

**PENERAPAN PENDEKATAN PEMBELAJARAN KONSTEKTUAL  
BERBASIS MEDIA GAMBAR UNTUK MENINGKATKAN HASIL  
BELAJAR TOLAK PELURU GAYA OBRIEN  
SMP NEGERI I TUGU KABUPATEN TRENGGALEK**

**Kasmaji<sup>1)</sup>**

<sup>1)</sup> SMP Negeri 1 Tugu Trenggalek

ajiemasajie@gmail.com

**ABSTRAK** : Upaya yang perlu dilakukan guru untuk meningkatkan kualitas proses dan hasil belajar siswa diantaranya adalah menerapkan berbagai model pembelajaran yang pernah diterapkan oleh para ahli pendidikan dalam pembelajaran di sekolah. Penelitian dilakukan dengan menerapkan pendekatan pembelajaran konstektual berbasis media gambar untuk meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya Obrien. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian 2 siklus. Pada masing-masing siklus dilakukan tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan dan refleksi. Subyek penelitian siswa kelas VIII E SMP Negeri 1 Tugu Kabupaten Trenggalek yang terdiri dari 32 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pendekatan pembelajaran kontekstual berbasis media gambar dapat meningkatkan hasil belajar sebesar 10 %.

**Kata Kunci** : media gambar, hasil belajar, tolak peluru gaya obrien

**ABSTRACT**: *Efforts that need to be done by teachers to improve process quality and student learning outcomes include implementing various learning model ever applied by education experts in learning in school. The study was conducted by applying contextual learning approach to image-based media to improve learning outcomes shot-put Obrien style. This research uses 2 cycles research design. In each cycle carried out the planning stage, the implementation of the action, observation and reflection. The research subjects of the students of grade VIII E SMP Negeri 1 Tugu Kabupaten Trenggalek consisting of 32 students. The results showed that the application of contextual learning approach based on image media can improve learning result by 10%.*

**Keywords** : *Picture media, achievement, tolak peluru obrien style*

Pendidikan jasmani merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas SDM. Pada dasarnya pendidikan jasmani merupakan kegiatan integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, tujuannya bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan seluruh potensi siswa, seperti mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, ketrampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, ketrampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani dan olahraga

(Departemen Pendidikan Nasional, 2003). Proses pembelajaran pendidikan jasmani guru diharapkan mengajarkan berbagai ketrampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/olahraga internalisasi nilai-nilai (sportivitas, jujur, kerjasama dan lain-lain) dan pembiasaan pola hidup sehat (Departemen Pendidikan Nasional, 2003). Namun, sering kali ditemukan suatu permasalahan dimana guru pendidikan jasmani tidak mampu menyajikan proses pembelajaran yang tidak hanya mampu meningkatkan hasil

belajar, tetapi juga bermakna bagi kehidupan nyata. Hal tersebut disebabkan karena dalam proses pembelajaran guru masih menerapkan metoda pembelajaran konvensional, akibatnya hasil belajar siswa masih jauh dari yang diharapkan.

Sebagai wujud nyata dalam mengatasi permasalahan-permasalahan tersebut, pemerintah telah melakukan penyempurnaan kurikulum. Hal tersebut dimaksudkan agar tercapai keselarasan antara kurikulum dengan kebijakan baru di bidang pendidikan, meningkatkan efisiensi dan efektivitas pengajaran serta meningkatkan mutu lulusan, juga merelevansikan pendidikan dengan tuntutan dan kebutuhan masyarakat (Mulyasa, 2002). Peningkatan mutu pendidikan jasmani akan dapat dicapai, jika sekolah dengan berbagai keragamannya diberi wewenang untuk mengatur dan mengurus dirinya sendiri, sesuai dengan kondisi lingkungan dan kebutuhan peserta didiknya.

Pembelajaran kontekstual menyajikan suatu konsep belajar yang membantu mengaitkan antara materi yang diajarkannya dengan situasi dunia nyata siswa dan mendorong siswa membuat hubungan antara pengetahuan yang dimilikinya dengan penerapannya dalam kehidupan mereka sebagai anggota keluarga dan masyarakat. Konsep itu, hasil pembelajaran lebih bermakna bagi siswa. Proses pembelajaran berlangsung alamiah dalam bentuk bekerja dan mengalami, bukan transfer pengetahuan dari guru ke siswa. Strategi pembelajaran lebih dipentingkan daripada hasil belajar. Hasil pembelajaran diharapkan lebih bermakna bagi siswa untuk memecahkan

masalah, berpikir kritis, dan melaksanakan observasi serta menarik kesimpulan dalam kehidupan jangka panjangnya (Nurhadi, dkk., 2004).

Guru dapat menggunakan media pembelajaran sebagai alat bantu untuk memudahkan menyampaikan materi pelajaran. Djamrah dan Zain (2002) menerangkan media mempunyai fungsi yang cukup penting, karena dalam proses pembelajaran apabila terdapat ketidakjelasan materi yang disampaikan dapat dibantu dengan menghadirkan media sebagai perantara. Namun perlu diingat, peranan media tidak akan terlihat apabila penggunaannya tidak sejalan dengan isi dari tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani, media gambar merupakan salah satu media yang dapat digunakan untuk membantu siswa dalam belajar suatu ketrampilan gerak. Rangkaian suatu gerakan olahraga dapat dijelaskan melalui gambar yang memperlihatkan susunan gerakan dari awal sampai akhir gerakan. Dari gambar rangkaian gerakan tersebut, siswa dapat menganalisa gerakan dari awal sampai akhir hingga menjadi ketrampilan gerak yang terpadu. Proses menganalisa gambar akan menjadikan proses belajar menjadi lebih bermakna dan menuntut siswa untuk berpikir aktif dan kreatif. Proses belajar seperti itulah yang salah satunya ditekankan dalam pembelajaran kontekstual.

Bila pembelajaran kontekstual berbasis media gambar diterapkan dalam proses pembelajaran tolak peluru gaya obrien, diharapkan dapat membantu siswa

untuk melatih dan mengembangkan proses berpikirnya serta menumbuhkan motivasi belajar siswa sehingga lebih aktif dan bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas belajarnya, yang akhirnya bermuara pada hasil belajar. Berpijak dari hal tersebut di atas, maka muncul keinginan peneliti untuk mengkaji “Penerapan Pendekatan Pembelajaran Kontekstual Berbasis Media Gambar untuk Meningkatkan Hasil Belajar Tolak Peluru Gaya Obrien Pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 1 Tugu Trenggalek Tahun Pelajaran 2016/ 2017.

Secara teknis pendekatan pembelajaran dapat diartikan sebagai jalan yang digunakan oleh guru atau pembelajar untuk menciptakan suasana yang memungkinkan siswa untuk belajar (Winataputra, dkk.,1996). Ketepatan memilih dan menerapkan pendekatan pembelajaran akan berpengaruh terhadap keberhasilan pembelajaran dan hasil belajar. Menurut Djamarah dan Zain (1995; Nurhadi (2004) pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani meliputi : pendekatan individual, pendekatan kelompok, pendekatan pengalaman dan pendekatan kontekstual.

Pembelajaran kontekstual atau *contextual teaching and learning* (CTL) merupakan suatu konsep yang membantu guru mengaitkan isi mata pelajaran dengan situasi dunia nyata dan memotivasi siswa membuat hubungan antara pengetahuan dan penerapannya dalam kehidupan mereka sebagai anggota keluarga dan masyarakat (Nurhadi, dkk., 2004). Pembelajaran kontekstual terjadi apabila siswa menerapkan dan mengalami

apa yang sedang diajarkan dengan mengacu pada masalah-masalah dunia nyata yang berhubungan dengan peran dan tanggung jawab sebagai anggota keluarga dan masyarakat. Pembelajaran kontekstual adalah pembelajaran yang terjadi dalam hubungan yang erat dengan pengalaman sesungguhnya (Johnson, 2006).

Metodologi pengajaran dijelaskan bahwa metode dan media pembelajaran sebagai alat bantu proses penyampaian materi berperan penting. Djamarah dan Zain (2002) mendefinisikan media pembelajaran sebagai wahana penyalur informasi belajar atau penyalur pesan guna mencapai tujuan pengajaran. Media pembelajaran juga merupakan sarana komunikasi dalam proses belajar mengajar yang berupa perangkat keras maupun perangkat lunak untuk mencapai proses dan hasil secara efektif dan efisien, serta tujuan belajar dapat dicapai dengan mudah. Dalam penelitian ini, media gambar yang digunakan adalah gambar rangkaian tolak peluru gaya *o'brien* yang memperlihatkan rangkaian dari sikap awal sampai akhir gerakan. Rangkaian gambar tersebut siswa diharapkan dapat menganalisa proses gerakan secara keseluruhan sehingga menjadi gerakan yang utuh dan terpadu.

Belajar adalah proses perubahan perilaku akibat terjadinya pengalaman dan latihan. Artinya, tujuan kegiatan adalah perubahan tingkah laku, baik yang berkaitan pengetahuan, ketrampilan maupun sikap; bahkan meliputi segenap aspek organisme atau pribadi (Djamarah dan Zain, 1995).

Skinner berpandangan bahwa belajar adalah suatu perilaku. Pada saat orang belajar, maka responnya menjadi lebih baik. Sebaliknya, bila ia tidak belajar maka responnya akan menurun. Dalam belajar ditemukan adanya hal-hal sebagai berikut: (1) Kesempatan terjadinya peristiwa menemukan respon pembelajar, (2) respon si pembelajar dan (3) konsekuensi yang bersifat menguatkan respon tersebut.

Belajar dapat diartikan sebagai suatu perubahan aspek kognitif, afektif dan psikomotor pada manusia karena mendapatkan pengalaman dari proses latihan. Proses belajar dalam pendidikan jasmani dilaksanakan dengan memanfaatkan aktifitas jasmani yang memfokuskan pengembangan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, ketrampilan berpikir kritis, ketrampilan sosial, penalaran dan tindakan moral. Pengalaman belajar yang didapat dari proses belajar tersebut diarahkan untuk membina dan sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Hasil belajar adalah kemampuan yang berhasil dimiliki oleh siswa setelah menerima pengalaman belajar (Wahjoedi, 2000). Sistem pendidikan jasmani, rumusan tujuan pendidikan menggunakan klasifikasi hasil belajar dari Benyamin Blom yang terdiri dari tiga ranah, yaitu: kognitif, afektif dan psikomotor. Pendidikan pembelajaran jasmani, siswa dikatakan berhasil dalam belajar apabila telah terjadi peningkatan dalam diri siswa baik yang menyangkut perubahan pengetahuan, sikap maupun ketrampilan. Perubahan tersebut tentunya diperoleh

dari pengalaman selama proses pembelajaran.

Tolak peluru merupakan salah satu jenis nomor lempar dalam cabang olahraga atletik yang dilakukan dengan cara menolakkan peluru dengan kecepatan maksimal. Dibutuhkan tenaga yang besar dan teknik menolak yang benar sehingga jarak tolakan mencapai hasil yang maksimal. Peluru berbentuk bulat dan padat, berat peluru untuk putra 7,25 kg dengan diameter 110-130 mm, sedangkan untuk putri 4 kg dengan diameter 95-110 mm. Peluru di tolakkan dengan satu tangan disesuaikan dengan gaya yang digunakan. Menurut Soemanto, dkk. (1997), gaya tolak peluru dapat dibedakan menjadi 2 gaya, yaitu gaya menyamping (*ortodoks*) dan gaya membelakangi (*o'brien*).

Gaya *o'brien* merupakan salah satu gaya dalam tolak peluru, gaya ini juga disebut dengan gaya mundur atau gaya membelakangi arah tolakan, karena posisi badan dalam melakukan awalan gaya *o'brien* membelakangi arah tolakan (Soemanto, dkk ; parwata, 2002).

## **METODE PENELITIAN**

### **Instrumen Penilaian**

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah hasil belajar siswa dalam pembelajaran tolak peluru *o'brien*. Data tersebut dikumpulkan dengan teknik observasi dengan menggunakan instrumen penelitian berupa *assesmen* tolak peluru gaya *o'brien*

### Prasarana dan Sarana Penelitian

1. Prasarana Penelitian  
Lapangan tolak peluru SMP Negeri I Tugu Trenggalek
2. Sarana Penelitian
  - a) Peluru
  - b) Gambar rangkaian gerakan tolak peluru gaya o'brien sebagai media pembelajaran
  - c) Peluit
  - d) Alat-alat tulis (kertas, pulpen, blangko)

### Pengumpulan Data

Penelitian ini terdapat langkah-langkah kerja yang dilakukan. Adapun langkah-langkah tersebut adalah sebagai berikut :

- a) Melaksanakan observasi
- b) Mengajukan judul penelitian
- c) Membuat proposal penelitian bila judul penelitian telah disetujui
- d) Mengajukan proposal penelitian
- e) Seminar proposal
- f) Revisi proposal yang telah di seminarkan
- g) Mempersiapkan segala instrumen yang di butuhkan dalam penelitian
- h) Melaksanakan tindakan
- i) Mengadakan refleksi
- j) Menganalisis data yang telah dikumpulkan
- k) Menyusun laporan penelitian.

### Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini, data diperoleh berdasarkan hasil penilaian/evaluasi yang diberikan oleh evaluator terhadap dua kali kesempatan yang diberikan, dijumlahkan dan di rata-ratakan. Nilai rata-rata yang diperoleh siswa dapat dicari dengan cara

menjumlahkan komponen tugas gerak siswa dari tiga komponen penilaian. Nilai rata-rata dari kedua kesempatan ditambahkan dan dibagi jumlah kesempatan melakukan proses gerak *o'brien* (2 kali kesempatan). Nilai rata-rata dari ketiga evaluator dijumlahkan dan dibagi banyaknya evaluator. Nilai inilah yang digunakan dalam analisis data.

### Teknik Analisis Data

Penelitian ini, data hasil belajar siswa menggunakan analisis statistik deskriptif. Adapun langka-langkah analisis data tersebut adalah sebagai berikut :

- 1) Menghitung rata-rata skor siswa:

$$x = \frac{\sum X}{n}$$

(Nurhasan, 2001 : 61 )

Keterangan :

$$\begin{aligned} X &= \text{Rata-rata skor} \\ \sum X &= \text{Jumlah skor siswa} \\ n &= \text{Jumlah evaluator} \end{aligned}$$

- 2) Tingkat ketuntasan individual:

$$NA = \frac{SHT}{SMI} \times NI$$

(Nurhasan, 1990 : 120)

Keterangan :

$$\begin{aligned} NA &= \text{Nilai Akhir} \\ SHT &= \text{Skor Hasil Tes} \\ SMI &= \text{Skor maksimal Ideal} \\ NI &= \text{Nilai Idial dalam skala (100)} \end{aligned}$$

- 3) Menentukan ketuntasan klasikal :

$$KB = \frac{\text{Jumlah siswa tuntas}}{\text{Jumlah siswa keseluruhan}} \times 100 \%$$

Keterangan :

**KB** = Ketuntasan Belajar.

Sebagai upaya mencapai ketuntasan belajar, penelitian ini berpedoman pada acuan penilaian pendidikan jasmani SMP Negeri 1 Tugu Trenggalek, yaitu ketuntasan belajar  $\geq 75\%$  secara klasikal dengan penguasaan materi  $\geq 75\%$  secara individu. Apabila dalam penelitian ini telah mencapai penguasaan materi  $\geq 75\%$  secara klasikal, maka penelitian di hentikan dan dijadikan simpulan dan pembahasan bahwa pada siklus tersebut telah tercapai.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan meningkatkan praktek-praktek pembelajaran di kelas secara professional (Sueyanto, dkk.,1997). Penelitian ini dilaksanakan dalam bentuk penelitian tindakan kolaboratif, yaitu kolaborasi atau kerjasama antara guru dengan peneliti. Peneliti merencanakan segala rancangan penelitian, dan selanjutnya dijelaskan kepada guru pengajar. Guru pengajar akan menerapkan proses pembelajaran sesuai dengan yang telah dirancang oleh peneliti.

Tahap penelitian dijelaskan sebagai berikut:

#### **Perencanaan**

Rencana tindakan apa yang dilakukan untuk memperbaiki, meningkatkan proses pembelajaran. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua

siklus, dimana masing-masing siklus terdiri dari dua kali pertemuan, ditambah satu kali pertemuan untuk evaluasi.

#### **Pelaksanaan**

Upaya yang dilakukan oleh guru/peneliti untuk melakukan perbaikan atau peningkatan yang diinginkan. Pada pelaksanaan tindakan, peneliti berkolaborasi dengan guru mata pelajaran pendidikan jasmani untuk membantu perbaikan kekurangan dan hambatan yang dialami siswa pada proses pembelajaran. Dalam proses pembelajaran peneliti ikut serta memantau proses pembelajaran agar segala kelemahan dan kekurangan yang terjadi, dapat bersama-sama dievaluasi dan dipecahkan oleh guru yang melaksanakan pembelajaran

#### **Evaluasi/Observasi Awal**

Dilakukan untuk memantau proses dan dampak pembelajaran yang diperlukan untuk dapat menata langkah-langkah perbaikan sehingga menjadi lebih efektif dan efisien. Berdasarkan hasil pengamatan awal terhadap pembelajaran tolak peluru gaya Obrien pada siswa kelas VIII E semester II tahun pelajaran 2016/2017 SMP Negeri 1 Tugu Trenggalek, ada beberapa permasalahan yang terjadi dalam pembelajaran tersebut antara lain sebagai berikut.

- a) Pembelajaran masih didominasi oleh guru, dalam artian siswa hanya menerima materi pelajaran tanpa berusaha mengembangkan kemampuan dan pengetahuan yang dimilikinya.

- b) Guru jarang menggunakan masalah yang ada dalam kehidupan sehari-hari sebagai sumber belajar.
- c) Siswa jarang ditugasi untuk belajar menemukan sendiri konsep-konsep yang berhubungan dengan kehidupan di masyarakat.
- d) Materi pelajaran pendidikan jasmani dirasakan kurang bermakna dalam kehidupan sehari-hari, sehingga minat, motivasi dan tanggung jawab siswa dalam belajar masih rendah.

### Refleksi

Refleksi dilakukan untuk melihat, mengkaji dan mempertimbangkan dampak tindakan yang telah diberikan. Berdasarkan hal tersebut di atas, peneliti menerapkan pendekatan pembelajaran kontekstual berbasis media gambar untuk mengajak siswa lebih bebas menentukan gaya belajarnya sehingga lebih aktif dan memiliki rasa tanggungjawab dalam tugas, yang akhirnya bermuara pada hasil belajar.

### Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan SMP Negeri 1 Tugu Trenggalek, yang melibatkan siswa-siswi kelas VIII E SMP Negeri 1 Tugu Trenggalek tahun pelajaran 2015/ 2016 yang berjumlah 32 orang. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah hasil belajar siswa dalam pembelajaran tolak peluru *o'brien*. Data tersebut dikumpulkan dengan teknik observasi dengan menggunakan instrumen penelitian berupa *assesmen* tolak peluru gaya *o'brien*. Dalam penelitian ini, data

diperoleh berdasarkan hasil penilaian/evaluasi yang diberikan oleh evaluator terhadap dua kali kesempatan yang diberikan, dijumlahkan dan di rata-ratakan. Nilai rata-rata yang diperoleh siswa dapat dicari dengan cara menjumlahkan komponen tugas gerak siswa dari tiga komponen penilaian. Nilai rata-rata dari kedua kesempatan ditambahkan dan dibagi jumlah kesempatan melakukan proses gerak *o'brien* (2 kali kesempatan). Nilai rata-rata dari ketiga evaluator dijumlahkan dan dibagi banyaknya evaluator. Nilai inilah yang digunakan dalam analisis data. Data hasil belajar siswa menggunakan analisis statistik deskriptif.

Penelitian ini berpedoman pada acuan penilaian pendidikan jasmani SMP Negeri 1 Tugu Trenggalek, yaitu ketuntasan belajar  $\geq 75\%$  secara klasikal dengan penguasaan materi  $\geq 75\%$  secara individu. Apabila dalam penelitian ini telah mencapai penguasaan materi  $\geq 75\%$  secara klasikal, maka penelitian di hentikan dan dijadikan simpulan dan pembahasan bahwa pada siklus tersebut telah tercapai.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### SIKLUS 1

#### Perencanaan

Pada saat perencanaan guru sekaligus sebagai peneliti menyiapkan perangkat yang akan di gunakan untuk kegiatan pembelajaran yang meliputi :

- a. Silabus dan RPP ,Kompetensi Dasar mempraktikkan variasi dan kombinasi teknik dasar atletik serta nilai

- toleransi, percaya diri, keberanian, menjaga keselamatan diri dan orang lain, berbagi tempat dan peralatan .
- b. menyiapkan media pembelajaran berupa rangkaian gambar
  - c. instrument penelitian *Assesmen Tolak Peluru Gaya O'brien* (pada lampiran)
  - d. absensi siswa , daftar nilai

### **Tindakan**

Siklus 1 terdiri dari 2 kali pertemuan. Pertemuan ke-1 (2x40 menit) dilakukan pada hari Senin tanggal 5 Januari 2016 dan pertemuan ke-2 (2x40 menit) pada hari Senin tanggal 12 Januari 2016 di kelas VIII E SMP Negeri 1 Tugu. Pada siklus 1 ini bertujuan untuk mengetahui kompetensi siswa dalam mempraktikkan tolak peluru gaya *Obrein* dapat mencapai KKM 75. Pelaksanaan tindakan pertemun 1 dan pertemuan 2 dari siklus 1 dapat kami uraikan sebagai berikut:

1. Guru mengorganisasikan siswa menjadi 7 kelompok
2. Memberikan tugas mengamati gambar rangkaian tolak peluru secara berkelompok
3. Guru memonitor aktifitas belajar siswa pada tiap kelompok dan memberi umpan balik.
4. Guru membantu memberikan solusi kepada siswa terhadap masalah penyelesaian tugas.
5. Siswa mendemonstrasikan cara memegang dan melakukan tolak peluru secara individu.
6. Guru membimbing siswa dalam mendemonstrasikan tugas dan mengevaluasi hasil belajar siswa.

7. Guru melakukan pengamatan dan penilaian

### **Pengamatan**

Pengamatan dilakukan untuk mengetahui hasil dari tindakan siklus I, maka dilakukan evaluasi dengan menggunakan *assesmen* tolak peluru gaya Obrien. Dari hasil penilaian siklus 1 terdapat 7 siswa (22 %) yang nilainya di bawah KKM dan yang telah tuntas 25 siswa (78.%) di atas KKM.

### **Refleksi**

Dampak dari pendekatan pembelajaran kontekstual berbasis media gambar dalam pembelajaran tolak peluru gaya obrien antara lain berikut.

- a. Siswa mudah memahami langkah langkah pelaksanaan pembelajaran tolak peluru
- b. Guru lebih mudah dalam mendemonstrasikan tolak peluru gaya Obrein
- c. Siswa lebih mudah mempraktikkan tolak peluru gaya Obrien
- d. Beberapa siswa masih merasa kesulitan menerapkan gerak pada waktu menolak dan gerak setelah melakukan tolakan
- e. Ketuntasan secara klasikal sudah lebih dari 75% (sesuai keingingan peneliti) maka dilanjutkan dengan siklus II dengan harapan semua siswa tuntas.

Lebih jelas gambaran nilai siklus 1 dapat di lihat pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Ketuntasan siswa pada siklus 1

## SIKLUS 2

Berdasarkan hasil refleksi siswa masih kesulitan merasa kesulitan menerapkan gerak pada waktu menolak dan gerak setelah melakukan tolakan, maka dilaksanakan siklus 2 sebagai berikut.

### Perencanaan

Pada saat perencanaan guru sekaligus sebagai peneliti kembali menyiapkan perangkat yang akan digunakan untuk kegiatan pembelajaran yang meliputi silabus, RPP, media rangkaian gambar, instrument penilaian, absensi dan daftar nilai siswa.

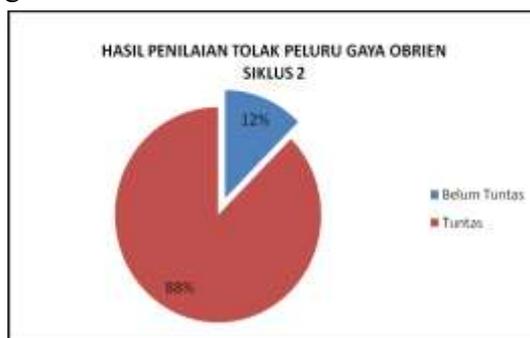
### Tindakan

Siklus 2 terdiri dari 2 kali pertemuan. Pertemuan ke-1 (2x40 menit) dilakukan pada hari Senin tanggal 19 Januari 2016 dan pertemuan ke-2 (2x40 menit) pada hari Senin tanggal 16 Januari 2016 di kelas VIII E SMP Negeri 1 Tugu. Pada siklus 1 ini bertujuan untuk mengetahui kompetensi siswa dalam mempraktikkan tolak peluru gaya Obrein dapat mencapai KKM 75. Pada tahap ini, siswa yang mengamati

gambar diikuti dengan guru yang mendemonstrasikan setiap tahap gerakan tolak peluru. Siswa diberi kesempatan yang lebih banyak untuk mendemonstrasikan secara kelompok, siswa yang sudah menguasai akan membimbing temannya dalam satu kelompok. Guru membimbing dan memberi contoh gerakan yang benar terutama pada siswa yang belum tuntas pada siklus siklus 1.

### Pengamatan

Hasil penilaian siklus 2 terdapat 4 siswa ( 12 %) yang nilainya di bawah KKM dan yang telah tuntas 28 siswa (88%) di atas KKM. Untuk lebih jelasnya penilaian siklus 2 dapat di lihat pada gambar 2 berikut:



**Gambar 2.** Ketuntasan Siswa pada siklus 2

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilakukan dari siklus 1 dan siklus 2 dapat diketahui bahwa dengan menggunakan penerapan pendekatan pembelajaran kontekstual berbasis media gambar tersebut efektif, dalam arti dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Hal ini dapat kita lihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Rekapitulasi Hasil Penilaian Siklus 1 dan Siklus 2

No	Data	Siklus `1	Siklus 2
1	Jumlah Siswa yang Tuntas	25	28
2	Yang belum tuntas	7	4
3	Rata-rata Nilai	82	83

Pada siklus 1 maupun 2 ketuntasan klasikal siswa lebih dari 75%, sedangkan rata-rata nilai lebih dari 75. Terdapat peningkatan belajar siswa dari siklus 1 ke siklus 2 sebesar 10%. Rata-rata nilai siswa juga mengalami peningkatan dari siklus 1 ke siklus 2 sebesar 0,01%. Peningkatan persentase ketuntasan belajar dapat dilihat pada Gambar 4.

Penelitian tindakan kelas ini sudah dianggap berhasil tetapi peneliti belum melakukan tes secara menyeluruh satu kompetensi dasar yang menyangkut tes tulis. Hal yang perlu dilakukan tindakan selanjutnya adalah menambah indikator penilaian dan menambah instrumen penilaian



## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian teori dan hasil penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan diantaranya 1) penerapan pendekatan pembelajaran kontekstual

berbasis media gambar dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya obrien pada siswa kelas VIII E semester 2 SMP Negeri 1 Tugu Trenggalek Tahun Pelajaran 2015/ 2016; 2) terdapat peningkatan hasil belajar siswa tolak peluru gaya obrien dari siklus 1 ke siklus 2 sebesar 10 %, Rata-rata nilai siswa mengalami peningkatan sebesar 0, 01% pada siswa kelas VIII E semester 2 SMP Negeri 1 Tugu Trenggalek Tahun Pelajaran 2015/ 2016.

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas di atas maka terdapat saran diantaranya 1) penelitian ini masih perlu banyak perbaikan mengingat keterbatasan waktu tatap muka yang relative tidak mencukupi sehingga siswa masih harus lebih banyak belajar dan berlatih; 2) dengan melihat hasil yang signifikan dalam PTK ini pendekatan pembelajaran kontekstual berbasis media gambar dapat diterapkan pada mata pelajaran yang lain, terutama pada pelajaran yang mengutamakan psikomotor; dan 3) sebagai guru hendaknya selalu berupaya untuk perbaikan kegiatan pembelajarannya agar prestasi belajar siswa semakin meningkat.

## DAFTAR RUJUKAN

Depdiknas. 2002. Managemen Peningkatan Mutu Berbasis Sekolah (buku 5): Pembelajaran dan

- Pengajaran Kontektual. Jakarta:  
Departemen Pendidikan Nasional
- Depdiknas. 2003. Kurikulum Berbasis  
Kompetensi: Mata Pelajaran  
Pendidikan Jasmani SMA dan  
Madrasah Aliyah. Jakarta:  
Departemen Pendidikan Nasional
- Dimiyati dan Mudjiono. 2002. Belajar dan  
Pembelajaran. Jakarta: Rineka  
Cipta
- Djamarah, Bahri dan Zain, Aswan. 2002.  
Strategi Belajar Mengajar. Jakarta:  
Rineka Cipta
- Harjanto. 2005. Perencanaan Pengajaran.  
Jakarta: rineka Cipta
- Harsuki, dkk. 2003. Perkembangan Olah  
raga Terkini: Kasjian Para Pakar,  
Jakarta P.T Radja Grafindo
- Nurhadi, dkk. 2004. Pembelajaran  
Kontektual dan Penerapannya  
dalam KBK. Malang: Universitas  
Negeri Malang
- Purwata, I Gusti Lanang Agung.  
2003. Pedoman Perkuliahan Atletik  
1( Bahan Ajar) Singaraja: Jurusan  
Ilmu Keolahragaan IKIP Negeri  
Singaraja
- Syarifuddin, Aip. 1997. Pokok Bahasan  
Program Pembelajaran Pendidikan  
Jasmani . Jakarta: Depdikbud
- Wahjoedi. 2002. Tes. Evaluasi dalam  
Pendidikan Jasmani dan Olahraga.  
Jakarta: Depdiknas