakukan diikuti dengan pencatatan, sehingga memungkinkan peneliti mempunyai temuan tindakan. Pada tahap observasi ini diharapkan siswa mulai

memiliki kemauan untuk belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, meskipun sering membuat kesalahan, kemungkinan hal ini siswa kurang teliti. Namun demikian diharapkan suasana kelas nampak lebih aktif, meskipun sebagian besar siswa tampak tegang.

**Refleksi,** Berdasarkan hasil penilaian, dilakukan refleksi yang mencakup: 1) Pengungkapan hasil pengamatan oleh peneliti. Selama kegiatan belajar mengajar berlangsung; 2) Pengungkapan tindakan-tindakan yang dilakukan guru selama mengajar.

Adapun hasil tes dari 12 siswa yang diteliti dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siklus II adalah sebagai berikut : 1 siswa mendapat skor 60, 1 siswa mendapat skor 70, 3 siswa mendapat skor 75, 1 siswa mendapat skor 80, 5 siswa mendapat skor 85, dan 1 siswa mendapat skor 90. Proses observasi terhadap pelaksanaan tindakan dengan menggunakan lembar observasi yang telah dibuat dan mengadakan penilaian untuk mengetahui hasil belajar siswa dalam Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru). Hasil observasi pada siklus II menunjukkan bahwa Aktivitas siswa termasuk dalam kategori cukup. Dengan skor pada siklus I dari 20-100, ternyata skor terendah 60 dengan skor tertinggi 90.

Jika dilihat dari tingkat ketuntasan belajar siswa diketahui bahwa prestasi belajar yang menggambarkan kemampuan Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) terendah adalah 60 sedangkan tertinggi 90. Skor rata-rata siswa adalah 79,17 dengan tingkat ketuntasan 83,33%. Berarti terdapat 10 siswa yang mampu mencapai nilai 75 atau lebih. Jadi kemampuan siswa dalam Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) sudah tergolong bagus dan sudah memenuhi indikator keberhasilan yang ditetapkan yaitu 75%. Tetapi karena siswa yang mencapai nilai baik dan amat baik belum mencapai target yang diharapkan, oleh karena itu perlu ditingkatkan lagi pada pertemuan berikutnya.

Peningkatan motivasi belajar siswa ini menunjukkan bahwa penguasaan konsep dipengaruhi oleh model pembelajaran yang



diberikan guru. Penguasaan konsep baik didukung motivasi belajarnya juga baik maka akan bermuara pada hasil belajar yang baik pula.

### **Siklus III**

**Perencanaan,** Kegiatan yang dilaksanakan pada tahap perencanaan ini, meliputi: 1) Menyusun perbaikan rencana kegiatan belajar mengajar; 2) Menyusun perbaikan rancangan perlakuan; 3) Menyusun perbaikan pedoman wawancara; 4) Menyusun perbaikan program penilaian; 5) Guru menyiapkan peraga yang diperlukan.

**Pelaksanaan Tindakan,** Kegiatan yang dilakukan diantaranya perbaikan kegiatan yang telah dilakukan pada siklus II. Seperti halnya pada siklus-siklus sebelumnya, guru mengulang materi pada pertemuan sebelumnya tentang Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) kemudian dikembangkan materi Melakukan teknik tolak peluru dengan gaya menyamping (orthodox) mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dan menyajikannya sesuai dengan model pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS) serta menginformasikan kriteria penilaian.

Pada siklus III ini diharapkan siswa memiliki minat dan motivasi yang kuat terhadap Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sehingga hasil yang diperoleh lebih baik daripada hasil yang diperoleh pada tahap sebelumnya. Siswa ditugasi mengerjakan tugas dilanjutkan dengan pembahasan hasil kerja siswa.

**Observasi,** Observasi dilakukan secara teliti dan terperinci atas semua tindakan observasi ini dibarengi dengan pencatatan atas semua tindakan yang terjadi, yang memungkinkan peneliti menemukan temuan-temuan tindakan.

**Refleksi,** Atas dasar hasil observasi dilakukan refleksi, yang meliputi: 1) Pengungkapan hasil observasi oleh peneliti, tentang situasi umum penerapan model pembelajaran yang telah direncanakan; 2) Pengungkapan tindakan-tindakan yang dilakukan siswa selama proses belajar; 3) Pengungkapan tindakan-tindakan yang dilakukan guru selama mengajar.

Adapun hasil tes dari 12 siswa yang diteliti dalam mata pelajaran Pendidikan

Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siklus III adalah sebagai berikut : 2 siswa mendapat skor 75, 3 siswa mendapat skor 80, 3 siswa mendapat skor 85, 2 siswa mendapat skor 90, dan 2 siswa mendapat skor 95.

Berdasarkan data kegiatan siklus III, maka diperoleh hasil observasi peneliti berkaitan dengan upaya peningkatan hasil belajar siswa melalui model pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS).

Gambaran secara umum, hasil dari observasi dan catatan peneliti selama kegiatan penelitian berlangsung, menunjukkan bahwa Olah Pikir Sejoli (OPS) memiliki efek positif terhadap motivasi belajar siswa, sehingga berpengaruh terhadap hasil belajar siswa Kelas VI SDN Mojaruntut 1 Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo Semester I Tahun Pelajaran 2018/2019 dalam kegiatan belajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan standar kompetensi Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dengan teknik dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya pada materi ajar Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru). Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti dalam pembelajaran pada tahap siklus III, dapat dicatat keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran dengan model Olah Pikir Sejoli (OPS) yang disampaikan oleh peneliti. Skor pada siklus III dari 20-100, ternyata skor terendah 75 dengan skor tertinggi 95.

Jika dilihat dari tingkat ketuntasan belajar siswa diketahui bahwa prestasi belajar yang menggambarkan kemampuan Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) terendah adalah 75 sedangkan tertinggi 95. Skor rata-rata siswa adalah 84,58 dengan tingkat ketuntasan 100%. Berarti terdapat 12 siswa yang mampu mencapai nilai 75 atau lebih. Jadi kemampuan siswa dalam Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) sudah tergolong baik dan sudah memenuhi indikator keberhasilan yang ditetapkan yaitu 75%. Oleh karena itu siklus dihentikan.

### **Deskripsi Data Penelitian**

**Siklus I,** Rentang skor yang ditetapkan pada

siklus I dari 20 sampai 100. Berdasarkan data hasil penelitian yang terkumpul diperoleh skor terendah 50 dari skor terendah yang mungkin diperoleh sebesar 20, dan skor tertinggi 85 dari skor tertinggi yang mungkin diperoleh yaitu 100, dengan rerata 71,67. Persentase kecenderungan ketuntasan belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan materi ajar Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) pada siklus I ini menunjukkan bahwa tingkat ketuntasan 66,67% dan tingkat ketidaktuntasan sebesar 33,33%.

**Siklus II**, Rentang skor yang ditetapkan pada siklus II ini antara 20 sampai 100. Berdasarkan data yang terkumpul diperoleh skor terendah 60 dari skor terendah yang mungkin diperoleh yaitu 20, dan skor tertinggi 90 dari skor tertinggi yang mungkin diperoleh yaitu 100, dengan rerata 79,17. Persentase kecenderungan ketuntasan belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siklus II ini menunjukkan bahwa 83,33% siswa dinyatakan tuntas, dan sisanya 16,67% siswa dinyatakan tidak tuntas.

**Siklus III**, Pada siklus III ini, peneliti menetapkan rentang skor antara 20 sebagai batas terendah sampai 100 sebagai batas tertinggi. Atas dasar data yang telah terkumpul diketahui bahwa skor terendah yang diperoleh siswa sebesar 75 dari skor terendah yang mungkin diperoleh yaitu 20, dan skor tertinggi 95 dari skor tertinggi yang mungkin diperoleh yaitu 100, dengan rerata 84,58. Persentase kecenderungan ketuntasan belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siklus III ini menunjukkan 100%, dan ketidaktuntasan sebesar 0%.

## PEMBAHASAN

Banyak faktor yang mempengaruhi peningkatan penguasaan konsep Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan salah satu diantaranya adalah model Olah Pikir Sejoli (OPS). Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara umum dapat dilihat dari hasil penelitian tentang penguasaan konsep Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siklus I berada pada kategori rendah, sehingga dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa berkemampuan rendah dalam hal belajar Pendidikan Jasmani

Olahraga dan Kesehatan. Disamping itu siswa sama sekali belum memahami cara belajar dan kriteria penilaian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Dilihat dari data hasil penelitian penguasaan konsep mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siklus II menunjukkan bahwa siswa tergolong dalam kategori cukup, maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa masih berkemampuan cukup dalam belajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, meskipun telah terjadi peningkatan penguasaan konsep setelah siswa mengikuti proses pembelajaran yang menerapkan model Olah Pikir Sejoli (OPS), sehingga dapat diartikan bahwa peningkatan yang dicapai siswa telah merubah posisi kemampuan siswa.

Adapun hasil penelitian pada siklus III menunjukkan siswa yang termasuk kategori tinggi. Berdasarkan analisis disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan tinggi, atau dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa cukup dapat belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Peningkatan penguasaan konsep Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siswa ini dimungkinkan karena penerapan model pembelajaran Olah Pikir Sejoli (OPS) dilakukan dengan baik sehingga dapat menarik perhatian siswa, serta adanya keseriusan dan ketekunan siswa dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa model Olah Pikir Sejoli (OPS) dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan penguasaan konsep Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya materi ajar Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) yang berdampak pada peningkatan hasil belajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Deskripsi analisis data yang berkaitan dengan model Olah Pikir Sejoli (OPS) membuktikan bahwa penguasaan materi Mempraktikkan Keterampilan Teknik Salah

Satu Nomor Atletik (Tolak Peluru) pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan mengalami peningkatan yang positif, pada siklus awal terbukti penguasaan konsep Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berada pada kategori rendah, dan pada siklus terakhir berada pada kategori tinggi. Dengan demikian telah terbukti bahwa siswa mampu belajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan baik, dan hasil kerjanya memenuhi kriteria penilaian mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

#### **Saran**

**Guru :** Hendaknya guru bersedia mencoba menggunakan model Olah Pikir Sejoli (OPS) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan khususnya secara bervariasi.

**Kepala Sekolah :** Kepala sekolah hendaknya menjadikan hasil penelitian ini sebagai

pertimbangan untuk memotivasi kepada guru lain untuk melakukan penelitian sejenis.

**Peneliti Lanjutan :** Agar memperhatikan hal-hal sebagai berikut: 1) Mempelajari karakteristik model Olah Pikir Sejoli (OPS) sehingga dapat menyesuaikan keluasaan, kedalaman materi, dan media pembelajaran dengan tingkat kematangan siswa, dan alokasi waktu yang tersedia; 2) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang akan digunakan perlu disusun secara cermat dengan mempertimbangkan pengalaman dan karakteristik siswa, kemampuan guru terhadap fungsi dan perannya dalam Penelitian Tindakan Kelas, serta perlu dilakukan uji coba terlebih dahulu oleh guru yang bersangkutan; 3) Pengamatan, pemantauan dan pengukuran terhadap fokus penelitian hendaknya dipersiapkan secara matang, untuk mendapatkan hasil yang optimal.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- Abdurrahman, M., & Bintoro, T. 2000. *Memahami dan Menangani Siswa dengan Problema dalam Belajar : Pedoman Guru*. Jakarta: Proyek Peningkatan Mutu SLTP, Direktorat Pendidikan Menengah Umum, Dirjen Dikdasmen, Departemen Pendidikan Nasional.
- Hamalik, O. 2002. *Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Miles, M.B., & Huberman, A.M. 1984. *Analisis Data Kualitatif*. Terjemahan oleh Tjetjep Rohendi Rohidi. Universitas Indonesia Jakarta.
- Moleong, L. J. 1995. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Moleong, L. J. 2000. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Nasution, S. 1988. *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*. Bandung: Penerbit Tarsito
- Nurhadi, & Senduk, G., A., 2003. *Pembelajaran Kontekstual dan Penerapannya dalam KBK*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Noehi, Nasution. 1999. *Evaluasi Pengajaran*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Suyatno. 2008. Diposting 04.46.00
- Soekamto, H. 2001. *Peranan Strategi Pembelajaran yang Menekankan pada Aktivitas Siswa dalam Meningkatkan Minat dan Prestasi Siswa Mata Pelajaran IPS-Geografi*. Jurnal Pendidikan Dasar dan Menengah. Vol. 3 No. 9, 10.
- Winkel. 1984. *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta: Gramedia.
- Zuriah, N. 2003. *Penelitian Tindakan dalam Bidang Pendidikan dan Sosial*. Edisi Pertama. Malang: Bayu Media Publishing.