PENINGKATAN KETERAMPILAN LOKOMOTOR MELALUI METODE PERMAINAN TRADISIONAL KASTI MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA SISWA KELAS IV MI BUSTANUL ULUM JOMBANG

SKRIPSI

Oleh:

MUCHLIS AFWANULLOH

NIM. D9715066

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

PROGRAM STUDI PGMI

FEBRUARI 2019

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Muchlis Afwanulloh
NIM	: D97215066
Jurusan / Program Studi	: Kependidikan Dasar Islam / PGMI
Fakultas	: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa PTK yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri; bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa PTK ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Surabaya, 09 Januari 2019

Yang Membuat Pernyataan

(Muchlis Afwanulloh)

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi oleh :

Nama : Muchlis Afwanulloh

NIM : D97215066

Judul : Peningkatan Keterampilan Lokomotor Melalui Metode Permainan Tradisional Kasti Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Materi Lari Pada Siswa Kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang

Ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 09 Januari 2019

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Nadlir, M.Pd.I	Dr. Sihabudin, M.Pd.I, M.Pd
196807221996031002	197702202005011003

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi oleh Muchlis Afwanulloh telah dipertahankan di depan tim penguji skripsi

Surabaya, 09 Januari 2019

Mengesahkan, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Dekan

Prof. Dr. H. Ali Mas'ud, M.Ag, M.Pd.I
NIP. 196301231993031002

Penguji I

Sulthon Mas'ud. S.Ag, M.Pd.I
NIP. 197309102007011017

Penguji II

Dr. Nur Wakhidah M.Si
NIP. 197212152002122002

Penguji III

Drs. Nadlir, M.Pd.I
NIP. 196807221996031002

Penguji IV

Dr.Siharabudin, M.Pd.I, M.Pd
NIP. 196807221996031002

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama	: MUCHLIS AFWANULLAH
NIM	: D97215066
Fakultas/Jurusan	: TARBIYAH DAN KEGURUAN / PGMI
E-mail address	: muchlisafwanullah@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
■ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
PENINGKATAN KETERAMPILAN LOKOMOTOR MELALUI METODE PERMAINAN TRADISIONAL KASTI MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA SISWA KELAS IV MI BUSTANUL ULUM JOMBANG

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 11 Februari 2019

Penulis

(MUCHLIS AFWANULLOH)
D97215066

ABSTRAK

Muchlis afwanulloh, 2019 Peningkatan Keterampilan Lokomotor siswa Materi lari estafet sambung Melalui Metode *Permainan tradisional kasti* Pada Mata Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Kelas IV MI Butanul Ulum sumobito Jombang . Skripsi, Program Pendidikan Guru Madrasah ibtidaiyah UIN Sunan Ampel Surabaya. **Pembimbing I: Drs Nadlir,. M.Pd.I Pembimbing II: Dr sihabudin, M.Pd.I M.Pd**

Kata Kunci: Keterampilan Lokomotor, *Permainan tradisional kasti*, PJOK

Latar belakang penulisan adalah pembelajaran masih berpusat pada guru dan disamping itu juga pembelajaran PJOK Terkesan terlalu konvensional oleh karena itu peserta didik kurang aktif selama proses pembelajaran, sehingga proses pembelajaran menjadi kurang maksimal dan pemahaman keterampilan peserta didik masih kurang. Berdasarkan data awal nilai yang diperoleh peneliti hanya ada 7 peserta didik yang berhasil mencapai nilai KKM dari 16 siswa laki-laki dan untuk siswa perempuan hanya 6 yang berhasil mencapai KKM dari 15 siswa, keterampilan Lokomotor pada materi PJOK di kelas IV

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah: 1) Bagaimana penerapan metode *Permainan tradisional kasti* pada mata pelajaran PJOK keterampilan lokomotor siswa materi lari estafet pada peserta didik kelas IV MI Al-Bustanul ulum Sumobito jombang? 2) Bagaimana peningkatan keterampilan Lokomotor siswa melalui metode *permainan tradisional kasti* pada mata pelajaran PJOK materi keterampilan lokomotor pada peserta didik kelas IV MI Bustanul Ulum Sumobito jombang?.

Metode penelitian yang digunakan adalah PTK model Kurt Lewin dengan subjek penelitian 31 peserta didik dan tempat penelitian di MI Bustanul Ulum sumobito Jombang. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus pembelajaran yang meliputi empat tahap: *Planning, Acting, Observing, Reflecting*. Pengumpulan data diperoleh melalui wawancara, observasi guru dan peserta didik, dan dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perolehan skor observasi aktivitas guru dan peserta didik mengalami peningkatan, yaitu skor observasi aktivitas guru yang mendapat skor 84 pada siklus I menjadi 94,7 pada siklus II. Kemudian skor aktivitas peserta didik yang mendapat skor 71,6 pada siklus I menjadi 89 pada siklus II. Peningkatan keterampilan lokomotor peserta didik juga dapat dikategorikan berhasil. selain itu. Hal ini terbukti dari tahap pra siklus, siklus I maupun siklus II, yakni dari 72,4 untuk siswa laki-laki dan 63 untuk siswa perempuan(tidak baik), pada pra siklus. Setelah siklus I menjadi 76,8 untuk siswa laki-laki dan 73 untuk siswa perempuan pada siklus I, dan untuk siklus II menjadi 84,2 untuk laki-laki dan 78,7 untuk siswa perempuan dengan prosentase keterampilan Lokomotor siswa 56% untuk siswa laki-laki dan 60% untuk siswa perempuan di siklus I, kemudian menjadi 87,5% untuk siswa laki-laki dan 86,6% untuk siswa perempuan (baik) pada sikus II, sehingga prosentase keterampilan Lokomotor siswa meningkat masing-masing.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

PERYATAAN KEASLIAN TULISAN ..... **i**

PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **ii**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI ..... **iii**

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ..... **iv**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **v**

DAFTAR ISI ..... **vi**

DAFTAR TABEL ..... **viii**

DAFTAR RUMUS ..... **ix**

DAFTAR GAMBAR ..... **x**

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 7

C. Tindakan Yang Dipilih 7

D. Tujuan Penelitian 8

E. Lingkup Penelitian 9

F. Signifikansi Metode Penelitian Dari Sebelumnya 11

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Ketrampilan lokomotor 14

1. Pengertian Keterampilan 14
2. Pengertian Lokomotor 16
3. Indikator Keterampilan 17
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Ketrampilan Lokomotor 18

B. Mata Pelajaran PJOK 19

1. Pengertian Pembelajaran PJOK 19
2. Fungsi dan Tujuan Pembelajran PJOK 20
3. Ruang Lingkup Mata Pelajaran PJOK MI 20

C. Permainan 22

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Pengertian Permainan 22
2. Teori Permainan 22
3. Jenis- jenis Permainan 25
4. Pengelompokan Jumlah permainan 29
D. Permainan Tradisional 31
1. Pengertian Permaianan Tradisional 31
E. Permainan Kasti 33
1. Permainan Dan Olahraga 37
2. Lari 38
G. SigNifikansi Model Penelitian dari Sebelumnya 42
BAB III PROSEDUR PENELITIAN TINDAKAN KELAS
A. Metode Penelitian 44
B. Setting Penelitian Dan Subjek Penelitian 47
C. Variabel Yang di Selidiki 48
D. Rencana Tindakan 49
E. Teknik dan Cara Pengumpulan Data 57
F. Teknik Analisis Data 59
G. Indikator Kinerja 62
H. Tim Peneliti dan Tugasnya 63
I. Tim Peneliti dan Tugasnya 63

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Hasil Penelitian 65
B. Pembahasan 100
BAB V PENUTUP
A. Simpulan 110
B. Saran 112

DAFTAR PUSTAKA 113
RIWAYAT HIDUP 117

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel **Halaman**

3.1 Kriteria TingkatNilai Rata-Rata Kelas.....60
3.2 Kriteria Ketuntasan / Kelulusan Hasil Belajar Siswa 62
3.3 Kriteria Nilai Observasi Aktivitas Guru dan Siswa 63
4.1 Tabel Hasil Nilai Siswa Laki-Laki Pra Siklus 68
4.2 Tabel Hasil Nilai Siswa Perempuan Pra Siklus 69
4.3 Tabel Hasil Nilai Siswa Laki-Laki Siklus I 81
4.4 Tabel Hasil Nilai Siswa Perempuan Siklus I 82
4.5 Tabel Hasil Observasi Aktivitas Guru Siklus I 76
4.6 Tabel Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I.....79
4.7 Tabel Hasil Nilai Siswa Laki-laki Siklus II 97
4.8 Tabel Hasil Nilai Siswa Perempuan Siklus II.....98
4.9 Tabel Hasil Observasi Aktivitas Guru Siklus II 93
4.10 Tabel Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II 95
4.11 Tabel Hasil Ringkasan Pembahasan 108

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR RUMUS

Rumus **Halaman**

3.1 Rumus Mencari Nilai Rata-Rata 61
3.2 Rumus Menghitung Prosentase Hasil Belajar.....62
3.3 Rumus Mencari Nilai Observasi Siswa 63
3.4 Rumus Mencari Nilai Observasi Guru.....63

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR GAMBAR

Gambar **Halaman**

2.1 Gambar Model permainan kasti 35
3.1 Prosedur PTK dari Kurt Lewin 47
4.1 Diagram Hasil Observasi Aktivitas Guru 103
4.2 Diagram Hasil Observasi Aktivitas Siswa 104
4.3 Diagram Hasil Rata-Rata Nilai Siswa Laki_laki 107
4.4 Diagram Hasil Rata-Rata Nilai Siswa Perempuan.....107
4.5 Diagram Hasil Prosentase Ketuntasan Siswa Laki-Laki.....109
4.6 Diagram Hasil Prosentase Ketuntasan Siswa Perempuan 110

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembelajaran (*instruction)* merupakan akumulasi dari sebuah konsep mengajar (*teaching)* dan konsep belajar (*learning)* dan pada penekanannya terletak pada perpaduan antara keduanya, yakni pada penumbuhan kemampuan aktivitas subyek didik. Konsep tersebut sebagai sistem sehingga dalam sistem pembelajaran ini terdapat komponen-komponen siswa atau peserta didik, dan materi untuk mencapai tujuan, fasilitas dan prosedur, serta alat atau media yang harus dipersiapkan. Dengan kata lain pembelajaran sebagai sistem yang bertujuan dan harus direncanakan oleh guru berdasarkan kurikulum yang berlaku serta merujuk pada UUD Nomor 20 tahun 2003, tentang sistem pendidikaan nasional yang berbunyi''menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada tuhan yang maha Esa, berakhlaq mulia, sehat, berilmu, cakap kreatif mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab .[1]"

Pembelajaran pada hakikatnya adalah sebuah proses interaksi antar siswa, dimana didalam sebuah kegiatan pembelajaran tersebut terdapat sebuah adanya perubahan dari mulanya siswa belum bisa menjadi bisa melalui sebuah kegiatan pembelajaran yang struktur, sistematis dan berdasarkan kurikulum yang berlaku.

[1] *Himpunan Perundang-Undangan RI Guru Dan Dosen*, (Bandung Tim Redaksi: Nuansa Aulia, 2006).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pembelajaran ini akan begitu bermakna bagi siswa jika dilakukan dalam lingkungan yang nyaman dan memberikan rasa aman bagi siswa.

Keterampilan dan pemahaman siswa terhadap pembelajaran merupakan target pencapaian yang harus dilaksanakan sebagai seorang guru, keberhasilan seorang guru ditentukan dari hasil tes akhir yang dilakukan. Semakin tinggi hasil tes akhir yang diperoleh. Maka, keberhasilan guru dalam mengajarkan materi dikatakan berhasil. Namun sebaliknya, jika hasil tes akhir dari siswa dibawah target, maka guru dikatakan tidak berhasil dalam melaksanakan proses pembelajaran.

Keberhasilan sebuah proses pembelajaran dapat diukur melalui proses evaluasi (penilaian) dari hasil pembelajaran yang dilakukan. Penilaian dapat dilaksanakan pada saat proses pembelajaran berlangsung, atau setelah proses pembelajaran telah usai, dan siswa dikatakan berprestasi apabilah siswa berhasil mencapai atau melampaui KKM yang telah di tetapkan. Begitu juga sebaliknya, apabila hasil siswa tidak mencapai KKM yang telah di tentukan. Maka proses belajar dikatakan belum berhasil (gagal).

Guru sebagai pendidik, pengajar, dan pelaksana berjalan nya sebuah sistem pendidikan di sekolah, maka guru tersebut harus bisa berperan aktif dan memperhatikan metode mengajar yang sesuai dengan materi dan tingkat berfikir siswa sehingga keterampilan dan pemahaman siswa terhadap materi tersebut dapat bertahan lama dalam ingatan siswa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kondisi di MI Bustanul Ulum Jombang dalam menyajikan pelajaran menemui beberapa kendala, terutama pada mata pelajaran PJOK sarana dan prasarana yang kurang memadai membuat aktivitas pembelajaran kuarang efektif dari hasil Tes akhir pada kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang pada pokok bahasan dan praktik "materi lari masih menunjukan hasil kurang mengembirakan, dari 31 orang, hanaya ada 13 anak yang mampu mencapai KKM . [2]

Oleh sebab itu, Pemberian suatu model permainan tradisional kasti merupakan suatu cara agar keterampilan siswa terhadap suatu materi, dapat bertahan lama dan menyenangkan terutama dalam mata pelajaran PJOK dalam ingatan siswa, model ini diberikan untuk mempermudah dalam menerapkan sebuah materi yang baru diberikan, akan tetapi pengunaan model permainan tradisional kasti tersebut kurang mendapat perhatian dari siswa,

dikarenakan siswa sudah banyak meningalkan permainan-permainan tradisioal terdahulu dan menggantinya dengan permainan era sekarang sehingga dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran PJOK terkesan membosankan selain itu juga pada era sekarang banyak model permaianan yang lebih sering tidak menggunakan aktivitas fisik, sehingga mempengaruhi keterampilan lokomotor pada diri nya dan khusunya pada mata pelajaran PJOK.

[2] Hasil Wawancara dengan pak Aang Chunaifi guru PJOK, Kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang Pada 21 September 2018.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kebanyakan siswa tidak dapat melaksanakan gerakan dasar atau keterampilan lokomotor dengan baik dan sempurna dikarenakan kurangnya model-model pembelajaran yang kurang di perhatikan dan faktor internal dalam siswa seperti malas berolahraga khususnya pada siswa perempuan, oleh karena itu guru bertugas meyakinkan siswa bahwa metode model ini sangat membantu dalam mencapai hasil yang memuaskan. Jadi pemberian model permaianan tradisional kasti pada mata pelajaran PJOK, merupakan sala satu cara agar siswa dapat mepelajari dan meningkatkan keterampilannya secara menyenangkan dan kontinyu.

Pendidikan adalah investasi jangka panjang yang diperlukan usaha dan dana cukup besar, hal ini diakui semua orang atau suatu bangsa demi kelangsungan masa depannya. Demikan halnya dengan negara Indonesia menaruh harapan besar terhadap pendidikan dalam perkembangan masa depan bangsa ini, karena dari sanalah tunas mudah harapan bangsa sebagai generasi penerus dibentuk.

Problematika dalam pendidikan ini setelah dicari permasalahannya bagaikan sebuah mata rantai yang melingkar dan tidak tahu dari mana harus diperbaiki. Tapi akhir-akhir ini pemerintah mulai tergerak merujuk pada UUD Nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, dengan diberikanya pendidikan gratis untuk tingkat sekolah dasar (SD/MI) sampai sekolah menengah pertama (SMP/MTS) dan guru-guru di berikan tunjangan satu kali gaji melalui seleksi sertifikasi, ini semua sebagai bentuk kepedulian pemerintah terhadap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dunia pendidikan dan tenaga pendidik di negara indonesia serta peningkatan mutu pendidikan yang lebih baik.[3]

Melihat kondisi seperti ini banyak sekolah mencari jalan untuk menaikkan mutu sekolahan sala satu nya dengan menggunakan berbagai macam metode dan strategi pembelajaran yang menarik agar materi pembelajaran bisa cepat diterima oleh siswa dan nantinya akan berpengaruh terhadap peningkatan mutu pendidikan.

Dalam pendidikan di Madrsah Ibtidaiyah terdapat macam-macam, berbagai macam pelajaran seperti Matematika, aqidah, akhlaq, fiqih, qur'an hadist. tematik. Selain itu, terdapat mata pelajaran yang berada di luar kelas. Mata Pelajaran tersebut adalah PJOK. PJOK mempunyai peran yang penting dalam pembelajaran di sekolah dikarenakan siswa pada usia dini seperti ini membutuhkan latihan jasmani guna untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis , ketrampilan motorik, keterampilan, Lokomotor, dan sikap-sikap mental sosial emosional dan sportivitas.[4] selain itu PJOK merupakan mata pelajaran yang wajib di sekolah dikarenakan masuk dalam kurikulum pendidikan. Dalam mata pelajaran PJOK terdapat, banyak materi yang di ajarkan yang pembelajaranya berada di luar kelas seperti lompat jauh, senam, renang, dan lari. Lari merupakan salah satu macam gerak lokomotor yang diajarkan pada siswa. Pada materi lari ini, siswa memperoleh motivasi dan membina kerjasama

[3] *Himpunan Perundang-Undangan RI Guru Dan Dosen,* (Bandung: Tim Redaksi Nuansa Aulia, 2006).
[4] Js.Husdarta Dkk, *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik Olahraga dan Kesehatan* ,(Bandung: Alfabeta 2010), 51.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

antar siswa. kendala dalam materi lari ini adalah sisiwa malas berlari dikarenakan capek terutama pada siswa perempuan.

Berdasarkan hasil dokumentasi yang diperoleh, data nilai pelajaran PJOK siswa kelas IV MI Bustanul Ulum cenderung kurang dari KKM sehingga perlu adanya peningkatan.[5] Oleh karena itu, guru atau pendidik harus menemukan inovasi pembelajaran agar siswa lebih tertarik untuk mata pelajaran PJOK terutama dalam materi Lari ini. Penggunaan model metode permainan tradisional kasti ini, sala satu cara untuk meningkatkan keterampilan siswa terhadap materi pelajaran PJOK tentang materi Lari hal ini diyakini dapat membantu proses belajar mengajar di MI Bustanul Ulum jombang. Selanjutnya penggajaran disajikan dalam bentuk yang sesuai tingkat kemampuan ketrampilan siswa, siswa akan banyak terlibat dalam proses belajar sehingga dapat membangkitkan minat siswa, melalui banyak model permainan Tradisional yang saat ini sering dilupakan guru seperti, bentengan, gobak sodor, petak umpet , kasti, eklek, dll masi banyak lagi.

Akan tetapi penulis saat ini ingin mengangkat tentang tentang sala satu permainan tradisional Kasti dan berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik mengulasnya lebih dalam melalui Penelitian tindakan Kelas dengan judul

[5] Aang Chunaifi. guru PJOK kelas IV MI Bustanul Ulum jombang, Wawancara Pribadi Jombang 21 september 2018.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

”Peningkatan keterampilan Lokomotor siswa Melalui Metode Permainan Tradisional Kasti pada mata pelajaran PJOK Materi Lari Siswa Kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka Rumusan masalah pada penelitian ini adalah

1. Bagaimana penerapan metode permaianan Tradisional kasti dalam meningkatkan keterampilan lokomotor siswa di kelas IV MI Bustanul Ulum jombang?
2. Bagaimana Peningkatan keterampilan Lokomotor siswa melalui metode permaianan Tradisional Kasti pada mata pelajaran PJOK siswa Kelas IV MI Bustanul ulum Jombang”

C. Tindakan Yang Dipilih

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan penulis mempunyai sebuah pemecahan masalah yang dianggap efektif yaitu dengan menggunakan metode permainan tradisional kasti ini, diharapkan akan terwujudnya sebuah metode pembelajaran yang menyenangkan sehingga akan lebih mudah untuk tercapainya suatu sistem pendidikan yang baru yang dapat berkontribusi langsung tehadap ketercapaian peningkatan keterampilan.

Disamping itu, karakteristik metode permainan tradisional kasti ini dinilai sanagat cocok untuk kegiatan pembelajaran di luar kelas yang membutuhkan tempat yang luas dengan demikian permainan kasti ini sangat cocok dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mendukung terhadap materi yang akan diteliti yaitu materi lari, khusunya materi lari sambung.

Dengan demikian karateristik materi lari jika dipadukan (dikolaborasikan) dengan permainan tradisional kasti ini sangat cocok dikarenakan didalam unsur lari juga terdapat didalam unsur bermain bola kasti, dan mempunyai banyak kesamaan didalamnya tersebut sehingga secara tidak langsung akan mempraktekan materi lari tersebut sehingga akan timbul pembelajaran yang aktif dan menyenangkan dan membuat ketercapaian hasil keterampilan lokomotor siswa di MI Bustanul Ulum Jombang

Yang mana penelitian tindakan kelas ini menggunakan model kurt, lewin yang direncanakan menggunakan dua siklus, yaitu siklus 1 dengan alokasi waktu 2 jam pelajaran (60 menit) dan siklus II dengan alokasi waktu 2 jam pelajaran (60 menit). Setiap siklus dilaksanakan mengikuti prosedur perencanaan (*planning),* tindakan (*action),* pengamatan (observation), dan refleksi (*reflection*).

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dibuat diatas maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk mengetahui bagaimana penerapan metode permainan tradisional kasti dalam meningkatkan keterampilan lokomotor siswa pada mata pelajaran PJOK di kelas IV Mi Bustanul Ulum Jombang?

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Untuk mengetahui bagaimana peningkatan hasil keterampilan lokomotor siswa melalui metode permainan tradisional kasti pada mata pelajaran PJOK materi lari siswa Kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang?

E. Lingkup penelitian

Pelaksanaan Penelitian Tindakan kelas ini dilaksanakan di kelas IV MI Bustanul Ulum Kecamatan Sumobito Kabupaten Jombang, semester 1 dengan jumlah siswa responden 31 siswa. Pelaksaan Penelitian Tindakan kelas ini Dilaksanakan Pada tahun ajaran 2018/2019 semester 1, dengan Penelitian dilakukan dalam dua siklus. Adapun mata pelajaran yang peneliti ambil sebagai instrumen untuk mendapatkan data adalah mata pelajran PJOK kelas IV dengan mengangkat judul "meningkatkan keterampilan Lokomotor siswa melalui metode permaianan tradisional kasti, adapun Kompetensi inti. kompetensi dasar dan indikator adalah sebagai berikut:

Kompetensi inti :

4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis, dan kritis dalam karya estetis dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia

Kompetensi dasar :

4.2. Mempraktikan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor dan manipulatif dalam permainan kecil yang dilandasi konsep gerak dan lari dalam berbagai permainan dan atau olahraga gerak berpindah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Indikator :

4.2.1. Mempraktikan pola gerak dasar lari sambung dengan baik dan benar.

4.2.2. Mempraktikan tata cara lari sambung dengan baik dan benar melalui permainan kasti

Rubrik penilaian :

indikator	Teknik penilaian	Bentuk penilaian	Instrumen penilaian
4.2.1. Mempraktikan pola gerak dasar lari sambung dengan baik dan benar	Non tes	Praktik lapangan	• Gerakan awal kasti meliputi memukul, mennagkap dan berlari • Proses permainan kasti meliputi, lari dengan baik dan sesuai keadaan serta melaksanakan lari antar tiang hinggap
4.2.2. Mempraktikan tata cara lari sambung dengan baik dan benar			• Melaksanakan proses permainan ,meliputi mendapatkan pointdan berhasil mengitari tiang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

melalui permainan kasti			hinggap, memukul bola • Sportifitas meliputi, tidak bermain curang, tidak emosi dan mentaati peraturan wasit

F. **Signifikasi Penelitian Terdahulu dan Sekarang**

1. Manfaat teoritis

Secara umum hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan kepada pembelajaran PJOK. Utamanya pada peningkatan secara khusus hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai langkah untuk mengembangkan penelitian-penelitian yang sejenis , serta dapat memberikan kontribusi terhadap perkembangan pembelajaran PJOK.

2. Manfaat praktis.

Manfaat praktis bagi pihak-pihak berikut :

a. Guru

Dapat digunakan guru untuk menambah variasi cara mengajar keterampilan lokomotor siswa kelas IV MI Bustanul ulum dalam mata pelajaran PJOK, guna untuk mendorong guru dapat menciptakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

proses pembelajaran yang dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam belajar.

b. Siswa

Dengan menggunakan metode permainan tradisional kasti ,dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam melaksanakan pembelajaran siswa terutama pada mata pelajaran PJOK, serta menumbuhkan keaktifan dan kreatifitas siswa.

c. Sekolah

Menaikan mutu sekolah melalui proses pembelajaran , memberikan ide baru yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas pengajaran di sekolah, menambah pengetahuan tentang metode pembelajaran yang dapat digunakan dalam proses belajar.

d. Peneliti

Dapat dijadikan sebagai pengalaman, masukan, serta refleksi bagi peneliti sebagai bekal calon pendidik. Serta mampu menginovasi kegiatan belajar mengajar dengan menggunakan metode permaian tradisional kasti.

1. Manfaat bagi peneliti lain :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a) Dapat dijadikan sebagai pengalaman, masukan serta penerapan dan refleksi bagi peneliti sebgai calon guru.
b) Menginovasi kegiatan belajar mengajar dengan penerapan metode dan model yang berbeda
c) Menambah wawasan dan pengetahuan lebih banyak dalam bentuk karya ilmiah tulisan, terutama ranah pendidikan jasmani dan keolahragaan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Keterampilan Lokomotor

1. Pengertian Keterampilan

Ketrampilan dapat diartikan sebagai sikap perkembangan dan penghalusan aneka ketrampilan gerak yang tentunya berkaitan dengan permainan olahraga.[6] Serta keterampilan merupakan sala satu aspek dari kemampuan siswa yang harus diukur dan dinilai perkembanganya penilaian keterampilan dapat dilakukan terhadap proses dan hasil yang didapat.[7] Selain itu keterampilan ialah kegiatan yang berhubungan dengan urat-urat syaraf dan otot-otot yang lazimnya tampak dalam kegiatan jasmaniah contoh: menulis, mengetik, olahraga, dan sebagainya. Meskipun sifatnya motorik, keterampilan itu memerlukan koordinasi gerak yang teliti dan kesadaran yang tinggi. Dengan demikian, siswa yang melakukan gerakan motorik dengan kesadaran yang rendah dapat dianggap kurang atau tidak termpil.[8] Dan menurut beberapa ahli mengemukakan bahwa :

"Pengertian keterampilan menurut gordon adalah kemampuan seseorang dalam mengoprasikan pekerjaan secarah lebih muda dan tepat.

---

[6] Sasmita Christina Yuli Hartati, *Permainan Kecil,* (Surabaya: Wineka media 2002), 34.
[7].Moh. Sholeh Hamid, *standar mutu penilaian dalam kelas,* (Jogjakarta: DIVA Press, 2011), 48.
[8] H.Y.S Santoso Giri Wojo, *Ilmu Faal Olahraga, (*Bandung: Rosda karya, 2013), 173.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pendapt tentang kererampilan menurut gordon ini lebih mengarah pada aktivitas yang memiliki sifat psikomotorik."[9]

"Dunette berpendapat bahwa keterampilan adalah pengetahuan yang didaptakan dan dikembangkan melalui latihan atau training dan pengalaman dengan melakukan berbagai tugas."[10]

"Robbins perpendapat bahwa keterampilan dibedakan menjadi 4 kategori", yakni sebagai berikut:

1) *Basic literacy* skill adalah suatu keahlian dasar yang dimiliki oleh setiap orang, misalnya menulis, membaca, mendengarkan, maupun kemampuan dalam berhitung.
2) *Technical skill* adalah suatu keahlian yang didapat melalui pembelajaran dalam bidang teknik, misalnya menggunakan komputer, memperbaiki handphone, dan lain sebagainya.
3) *Interpersonal skill* adalah keahlian setiap orang dalam melakukan komunikasi antar sesama, misalnya mengemukkan pendapat dan bekerjasama dalam tim.
4) *Problem solving* adalah keahlian seseorang dalam memecahkan masalah dengan menggunakan logikanya.[11]

[9] Sukintaka, *Teori Pendidikan Jasmani*, (Bandung: Nuansa, 2008), 46.
[10] H.J.S Husdarta, *Sejarah Dan Filsafat Olahraga,*(Bandung: Alfabeta 2015), 52.
[11] Ibid,32.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Pengertian Lokomotor

Lokomotor adalah suatu kemampuan gerak dasar yang mendasari seseorang itu dapat bergerak atau berpindah dari suatu tempat ke tempat lainnya dengan menggunakan anggota tubuh. Contoh : dari duduk lalu berdiri, dari berjalan menjadi lari.[12]

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan pengertian dari ketrampilan lokomotor adalah perkembangan suatu keterampilan gerak dasar yang memiliki perubahan gerakan yang dimiliki setiap manusia dan yang menjadi objek perubahan gerakan tersebut adalah anggota tubuh.

Sala satu ruang lingkup pendidikan jasmani adalah pemebentukan gerak, yang meliputi keinginan untuk bergerak. Menghyati ruang waktu dan bentuk termasuk perasaan irama ,mengenal kemungkinan gerak diri sendiri, memiliki keyakinan gerak dan perasaan sikap (kinestetik) dan memeperkaya kemampuan gerak. Kemampuan gerak dasar ada tiga jenis yaitu lokomotor, non lokomotor dan manipulatif , gerak lokomotor merupakan suatu gerakan yang ditandai dengan adanya perpindahan tempat ,seperti jalan. Lari melompat dan mengguling gerakan ini biasanya membuat anak merasa senang melakukanya, karena pada umumnya anak-anak akan lebih tertarik untuk melakukan gerak lokomotor ini bisa

[12] Andri Gromiko,''Aktivitas Gerak Lokomotor'',*laporan penelitian* (Muara enim,' Perpustakaan Universitas Guna Darma,2010),t.d…,20.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dimodifikasi menjadi permainan anak, misalnya dalam bentuk permainan tradisional.[13]

3. Indikator keterampilan lokomotor lari estafet siswa

Menurut sudrajat prawirasaputra , penguasaan keterampilan pada saat cabang olahraga berlandaskan pada penguasaan keterampilan dasar tersebut secara umum terbagi menjadi tiga kelompok yaitu , keterampilan lokomotor, keterampilan non lokomotor dan keterampilan manipulatif, berdasarkan kajian diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah kemampuan untuk mencapai hasil dari suatu penampilan yang dipengaruhi oleh faktor latihan, individu dan situasional pada pelaksanaan latihan dibutuhkan keteraturan dan terukur.[14]

a. Kesesuaian gerakan awalan

Melaksanakan start dengan awalan yang benar, dengan melaksanakan 1) menempati dan berdiri di garis yang telah ditetapkan antara regu jaga dan regu pemukul

2) membagi 2 tim, yaitu regu pemukul dan regu jaga

3) memegang tongkat dan melempar bola dengan benar[15]

b. Ketepatan dan kesesuaian gerakan pada saat lari

[13] Rusli Lutan, *Pembaharuan Pendidikan Jasmani Di Indonesia,* (Bandung: ISBN 2002), 67.
[14] Amung Ma'mun dan Yudha M.Saputra, *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak,* (Jogjakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan , 2000) ,17.
[15] Edy Mitranto, *Penjas Orkes Smp/Mts,* (Jakarta: Pusat kurikulum dan Perbukuan Nasional, 2010), 41.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Meliputi 1) Melaksanakan Proses lari antar tiang hinggap dengan baik dan benar. 2) melaksanakan teknik lari dengan baik dan benar. 3) melaksanakan gerakan lari sesuai dengan keadaan .[16]

c. Ketepatan dan kesesuaian pada saat finish

1) Melaksanakan kegiatan lari mengitari tiang hinggap tanpa terkena lemparan bola dari regu jaga.[17]

2) Semua regu berhasil mengitari tiang hinggap dengan baik dan sempurna

3) Semua regu berhasil Kembali ke garis rumah awal

d. *Sportifitas*

Seluruh pemain harus mentaati tata tertib dan aturan yang baku yang berlaku di dunia olahraga baik dengan wasit, UUD dan aturan negara tersebut. Yaitu Meliputi 1) melempar bola tidak boleh mengenai kepala dan organ penting lainnya.

2) tidak boleh dengan keadaan emosi saat bermain

3) mnerima segala macam keputusan juri atau wasit

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan.[18]

a. Faktor proses belajar (*learning proses*)

---

[16] Agus Tomi, "Gerakan Dasar Keterampilan Lokomor Mengunakan Metode Bermain",*Laporan Penelitian,* (Malang: Universitas Negri Malang, 2016), t.d. 20.

[17] Ibid , 20.

[18] Ekoariyanto, Salam Sukses Olahraga, Faktor Faktor Keterampilan, ekoariyanto62.blogspot, di akses pada tgl 13-11-18.jam 22.00.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Proses belajar yang baik tentunya harus mendukung upaya menjelmakan pembelajaran pada saat pada setiap pesertanya dengan memahami teori belajar yang diyakini kebenaranya.

a. Faktor pribadi *(personal factor*)

Setiap orang merupakan individu yang berbeda beda baik dalam hal fisik, mental emosional, maupun kemampuan lainya, dengan adanya perbedaan tersebut siswa maka siswa yang mempelajari gerak ditentukan oleh ciri-ciri atau kemampuan bakat diri yang bersangkutan.

b. Faktor situasional (*situational factor*)

Faktor ini yang dapat mempengaruhi kondisi pembelajaran yang disebabkan oleh kondisi lingkungan sekitar dan keadaan

B. Mata pelajaran PJOK

1. Pengertian pembelajaran PJOK

Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran di sekolah yang merupakan media pendorong perkembangan keterampilan motorik kemampuan fisik, pengetahuan , sikap sportifitas pembiasaan pola hidup sehat dan pembentukan karakter (mental,emosional, piritual dan sosial) dalam rangka mencapai sistem pendidikan nasional.[19]

[19] Sukma Aji, *Buku Olahraga Paling Lengkap Nasional dan Internasional,* (Jakarta: Penerbit Ilmu, 2007), 91.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pendidikan PJOK merupakan suatu mata ajar yang diberikan disuatu jenjang sekolah tertentu yang merupakan sala satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan berkembang jasmani, mental ,sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang.[20]

2. Fungsi tujuan pembelajaran PJOK

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut.

1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbgai macam aktivitas jasmani dan olahraga
2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3) Meningkatkan kemampuan gerak dasar
4) Meletakan landasan karakter yang kuat
5) Mengembangkan sikap sportif jujur,disiplin bertangung jawab
6) Memiliki sikap psitif.[21]

3. Ruang Lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan.[22]

Ruang lingkup mata pelajaran PJOK memiliki beberapa aspek diantaranya yang pertama adalah permainan dan olahraga meliputi olahraga

[20] Ibid, 21.
[21] Widiastutik, *Tes dan Pengukuran Olahraga,* (Surabaya: Raja Grafindo, 2015), 71.
[22] Ibid, 87.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tradisional, Permainan, eksplorasi gerak, keterampilan Lokomotor non-lokomotor, dan manupulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainya. Yang kedua aktivitas pengembangan meliputi, mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur serta aktivitas lainya, yang ketiga adalah aktivitas senam meliputi, ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya, yang keempat adalah aktivitas ritmik meliputi, gerak bebas, senam pagi, skj, dan senam aerobic serta aktivitas lainya.

Ruang lingkup selanjutnya adalah aktivitas air meliputi, permainan di air, keselamatan air , keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya, yang keenam adalah pendidikan luar kelas, meliputi, piknik atau karya wisata, pengenalan lingkungan , berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung, dan yang terakhir adalah kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS, aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

C. Permainan

1. Pengertian metode Permainan

Permainan adalah suatu kegiatan yang merujuk serangkain aktivitas suka rela yang dilakukan berdasarkan motivasi intrinsik yang secara normal yang berhubungan dengan kesenangan dan kenikmatan jasmani dan rohani secara umum[23] .dan bermain juga bisa digunakan sebagai media untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan tertentu pada anak.

2. Teori-Teori Permainan

Beberapa teori-teori klasik tentang bermain yaitu : [24]

a) Teori Surplus Energy

Friedrich Schiller dan Herbert Spencer seorang penyair dan filsuf Inggris di abad 19 mengemukakan bahwa kegiatan bermain yang terjadi pada manusia dan binatang disebabkan oleh energi yang berlebihan yang dimiliki oleh manusia dan binatang dengan tingkat evolusi yang tinggi. Energi yang berlebihan ini diibaratkan sebagai sistem kerja air yang menekan semua arah dan ketika tekanan semakin kuat maka akan dibutuhkan penyaluran yang lebih banyak.

b) Teori Rekreasi

Teori ini mengemukakan bahwa tujuan bermain adalah memulihkan tenaga yang sudah terkuras saat bekerja. Menurut penggagasnya sang

[23] Sasmita Christina Yuli Hartati, *Permaianan Kecil, (* Bandung: wineka media, 2012*)*, l 2.
[24] Ibid, 7.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penyair jerman bernama Moritz lazarus , kegiatan bekerja menyebabkan berkurangnya tenaga. Tenaga ini dapat dipulihkan kembali dengan cara tidur atau melibatkan dalam kegiatan yang sangat berbeda dengan bekerja. Bermain adalah lawan dari bekerja dan merupakan cara yang ideal untuk memulihkan tenaga. Tentu saja teori yang dikemukakan oleh lazarus terkesan kurang ilmiah walaupun ini bisa menjelaskan aktivitas rekreatif yang dilakukan orang dewasa, seperti bermain bola atau catur sebagai selingan setelah bekerja keras.

c) Teori Rekapitulasi

G stanley hall, seorang profesor Psikologi dan paedagogi berminat terhadap teori evolusi serta bidang pendidikan, dia juga mempelajari evolusi, perkembangan anak . G stanley hall meninjau aspek dari teori rekapitulasi dan gagasanya adalah sebagai berikut :''anak merupakan mata rantai evolusi dari binatang sampai menjadi manusia. Artinya anak menjalankan semua tahapan evolusi, mulai dari protozoa sampai menjadi janin. Sejak konsepsi bertemunya sel telur dengan Sperma sampai anak lahir, melampaui beberapa tahap perkembangan dari spcies ikan sampai seseorang akan mengulangi perkembangan ras tertentu , sehingga pengalaman –pengalaman 'nenek moyangnya' akan tertampil di dalam kegiatan bermain pada anak. Teori rekapitulasi berhasil memberi penjelasan lebih rinci mengenai tahapan kegiatan bermain yang mengikuti urutan sama seperti evolusi makhluk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hidup. Sebagai contoh, kesenjangan anak untuk bermain dapat dikaitkan dengan kegiatan ‘nenek moyangnya’ spesies ikan yang yang mendapat kesenangan di dalam air. Anak berkeinginan untuk memanjat pohon dan berayun dari satu dahan ke dahan lain sebagai cerminan kebiasaan monyet dan prilaku bermain jenis ini muncul sebelum anak terlibat dalam kegiatan bermain berkelompok. Antara usia 8-12 tahun, anak senang berkemah, berperahu, memancing berburu bersama sekolompok ternan dan ini merupakan cermin kebiasaan masyarakat primitif.

d) Teori praktis

Teori praktis diajukan oleh karl Gross, seseorang filsuf yang meyakini bahwa bermain berfungsi untuk memeperkuat instink yang dibutuhkan guna kelangsungan hidup dimasa mendatang. Teori ini sering disebut juga teori antisipatori. Dasar teori Gross adalah prinsip seleksi alamiah yang dikemukakan oleh charles darwin. Binatang dapat mempertahankan hidupnya karena dia mempunyai keterampilan yang di peroleh melalui bermain. Bayi yang baru lahir dan juga binatang mewarisi sejumlah instink yang tidak sempurna dan instink ini penting guna mempertahankan hidup. bermain bermanfaat untuk makhluk yang masi mudah dalam melatih dan menyempurnakan instinknya. jadi tujuan bermain adalah sebagai media latihan dan mengelaborasi keterampilan yang di perlukan saat dewasa nanti. Contoh, anak kucing yang lari mengejar dan menangkap bola sebagaimana latiahan menagkap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mangsanya. Bayi mengerak- gerakan jari, tangan, kaki, dan yang lain sebagai latihan untuk mengkontrol tubuh. Bayi berceloteh melatih otot-otot lidah yang dibutuhkan untuk bicara.

3. Jenis-Jenis Permainan.

Menurut Rusli Lutan membagi permainan menjadi 4 kategori : [25]

a. Agon adalah permainan yang bersifat pertandingan untuk mencapai kemengan sehingga dibutuhkan pekerjaan fisik yang cukup kuat.
b. Alea adalah yang mengandalkan hasil untung-untungan, atau hukum peluang seperti dadu, karet dll kemampuan otot di butuhkan dalam permainan ini.
c. Mimikri adalah yang memerlukan kebebasan, dan bukan kesunguhan.
d. Illinx adalah permaianan yang mencakup perjalanan yang melampiaskan kebutuhan untuk bergerak, berpetualang.

Selanjutnya, menurut tedjasaputra dan soemitro , tipe permainan bisa dibagai menjadi tipe bermain aktif dan tipe bermain pasif.

1) Tipe bermain aktif

Kegiatan bermain aktif adalah kegiatan yang memberikan kesenangan dan kepuasaan pada anak melalui aktivitas yang mereka lakukan sendiri. Kegiatan bermain aktif juga dapat diartikan sebagai kegiatan yang melibatkan banyak aktivitas tubuh atau gerakan-gerakan tubuh. Bentuk-bentuk bermain aktif ini lebih banyak di inginkan untuk

[25] Agung Priambodo, *Permainan Kecil, (*Malang: Sumber Ilmu media, 2012), 42.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kepentingan tumbuh kembang anak. Hanya dengan berperan serta secara aktif, anak-anak akan mendapatkan keuntungan baik secarafisik, mental,sosial dan emosional.

Beberapa macam kegiatan bermain aktif meliputi beberapa kegiatan yaitu:

a. Bermain bebas dan spontan

Ciri dari kegiatan bermain ini dilakukan dimana saja, dengan cara apa saja dan berdasarkan apa yang ingin dilakukan. Maksudnya tidak ada aturan permainan yang harus dipatuhi oleh anak. Selama ia suka, ia bebas melakukanya. Umumnya anak akan melakukan kegiatan bermain bebas dan spontan bila menemukan adanya sesuatau yang baru dan berbeda dari apa yang biasa kita lihat. Atau bisa saja anak bermain bebas dengan mainan baru yang mengundang rasa ingin tahu. Kalau mainan itu menyenangkan dan menantang, anak akan tahu lebih banyak ,maka makin banyak pula waktu yang digunakan untuk bermain bebas . kegiatan bermain ini umumnya banyak dijumpai pada anak bayi misalnya saat dia bermain kerincinagan di tempat tidurnya. Kegiatan ini akan menumbuhkan sikap inisiataif untuk bertindak, bersikap tenang menghadapi masalah yang tidak diharapkan, bersikap sportif, percaya diri.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Permainan (*games*) dan olahraga (*sport*)

Menurut battelheim (dalam hurlock, 1978), permaianan dan olahraga adalah kegiatan yang ditandai dengan aturan serta persyaratan-persyaratan yang disetujui bersama dan ditentukan dari luar untuk melakaukan kegiatan dalam tindakan yang bertujuan.

Olahraga selalu berupa kontes fisik sedangkan permainan bisa berupa kontes fisik dan juga kontes mental umumnya untuk melakukan kegiatan olahraga, dituntut keterampilan fisik ataupun aturan permainan yang lebih ketat.

Istilah sport seringkali digunakan untuk kontes yang membutuhkan pengaturan kelompok seperti pada olah raga bola basket, sepak bola, bola voli dan lain-lain kontes yang dilakukan anak-anak umumnya tergolong pada permainan (*games*).

Pada mulanya anak lebih banyak melakukan permainan yang individual, lamabat laun ia berusaha bermain lebih baik dari anak-anak lainya. secara bertahap anak mampu bekerjasama dengan pemain lain sehingga akan lebih memperoleh kepuasan dari kegiatan olahraga yang pada umumnya dicapai saat memasuki masa remaja. Hal ini akan menumbuhkan keterampilan emosional juga akan terbentuk ketika seorang anak menyesuaikan diri dan berusaha menerima dirinya ketika mengalami kekalahan dalam suatu kompetisi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Musik.

Aktivitas musik bisa digolongkan dalam bermain aktif ketika anak melakukan kegiatan musik seperti bernyanyi atau memainkan alat musik. Bernyanyi merupakan kegiatan yang paling banyak dilakukan karena tidak membutuhkan keahlian tertentu. Manfaat yang diterima dari kegiatan ini yaitu menjadi media ekspresi diri sosialaisai dan memupuk rasa percaya diri pada anak.

2) Tipe bermain pasif

Hiburan (*amusement*) merupakan sala satu bentuk bermain pasif. Kegiatan menonton hiburan atau permainan olahraga menjadi aktivitas bermain bermain pasif. Kegitan ini lebih banyak dilakukan oleh siswa usia remaja bersama teman-temanya. Walaupun ada manfaat dari bermain pasif , namun nilai-nilai yang diperoleh tidak sebanyak kegiatan bermain aktif, beberapa sumbangan yang diperoleh dari bermain pasif adalah sebagai berikut :

a. Sebagai sumber pengetahuan.
b. Menambah perbendaharaan kata dan pemahaman untuk berkomunikasi dengan orang lain.
c. Meningkatkan pemahaman sosial melaui identifikasi tokoh cerita sehingga membantu menyesuaikan diri dengan kehidupan masyarakat.
d. Mengembangkan kreatifitas dan daya imajinasi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Tipe bermain intelektual

Soemitro menambahkan satu tipe bermain yaitu tipe intelektual, hal ini bukan berati bentuk bermin yang lain tidak memerlukan intelektual, namun semua mengakui bahwa bermain catur, dam-daman, monopoli, scrabble dan sebagainya memerlukan pemikiran yang mendalam serta konsentrasi yang terpusat. Namun demikian, tetaplah diingatkan bahwa anak-anak membutuhkan kegiatan fisik yang optimum dalam bermain. Tubuh yang masih muda memerlukan latiahn-latihan yang giat dan teratur untuk meningkatkan fungsi-fungsi organ.

4. Pengelompokan Jumlah Pemain

Selanjutnya permaianan juga dapat dikelompokan berdasarkan jumlah pemain, sifat permainan dan alat yang digunakan. Pengelompokan berdasarkan jumlah pemain. Berdasarkan jumlah pemain, permainan dapat dikelompokan menjadi:

a. Permaianan perorangan

Permainan perorangan adalah permainan yang lebih meninjolkan kegiatan individu atau perorangan. Permainan perorangan ini dapat dibagi menjadi dua permainan perorangan berhubungan. Permainan perorangan sendirian adalah permainan dimana seorang diangap hanya bermain seorang diri, aktif bergerak sendiri dan tidak membutuhkan pemain lain. Sedangkan permainan perorangan berhubungan yaitu adanya hubungan antara pemain satu dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pemain lain dan saling berkaitan sehingga memaksa mereka untuk saling bersaing dalam satu kompetisi. Oleh karena itu permainan ini membutuhkan lebih dari satu orang. jenis permainan perorangan disini adalah permaianan lempar sasaran, permainan egreg kaleng, kasti dan permainan lari bolak balik.

1) Karakteristik perorangan

Dari masing-masing individu mempunyai kualitas diri dan sifat-sifat yang berbeda antara satu dengan yang lainya, sehingga ini membawa konsekuensi bahwa setiap individu mempunyai potensi yang berbeda untuk meraih keberhasilan dalam mempelajari sesuatu khususnya keterampilan gerak tertentu. Namun sebenarnya bahwa pencapaian hasil belajar bukan dominan dipengaruhi oleh sifat bawaan, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan akan tetapi perbedaan kemampuan terjadi terutama sangat dipengaruhi oleh kualitas fisik yang berbeda-beda, dan perbedaan kualitas fisik dapat terjadi karena pengalaman setiap orang berbeda-beda.

2) Kelebihan dan kekurangan permaianan perorangan

Pada dasarnya permainan perorangan identik dengan permainan yang menonjolkan sikap individu. Individu tersebut

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diberi kebebasan untuk melakukan gerakan yang sesuai dengan hasrat atau keinginannya tanpa diberi bantuan dari temn atau orang lain. Berdasarkan uraian di atas maka permainan perorangan memiliki kelebihan diantaranya :

a. Meningkatkan kemandirian anak tersebut karena kemampuan murni berasal dari diri sendiri bukan bantuan orang lain.
b. Dapat meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi pada diri pelaku.
c. Meningkatkan kompetisi antar siswa yang akan berimbas pada peningkatan kemampuan motorik.

Disamping itu permainan perorangan juga memiliki kelemahan:

a. Siswa kurang memiliki dalam melakukan permainan apabilah permainan itu mersa sulit bagi mereka.
b. Membentuk sikap dominasi diri sehingga terkadang perlu penyesuaian waktu lebih lama saat bekerjasama dengan teman

D. Permainan Tradisional

1. Pengertian Permainan Tradisional

Tradisional adalah aksi dan tingkah laku yang keluar alamiah karena kebutuhan dari nenek moyang yang terdahulu.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Permaianan tradisional merupakan hasil pengalian dari budaya sendiri yang di dalamnya banyak mengandung nilai-nilai pendidikan karena dalam kegiatan permainanya memberikan rasa senang, gembira, ceria pada anak yang memainkannya. Selain itu permainnanya dilakukan secara berkelompok sehingga menimbulkan rasa demokrasi antar teman main dan alat permainan yang digunakan pun relatif sederhana.[26]

Permaianan tradisional akan mengembangkan potensi setiap anak yang ditunjukkan dalam prilaku penyesuaian sosial dengan tetap melestarikan dan mencintai budaya bangsa. atmadibrata mengemukakan permaianan tradisional jawa barat disinnyalir memiliki keterampilan prestatif yang bersifat entertainment yang dapat dijumpai dimana-mana. Bila permaianan tradisional dikaji, ternnyata bersifat edukatif, mengandung unsur pendidikan jasmani (*gymnastic*), kecermatan dan kelincahan daya fikir, apresiasi terhadap unsur seni yang ada, dan menyegarkan pikiran.[27]

Menurut james Danandjaja Permainan tradisional anak-anak merupakan bentuk folkor dimana peredaranya dilakukan secara lisan , berbentuk tradisional, dan di wariskan secara turun temurun . oleh sebab itu terkadang asal usul dari permainan tradisional tidak diketahui secara

---

[26] Hamzuri, *Permainan Tradisional Olahraga Indonesia,* (Jakarta: Direktorat Jendral Kebudayaan, 2013), 23.

[27] Nurlan Kusmaedi, *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik Olahraga dan kesehatan* ,(Bandung: Alfa beta, 2010), 87.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pasti siapa penciptanya dan dari mana asalnya, karena penyebaranya yang berupa lisan. Terkadang permainan tradisional mengalami perubahan nama atau bentuk walaupun dasarnya sama. Permainan tradisional yang merupakan pewarisan secara turun temurun ini dilakukan untuk memeperoleh kegembiraan.[28]

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa Permainan Tradisional adalah aktivitas-aktivitas orang-orang terdahulu yang dapat membuat kesenangan dalam hati yang bersifat fleksibel dan dilakukan hingga sekarang.

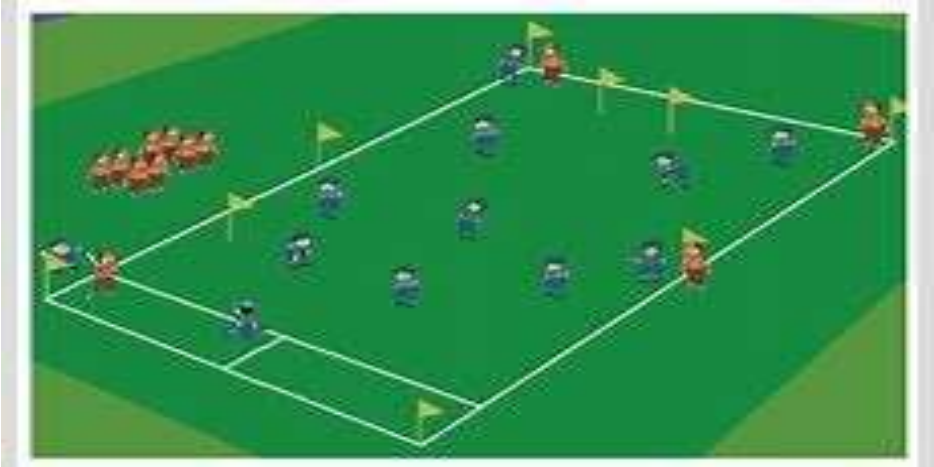
E. Permainan Kasti

1. Pengertian Permainan Kasti

Kasti adalah Permainan beregu yang dimainakan oleh dua regu. jumlah anggotah masing-masing regu tidak di Tentukan. Bergantung pada kesepakatan dan banyaknya anak yang akan bermain, yang penting jumlah anggota kedua regu sama. Ada pun Peralatan yang di butuhkan adalah pemukul dan bola.[29]

[28] Euis Kurniati, *Permainan Tradisional dan Perannya Dalam Mngembangkan Keterampilan Sosial Anak,* (Jogjakarta: Airlangga, 2011), 31.
[29] Abdul Manan Dkk, *Olahraga dan Permainan,* (Jakarta: Ganaco Media, 2002), 46.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 2.1

Contoh gambar permainan kasti

2. Langkah-Langkah Permainan Kasti[30]

   a. Sebelum memulai permaianan, di buat sebuah garis dan beberapa pos (ada pula yang menamaknya tempat singgah atau tempat hinggap). Pos ini ditandai dengan tiang atau batu biasanya, pos berjumlah 2 hingga 4.

   b. Masing-masing pemimpin regu mengadakan pingsut untuk menentukan regu mana yang menjadi regu pemukul dan regu mana yang menjadi regu jaga atau regu lapangan.

   c. Seluruh pemain regu pemukul menempatkan diri di seberang garis dibagian luar lapangan permainan, yang dikenal pula dengan sebutan

[30] Keen Achroni, *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permaianan Tradisional* (Jogjakarta: Java press, 2012), 76

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

garis rumah. Sementara itu, anggota pemain jaga menempatkan diri didalam lapangan permainan.

d. Sala satu pemain regu jaga bertugas menjadi pelempar bola. Ia melempar bola kepada sala seorang pemain regu pemukul yang mendapat giliran memukul bola.

e. Setelah memukul bola, pemain regu pemukul berlari menuju pos 1. Sementara itu, para pemain regu jaga harus menangkap bola tersebut dan melempar pemain regu pemukul yang tenga berlari menuju pos 1, hingga bola mengenai tubuhnya pemain regu jaga dapat langsung melempar bola kepada pemain dari regu pemukul atau bekerja sama dengan anggota regu jaga lainnya. Antara anggota regu jaga saling melempar bola dan menggepung pemain regu pemukul.

f. Jika pemain regu pemukul telah sampai di pos, yang ditandai dengan menyentuh tiang atau batu, para pemain regu jaga tidak boleh lagi melempar bola untuk mengenai tubuhnya.

g. Pemain regu pemukul berikutnya mendapat giliran untuk memukul bola. Setelah bolah dipukul, ia berlari menuju pos 1. Sementara itu, pemain yang sebelumnya telah berada di pos 1, harus berlari menuju pos 2. Begitu seterusnya, hingga emua pemain regu pemukul dapat mengitari seluruh pos dan kembali tempat semula diseberang garis rumah, setiap kali kali kembali ke tempat semula, regu pemukul mendapatkan nilai sementara itu, para pemain regu jaga harus

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berusaha untuk menangkap dan melempar bola hingga mengenai pemain regu pemukul yang tengah berlari.

h. Pemain regu pemukul dapat pula langsung mengitari dari pos 1 hingga selesai dalam sekali pukulan bola, tanpa harus menunggu giliran pemain lain memukul bola. Hal tersebut memungkinkan dilakukan jika pemain tersebut dapat memukul bola hingga bola melambung jauh. Jika ada yang berhasil melakukan hal ini, regu pemukul juga mendapatkan nilai.

i. Jika ada pemain regu pemukul yang terkena lemparan bola yang dilakukan oleh pemain regu jaga atau pemain regu pemukul tidak memukul bola sebanyak 3 kali, permainan dilanjutkan dengan bertukar posisi. Regu yang semula menjadi pemukul berganti posisi menjadi regu jaga, demikian pula sebaliknya. Regu yang semula sebagai regu jaga berganti posisi menjadi regu pemukul.

j. Pemenang dari permainan kasti adalah regu yang mendapatkan nilai tertinggi.

3. Kelebihan dan Kekurangan Kasti

Kelebihan.

a) Meberikan kegembiraan pada anak.

b) Gerak dasar dalam permainan kasti adalah berlari, memukul bola dengan sebuah tongkat, menagkap, dan melempar. Gerakan-gerakan ini juga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bermanfaat untuk menguatkan otot-otot tubuh , menyehatkan badan dan mengoptimalkan berbagai fungsi tubuh.

c) Melatih kerjasama, komunikasi, koordinasi dengan teman-teman dalam satu team.

d) Mengasuh kemampuan kepemimpinan bagi anak yang bertindak sebagai pemimpin regu.

e) Membangun sportivitas dan melatih tanggung jawab pada anak.

f) Melatih keberanian pada anak.

Kekurangan

a) Mebutuhkan Lapangan yang sangat luas dan aman.

b) Lebih rentan terhadap kejadian cedera atau melukai pemain di karenakan adanya unsur lempar bolah dan lari cepat, yang sangat keras terhadap regu lain .

c) Dibutuhkan banyak peserta permaianan yang tangguh.

d) Banyak menghabiskan tempat dan waktu.[31]

F. Materi dalam mata pelajaran PJOK.

1. Permainan dan Olahraga

Permainan dan olahraga ini adalah salah satu ruang lingkup yang terdapat dimata pelajaran PJOK. Dalam permainan dan olahraga ini terdapat beberapa macam aktivitas diantaranya olahraga tradisional,

[31] Ibid,78

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

permainan, eksplorasi gerak, keterampilan Lokomotor non-lokomotor, dan manupulatif, atletik, kasti,lari, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainya. Dalam olahraga tradisional terdapat beberapa macam aktivitas yang bisa digunakan untuk pembelajaran PJOK di Madrasah Ibtidaiyah. Olahraga tradisional tersebut bisa digabungkan dengan keterampilan lokomotor dalam diri siswa. Salah satu keterampilan lokomotor yang digunakan adalah lari. Dalam kegiatan lari sambung ini akan dipadukan dengan permainan atau olahraga tradisional yaitu permainan kasti.

2. Lari

Lari dalah sebuah cabang olahraga suatu gerakan dasar dan gerakan lokomotor (gerak berpindah) yang melibatkan semua anggota tubuh berpindah tempat melalui media kaki pada anggota tubuh.[32]dari pernyataan tersebut ada beberapa olahraga cabang lari namun yang peneliti bahas adalah.[33]

[32] Wijayanto, *Hidup Sehat Dengan Berolahraga,* (Bandung: Rosdakarya, 2014), 54.
[33] U.Jonath Dkk, *Atletik,* (Jakarta:PT Rosda Karya, 2002), 36.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a) Lari sambung

Lari sambung atau estafet adalah bagian dari nomor lari yang diperlombakan dengan beregu. Tiap regu dalam lari sambung (*estafet*) terdiri dari 4 orang pelari. Lari sambung di bagi menjadi 3 nomor lomba :

a) 4x100 meter,putra dan putri
b) 4x400 meter, putra
c) 4x 25 meter, putra putri

Latihan latihan teknik memberi dan menerima tongkat,

Pada lari sambung, terdapat beberapa macam cara dalam pemberian tongkat estafet dari pelari pertama ke pelari berikutnya.

a. Cara visual

Pada cara ini, ketika tongkat diberikan penerima melihat atau menoleh ke arah pemberi tongkat estafet. Bentuk pelaksanaanya dapat dibagi menjadi beberapa macam. Yaitu sebagai berikut.

1) Sebelum tongkat diberikan dengan tangan kiri, penerima telah menoleh ke arah pemberi, sambil berlari , tangan kanan prnerimah dijulurkan ke arah pemberi dengan sikap telapak tangan menghadap ke atas, keempat jari dibawa rapat, dan ibu jari terbuka. Tongkat diberikan dari atas kebawah.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Seperti pada nomor (1) tetapi tangan kanan penerimah menghadap ke belakang ke arah pemberi, keempat jari terbuka ke arah dalam. Tongkat diberikan dengan ayunan dari bawah ke atas.

3) Hampir sama dengan atas hanya saja disini lengan penerima dijulurkan sorong belakang bawah, telapak tangan menghadap ke belakang serong atas, keempat jari rapat menuju keluar , ibu jari terbuka menuju ke dalam tongkat diberikan dengan ayunan dari bawah ke atas.

b. Cara nonvisual

Dengan cara ini pada saat tongkat diberikan, si penerimah tidak melihat ke arah pemberi. Ada beberapa cara melakukannya, tetapi sampai saat ini hanya ada dua macam yang bisa digunakan, yaitu sebagai berikut.

1) Seperti cara visual nomor (3), tetapi tidak melihat ke arah pemberi

2) Hampir sama dengan diatas, hanya saja cara meluruskan tangan kanan benar-benar menghadap ke atas, tongkat diberikan dari dari atas ke bawah. Kedua cara pada nonvisual diatas banyak dipakai pada lari estafet 4x 100

a. Latihan teknik lari sambung 4x 25 meter

Latihan dilakukan dengan cara seperti berikut :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a) Empat orang berdiri berbanjar dan memberikan tongkat dari orang dibelakangnya ke depan, dengan cara yang betul

(pangil yang di depan, lihat yang belakang , berikan sterusnya ke depan)

b) Empat orang berdiri berbanjar dan memberikan tongkat sambil jalan jangan terlalu dekat satu sama lainya dan dilakukan dengan lari kecil (*jogging*). Jarak yang dibuthkan untuk melakukan latihan adalah 4x 25 meter sebanyak 12 kali setiap seri dengan istirahat yang singkat.

c) Dalam latihan ini, hal yang harus diperhatikan adalah cara pemberian tongkat pada teman di depan harus benar-benar tepat dan tongkat tidak boleh jauh pada lintasan, jika hal ini sudah dilakukan dengan baik maka kita mulai dengan cara berlari.

d) Dalam latihan teknik lari estafet 4x 25 meter diperlukan putaran lari 400 meter agar setiap orang mersakan bagaimana cara lari di lintassan lurus sehingga dalam melakukan lari estafet yang sebenarnya sudah terbiasa.

b. Latihan teknik lari sambung 4x100 meter

Latihan dilakukan dengan cara seperti berikut.

a. Latihan lari sambung /estafet tidak memerlukan timing yang sempurna seperti estafet jarak 4x 100 meter tidak memerlukan timing yang sempurna seperti estafet jarak pendek

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Pelari yang berangkat boleh mengambil dengan kaki yang sama ke depan seperti pada start lari (sprint) dan bahkan boleh menopang dirinya atas satu tangan sikap start joongkok, tetapi peraturanya kaki diletakan dibelakang sesuai dengan tanganyang menerimah tongkat, yang penting adalah tongkat itu harus berkecepatan tetap, pergantianya dilakukan apabilah penerimah telah mencapai kecepatan lari maksimalnya.

c. Tangung jawab besar terletak pada pelari yang datang dan mengetahui saat yang tepat kapan pergantian tongkat dilakukan.

d. Regu estafet yang efektif harus benar-benar dipilih dari pelari bagi tiap –tiap seperti 100 meter pertama yang start nya bagus, pelari 200 meter kedua adalah pelari yang berlari di tikungan. yang baik, dan 300 meter ketiga adalah pelari yang tanggung, dan pelari keempat adalah pelari yang mempunyai day juang yang tinggi.[34]

G. Signifikansi Model Penelitian dengan penelitian terdahulu

Model pembelajaran ini memiliki ciri utama yaitu dengan menggunakan permainan-permainan tradisional yang menyenangkan dengan mengaplikasikan antara keterampilan lokomotor ke dalam sebuah permainan kasti dan materi lari yang terangkai dalam satu kesatuan rangkaian kegitan

[34] Ahmad Akdim, Olahraga Atletik, *Teknik Dan Cara Bermain Lari Estafet*, https//guru penjaskes.com, diakses pada tgl 10-11-2018, jam 22.00.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sehingga siswa dapat mengikuti pembelajran dengan senang dan menyenangkan.

Signifikansi model pembelajaran permainan tradisional dengan meningkatkan hasil belajar keterampilan mata pelajaran PJOK materi Lari estafet. Model pembelajaran ini dipercayai dapat meningkatkan hasil belajar siswa terutama dalam aspek keterampilanya, terbukti dari penelitian-penelitian sebelumnya yang perna dilakukan oleh Dwi Septi Anjas Wulan.[35] pada mata pelajaran PJOK materi lari sambung dan peningkatan keterampilan lokomotornya, siswa masih kesulitan dan enggan atau malas untuk melaksanakanya dikarenakan kurangnya variasi dalam proses pembelajaranya untuk itu perlu adanya inovasi-inovasi lain agar siswa lebih bisa dan mudah untuk memahami dan menerapkannya guna untuk mencapai ketercapaian Lokomotor siswa yang diingginkan. Dengan metode pembelajran permainan tradisional kasti yang peneliti buat.

[35] Dwi Septi Anjas Wulan, "Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Permainan Tradisional Modifikasi " *laporan penelitian Tindakan kelas* (Jakarta, Universitas Negri Jakarta, 2015), t.d, 22.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

PROSEDUR PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan Rancangan penelitian yang rencana dan strutur penyelidikan yang di susun sehingga peneliti akan memperoleh jawaban untuk pertanyaan penelitianya. Rancangan yang di gunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian tindakan kelas. Hopkins menejelaskan PTK adalah suatu bntuk kajian yang bersifat reflektif untuk meningkatkan kemantapan rasional dari tindakan-tindakan dalam melaksanakan tugas dan memperdalam pemahaman terhadap kondisi dalam praktek pembelajran.[36] Menurut Kurt Lewin konsep pokok dalam penelitian tindakan kelas terdiri dari 4 komponen, yaitu, perencanaan (*Planning),* pelaksanaan (*acting)*, pengamatan (*observing)*dan refleksi (*reflecting)* .[37] Dalam penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan lokomotor siswa. Masalah yang dihadapi adalah banyak siswa kelas IV MI Bustanul ulum yang kurang menguasai keterampilan lokomotor terutama pada materi Lari dikarenakan kurangnya model atau inovasi terhadap kegiatan pembelajaranya yang mengakibatkan siswa cenderung bosan dan malas melakukan aktivitas olahraga. Dari permasalahan tersebut peneliti menggunakan metode model permainan tradisional kasti guna meningkatkan

[36] Masnur Muslih, *Melaksanakan PTK Itu Mudah*, (Malang: Gramedia, 2009),l 8.
[37] Ibid, 8.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

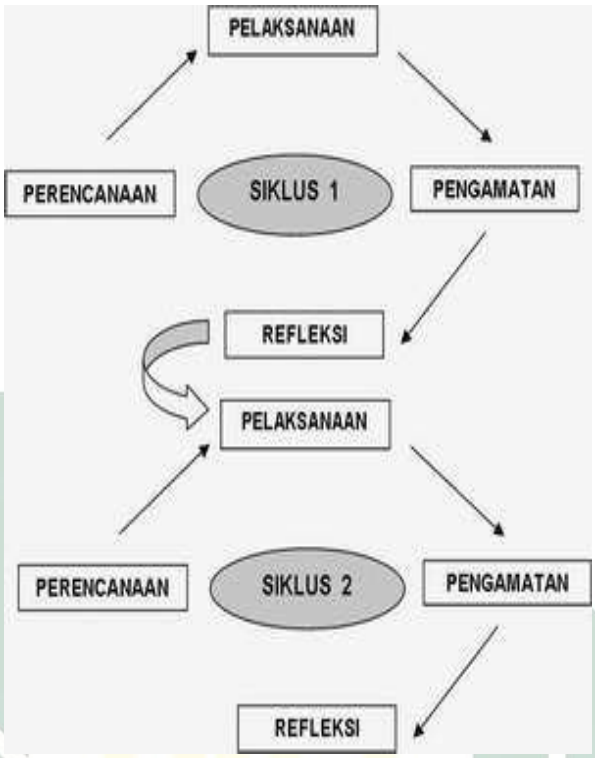
keterampilan lokomotor siswa khusunya materi Lari. Penelitian tindakan kelas ini dilakukan secara bersama oleh peneliti dan guru dengan mengambil tempat di Lapangan dan di dalam kelas.

Dalam penelitian ini , model yang digunakan adalah model kurt lewin. Model kurt lewin ini berbentuk spiral yang didasarkan pada penelitian yang dilakukan tidak hanya satu kali namun berulang. Kurt lewin mengatakan bahwa konsep pokok dalam tindakan penelitianya terdiri dari 4 komponen, yaitu : perencanaan *(planning*), pelaksanaan (*acting*), pengamatan atau observasi *(observing*) dan refleksi (*reflecting*).[38]

Peneliti ini lebih memilih menggunakan penelitian tindakan kelas model kurt lewin dikarenakan model ini diangap mudah di fahami dari beberapa model penelitian tindakan kelas yang lain. Dan jika penelitian ini tidak berhasil bisa dilanjut ke siklus selanjutnya, hanya menambah dan merubah beberapa langkah-langkah dari kegiatan sebelumnya dengan menyesuaikan komponen yang terdapat pada penelitian tindakan kelas (PTK), mengunakan model kurt lewin. Berikut adalah empat tahapan dalam pelaksanaan PTK membentuk suatu siklus PTK yang digambarkan dalam bentuk spiral sebagai berikut :

[38] Rido Kurniyanto, et al*., Penelitian Tindakan Kelas*, (surabaya: Lapis PGMI, 2009), Tt…23.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 3.1
Model PTK dari kurt lewin

Sikulus dari PTK menurut kurt lewin diantaranya :

1. Penyusunan perencanaan

   Tahapan ini diawali dengan guru membuat rancangan perangkat pembelajaran (RPP), serta mempersiapkan apa yang perlu disiapkan seperti sarana pendukung yang diperlukan di kelas, mempersiapkan instrumen untuk merekam dan menganalisis data mengenai proses dan hasil tindakan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Pelaksanaan tindakan

Peneliti harus melaksanakan tindakan yang telah dirancang dan dirumuskan pada rancangan perangkat pembelajaran dalam situasi yang aktual yang terjadi, yang meliputi kegiatan awal inti, dan akhir penutup.

3. Observasi

Peneliti mengamati siswa dalam proses kegiatan pembelajaran , memantau kegiatan kerjasama antar siswa baik dalam kelompok maupun individu, baik dalam kelas maupun di luar kelas. Dan memahami ketrampilan dan skill tiap-tiap anak terhadap penguasaan materi pembelajaran yang telah dirancang sesuai dengan tujuan PTK.

4. Refleksi

Mencatat hasil observasi, mengevaluasi hasil observasi menganalisis hasil pembelajaran, mencatat kelemahan –kelemahan untuk dijadikan bahan penyusun rancangan siklus berikutnya, sampai tujuan PTK dapat dicapai.

B. Lokasi dan Subjek Peneltian

1. Penelitian

Dalam penelitian ini, loakasi yang dijadikan penelitian ini adalah MI Bustanul Ulum jombang pada siswa kelas IV yang berjumlah 31 siswa. PTK ini melalui dua siklus, setiap siklusnya dilaksanakan mengikuti prosedur yaitu perencanaan (*planning)*, tindakan (*acting)*,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pengamatan (*observing)*, dan refleksi (*reflecting)*. Melalui melalui kedua siklus tersebut dapat diamati peningkatan keterampilan siswa pada materi lari melalui model permainan tradisional kasti.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang yang berjumlah 31 , terdiri dari 16 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan. Subjek penelitian ini heterogen dilihat dari kemampuannya yaitu ada siswa yang mempunyai kemapauan tinggi, sedang, dan rendah, serta kurikulum yang digunakan adalah kurikulum 2013. Objek yang diteliti adalah kemampuan keterampilan Lokomotor materi lari pada siswa kelas IV yang rata-rata masih dibawah Kriteria ketuntasan Minimal (KKM).

C. Variabel yang diselidiki

Pada penelitian ini peneliti menggunakan variabel penerapan model permainan Tradisional kasti untuk meningkatkan keterampilan materi lari, kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang. Di dalam variabel tersebut terdapat beberapa variabel yaitu :

1. Variabel input : siswa kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang
2. Variabel proses : penerapan model permainan tradisional kasti
3. Variabel output : peningkatan keterampilan Lokomotor siswa materi lari pada materi PJOK.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

D. Rencana Tindakan

Berdasarkan kegiatan refleksi awal yang telah dilaksanakan secara kolaboratif oleh guru dan peneliti. Maka guru dan peneliti secarah kolaboratif akan merencanakan sebuah tindakan. Berikut ini rencana tindakan meliputi beberapa kegiatan yaitu :

1. Pra siklus

   Pada tahapan ini, tahapan dimana kegiatan awal pertama kali yang dilakukan disekolah yaitu mengidentifikasi masalah yang ada dengan melakukan kegiatan pengamatan, yakni menggunakan wawancara dan dokumentasi dengan guru PJOK kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang.

2. Siklus pertama

   Penelitian tindakan kelas memiliki beberapa siklus dalam proses penelitiannya. Setiap kegiatan ada beberapa siklus dan kegiatan yaitu perencanaan, tindakan, pengamatandan refleksi. Pelaksanaan penelitian tindakan kelas dimulai dengan siklus pertama yang terdiri dari empat kegiatan tersebut. Apabilah sudah diketahui letak keberhasilan dan hambatanya dari tindakan yang telah dilaksanakan pada siklus pertama tersebut, maka guru beserta peneliti akan menyiapkan perencanaan untuk melaksankan siklus kedua untuk mendapatkan penguatan hasil.

   Penelitian ini dilakukan dengan memberikan tindakan berupa :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Perencanaan

Kegiatan awal yang akan dilakukan oleh peneliti adalah merefleksikan dan menganalisis masalah yang terjadi dalam proses pembelajaran tersebut . agar hasil dari kegiatan tersebut peneliti dapat melakukan kegiatan selanjutnya.

Kegiatan utama yang dilakukan peneliti dalam tahap perencanaan ini yaitu .

1) Menetapakan indikator ketercapaian keterampilan pemahaman mata pelajaran PJOK materi Lari dengan mengacu pada kompetensi inti dan kompetensi dasar.
2) Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dengan model permainan Tradisional Kasti.
3) Menyiapkan lembar wawancara guru.
4) Menyiapkan lembar kerja pre-test individu sebagai penerapan model permainan tradisional kasti.
5) Menyiapkan lembar materi tentang model permainan tradisional kasti ke materi PJOK.
6) Menyiapkan lembar kerja siswa setelah pre-test (tes) sebagai penerapan model permainan tradisional kasti.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7) Menyiapkan lembar instrumen penilaian keterampilan dari siswa.
8) Menyiapkan media pembelajaran terkait penunjang materi keterampilan yang di teliti.
9) Membuat format penilaian
10) Menyusun instrumen pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian tindakan kelas.

b. Pelaksanaan tindakan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti melaksanakan pembelajaran dengan menerapkan model pembelajaran permainan tradisional kasti pada mata pelajaran yang diteliti, pada tahap ini peneliti menjadi guru mata pelajaran PJOK sedangkan guru mata pelajaran PJOK bertugas sebagai observer pada pelaksanaan di siklus 1, pada siklus 1, ini peneliti melaksanakan langakah-langakh pembelajaran yang sesuai dengan RPP. Dan langkah-langkah pada pembelajaran ini yaitu pertama tama siswa diberi soal pre-test tentang materi lari sprint kemudian setelah selesai . siswa mendengarkan guru menerangkan tentang lari jarak pendek atau lari sprint, kemudian guru memberikan siswa berupa latihan bentuk soal tertulis dahulu berupa bentuk keterampilan lari dan tata cara

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan prosedur lari yang baik pada lari sprint. Setelah itu guru mengajak siswa siswi untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran diluar kelas dengan pertama-tama melaksanakan model permainan kasti dahulu, kemudian peneliti mengevaluasi kegiatan tersebut, setelah itu peneliti langsung mempraktekan lari estafet/sambung untuk mengukur keterampilan mereka.

c. pengamatan atau observasi

Pada tahap pengamatan ini, peneliti melaksanakan pengamatan mengenai semua proses pelaksanaan pembelajaran yang telah dilaksanakan untuk melaksanakan proses perbaikan pembelajran dengan model pembelajaran permainan tradisional kasti pada kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang. Pengamatan yang dilakukan di antaranya, yaitu :

1) Mengamati semua proses pembelajaran yang telah dilaksanakan dan mencari masalah dan kekurangan pada proses pembelajran PJOK materi lari model Permainan Tradisional.

2) Meneliti data yang diperlukan dalam penelitian seperti lembar observasi lembar pengamatan siswa lembar pengamatan guru, dan lembar kerja serta instrumen penilaian yang ada.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Refleksi

Hasil observasi yang telah dilaksanakan kemudian dianalisis dan direflesikan untuk mengetahui hasil dan proses kegiatan pembelajaran, yang telah dilaksanakan disiklus pertama dengan menggunakan model pembelajaran permainan Tradisional kasti pada mata pelajaran PJOK, materi Lari Estafet pada siswa kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang.

Jika pada siklus pertama belum didapatkan peningkatan keterampilan seperti yang diharapkan peneliti. Maka peneliti akan melanjutkannya pada siklus kedua dengan melakukan beberapa perbaikan-perbaikan dari siklus pertama yang telah dilaksanakan.

3. Siklus Kedua

Setelah melaksanakan Tindakan Pada Siklus Pertama . Apabilah sudah diketahui letak keberhasilan dan hambatanya dari tindakan yang telah dilaksanakan pada siklus pertama tersebut, maka guru beserta peneliti akan menyiapkan perencanaan untuk melaksankan siklus kedua dan didukung dengan adanaya perbedaan di antara kedua siklusnya agar untuk mendapatkan penguatan hasil yang signifikan.

Penelitian ini dilakukan dengan memberikan tindakan berupa :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Perencanaan

Kegiatan awal yang akan dilakukan oleh peneliti adalah merefleksikan dan menganalisis masalah yang terjadi dalam proses pembelajaran tersebut . agar hasil dari kegiatan tersebut peneliti dapat melakukan kegiatan selanjutnya.

Kegiatan utama yang dilakukan peneliti dalam tahap perencanaan ini yaitu .

1) Menetapakan indikator ketercapaian keterampilan pemahaman mata pelajaran PJOK materi Lari dengan mengacu pada kompetensi inti dan kompetensi dasar.
2) Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dengan model permainan Tradisional Kasti. Dengan beberapa pebedaan didalamnya dari siklus I
3) Menyiapkan lembar wawancara guru.
4) Menyiapkan lembar kerja pre-test individu sebagai penerapan model permainan tradisional kasti.
5) Menyiapkan lembar materi tentang model permainan tradisional kasti ke materi PJOK.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6) Menyiapkan lembar kerja siswa setelah pre-test (tes) sebagai penerapan model permainan tradisional kasti.
7) Menyiapkan lembar instrumen penilaian keterampilan dari siswa.
8) Menyiapkan media pembelajaran terkait penunjang materi keterampilan yang di teliti.
9) Membuat format penilaian
10) Menyusun instrumen pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian tindakan kelas.

b. Pelaksanaan tindakan

Pada tahap pelaksanaan, peneliti melaksanakan pembelajaran dengan menerapkan model pembelajaran permainan tradisional kasti pada mata pelajaran yang diteliti, pada tahap ini peneliti menjadi guru mata pelajaran PJOK sedangkan guru mata pelajaran PJOK bertugas sebagai observer pada pelaksanaan di siklus 1, pada siklus 1, ini peneliti melaksanakan langakah-langakh pembelajaran yang sesuai dengan RPP. Dan langkah-langkah pada pembelajaran ini yaitu pertama tama siswa diberi soal pre-test tentang materi lari estafet kemudian setelah selesai . siswa mendengarkan guru menerangkan tentang lari jarak pendek atau lari sprint, kemudian guru memberikan siswa berupa latihan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bentuk soal tertulis dahulu berupa bentuk keterampilan lari dan tata cara

dan prosedur lari yang baik pada lari Estafet. Setelah itu guru mengajak siswa siswi untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran diluar kelas dengan pertama-tama melaksanakan model permainan kasti dahulu, kemudian peneliti mengevaluasi kegiatan tersebut, setelah itu peneliti langsung mempraktekan lari estafet/sambung untuk mengukur keterampilan mereka.namun terdapat perbedaan disini yaitu setelah siswa melaksanakan permainan kasti kemudian guru menyuruh siswa untuk melaksanaka praktek lari estafet secara tersendiri agar tau bagaimna tingkat keahlian mereka dala keterampilan larinya.

c pengamatan atau observasi

Pada tahap pengamatan ini, peneliti melaksanakan pengamatan mengenai semua proses pelaksanaan pembelajaran yang telah dilaksanakan untuk melaksanakan proses perbaikan pembelajran dengan model pembelajaran permainan tradisional kasti pada kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang. Pengamatan yang dilakukan di antaranya, yaitu :

1) Mengamati semua proses pembelajaran yang telah dilaksanakan dan mencari masalah dan kekurangan pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

proses pembelajran PJOK materi lari model Permainan Tradisional.

2) Meneliti data yang diperlukan dalam penelitian seperti lembar observasi lembar pengamatan siswa lembar pengamatan guru, dan lembar kerja serta instrumen penilaian yang ada.

d. Refleksi

Hasil observasi yang telah dilaksanakan kemudian dianalisis dan direflesikan untuk mengetahui hasil dan proses kegiatan pembelajaran, yang telah dilaksanakan disiklus pertama dengan menggunakan model pembelajaran permainan Tradisional kasti pada mata pelajaran PJOK, materi Lari Esatafet pada siswa kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang. Dan hasil dari penelitian ini dapat dikembangkan oleh guru guna untuk kepentingan kemajuan belajar

E. Data dan cara pengumpulanya

1. Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah berupa data kualitatif dan data kuantitatif . data kualitatif merupakan data yang berasal dari hasil deskripsi wawancara dan observasi , sedangkan data kuantitatif dari berasal dari pengambilan data nilai tes siswa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

baik dalam kelas maupun luar kelas, lembar aktivitas guru dan lembar aktivitas siswa.

2. Sumber data

a. Siswa

Dari sumber data siswa, untuk mendapatkan data data mengenai hasil sumber dari peningkatan keterampilan pada materi lari melalui model permainan tradisional.

b. Guru

Untuk melihat untuk melihat tingkat keberhasilan pengaplikasian model permainan tradisional kasti, terhadap materi lari.

3. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan dua teknik yaitu teknik tes dan non tes. Sumber yang diperoleh melalui langsung dari keadaaan respon siswa.

a. Instrumen observasi .

Instrumen observasi digunakan untuki mengetahui aktivitas belajar siswa dan kegiatan mengajar guru.

b. Wawancara

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data informasi secarah langsung pada narasumber baik kepada guru maupun siswa. Teknik. Teknik wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan data mengenai proses pembelajaran yang dialami seorang guru sebelum diberi tindakan atau solusi dengan model pembelajaran permainan tradisional kasti , dan setelah proses pembelajaran yang sudah diberi soslusi dengan model pembelajaran terbaru tersebut.

c. dokumentasi

dugunakan untuk mengumpulkan data nilai mengenai pembelajaran PJOK materi kemampuian keterampilan lokomotor siswa pada materi lari estafet.

4. Teknik analisis data

Analisis data merupakan cara yang digunakan dalam pengolahan data yang sangat berhubungan erat dengan perumusan masalah yang telah diajukan sehingga dapat digunakan untuk menarik sebuah kesimpulan. Sedangkan menurut Misri singarimbun dan sofyan efendi, analisis data adalah proses penyedarhanaan data dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan .[39]

[39] Nana Sudjana dan Ibrahim, *Penelitian dan Penilaian Pendidikan,* (Bandung: Sinar baru Algensind, 2010), 197-198.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Data yang dianalisis dalam penelitian ini terdiri dari dua jenis data yaitu data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif berasal dari data yang dilakukan setiap siklus kegiatan, sedangkan data kuantitatif berupa hasil belajar yang didapat oleh siswa dalam melakukan proses pembelajaran PJOK materi lari sprint dengan mengunakan model permainan tradisional kasti.

Adapun data yang diperoleh siswa akan digunakan untuk mencari nilai rata-rata siswa akan dihitung dengan cara seperti berikut :

$$M = \frac{\Sigma x}{\Sigma N}$$ …….. (Rumus 3.1 Mencari Nilai Rata- Rata Siswa)

Keterangan :

M = Nilai rata-rata

Σ x =Jumlah Semua Nilai

Σ =Jumlah Siswa

Kriteria tingkat keberhasilan nilai rata-rata kelas peserta didik ialah sebagai berikut:[40]

Tabel 3.1
Kriteria Tingkat Nilai Rata-Rata Kelas

Tingkat Nilai Rata-Rata Kelas	Arti
90 – 100	Sangat Baik
80 – 89	Baik
65 – 79	Cukup

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

55 – 64	Tidak Baik
0 – 54	Sangat Tidak Baik

Untuk menghitung prosentase hasil belajar akan digunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{N} X 100$$

…….. (Rumus 3.2 Rumus Menghitung Prosentase Hasil Belajar)

Keterangan :

P = Prosentase yang akan diberi

f = Jumlah siswa yang tuntas

N = Jumlah Siswa

Adapun kriteria tingkat keberhasilan belajar yang dikelompokkan ke dalam lima kategori secara keseluruhan ialah sebagai berikut :[41]

Tabel 3.2
Kriteria ketuntasan / Kelulusan hasil belajar siswa

Taraf keberhasilan	Arti
81 – 100 %	Tinggi Sekali
61 – 80%	Tinggi
41 – 60 %	Cukup
21 – 40 %	Rendah
< 20 %	Sangat rendah

[41] Suharsimi Arikunto Dkk, *Evaluasi Program Pendidikan*, (Bandung: Bumi Aksara, 2010), 18.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Teknik penskoran observasi siswa dan observasi guru adalah sebagai berikut :

$$Nilai\ Observasi\ Siswa = \frac{jumlah\ skor\ yang\ diperoleh}{jumlah\ skor\ maksimal} \times 100$$

(rumus 3.3 rumus nilai observasi siswa)

$$Nilai\ Observasi\ Guru = \frac{jumlah\ skor\ yang\ diperoleh}{jumlah\ skor\ maksimal} \times 100$$

(rumus 3.4 rumus nilai observasi guru)

Pengamatan dari kegiatan observasi guru dan siswa akan diklasifikasikan dalam bentuk nilai sesuai kritweria keberhasilan sebagai berikut :

Tabel 3.3
Nilai Observasi Aktivitas Guru dan Siswa

Tingkat Nilai Rata-Rata Non Tes Kelas	Arti
90 – 100	Sangat Baik
80 – 89	Baik
65 – 79	Cukup
55 – 64	Tidak Baik
0 – 54	Sangat Tidak Baik

F. Indikator kinerja

Indikator kinerja adalah suatu kriteria yang digunakan untuk melihat tingkat keberhasilan dari kegiatan Penelitian Tindakan Kelas dalam meningkatkan atau memperbaiki kegiatan belajar mengajar di kelas. Indikator kinerja harus realistik dan data dapat diukur (jelas cara pengukurannya)Indikator kinerja yang digunakan oleh peneliti, adalah:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Jika nilai rata-rata siswa laki-laki ≥80
2. Jika nilai rata-rata siswa perempuan ≥75
3. Minimal 80% dari jumlah siswa telah mencapai KKM

G. Tim peneliti dan tugasnya

Penelitian ini yang dilakukan oleh peneliti sifatnya kolaborasi yang dilakukan oleh peneliti dengan bapak Ang chunaifi selaku guru PJOK kelas IV yang mengajar di MI Bustanul Ulum jombang, disamping itu kehadiran peneliti diketahui statusnya sebagai peneliti oleh kepala sekolah dan guru-guru yang terdapat di MI Bustanul ulum Jombang. Daqta yang ada di lapangan selanjutnya akan diambil kesimpulan berdasarkan data yang telah dikumpulkan .

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Peneliti

Nama : Muchlis afwanulloh

NIM : D97215066

Jabatan : Mahasiswa PGMI UIN Sunan Ampel Surabaya

Tugas : menyusun perencanaan pembelajaran, menyusun instrument penilaian, membuat lembar observasi , meyebarkan dan menilai instrument penilaian siswa, menilai hasil tugas dan evaluasi akhir materi, pelaksanaan kegiatan pembelajaran, melakukan diskusi dengan guru kolaborator dan menyusun laporan hasil penelitian.

Guru kolaborasi

Nama : Ang Chunaifi, S.Pd

Jabatan : guru mata pelajaran PJOK MI Bustanul Ulum Jombang

Tugas : bertanggung jawab mengamati pelaksanaan penelitian terlibat dalam perencanaan, pelaksanaan kegiatan pembelajaran observasi, dan merefleksi pada tiap-tiap siklus.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini akan diawali dengan tahapan pra siklus atau pengumpulan data awal dan akan dijelaskan lebih detail dalam beberapa tahapan siklus. Yaitu dalam siklus 1 dan juga siklus 2. Dan dalam tiap siklusnya penelitian terhadap peningkatan keterampilan mata pelajaran PJOK materi lari estafet akan terdiri dari empat tahapan yaitu perencanaan (*Planning),* tahap pelaksanaan (*action),* tahap observasi (*Observing)* dan tahap refleksi (*Reflection*). Dan hasil tiap-tiap siklus akan penelitian paparkan sebagai berikut :

1. Pra siklus

Tahapan pra siklus ini dilaksanakan pada hari jum'at 28 september 2018. Pada tahap ini pra siklus dan peneliti masih belum melakukan penelitian pada kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang. Akan tetapi pada tahapan ini peneliti masi melakukan pengumpulan data melalui wawancara dan juga dokumentasi. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar dapat diketahui sejauh mana keterampilan siswa terhadap materi lari esestafet.

Wawancara pada tahapan pra siklus ini peneliti melakukan wawancara terhadap guru mata pelajaran PJOK dikelas IV yaitu bapak Aang Chunaifi S.Pd wawancara ini dilakukan dengan tujuan agar peneliti dapat mengetahui karakteristik siswa, metode apa yang biasa digunakan dalam pembelajaran,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bagaimana keterampilan siswa terhadap materi, apa saja kendala guru dalam mengajar dan juga berapa nilai KKM yang ditentukan untuk mata pelajaran PJOK serta ada berapakah siswa yang mampu memenuhi batas KKM yang telah ditentukan tersebut.

wawancara yang telah dilakukan dapat peneliti simpulkan bahwasanya keterampilan siswa terhadap materi lari estafet masi kurang. Hal ini disebabkan karena proses belajar mengajar pelajaran PJOK yang cenderung berat dan melelahkan dan disamping itu guru selalu menggunakan metode yang sama seperti yang terdahulu hal ini yang membuat siswa menjadi malas dan bosan melakukan pelajaran pjok.

Adapun dari 16 siswa laki-laki yang berada di kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang hanya terdapat 7 siswa laki-laki yang mampu mentuntaskan pembelajaran materi gerak lokomotor siswa melalui lari estafet, sedangkan untuk siswa perempuan yang berjumlah 15 siswa, hanya 6 yang mampu mentuntaskan pembelajaran tersebut. Hal ini menambah kesimpulan hasil wawancara bahwa siswa kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang masih belum bisa meningkatkan keterampilan Lokompotor siswa materi lari estafet dengan prosentase ketuntasan siswa yang hanya 43,7 untuk siswa laki-laki dan untuk siswa perempuan hanya 40

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.1

Tabel Nilai Pra siklus siswa laki-laki

No	Nama Siswa	L	KKM	Nilai	Ket
1	A.j.A	L	80	80	T
2	A.B.P	L	80	60	TT
3	B.S	L	80	50	TT
4	F.M.Z	L	80	70	TT
5	M.H.A	L	80	70	TT
6	M.A.F	L	80	85	T
7	M.F.N	L	80	60	TT
8	M.A.S	L	80	80	T
9	M.A	L	80	50	TT
10	M.F.K	L	80	90	T
11	M.Z.Z	L	80	70	TT
12	M.H.R	L	80	66	TT
13	R.Z.H	L	80	80	T
14	R.P	L	80	86	T
15	A.Y	L	80	88	T
16	F.I.S	L	80	62	TT
Jumlah Nilai				1.159	
Rata-Rata Nilai				72,4	
Presentase Ketuntasan				43,7%	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.2

Tabel Nilai Pra siklus siswa perempuan

No	Nama Siswa	P	KKM	Nilai	Ket
1	A.k.p	P	75	70	TT
2	A.S.S	P	75	75	T
3	A.W.D	P	75	75	T
4	A.N.F	P	75	80	T
5	A.K	P	75	50	TT
6	D.A.A	P	75	40	TT
7	D.S.M	P	75	46	TT
8	D.O.R	P	75	80	TT
9	I.A	P	75	70	TT
10	K.N	P	75	60	TT
11	L.S	P	75	66	TT
12	M.F.P	P	75	76	T
13	N.R.P	P	75	50	TT
14	S.N.S	P	75	54	TT
15	V.A	P	75	56	TT
Jumlah Nilai				944	
Rata-Rata Nilai				63	
Presentase Ketuntasan				40%	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Siklus 1

Pelaksanaan dari siklus 1 ini ialah pada hari, rabu 28 November 2018 di MI Bustanul ulum Jombang pada pukul 07.00 – 08.10 WIB. Dengan subjek penelitian yaitu siswa kelas IV yang berjumlah 31 siswa terdiri dari 15 siswa permpuan dan 16 siswa laki-laki. Dengan nilai KKM untuk siswa laki-laki 80 dan untuk siswa perempuan 75.

Pada siklus I ini peneliti menggunakan model PTK dari Kurt lewin yang terdiri dari empat tahap yaitu perencanaan (*planning),* tahap pelaksanaan (*Action),* tahap observasi (*Observing)* dan tahap refleksi (*reflection).*

a. Perencanaan (*planning)*

Pada tahapan ini perencanaan peneliti melakukan beberapa kegiatan seperti berikut :

1) Menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang sesuai dengan kurikulum yang diterapkan oleh MI Bustanul Ulum Jombang. Dengan mata pelajaran PJOK serta materi lari Estafet, dan menyusun RPP Yang telah di Validasi Oleh dosen Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibrtidaiyah yaitu bapak enggel bayu p M.Pd dan mendapatkan nilai baik serta dapat digunakan dalam siklus I

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Menyusun Instrumen penilaian keterampilan siswa terhadap materi lari estafet dalam bentuk praktik lapangan, dengan rincian indikator keteremapilan Lokomotor siswa melalui permainan Tradisional Kasti materi lari estafet, penilaian keterampilan ini didasarkan pada komptensi datar serta Indikator yang hendak dicapai dalam pembelajaran. Sehingga nantinya Instrumen penilaian ini dapat mengukur kemampuan pemahaman siswa dengan baik. Dan instrument penilaian ini juga telah divalidasi oleh bapak Enggel bayu P, M.Pd dan telah mendapatkan nilai baik dalam hasil validasi, selanjutnya instrumen ini telah siap digunakan dalam siklus I
3) Menyusun intrumen Observasi terhadap aktivitas guru dan siswa dengan tujuan agar dapat diketahui sejauh mana penerapan dari metode permainan tradisional kasti dalam proses pembelajaran. Adapaun instrument Observasi ini terdiri dari dua jenis yaitu : observasi guru dan observasi siswa. Instrumen observasi ini juga telah divalidasikan kepada dosen yang sama pada validasi RPP dan Instrumen dan mendapatkan nilai yang baik serta siap digunakan dalam siklus I.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Pelaksanaan (*Action)*

Pelaksanaan tindakan pada penelitian siklus I ini dilaksanakan dalam sekali pertemuan dengan alokasi waktu dua jam pelajaran (2 x 35 menit), yaitu pada hari rabu tanggal 28 November 2018 pada pukul 07.00 – 08.10 WIB. Penelitian ini dilaksanakan secara kolaboratif dengan guru mata pelajaran PJOK yaitu Bapak Aang Chunaifi, S.Pd. sebagai pengamat atau observer. Adapun pelaksanaanya dalam kegiatan ini terdiri dari kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, kegiatan penutup.

1) Kegiatan pendahuluan

Kegiatan pembelajaran ini diawali dengan guru mengucapkan salam dan dijawab oleh siswa. Selanjutnya kegiatan dilakukan de ngan pembacaan doa secarah bersama-sama sebelum melaksanakan proses pembelajaran. Dilanjutkan dengan guru menanyakan kabar dari siswa serta mengecek kehadiran serta kesiapan dari siswa kelas IV dalam mengikuti proses pembelajaran. Selanjutnya guru memberikan apresepsi kepada siswa mengenai materi lari estafet yang sudah mereka ketahui sedikit dari pelajaran sebelumnya ketika di kelas III. Dari penyampaian apresepsi ini dapat dilihat bahwa siswa masih mengingat tentang materi lari erstafet tersebut, hal ini dapat dilihat ketika siswa mampu menjawab pertanyaan- pertanyaan yang dilontarkan guru kepada siswa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Selanjutnya guru memberikan Ice Breaking terhadap siswa untuk membangkitakn semangat dan dapat berkosentrasi terhadap pelajaran dan guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dipelajari pada materi lari estafet tersebut.

2) Kegiatan inti

Pada kegiatan inti ini diawali dengan guru meminta siswa untuk duduk di bawah secara melingkar di lapangan dengan tujuan agar siswa lebih mudah dalam melihat mengamati penjelasan tentang Materi keterampilan Lokomotor melalui permainan tradisional kasti materi lari estafet yang disampaikan oleh guru, selanjutnya siswa dan guru melaksanakan pemanasan secara bersama sama.

Selanjutnya guru dan beberapa siswa memberikan contoh teknik dan cara bermain untuk menerapkan bagaimana cara meningkatkan keterampilan lokomotor melalui permainan tradisional kasti dengan materi lari estafet , siswa membentuk formasi seperti permainan kasti dan menentukan team yang bertugas sebagi regu jaga dan regu pemukul, untuk regu jaga, regu jaga bertugas untuk menangkap bola dan melemparkanya kepada regu pemukul ketika team sala satu pemukul lari ke base atau rumah singgah regu jaga haru segera melemparnya hingga terkena anggota

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

badan regu pemukul, dan disamping itu untuk melaksanaknnya hal tersebut harus dengan aba-aba wasit atau peluit wasit.

Dalam penilaiannya dan kaidah-kaidah penilaian dalam kegiatan ini guru menjelaskan bahwa indikator penilaianya terletak pada proses kegiatan permainan kasti yang dipadukan dalam kegiatan pembelajaran lari estafet yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan lokomotor terhadap siswa. Dalam

Pelaksanaanya sebagai berikut siswa harus mampu melaksanakan gerakan awalan permainan kasti dalam penerapan lari estafetnya meliputi: cara memegang pemukul bola cara menangkap bolah cara berlari dari base 1 ke base berikutnya menyerupai lari estafet dalam pengaplikasianya dengan tepat dan benar , selanjutnya melaksanakan gerakan proses permainan kasti yang di aplikasikan kedalam lari estafet, meliputi lari ke setiap tempat hinggap dengan lengkap dan benar dan cepat menyerupai lari estafet serta bagaimana cara siswa ketika melempar bola kepada regu jaga tepat sasaran kah atau tidak tepat sasaran atau juga melenceng jauh serta semua regu pemukul atau sebaliknya dapat menempati garis rumah awal

Dalam permainan ini juga siswa juga dilhat dari etika bermain atau yang biasa disebut dengan sportifitas atau aturan-aturan yang berlaku baik dalam permainan maupun dalam pertandinganya meliputi pemain regu pemukul tidak boleh

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

melempar ketika keras kepada regu jaga hingga mengenai organ vital regu jaga contoh : kepala dan kemaluan selain itu semua pemain tidak boleh dengan keadaan emosi dan semua pemain harus menerimah semua keputusan juri atau wasit.

Pada kegiatan selanjutnya guru mempersiapakan untuk memulai praktek pembelajaran nya dengan menggunakan kaidah-kaidah tersebut dengan menggunakan waktu sebaik mungkin dan menilainya secara objektive hingga selesai kemudian siswa diajak masuk ke dalam kelas ketika selesai melaksanakan kegiatan praktik lapangan untuk mengerjakan soal tes tentang keterampilan lokomotor siswa

3) Kegiatan penutup

Pada kegiatan penutup guru mengajak siswa secara bersama-sama untuk mereflesikan apa saja yang telah mereka lakukan dan pelajari selama pembelajaran serta melaksanakan pendinginan serta memberikan motivasi lagi dan menyampaikan materi selanjutnya yang akan dipelajari.

Perwakilan siswa memimpin doa bersama sebelum mengakhiri proses pembelajran . setelah itu guru menutup pembelajaran serta mengucapkan salam

Dan berikut ini merupakan hasil tes tulis yang telah dilaksanakan oleh siswa pada materi PJOK materi lari estafet

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Observasi (*Observing*)

Pada tahapan observasi disini, guru mata pelajaran yaitu pak Aang chunaifi, S.Pd akan menjadi observer terhadap penerapan metode *permainan tradisional kasti* yang dilakukan oleh peneliti. Adapun yang diamati dalam hal ini ialah aktivitas yang dilakukan guru dan siswa dalam menjalani proses pembelajaran materi lari estafet dan keterampilan lokomotor menggunakan metode *permainan tradisional kasti.* Adapun data hasil observasinya adalah sebagai berikut :

1) Observasi Aktivitas Guru

Berikut adalah hasil dari observasi terhadap aktivitas guru selama menjalani proses pembelajaran :

Tabel 4.5
Hasil Observasi Aktifitas Guru Siklus I

No	Aspek yang Diamati	Skor			
		4	3	2	1
Kegiatan Awal					
1	Guru mengucapkan salam dan mengajak semua siswa berdo'a.		√		
2	Guru menanyakan kabar siswa dan mengisi absensi guru dan siswa.		√		
3	Guru melakukan apersepsi dengan menanyakan pelajaran sebelumnya.			√	
4	Guru memberikan ice breaking kepada siswa		√		

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5	Guru memberi motivasi kepada peserta didik dengan menyampaikan pentingnya mempelajari materi.	√			
6	Guru menyampaikan sekilas materi pembelajaran yaitu tentang "keterampilan lokomotor melalui lari estafet."	√			
7	Guru menyampaikan tujuan pembelajaran.	√			
Kegiatan Inti					
1	Guru mengajarkan teknik lari estafet yang baik dengan metode permainan kasti		√		
2	Guru mengajak dan memberikan contoh cara penerapan meningkatkan keterampilan lokomotor dengan permainan kasti .		√		
3	Guru melakukan tanya jawab kepada siswa mengenai metode permainan tradisional kasti dan lari estafet yang dilakukan	√			
4	Guru membagikan lembar kerja siswa tentang keterampilan lokomotor melalui lari estafet dan permainan kasti	√			
5	Guru mengamati proses pengerjaan lembar kerja siswa	√			
Kegiatan Penutup					
1	Merefleksi materi yang telah dipelajari bersama dengan siswa		√		
2	Membantu siswa dalam menyimpulkan proses pembelajaran		√		
3	Memberikan kesempatan tanya jawab kepada siswa			√	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4	Menyampaikan materi pembelajaran selanjutnya	√			
5	Berdo`a bersama sebelum mengakhiri pembelajaran	√			
Jumlah Skor		57			
Jumlah Skor Maksimal		68			
Nilai Observasi Aktivitas Guru		84			

Tabel di atas menyatakan bahwasannya selama menjalani aktifitas pembelajaran baik dari kegiatan awal, kegiatan inti dan juga kegiatan penutup. Guru telah memperoleh nilai 84 dari total nilai yaitu 100. Nilai ini telah masuk dalam kategori baik dan juga nilai ini telah memenuhi batas minimal nilai yang telah ditentukan dalam indikator kinerja.

Akan tetapi disini peneliti mendapatkan masukan dari observer bahwasannya masih banyak langkah-langkah dalam pembelajaran yang bisa ditingkatkan lagi. Contohnya dalam penyampaian apersepsi alangkah baiknya peneliti mampu menyampaikannya lebih tenang, agar siswa mampu memahaminya dengan baik. dan juga pada bagian penutup, akan lebih baik jika guru mampu mendorong siswa untuk mau bertanya mengenai materi yang masih belum mereka pahami. Serta yang terakhir ialah dalam mangajar lebih baik guru mengajar

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan tenang dan tidak terburu-buru agar siswa mampu mengikuti dengan baik.

Maka dari itu, dari masukan yang telah diberikan observer, peneliti akan melaksanakan masukan yang telah diberikan dengan tujuan agar nilai aktifitas guru mengalami peningkatan dan kualitas pembelajaran menjadi lebih baik.

2) Observasi Aktivitas Peserta Didik

Berikut adalah hasil dari observasi terhadap aktivitas peserta didik selama menjalani proses pembelajaran :

Tabel 4.6
Hasil Observasi Aktivitas Peserta Didik Siklus I

No	Aspek yang Diamati	Skor			
		4	3	2	1
Kegiatan Awal					
1	Siswa menjawab salam dan berdo'a bersama.	√			
2	Siswa menjawab hadir ketika guru melakukan absensi	√			
3	Siswa menjawab pertanyaan guru mengenai materi sebelumnya.		√		
4	Siswa melakukan ice breaking yang dilakukan guru.			√	
5	Siswa mendengarkan motivasi yang diberikan oleh guru		√		
6	Siswa mendengarkan penyampaian sekilas materi oleh guru.			√	
7	Siswa mendengarkan tujuan pembelajaran serta materi keterampilan lokomotor siswa.			√	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kegiatan Inti					
1	Siswa memperhatikan guru dalam menjelaskan materi keterampilan lokomotor siswa melalui menggunakan metode permainan tradisional kasti dengan lari estafet		√		
2	Siswa melakukan tanya jawab dengan guru mengenai materi lari estafet			√	
3	Siswa mengerjakan lembar kerja siswa yang telah diberikan oleh guru.	√			
Kegiatan Penutup					
1	Bersama dengan guru siswa ikut merefleksi mengenai proses pembelajaran yang telah dilakukan		√		
2	Siswa menyimpulkan proses pembelajaran yang telah dilakukan			√	
3	Siswa melakukan tanya jawab dengan guru				√
4	Siswa mendengarkan penyampaian materi pembelajaran selanjutnya yang dilakukan oleh guru	√			
5	Berdo`a bersama sebelum mengakhiri pembelajaran	√			
Jumlah Skor		43			
Jumlah Skor Maksimal		60			
Nilai Observasi Aktivitas Peserta Didik		71,6			

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dari data diatas menyatakan bahwasannya selama menjalani aktifitas pembelajaran baik dari kegiatan awal, kegiatan inti dan juga kegiatan penutup. Peserta telah memperoleh nilai 71,6 dari total nilai yaitu 100. Nilai ini telah masuk dalam kategori Cukup, dan belum mencapai indikator kinerja yang telah ditentukan. Oleh karena itu peneliti masih perlu melakukan peningkatan dalam hal aktivitas peserta didik selama proses pembelajaran. Diantaranya ialah agar siswa dapat turut aktif dalam kegiatan tanya jawab yang dilakukan oleh guru. Dan juga siswa turut terlibat dalam menyimpulkan dari materi yang telah peserta didik pelajari. Serta yang terakhir ialah dalam siklus I siswa cenderung masih tidak kondusif dalam proses pembelajaran, jadi pada siklus II nantinya diharapkan selama mengikuti proses pembelajaran siswa mampu mengikutinya dengan baik dan kondusif.

3) Daftar nilai non tes keterampilan lokomotor siswa.

Tabel 4.3

Daftar nilai Non Tes Siswa Kelas IV Pada Siklus I Siswa laki-laki:

No	Nama Siswa	L	KKM	Nilai	Ket
1	A.j.A	L	80	82	T
2	A.B.P	L	80	80	T
3	B.S	L	80	70	TT
4	F.M.Z	L	80	85	T
5	M.H.A	L	80	76	TT
6	M.A.F	L	80	88	T
7	M.F.N	L	80	70	TT

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

8	M.A.S	L	80	83	T
9	M.A	L	80	60	TT
10	M.F.K	L	80	92	T
11	M.Z.Z	L	80	75	TT
12	M.H.R	L	80	70	TT
13	R.Z.H	L	80	60	TT
14	R.P	L	80	83	T
15	A.Y	L	80	85	T
16	F.I.S	L	80	90	T
Jumlah Nilai				1229	
Rata-Rata Nilai				76,8	
Presentase Ketuntasan				56%	

Tabel 4.4

Daftar Nilai Non Tes siswa kelas IV pada siklus I Siswa Perempuan :

No	Nama Siswa	P	KKM	Nilai	Ket
1	A.k.p	P	75	75	T
2	A.S.S	P	75	78	T
3	A.W.D	P	75	79	T
4	A.N.F	P	75	85	T
5	A.K	P	75	65	TT
6	D.A.A	P	75	55	TT
7	D.S.M	P	75	60	TT
8	D.O.R	P	75	83	T

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

9	I.A	P	75	73	TT
10	K.N	P	75	75	T
11	L.S	P	75	70	TT
12	M.F.P	P	75	80	T
13	N.R.P	P	75	76	T
14	S.N.S	P	75	60	TT
15	V.A	P	75	80	T
Jumlah Nilai				1094	
Rata-Rata Nilai				73	
Presentase Ketuntasan				60%	

Keterangan :
T : Tuntas
TT : Tidak Tuntas

Pada tahap siklus I ini dapat di peroleh nilai yang cukup baik bila dibandingkan dengan tahapan pra siklus dari data diatas dapat diperoleh nilai sebesar 76,8 untuk siswa laki-laki yang sebelumnya hanya 72,2 pada pra siklus dan untuk siswa perempuan mempunyai nilai sebesar 73 pada siklus I, sedangkan pada pra siklus hanya mempunyai nilai sebesar 63 dengan demikian pada siklus pertama mengalami kenaikan terhadap hasil belajar siswa sebesar 56% untuk siswa laki-laki dan 60% untuk siswa perempuan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Refleksi (*Reflecting*)

Pada proses pelaksanaan siklus I disini telah didapatkan adanya peningkatan keterampilan dari siswa pada kepada materi keterampilan lokomotor siswa melalui permainan kasti dan lari estafet . Hal ini dapat dilihat dari peningkatan rata-rata nilai pada pra siklus yaitu sebesar 72,2 untuk menjadi 76,8 pada siklus I pada siswa laki-laki. Dan untuk siswa perempuan yang sebelumnya hanya 63 pada pra siklus menjadi 73 disiklus I, dan juga peningkatan prosentase ketuntasan siswa yang awalnya pada pra siklus sebesar 43,7 % pada siswa laki-laki dan menjadi 56,% untuk siswa perempuanya dari 40% menjadi 60% pada Siklus I.

Pada observasi terhadap aktivitas guru dan siswa telah didapatkan nilai yang cukup baik yaitu dari nilai aktivitas guru sebesar 84 dan juga nilai aktivitas siswa selama pembelajaran yaitu sebesar 71,6.

Dari pemaparan dapat dikatakan bahwa penerapan metode *permainan tradisional kasti* pada materi keterampilan lokomotor siswa melalui materi lari estafet telah mengalami peningkatan. Akan tetapi hasil yang telah didapatkan pada siklus I masih belum mencapai indikator kinerja yang telah ditentukan. Sehingga masih perlu diadakannya siklus II untuk mencapai indikator kinerja tersebut. adapun kekurangan atau kendala yang terjadi pada siklus I adalah sebagai berikut :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Siswa masih kurang kondusif selama mengikuti proses pembelajaran. Hal ini dikarenakan beberapa sebab diantaranya ialah karena guru yang masih terkesan terburu-buru dalam pembelajaran. Sehingga siswa sedikit merasa kurang diperhatikan sehingga menyebabkan siswa ramai.
2) Siswa tidak bisa langsung memahami penjelasan yang disampaikan guru menggunakan metode *permainan tradisional kasti* sehingga guru harus mengulangnya sekali lagi. Dan pennyebabnya diantaranya ialah siswa masih kurang terlibat dalam penerapan metode permainan tradisional kasti
3) Siswa masih kurang percaya diri ketika diminta untuk untuk menerapakanya

2. Siklus II

Dari hasil refleksi pada siklus I telah ditemukan adanya kekurangan yang perlu diadakannya peningkatan atau perbaikan. Sehingga dilaksanakannya siklus II disini yaitu menjadi peningkatan atau perbaikan dari siklus sebelumnya. Kegiatan pembelajaran pada siklus II ini disusun untuk meningkatkan siswa terhadap materi keterampilan lokomotor melalui lari estafet. Serta juga untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas proses pembelajaran.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pelaksanaan dari siklus II ini ialah pada hari selasa, 12 Desember 2018 di MI Bustanul Ulum Jombang Pada pukul 07.00 – 08.10 WIB. Dengan subjek penelitian yaitu siswa kelas IV yang berjumlah 31 siswa dengan rincian 16 siswa laki-laki dan 15 siswa perempuan. Dengan nilai KKM mata pelajaran PJOK berjumlah 75 bagi perempuan dan 80 untuk siswa laki-laki.

Pada siklus II ini peneliti menggunakan model PTK dari Kurt Lewin yang terdiri dari empat tahap yaitu perencanaan (*Planning*), tahap pelaksanaan (*Action*), tahap observasi (*Observing*) dan tahap refleksi (*Reflection*).

a. Perencanaan (*Planning*)

Pada tahapan perencanaan pada siklus II ini peneliti juga turut melibatkan guru kolabolator dalam meningkatkan dan memperbaiki proses pembelajaran dari siklus sebelumnya. Adapun kegiatan yang dilakukan peneliti adalah sebagai berikut ini :

1) Menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang disesuaikan dengan kurikulum yang diterapkan oleh MI Bustanul Ulum Jombang. Dengan mata pelajaran PJOK serta materi keterampilan lokomotor siswa melalui lari estafet. Adapun dalam menyusun RPP ini peneliti telah melakukan diskusi dengan guru kolabolator terkait upaya meningkatkan keterampilan serta kualitas proses pembelajaran. Dan hasilnya ialah secara keseluruhan RPP tidak mengalami perubahan yang cukup banyak. Hanya saja pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kegiatan inti, jika pada siklus I penerapan metode *permainan tradisional kasti* hanya dilaksanakan oleh guru dan siswa hanya mempraktekkan permainan kasti saja yang dikolaborasikan dengan materi lari estafet . Maka pada siklus II ini siswa juga mempraktekan lari estafetnya secara tersendiri untuk mengetes seberapa mengenah metode ini. Hal ini dilakukan juga dilandaskan dengan hasil refleksi yang menyatakan bahwa siswa kurang aktif selama pembelajaran. Sehingga pada siklus II ini dengan melibatkan siswa maka secara tidak langsung siswa dapat aktif dalam pembelajaran serta lebih memudahkan mereka dalam memahami materi. Dan penyusunan RPP ini juga telah divalidasikan kepada salah satu dosen Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah yaitu bapak enggel bayu p M,pd. dan mendapatkan nilai baik serta dapat digunakan dalam siklus II.

2) Menyusun Instrumen penilaian keterampilan siswa terhadap materi keterampilan lokomotor siswa melalui lari estafet dalam bentuk instrumen keterampilan lokomotor yang dipadukan dengan kasti, . Penyusunan penilaian ini didasarkan pada kompetensi dasar serta indikator yang hendak dicapai dalam pembelajaran. Sehingga nantinya instrumen penilaian ini dapat mengukur kemampuan keterampilan siswa dengan baik. instrument penilaian yang dilakukan dalam siklus II ini disamakan dengan yang ada pada siklus I, karena

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bertujuan agar tingkatan soal dari siklus I dan siklus II bisa sama. Adapun instrumen penilaian ini juga telah divalidasi oleh salah satu dosen Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah yaitu bapak Enggel bayu, M.Pd. dan telah mendapatkan nilai baik dalam hasil validasi. Dan dapat diterapkan dalam siklus II.

3) Menyusun instrumen observasi terhadap aktifitas guru dan siswa dengan tujuan agar dapat diketahui sejauh mana penerapan dari metode permainan tradisional kasti dalam proses pembelajaran. Adapun instrument observasi ini terdiri dari dua jenis yaitu observasi guru dan observasi siswa. Instrumen observasi pada guru dan siswa tidak mengalami perubahan yang cukup banyak. Hanya saja ada perubahan intrumen pada kegiatan inti yang dilakukan oleh guru dan siswa. Adapun Instrumen observasi ini juga telah divalidasikan pada dosen yang sama pada validasi RPP dan instrumen penilaian. Dan mendapatkan hasil baik serta siap untuk digunakan dalam siklus II.

b. Pelaksanaan (*Action*)

Pelaksanaan tindakan pada siklus II ini bertujuan untuk memperbaiki proses pembelajaran yang telah dilaksanakan pada siklus I. Adapun pelaksanaan tindakan pada penelitian siklus II ini dilaksanakan dalam sekali pertemuan dengan alokasi waktu dua jam pelajaran (2 x 35 menit), yaitu pada hari rabu tanggal 12 Desember 2018 pada pukul 07.00-80.10 WIB. Penelitian ini dilaksanakan secara kolaboratif dengan guru

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mata pelajaran PJOK yaitu Bapak Aang Chunaifi sebagai pengamat atau observer. Adapun pelaksanaan dalam kegiatan ini terdiri dari kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup.

1) Kegiatan Pendahuluan

Kegiatan pembelajaran diawali dengan guru mengucapkan salam dan dijawab oleh siswa. Selanjutnya kegiatan dilakukan dengan pembacaan do`a secara bersama-sama sebelum melaksanakan proses pembelajaran. Dilanjutkan dengan guru menanyakan kabar dari siswa serta mengecek kehadiran serta kesiapan dari siswa kelas IV dalam mengikuti proses pembelajaran. Selanjutnya guru memberikan apersepsi kepada siswa yang . Dari penyampaian apersepsi ini dapat dilihat bahwa siswa masih mengingat dan memahami materi yang kemarin yang telah mereka pelajari. Hal ini dapat dilihat dengan siswa yang mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan yang ditanyakan guru.

Selanjutnya guru memberikan *Ice breaking* bagi siswa dalam bentuk permainan (mencari klompok melalui bentuk benda), dengan cara permainanya sebagai berikut pertama tama anak-anak di suruh untuk melingkar kemudian berkeliling sambil bernyanyi setelah itu secara tiba-tiba guru mengucap kata becak anak-anak harus mencari teman sejumlah tiga untuk mengatur formasi bentu becak dan begitu seterusnya dapat diganti dengan nama-nama benda lainya. *Ice breaking* ini dilakukan dengan tujuan agar siswa lebih semangat lagi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam mengikuti pembelajaran dan juga lebih berkonsentrasi dalam menerima materi yang disampaikan guru.

Selanjutnya guru memberikan motivasi agar lebih semangat dalam mengikuti pembelajaran, serta guru juga menyampaikan materi apa yang akan dipelajari oleh siswa serta kompetensi dan tujuan yang hendak dicapai.

Kegiatan awal pada siklus II ini tidak terdapat perbedaan yang cukup banyak dari siklus sebelumnya. Hanya saja pada siklus II ini guru sudah bisa menerapkan dan mempraktikan lari estafet tersendiri yang sebelumnya hanya dikolaborasikan dengan metode permainan tradisional kasti dan juga menyampaikan apersepsi, materi serta tujuan pembelajaran dengan baik.

2) Kegiatan Inti

Pada kegiatan inti ini diawali dengan guru meminta siswa untuk duduk secara melingkar dibawah dilapangan dengan tujuan agar siswa lebih mudah dalam melihat atau mengamati penjelasan yang disampaikan oleh guru..

Guru menjelaskan materi dengan cara menunjukkan materi keterampilan lokomotor melalui lari estafet. Lalu guru secara berurutan menjelaskan materi lari estafet untuk mendapatkan keterampilan lokomotornya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kegiatan selanjutnya guru membentuk siswa menjadi 2 kelompok dimana perkelompoknya terdiri dari 9-11. Lalu guru menyuruh siswa untuk membentuk formasi permainan kasti ada yang bertugas sebagai regu jaga dan regu pemukul untuk regu pemukul sudah disiapkan sebuah post-post atau disebut rumah singgah yang menyerupai lari estafet untuk regu pemukul setelah pemukul bertugas memukul dengan keras dan berhasil atau tidak berhasil harus lari secepatnya, ke post-pos yang telah disediakan untuk regu jaga harus secepatnya bisa menangkap bolah untuk dilemparkan ke regu pemukul yang tengah lari menuju pos-pos nya dan begitu seterusnya untukl di siklus 2 ini ada perbedaan yaitu pada waktu selesai permainan kasti ini ada sebuah tes tersendiri untuk khusus lari estafet.

Setelahnya siswa diberikan kesempatan untuk bertanya kepada guru tentang apa yang kurang mereka pahami dari materi keterampilan lokomotor melalui lari estafet. Pada kegiatan ini untuk menarik minat bertanya siswa, maka guru akan memberikan hadiah bagi siswa yang mau bertanya kepada guru. Akhirnya dengan menggunakan cara ini terdapat 4 siswa yang bertanya.

Pada kegiatan selanjutnya guru membagikan lembar kerja kepada siswa. Dan dalam waktu kurang lebih selama 15 menit siswa mampu menyelesaikann soal tersebut dan mengumpulkannya ke depan kelas.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Kegiatan Penutup

Pada kegiatan penutup guru mengajak siswa secara bersama-sama untuk merefleksikan apa saja yang telah mereka lakukan dan pelajari selam pembelajaran serta membuat kesimpulan dari materi keterampilan lokomotor melalui lari estafet . Karena tidak ada siswa yang bertanya, maka guru yang memberikan pertanyaan-pertanyaan kecil kepada siswa. Setelahnya, guru menyampaikan materi yang akan mereka pelajari selanjutnya

Perwakilan siswa memimpin do`a bersama sebelum mengakhiri proses pembelajaran. Setelahnya guru menutup pembelajaran dengan mengucapkan salam.

Dan berikut ini merupakan hasil non tes yang telah dilaksanakan oleh siswa pada materi keterampilan lokomotor melalui lari estafet :

c. Pengamatan (*Observing*)

Pada tahapan observasi disini, guru mata pelajaran yaitu Bapak aang chunaifi S.Pd akan menjadi observer terhadap penerapan metode *permainan tradisional kasti* yang dilakukan oleh peneliti. Adapun yang diamati dalam hal ini ialah aktivitas yang dilakukan guru dan siswa dalam menjalani proses pembelajaran materi keterampilan lomotor siswa melalui lari estafet menggunakan metode *permainan tradisional kasti.* Adapun data hasil observasinya adalah sebagai berikut :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1) Observasi Aktivitas Guru

Berikut adalah hasil dari observasi terhadap aktivitas guru selama menjalani proses pembelajaran :

Tabel 4.9
Hasil Observasi Aktifitas Guru Siklus II

No	Aspek yang Diamati	Skor			
		4	3	2	1
	Kegiatan Awal				
1	Guru mengucapkan salam dan mengajak semua siswa berdo'a.	√			
2	Guru menanyakan kabar siswa dan mengisi absensi guru dan siswa.	√			
3	Guru melakukan apersepsi dengan menanyakan pelajaran sebelumnya.	√			
4	Guru memberikan ice breaking kepada siswa		√		
5	Guru memberi motivasi kepada peserta didik dengan menyampaikan pentingnya mempelajari materi.	√			
6	Guru menyampaikan sekilas materi pembelajaran yaitu tentang "keterampilan lokomotor."	√			
7	Guru menyampaikan tujuan pembelajaran.	√			
	Kegiatan Inti				
1	Guru menyampaikan materi tentang keterampilan lokomotor yang di padukan dengan permainan kasti .	√			
2	Guru memberikan contoh bagaimana cara menerapakan metode permainan tradisional kasti untuk meningkatkan keterampilan lokomotor siswanya.	√			
3	Guru membagikan alat yang digunakan yang berkenaan dengan materi saat ini	√			

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4	Guru mengamati siswa ketika proses pengerjaan *dan ketika mempraktikan*	√			
5	Guru melakukan tanya jawab kepada siswa mengenai metode *permainan tradisional* yang dilakukan		√		
6	Guru membagikan lembar kerja siswa	√			
7	Guru mengamati proses pengerjaan lembar kerja siswa	√			
Kegiatan Penutup					
1	Merefleksi materi yang telah dipelajari bersama dengan siswa	√			
2	Membantu siswa dalam menyimpulkan proses pembelajaran		√		
3	Memberikan kesempatan tanya jawab kepada siswa		√		
4	Menyampaikan materi pembelajaran selanjutnya	√			
5	Berdo`a bersama sebelum mengakhiri pembelajaran	√			
Jumlah Skor		72			
Jumlah Skor Maksimal		76			
Nilai Observasi Aktivitas Guru		94.7			

Tabel diatas menyatakan bahwasannya selama menjalani aktifitas pembelajaran baik dari kegiatan awal, kegiatan inti dan juga kegiatan penutup. Guru telah memperoleh nilai 94,7 dari total nilai yaitu 100. Nilai ini telah masuk dalam kategori sangat baik dan juga nilai ini telah memenuhi batas minimal nilai yang telah ditentukan dalam indikator kinerja.

Dengan ini maka dapat disimpulkan bahwa hasil observasi aktivitas yang didapatkan oleh guru dalam pembelajaran materi keterampilan lokomotor melalui lari estafet menggunakan metode

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

permainan tradisional kasti telah tuntas dan berhasil karena telah mencapai skor atau nilai minimal yang telah ditentukan dalam indikator kinerja yaitu sebesar 80 dan 75 .

2) Observasi Aktivitas Peserta Didik

Berikut adalah hasil dari observasi terhadap aktivitas peserta didik selama menjalani proses pembelajaran :

Tabel 4.10
Hasil Observasi Aktivitas Peserta Didik Siklus II

No	Aspek yang Diamati	Skor			
		4	3	2	1
Kegiatan Awal					
1	Siswa menjawab salam dan berdo'a bersama.	√			
2	Siswa menjawab hadir ketika guru melakukan absensi	√			
3	Siswa menjawab pertanyaan guru mengenai materi sebelumnya.		√		
4	Siswa melakukan ice breaking yang dilakukan guru.	√			
5	Siswa mendengarkan motivasi yang diberikan oleh guru	√			
6	Siswa mendengarkan penyampaian sekilas materi oleh guru.		√		
7	Siswa mendengarkan tujuan pembelajaran serta sekilas tentang materi keterampilan lokomotor melalui lari estafet oleh guru.	√			
Kegiatan Inti					
1	Siswa memperhatikan guru dalam menjelaskan materi keterampilan lokomotor dengan	√			

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

	menggunakan metode permainan kasti				
2	Siswa secara berklompok mempraktikan metode permainan tradisional kasti dengan materi lari estafet untuk meningkatkan keterampilan lokomotornya		√		
3	Siswa melakukan tanya jawab dengan guru mengenai keterampilan lokomotor siswa		√		
4	Siswa mengerjakan lembar kerja siswa yang telah diberikan oleh guru.	√			
Kegiatan Penutup					
1	Bersama dengan guru siswa ikut merefleksi mengenai proses pembelajaran yang telah dilakukan		√		
2	Siswa menyimpulkan proses pembelajaran yang telah dilakukan		√		
3	Siswa melakukan tanya jawab dengan guru		√		
4	Siswa mendengarkan penyampaian materi pembelajaran selanjutnya yang dilakukan oleh guru	√			
5	Berdo`a bersama sebelum mengakhiri pembelajaran	√			
Jumlah Skor		56			
Jumlah Skor Maksimal		64			
Nilai Observasi Aktivitas Peserta Didik		89			

dari data diatas menyatakan bahwasannya selama menjalani aktifitas pembelajaran baik dari kegiatan awal, kegiatan inti dan juga kegiatan penutup. Peserta didik telah memperoleh nilai 89 dari total nilai yaitu 100. Nilai ini telah masuk dalam kategori baik dan juga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

nilai ini telah memenuhi batas minimal nilai yang telah ditentukan dalam indikator kinerja.

Dengan ini maka dapat disimpulkan bahwa hasil observasi aktivitas yang didapatkan oleh peserta didik dalam pembelajaran materi keterampilan lokomotor siswa melalui lari estafet menggunakan metode *permainan tradisional kasti* telah tuntas dan berhasil karena telah mencapai skor atau nilai minimal yang telah ditentukan dalam indikator kinerja yaitu sebesar 80.

3) Hasil Keterampilan Lokomotor siklus II

Tabel 4.7
Daftar Nilai Non Tes Siswa laki-laki Kelas IV pada Siklus II

No	Nama Siswa	L	KKM	Nilai	Ket
1	A.J.A	L	80	84	T
2	A.B.P	L	80	83	T
3	B.S	L	80	80	T
4	F.M.Z	L	80	88	T
5	M.H.A	L	80	80	T
6	M.A.F	L	80	90	T
7	M.F.N	L	80	75	TT
8	M.A.S	L	80	85	T
9	M.A	L	80	88	T
10	M.F.K	L	80	95	T
11	M.Z.Z	L	80	80	T
12	M.H.R	L	80	80	T

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

13	R.S	L	80	75	TT
14	R.Z.H	L	80	85	T
15	R.P	L	80	87	T
16	A.Y	L	80	93	T
Jumlah Nilai				1348	
Rata-Rata Nilai				84,2	
Presentase Ketuntasan				87,5%	

Tabel 4.8

Daftar nilai Non Tes Siswa Kelas IV siklus II siswa perempuan

No	Nama Siswa	P	KKM	Nilai	Ket
1	A.k.p	P	75	78	T
2	A.S.S	P	75	80	T
3	A.W.D	P	75	83	T
4	A.N.F	P	75	88	T
5	A.K	P	75	75	T
6	D.A.A	P	75	60	TT
7	D.S.M	P	75	65	TT
8	D.O.R	P	75	85	T
9	I.A	P	75	75	T
10	K.N	P	75	80	T
11	L.S	P	75	82	T
12	M.F.P	P	75	85	T
13	N.R.P	P	75	80	T

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

14	S.N.S	P	75	83	T
15	V.A	P	75	82	T
Jumlah Nilai				1181	
Rata-Rata Nilai				78,7	
Presentase Ketuntasan				86,6%	

Keterangan :
T : Tuntas
TT : Tidak Tuntas

Dari pemaparan data diatas dapat disimpulkan bahwa sangat terjadi kenaikan dalam proses pembelajaran di siklus II , bilah dibandingkan dengan siklus I, dari data nilai diatas siswa laki-laki yang sebelumnya mendapat nilai 76,8 pada siklus I menjadi 84,2 disiklus II, sedangkan untuk siswa perempuan yang sebelumnya mendapat nilai 73 disiklus I, menjadi 78,7 disiklus II, dan memproleh prosentase hasil belajar sebesar 56% disiklus I menjadi 87,5% disiklus II, untuk siswa perempuan yang sebelumnya mendaptkan 60% disiklus I menjadi 86,6% disiklus ke II.

d..Refleksi (*Reflecting*)

Pada proses pelaksanaan siklus II disini telah didapatkan adanya peningkatan keterampilan dari siswa pada materi keterampilan lokomotor melaui lari estafet. Hal ini dapat dilihat dari

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

peningkatan rata-rata nilai pada Siklus I yaitu sebesar 76,8 untuk siswa laiki-laki menjadi 84,2. dan untuk siswa perempuan pada siklus I yaitu sebesar 73 menjadi 78,7 pada siklus II. Dan masing masing siswa laki-laki dan perempuan mempunyai KKM yang berbeda untuk laki-laki sebesar 80 dan perempuan 75. Untuk peningkatan prosentase ketuntasan siswa yang awalnya pada pra siklus sebesar 43,7% menjadi 87,5% untuk siswa laki-laki dan untuk siswa perempuan pada pra siklus sebesar 40% menjadi 86,6% pada Siklus II .

Pada observasi terhadap aktivitas guru dan siswa telah didapatkan nilai yang sangat baik untuk guru yaitu sebesar 84 dan juga nilai aktivitas siswa selama pembelajaran mendapatkan nilai baik yaitu sebesar 71,6

Dari pemaparan yang telah disampaikan dapat dikatakan bahwa penerapan metode *permainan tradisional kasti* pada materi keterampilan lokomotor melalui lari estafet telah mengalami peningkatan dari siklus sebelumnya dan juga telah mencapai batas dalam indikator kinerja yang telah ditentukan. Sehingga untuk itu peneliti menyatakan tidak perlu lagi diadakannya perbaikan dan siklus berikutnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

A. PEMBAHASAN

Setelah didapatkannya data yang telah diharapkan, berikut ini akan membahas mengenai pembahasan dari hasil penelitian :

1. Penerapan Metode *Permainan Tradisional kasti* pada Materi keterampilan Lokomotor siswa melalui materi lari estafet di kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang

Berdasarkan hasil kegiatan pembelajaran dengan menggunakan metode *permainan tradisional kasti* pada materi keterampilan lokomotor siswa melalui lari estafet yang dilakukan selama dua siklus dapat berjalan dengan baik dengan beberapa perbaikan yang dilakukan dalam setiap tahapan pada siklus yang dilaksanakan. Metode ini dapat membantu meningkatkan keterampilan siswa terhadap materi keterampilan lokomotor siswa melalui lari estafet.

Penerapan metode *permainan tradisional kasti* ini dilaksanakan dalam dua siklus. Pada siklus I, hasil observasi yang dilakukan pada guru selama menjalani aktifitas pembelajaran baik dari kegiatan awal, kegiatan inti dan juga kegiatan penutup. Guru telah memperoleh nilai 84 dari total nilai yaitu 100. Nilai ini telah masuk dalam kategori baik dan juga nilai ini telah memenuhi batas minimal nilai yang telah ditentukan dalam indikator kinerja.

Akan tetapi disini peneliti mendapatkan masukan dari observer bahwasannya masih banyak langkah-langkah dalam pembelajaran yang bisa ditingkatkan lagi. Contohnya dalam penyampaian apersepsi alangkah baiknya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

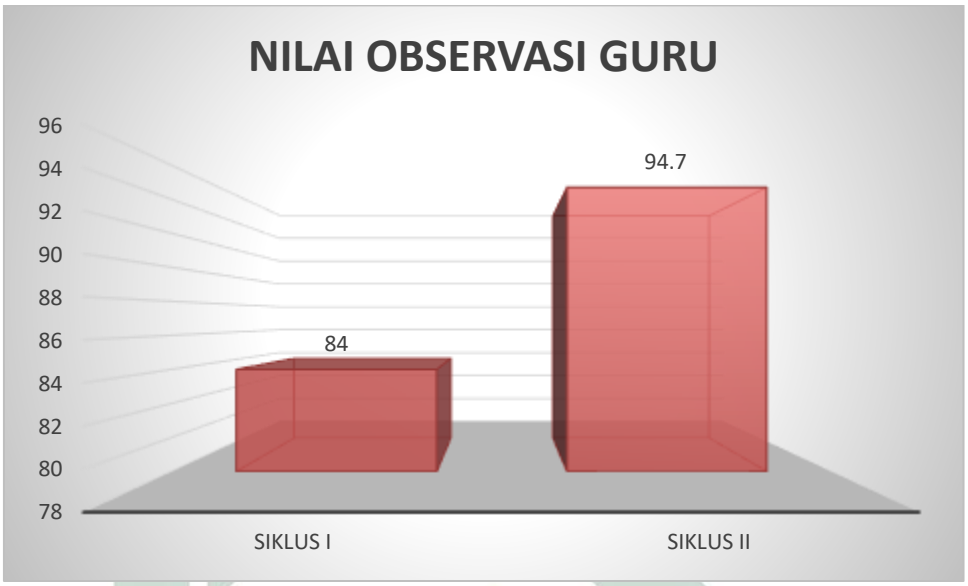
peneliti mampu menyampaikannya lebih tenang, agar siswa mampu memahaminya dengan baik. dan juga pada bagian penutup, akan lebih baik jika guru mampu mendorong siswa untuk mau bertanya mengenai materi yang masih belum mereka pahami. Serta yang terakhir ialah dalam mangajar lebih baik guru mengajar dengan tenang dan tidak terburu-buru agar siswa mampu mengikuti dengan baik.

Adapun hasil observasi pada guru selama menjalani aktifitas pembelajaran baik dari kegiatan awal, kegiatan inti dan juga kegiatan penutup pada siklus II. Guru telah memperoleh nilai 84 dari total nilai yaitu 100. Nilai ini telah masuk dalam kategori sangat baik dan juga nilai ini telah memenuhi batas minimal nilai yang telah ditentukan dalam indikator kinerja.

Dengan ini maka dapat disimpulkan bahwa hasil observasi aktivitas yang didapatkan oleh guru dalam pembelajaran materi keterampilan lokomotor siswa melalui lari estafet menggunakan metode *permainan tradisional kasti* telah tuntas dan berhasil karena telah mencapai skor atau nilai minimal yang telah ditentukan dalam indikator kinerja yaitu sebesar 80 dan 75.

Berikut merupakan diagram nilai atau hasil dari observasi yang dilakukan terhadap guru :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



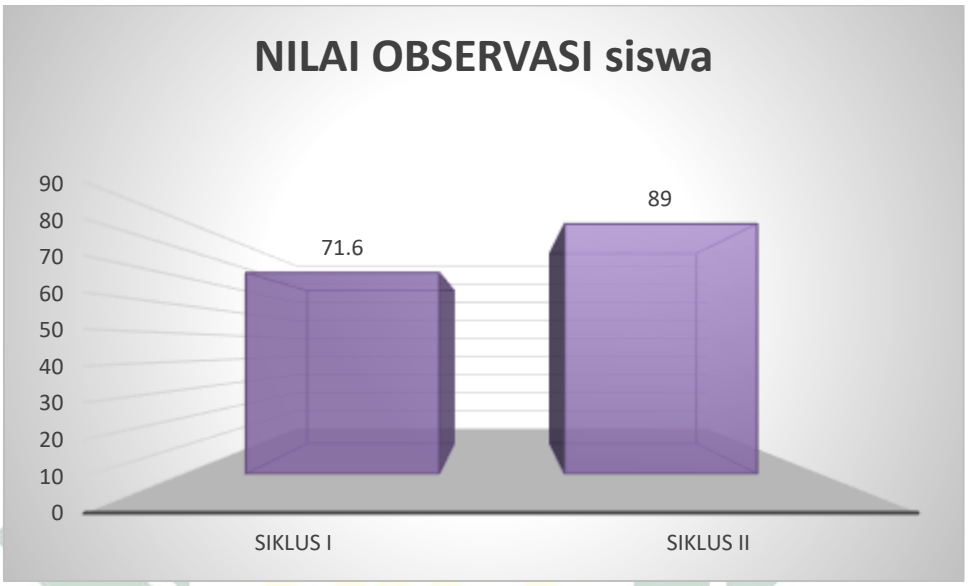
Gambar 4.1
Diagram Hasil Observasi Aktifitas Guru

Dari data tersebut dapat dinyatakan bahwasannya nilai dari aktifitas guru pada siklus I telah mengalami peningkatan pada siklus II, yang awalnya mendapatkan nilai 84, pada siklus II nilai aktifitas guru telah meningkat menjadi 94,7. dari data diatas juga dapat disampaikan bahwa nilai tersebut telah memenuhi indikator kinerja yang telah ditentukan. Serta hal ini juga telah membuktikan bahwa penerapan metode *permainan tradisional kasti* pada materi keterampilan lokomotor siswa melalui lari estafet telah mendapatkan hasil yang baik dari segi penerapan yang dilaksanakan oleh guru.

Pada hasil observasi aktifitas peserta didik juga telah didapatkan peningkatan dari siklus I yang awalnya mendapatkan nilai 71,6dan telah masuk pada kriteria cukup. Menjadi mendapatkan kriteria yang baik pada

digilib.uir ;ilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

siklus II dan mendapatkan nilai 89. dan berikut ini merupakan diagram hasil observasi aktifitas peserta didik :



Gambar 4.2
Diagram Hasil Observasi Aktifitas Peserta Didik

Dari data tersebut dapat dinyatakan bahwasannya nilai dari aktifitas peserta didik pada siklus I telah mengalami peningkatan pada siklus II, yang awalnya mendapatkan nilai 71,6 pada siklus II nilai aktifitas peserta didik telah meningkat menjadi 89. dari data diatas juga dapat disampaikan bahwa nilai tersebut telah memenuhi indikator kinerja yang telah ditentukan. Peningkatan ini didapatkan sala satunya karena melalui permainan kasti siswa merasa gembira dalam melaksanakan pembelajaran tersebut karena permainan kasti mampu mengabungkan antara materi gerak lokomotor

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan sebuah permainan yang didalamnya meliputi berlari, memukul bola, menagkap dan melempar selain itu siswa menjadi lebih aktif dalam pembelajaran.[42] Serta hal ini juga telah membuktikan bahwa penerapan metode *permainan tradisional kasti* pada materi keterampilan lokomotor siswa melalui lari estafet telah mendapatkan hasil yang baik dari segi penerapan yang dilaksanakan oleh siswa.

2. **Peningkatan keterampilan Materi peningkatan keterampilan lokomotor siswa Melalui Metode *permainan tradisional kasti* pada Mata Pelajaran PJOK kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang**

Berdasarkan hasil tes praktik di lapangan keterampilan yang dilakukan peneliti terhadap peserta didik pada pembelajaraan materi keterampilan lokomotor siswa materi lari menggunakan metode *permainan tradisional kasti* pada tahapan pra siklus, siklus I dan siklus II telah didapatkan hasil bahwasannya dalam tiap siklusnya telah mengalami peningkatan yang cukup signifikan.

Hal tersebut dapat dilihat dari nilai tes keterampilan siswa setelah diterapkannya metode *permainan tradisional kasti* pada materi keterampilan lokomotor melalui lari estafet mengalami peningkatan dari kondisi awal sebelum diterapkannya metode *permainan tradisional kasti*.

[42] Keen Achroni, *mengoptimalkan tumbuh kembang anak melalui permainan tradisional* (jogjakarta :java press,2012), 78S

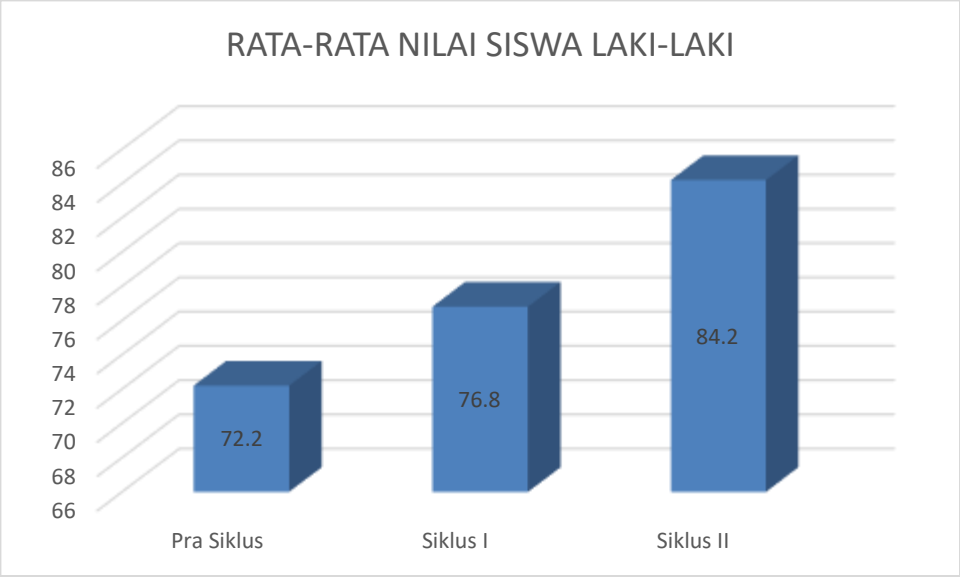
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari hasil evaluasi yang telah dilaksanakan telah didapatkan dua macam data yaitu jumlah rata-rata nilai siswa dan juga prosentase ketuntasan belajar siswa.

a) Rata-Rata Nilai Siswa

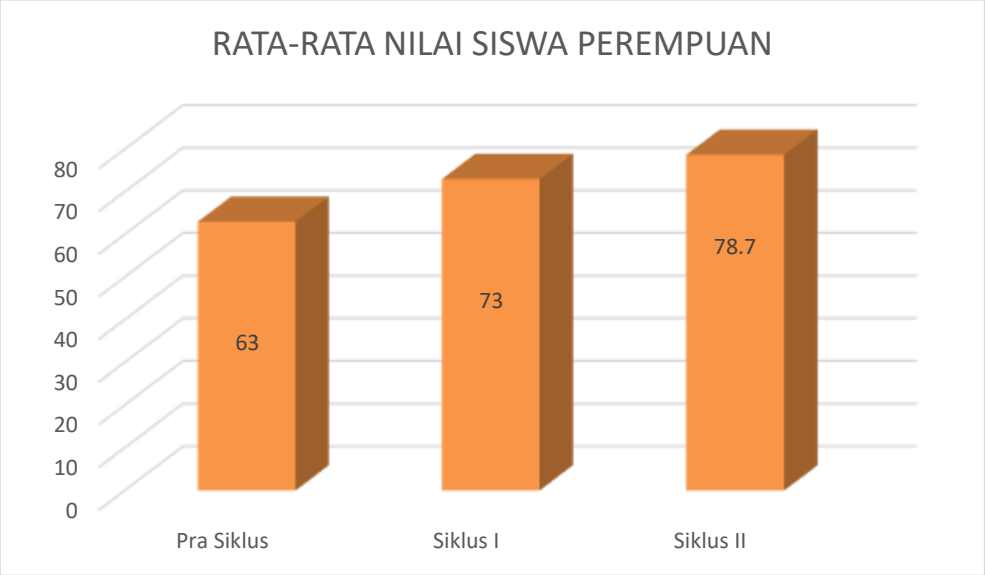
Rata – Rata nilai yang didapatkan siswa pada siklus II mengalami peningkatan dari pra siklus dan juga siklus I. pada pra siklus rata-rata nilai yang didapatkan oleh siswa ialah sebesar 72,4 untuk siswa laki-laki dan siswa perempuan 63 lalu mengalami peningkatan pada siklus I yaitu menjadi 76,8 untuk siswa laki-laki dan untuk perempuan 73. Selain itu nilai yang di dapatkan ini sesuai dengan nilai aktivitas yang didapatakan pada nilai aktivitas guru dan siswa. Dimana, pada nilai aktivitas guru dan siswa telah mendapatkan nilai yang baik sehingga membantu peningkatan pada nilai keterampilan siswa akan tetapi pada siklus I nilai rata-rata siswa masih belum mencapai indikator kinerja yang telah ditentukan, maka dilaksanakanlah siklus II yang mana pada siklus ini nilai rata-rata siswa mengalami peningkatan menjadi 84,2 dan berikut merupakan diagram dari nilai rata-rata siswa :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 4.3

Diagram Nilai Rata-Rata Siswa laki-laki



Gambar 4.4

Diagram Nilai Rata-Rata Siswa perempuan

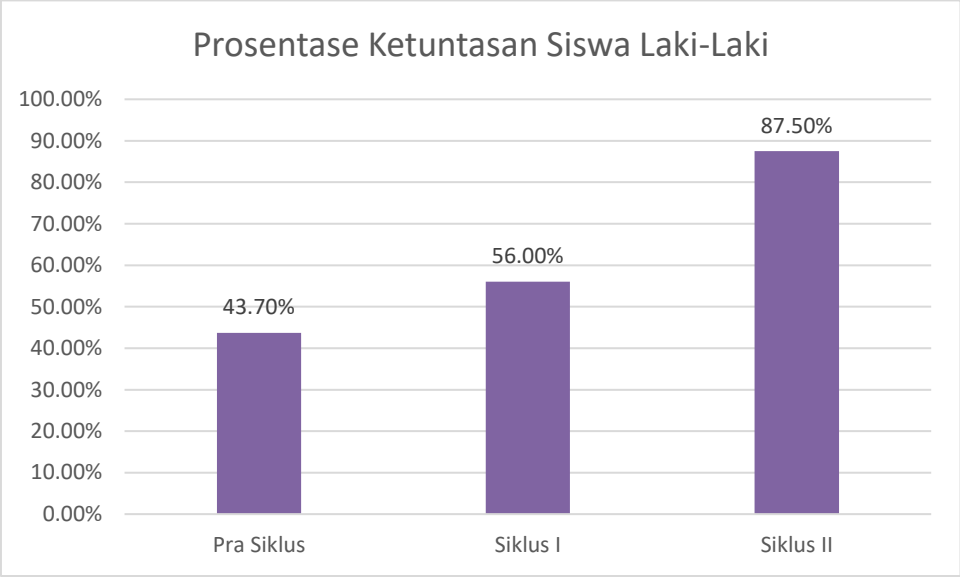
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dari nilai rata-rata terakhir yang didapatkan pada siklus II jika dikaitkan dengan nilai aktivitas guru dan siswa pada siklus II maka ditemukan kesesuaian. Dimana penerapan metode permainan kasti telah dilaksanakan dengan baik oleh guru dan juga siswa. Maka dari itu peneliti tidak perlu melanjutkan pada siklus selanjutnya. Karena nilai yang telah didapatkan sudah mencapai indikator kinerja yang telah ditentukan.

b) Prosentase Ketuntasan Belajar Siswa.

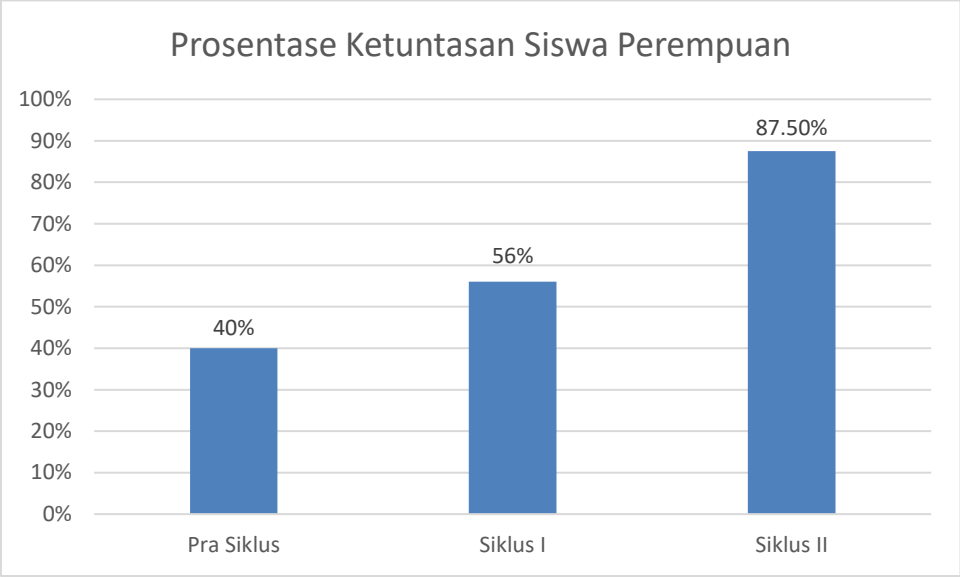
Prosentase ketuntasan yang didapatkan pada siklus II mengalami peningkatan dari pra siklus dan juga siklus I. pada pra siklus prosentase ketuntasan belajar siswa ialah sebesar 43,7% untuk siswa laki-laki dan untuk siswa perempuan 40%, lalu mengalami peningkatan pada siklus I yaitu menjadi 76,8 untuk siswa laki-laki dan dan 73 untuk siswa perempuan. karena pada siklus prosentase ketuntasan siswa masih belum mencapai indikator kinerja yang telah ditentukan, maka dilaksanakanlah siklus II yang mana pada siklus ini prosentase ketuntasan siswa mengalami peningkatan menjadi 87,50%. dan berikut merupakan diagram prosentase ketuntasan belajar siswa pada materi keterampilan lokomotor siswa :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 4.5
Diagram Prosentase Ketuntasan Siswa laki-laki

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 4.6
Diagram Prosentase Ketuntasan Siswa perempuan

Dari prosentase ketuntasan siswa terakhir yang didapatkan pada siklus II, maka peneliti tidak perlu melanjutkan pada siklus selanjutnya. Karena prosentase ketuntasan siswa yang telah didapatkan sudah mencapai indikator kinerja yang telah ditentukan.

Dan selain itu juga Peningkatan telah didukung adanya hasil wawancara dan tolak ukur keberhasilan olahraga setelah penelitian beberapa minggu dengan adanaya prestasi dan partisipan lomba ke olahragaan di bidang lari di dalam suatu acara walaupun tingkatannya masi rendah yaitu tingkat kecamatan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Tabel Ringkasan Pembahasan

Tabel 4.11

Tabel Ringksan Pembahasan

NO	Aspek	Siklus I	Siklus II	Peningkatan
1.	Hasil Observasi Aktivitas Guru	84	94,7	10,3
2.	Hasil Observasi Aktivitas Siswa	71,6	89	17,4
3.	Rata-Rata Nilai siswa Laki-laki	76,8	84,2	7,4
4.	Rata-Rata Nilai siswa Perempuan	73	78,7	5,7
5.	Prosentase Nilai Siswa Laki-Laki	56%	87,5%	31,5%
6.	Prosentase Nilai Siswa Perempuan	60%	86,6%	26%

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitihan dan pembahasan yang telah dilaksanakan pada penelitian tindakan kelas mengenai peningkatan keterampilan mata pelajaran akidah akhlak materi keterampilan lokomotor siswa materi lari estafet melalui metode *permainan tradisional kasti* kelas IV MI Bustanul ulum Jombang. Peneliti dapat mengambil simpulan berdasarkan rumusan masalah yang telah ditentukan, yakni sebagai berikut :

1. Penerapan Metode *permainan tradisional kasti* pada Materi Keterampilan lokomotor siswa melalui lari estafet di kelas IV MI Bustanul Ulum jombang telah dilaksanakan dalam dua siklus. Berdasarkan hasil pengamatan aktifitas yang dilakukan pada guru baik dalam kegiatan awal, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Pada siklus pertama hasil pengamatan aktivitas guru adalah sebesar 84 dan mendapatkan kriteria baik. lalu pada siklus II hasil pengamatan terhadap aktifitas guru mengalami peningkatan nilai menjadi 94,7 serta mendapatkan kriteria nilai sangat baik. adapun hasil pengamatan aktifitas peserta didik ialah pada siklus I mendapatkan nilai sebesar 71,6 dengan kriteria nilai cukup dan mengalami peningkatan pada siklus II menjadi 89 dan mendapatkan kriteria baik. berdasarkan hasil pengamatan pada aktifitas guru dan peserta didik tersebut, maka dapat diambil

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kesimpulan bahwasannya penerapan metode *permainan tradisional kasti* pada materi keterampilan lokomotor siswa melalui lari estafet dilihat dari aktifitas guru dan siswa telah memenuhi indikator kinerja yang telah ditentukan serta penerapan yang dilaksanakan pada siklus I dan siklus II telah mengalami peningkatan.

2. Keterampilan siswa kelas III pada materi gerak dasar lokomotor melalui lari estafet setelah diterapkannya metode *permainan tradisional kasti* telah mengalami peningkatan. Jika pada pra siklus rata-rata nilai siswa hanya mendapatkan nilai 72,4, maka pada siklus I telah meningkat menjadi 76,8 untuk siswa laki-laki dan untuk siswa perempuan pada pra siklus memiliki nilai hanya 63, maka di siklus I menjadi 73 ditingkatkan lagi untuk mencapai indikator kinerja menjadikan rata-rata nilai siswa pada siklus II menjadi 86,6 untuk siswa laki-laki dan 78,7 untuk siswa perempuan selain itu dilihat dari prosentase ketuntasan siswa terhadap materi juga telah mengalami peningkatan, dimana pada pra siklus prosentase ketuntasan siswa hanyalah 43,7% lalu mengalami peningkatan pada siklus I menjadi 56% untuk siswa laki-laki dan ditingkatkan lagi pada siklus II menjadi 87,5%.dan untuk siswa perempuan pada pra siklus hanya 40% dan untuk siklus I menjadi 60% dan pada siklus II menjadi 86,6%. dari penjelasan tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwasannya penerapan metode *permainan tradisional kasti* telah mampu membantu dalam meningkatkan keterampilan siswa kelas IV pada materi gerak lokomotor siswa melalui lari estafet.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, bahwa dengan menggunakan metode *permainan tradisional* telah sesuai dan mampu untuk meningkatkan Keterampilan siswa kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang terhadap materi gerak lokomotor siswa melalui lari estafet. Maka dari itu peneliti menyarankan :

1. Dalam proses pembelajaran pada mata pelajaran PJOK terutama pada materi gerak lokomotor atau materi pada mata pelajaran PJOK yang memiliki submateri atau pembahasan yang banyak, guru diharapkan untuk menerapkan metode *permainan kasti* sebagai salah satu inovasi dalam pembelajaran serta untuk dapat meningkatkan keterampilan siswa terhadap materi tersebut.
2. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal pada proses pemmbelajaran menggunakan metode *permainan tradisional* ini memerlukan persiapan yang cukup matang sehingga guru bisa menerapkan metode ini dengan baik. dan juga dalam penerapan metode ini memerlukan keterlibatan siswa secara langsung agar siswa dapat memahami materi yang dipelajari menggunakan metode *permainan tradisional kasti* ini dengan baik.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Achroni, Keen. 2012. *mengoptimalkan tumbuh kembang anak melalui permaianan tradisional.* (jogjakarta: Java Play)

Aji, Sukma. 2007.*Buku Olahraga Paling Lengkap nasional dan internasional*, (Jakarta: Penerbit Ilmu)

Akdim, Ahmad. Olahraga Atletik,Teknik Dan Cara Bermain Lari Estafet, https//guru penjaskes.com, diakses pada tgl 10-11-2018, jam 22.00

Anjas Wulan, Dwi Septi. 2015. "Peningkatan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Permainan Tradisional Modifikasi ",laporan penelitian Tindakan Kelas (Jakarta ,Universitas Negri Jakarta,) t.d.22

Arikunto, Suharsimi Dkk.2010. *Evaluasi Program Pendidikan*, (Bandung: Bumi Aksara)

Chunaifi, Aang. Hasil Wawancara dengan guru PJOK kelas IV MI Bustanul Ulum Jombang. (pada 21 september 2018)

Ekoariyanto. Salam Sukses Olahraga,Faktor *Faktor Keterampilan*, ekoariyanto62.blogspot, (di akses pada tgl 13-11-18.jam 22.00)

Giri Wojo, H.Y.S Santoso. *ilmu faal olahraga.(*bandung: rosda karya)
Gromiko, Andri. 2010. *Aktivitas Gerak Lokomotor*. laporan penelitian (muara : enimperpustakaan Universitas Guna Darma), t.d…,20

Guru dan dosen 2006.Himpunan perundang-undangan RI. (bandung tim redaksi: nuansa aulia)

Hamzuri. 2013. *Permainan Tradisional Olahraga Indonesia.* (Jakarta: Direktorat Jendral Kebudayaan)

Husdarta Js Dkk. 2010. *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik Olahraga dan Kesehatan* (bandung: alfabeta)

Ibrahim , Sudjana Nana. 2010. *Penelitian dan penilaian pendidikan.* (Bandung : Sinar baru Algensind)

Jonath, U Dkk. 2002.,*Atletik* ,(Jakarta: PT Rosda Karya)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Kurniyanto, Rido.2009 et al., penelitian tindakan kelas. (surabaya:Lapis PGMI)

Kusmaedi, Nurlan.2010. *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik Olahraga dan kesehatan.*(Bandung: Alfa beta)

Kurniati, Euis. 2011. *Permainan Tradisional dan Perannya Dalam Mngembangkan Keterampilan Sosial Anak.*(Jogjakarta: Airlangga)

Lutan, Rusli. 2002. *Pembaharuan Pendidikan Jasmani di Indonesia* (Bandung: ISBN)

M.Saputra Yudha, Amung Ma'mun dan. *2000. Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak* (Jogjakarta: departemen pendidikan dan kebudayaan)

Mitranto, Edy. 2010. *Penjas Orkes Smp/Mts* (Jakarta: Pusat kurikulum dan Perbukuan Nasional)

Manan ,Abdul Dkk.2002. *Olahraga dan Permainan.*(Jakarta: Ganaco press)

Muslih, Masnur. 2009. *Melaksanakan PTK Itu Mudah*. (Malang: Gramedia)

Priambodo, Agung. 2012. *permainan kecil. (*Malang: Sumber Ilmu media)

Sholeh Hamid, Moh. 2011. *Standar Mutu Penilaian Dalam Kelas.*(Jogjakarta: DIVA Press)

Sukintaka, 2008. *Teori Pendidikan Jasmani*, (Bandung: Nuansa)

Tomi, Agus. 2016 "Gerakan Dasar Keterampilan Lokomor Mengunakan Metode Bermain", laporan penelitian (Malang ,Universitas Negri Malang,) t.d.20

Wijayanto.2014. *hidup sehat dengan berolahraga*, (bandung: rosdakarya)

Widiastutik,2015.*Tes dan Pengukuran Olahraga,*(Surabaya: Raja Grafindo)

Yuli Hartati ,Sasmita Christina .2012. *Permaianan Kecil (* Bandung: wineka media)

Yuli Hartati, Sasmita Christina. 2002. *Permainan Kecil.* (Surabaya:wineka media)

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id