

## **UPAYA PENGEMBANGAN PRESTASI SISWA PADA OLAH RAGA BULUTANGKIS MELALUI METODE TEKNIK KETERAMPILAN**

**Asep Sarja Suanda**  
SMP Negeri 1 Darmaraja

### **Abstrak**

Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (Penjasorkes) adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Tujuan dari penelitian ini adalah (a) bagaimanakah peningkatan prestasi belajar penjasorkes pada bulutangkis pada siswa setelah diterapkannya metode teknik ketrampilan, (b) Mengetahui motivasi belajar pendidikan jasmani setelah diterapkannya metode teknik ketrampilan. Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan (action research) sebanyak dua putaran. Setiap putaran terdiri dari dua tahap yaitu : rancangan, kegiatan dan pengamatan. Refleksi dan refisi Sasaran penelitian ini adalah Siswa Kelas VII-B SMP Negeri 1 Darmaraja dari data diperoleh berupa hasil tes praktik, lembar observasi. Dari hasil analisa didapat bahwa prestasi belajar siswa mengalami peningkatan dari siklus I sampai II yaitu, siklus I (48,72%), siklus II (87,18%) untuk ranah psikomotor, siklus I (69,23%). Siklus II (94,87%) untuk ranah afektif. Simpulan dari penelitian ini adalah metode teknik ketrampilan dapat berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa Siswa Kelas VII-B SMP Negeri 1 Darmaraja serta model pembelajaran dapat digunakan sebagai salah satu alternatif Penjasorkes.

**Kata kunci:** Prestasi Siswa, Olahraga Bulutangkis, Metode Pembelajaran, Keterampilan

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang (Lengkana & Sofa, 2017).

Seiring dengan semangat untuk memperbaiki kehidupan berbangsa dan bernegara, pendidikan jasmani memiliki peran nyata dalam mendidik kader-kader bangsa yang sehat jasmani dan rohani. Kesehatan jasmani maupun rohani merupakan modal awal yang sangat menentukan dalam persaingan global yang ketat (Muhtar & Lengkana, 2019). Kemajuan suatu bangsa diukur dengan seberapa besar angkat harapan hidup masyarakatnya, angka harapan hidup sangat dipengaruhi kualitas kesehatan yang dimiliki bangsa tersebut.

Pendidikan yang cenderung mengutamakan prestasi akademis semata tidak akan memberikan hasil maksimal pada perkembangan suatu bangsa (Suryana, 2016). Lebihnya antara bidang akademis dan jasmani harus seimbang supaya memberikan kontribusi yang maksimal bagi bangsa dan negara. Jika dunia pendidikan masih mengabaikan akan pentingnya pendidikan jasmani tidak menutup kemungkinan kader-kader penerus bangsa akan menjadi generasi yang sangat rapuh. Generasi unggul adalah generasi yang tahan uji dalam menghadapi setiap problematika yang dihadapi, baik secara fisik dan mental (Mulya & Lengkana, 2020).

Prestasi di sekolah juga dapat dipacu melalui prestasi dibidang jasmani. Melalui kegiatan olah raga siswa dapat menyalurkan bakat dan emosinya secara terarah. Dalam kegiatan ini siswa akan belajar bagaimana bekerjasama pada sebuah tim, bagaimana harus memenangkan persaingan secara sportif, bagaimana menghargai sebuah kemenangan dan kegagalan (Lengkana, Suherman, Saptani, & Nugraha, 2020). Guru dapat membantu siswa menyalurkan minat dan bakatnya supaya mencapai suatu prestasi tertentu. Dalam kegiatan olah raga semacam ini akan membantu proses berpikir siswa secara aktif dan sehat jika dibandingkan dengan kegiatan yang hanya diam dikelas mendengarkan materi (Lengkana, Tangkudung, & Asmawi, 2018).

Cabang olahraga sangat banyak jumlahnya namun salah satunya yang paling populer di Indonesia adalah permainan Bulutangkis. Permainan ini tidaklah asing bagi kalangan tua maupun muda di seluruh pelosok Indonesia. Apalagi di daerah permainan ini tidak sekedar ajang olah raga prestasi namun juga menjadi suatu hiburan yang bersifat murah meriah dan menyenangkan. Maka tidak heran apabila olah raga ini sangat dicintai dan mendapat tempat tersendiri di masyarakat.

Sejak pertama kali dilombakan di ajang Olimpiade 1992 di Barcelona atlet-atlet Bulutangkis Indonesia berhasil menyabet medali emas di semua nomor yang dilombakan. Hingga saat ini prestasi Bulutangkis atlet-atlet Indonesia masih yang terbaik meskipun atlet-atlet berbakat dari negara lain mulai bermunculan. Hal ini menunjukkan bahwa bangsa ini memiliki potensi di

cabang olah raga ini. Akan sangat sayang sekali apabila prestasi yang telah dicapai dengan susah payah ini tidak dipertahankan dan di kembangkan lebih lanjut.

Berdasarkan latar belakang diatas maka dirumuskan suatu maslaah sebagai berikut: a) Bagaimana peningkatan prestasi belajar Bulutangkis bagi siswa dengan diterapkannya metode teknik ketrampilan?; b) Bagaimanakah pengaruh metode teknik ketrampilan terhadap motivasi belajar Bulutangkis pada siswa ?. Sesuai dengan permasalahan diatas, penelitian ini bertujuan untuk: a) Mengetahui peningkatan prestasi belajar pendidikan jasmani, khususnya Bulutangkis pada siswa setelah diterapkan metode teknik ketrampilan; b) Mengetahui pengaruh motivasi belajar pendidikan jasmani Bulutangkis pada siswa setelah diterapkan metode teknik ketrampilan.

Peneliti mengharapkan dengan hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi siswa untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa pada pembelajaran Penjasorkes khususnya bulutangkis, untuk guru dapat memberikan informasi tentang model pembelajaran yang sesuai dengan mata pelajaran Penjasorkes dan pengembangan model pembelajaran yang sesuai dengan mata pelajaran Penjasorkes, dan untuk sekolah diharapkan mempermudah dalam mencari pemain untuk perlombaan antar sekolah, seperti O2SN (Olimpiade Olah Raga Siswa Nasional).

Berdasarkan uraian diatas, perlu sekali adanya kaderisasi dalam cabang olahraga Bulutangkis melalui peningkatan minat siswa dalam olahraga Bulutangkis supaya prestasi olahraga nasional dapat dipertahankan dan ditingkatkan. Oleh sebab itu penulis ingin memilih judul penelitian, “Upaya Pengembangan Prestasi Siswa pada Olah Raga Bulutangkis Melalui Metode Teknik Ketrampilan,” (PTK Mata Pelajaran Penjasorkes pada Siswa Kelas VII B SMP Negeri 1 Damaraja Tahun Pelajaran 2018/2019)

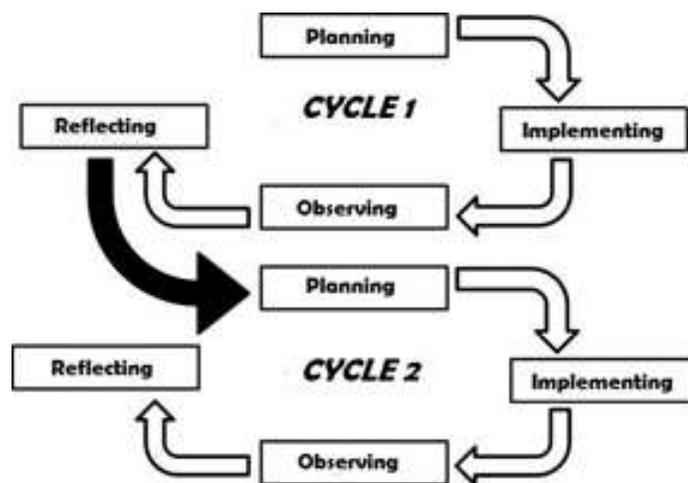
### **METODOLOGI PENELITIAN**

Metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (classroom action research). Hal ini sesuai dengan karakteristik penelitian tindakan kelas, yaitu berangkat dari permasalahan praktik faktual. Menurut (Sugiyono, 2008), mengatakan bahwa

Penelitian tindakan kelas adalah suatu pendekatan untuk memperbaiki pendidikan melalui perubahan dengan mendorong para guru untuk memikirkan praktek mengajarnya sendiri, agar kritis terhadap praktik tersebut dan agar mau untuk mengubahnya, mendorong guru untuk berani bertindak dalam mengembangkan teori dan bertanggung jawab mengenai pelaksanaan tugasnya secara profesional.

### Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan mengacu kepada model yang dikembangkan oleh Kemmis dan Taggart sebagai berikut.



**Gambar 1.**

Desain Desain Siklus PTK Model Kemmis dan McTaggart

Desain penelitian tersebut berbentuk spiral yang dimulai dengan: 1) perencanaan (planning); 2) aksi/tindakan (acting); 3) observasi (observing); dan 4) refleksi (reflecting). Hanya saja sesudah suatu siklus selesai diimplementasikan, khususnya sesudah adanya refleksi, kemudian diikuti dengan adanya perencanaan ulang (replanning) atau revisi terhadap implementasi siklus sebelumnya. Selanjutnya, berdasarkan perencanaan ulang tersebut dilaksanakan dalam bentuk siklus tersendiri. Untuk lebih detailnya berikut ini dikemukakan oleh Kemmis dan MC Taggart dapat dilihat pada gambar berikut;

Langkah-langkah penelitiannya meliputi kegiatan sebagai berikut: Tahap 1 Perencanaan; Tahap 2 Pelaksanaan Tindakan; Tahap 3 Pengamatan; Tahap 4 Refleksi.

### **Rancangan Penelitian**

PTK terdiri dari dua siklus. Setiap siklusnya terdiri atas empat tahap, yaitu planning (Rencana), action (tindakan), observasi (pengamatan) dan reflection (refleksi). Siklus spiral dari tahap-tahap PTK dapat dilihat pada gambar berikut:

- a. Rancangan/rencana awal, sebelum mengadakan penelitian peneliti menyusun rumusan masalah, tujuan dan membuat rencana tindakan, termasuk di dalamnya instrument penelitian dan perangkat pembelajaran.
- b. Kegiatan dan pengamatan, meliputi tindakan yang dilakukan oleh peneliti sebagai upaya membangun pemahaman konsep siswa serta mengamati hasil atau dampak dari ditetapkannya metode demonstrasi.
- c. Refleksi, peneliti mengkaji melihat dan mempertimbangkan hasil atau dampak dari tindakan yang dilakukan berdasarkan lembar pengamatan yang diisi oleh pengamat.
- d. Rancangan/rencana yang direvisi, berdasarkan hasil refleksi dari pengamat membuat rancangan yang direvisi untuk dilaksanakan pada siklus berikutnya.

Observasi terbagi dalam dua putaran, dimana pada masing-masing putaran dikenal perilaku yang sama (alur kegiatan yang sama) dan membahas satu sub pokok bahasan yang diajari dengan tes praktek di akhir masing-masing putaran. Dibuat dalam dua siklus dimaksudkan untuk memperbaiki sistem pembelajaran yang dilaksanakan.

### **Lokasi dan Subjek Penelitian**

Lokasi tempat penelitian adalah SMP Negeri 1 Darmaraja Kabupaten Sumedang. Lokasi penelitian tersebut dipilih dengan pertimbangan bahwa penulis sebagai guru di sekolah tersebut sehingga merasa bertanggung jawab terhadap keberhasilan pembelajaran di kelas VII SMP Negeri 1 Darmaraja. Di samping itu, di sekolah tersebut perlu diadakan pembaharuan terhadap strategi mengajar yang monoton menjadi bervariasi. Dengan menerapkan strategi mengajar

yang bervariasi, masalah-masalah yang dihadapi oleh siswa maupun oleh guru akan terselesaikan. Subjek penelitian yang penulis teliti dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 1 Darmaraja Kabupaten Sumedang tahun pelajaran 2018/2019.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Teknik analisis data yang digunakan secara deskriptif yaitu hanya mengumpulkan data yang diperoleh melalui pengamatan dan tes hasil belajar di susun, dijelaskan, dan akhirnya di analisis dalam tiga tahapan yaitu: Reduksi Data, Reduksi data merupakan suatu proses pemilihan, pemusatan dan perbaikan pada penyederhanaan data. Pada tahap reduksi data pengamatan terhadap hasil belajar siswa pada pelajaran matematika materi operasi hitung bilangan bulat melalui metode games dan diskusi; Display Data (Penyajian Data) data yang diperoleh melalui pengamatan dan tes hasil belajar berbentuk tabel dan kalimat sederhana setiap putaran.

### **Instrumen Penelitian**

Instrumen yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Lembar observasi pengelolaan metode teknik ketrampilan, untuk mengamati kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran; (2) Lembar observasi aktivitas siswa dan guru untuk mengamati aktivitas siswa dan guru selama proses pembelajaran.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus I dilaksanakan pada bulan Agustus 2018 di kelas VII-B dengan jumlah siswa 30 siswa. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pembelajaran yang telah dipersiapkan. Pengamatan (observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar. Sebagai pengamat adalah peneliti dibantu oleh seorang guru. Pada akhir proses belajar mengajar siswa diberi tes formatif I dengan tujuan untuk mengetahui keberhasilan siswa dalam proses belajar mengajar yang telah dilakukan. Adapun data hasil penelitian pada siklus I aspek-aspek yang didapatkan kriterianya kurang baik adalah motivasi siswa, menyampaikan tujuan pembelajaran, pengelolaan waktu dan Pelajaran tusias. Keempat aspek yang mendapat penilaian kurang baik di atas, merupakan suatu

kelemahan yang terjadi pada siklus I. dan akan dijadikan bahan kajian untuk refleksi dan revisi yang akan dilakukan pada siklus II.

Hasil observasi berikutnya adalah aktivitas guru dan siswa seperti pada tabel berikut

**Tabel 1**  
Aktivitas Guru Dan Siswa Pada Siklus I

No	Aktivitas guru yang diamati	Persentase
1	Menyampaikan tujuan	5,0
2	Memotivasi siswa/merumuskan masalah	8,3
3	Mengkaitkan dengan Pelajaran berikutnya	8,3
4	Menyampaikan materi/langkah-langkah/strategi	6,7
5	Menjelaskan materi yang sulit	13,3
6	Membimbing dan mengamati siswa dalam menemukan konsep	21,7
7	Meminta siswa menyajikan dan mendiskusikan hasil kegiatan	10,0
8	Memberikan umpan balik	18,3
9	Membimbing siswa merangkum Pelajaran	8,3
No	Aktivitas siswa yang diamati	Persentase
1	Mendengarkan/memperhatikan penjelasan guru	22,5
2	Membaca buku siswa	11,5
3	Bekerja dengan sesama anggota kelompok	18,8
4	Diskusi antar siswa/antara siswa dengan guru	14,4
5	Menyajikan hasil pembelajaran	2,9
6	Mengajukan/menanggapi pertanyaan/ide	5,2
7	Menulis yang relevan dengan KBM	8,9
8	Merangkum pembelajaran	6,9
9	Mengerjakan tes evaluasi	8,9

Berdasarkan tabel di atas tampak bahwa aktivitas guru yang paling dominan pada siklus I adalah menjelaskan materi yang sulit, membimbing dan mengamati siswa dalam menemukan konsep yaitu 21,7 %. Aktivitas lain yang persentasenya cukup besar adalah memberi umpan balik/evaluasi/Tanya jawab, menjelaskan materi yang sulit dan membimbing siswa merangkum pelajaran yaitu masing-masing sebesar 18,3 % dan 13,3 %. Sedangkan aktivitas siswa yang paling dominant adalah mengerjakan/memperhatikan penjelasan guru yaitu 22,5 %. Aktivitas lain yang persentasenya cukup besar adalah bekerja dengan sesama anggota kelompok, diskusi antar siswa dengan guru, dan membaca buku yaitu masing-masing 18,8 % dan 11,5 %.

Pada siklus I, secara garis besar kegiatan belajar mengajar dengan metode teknik ketrampilan sudah dilaksanakan dengan baik, walaupun peran guru masih cukup dominant untuk memberikan penjelasan dan arahan karena model tersebut masih dirasakan baru oleh siswa. Hasil berikutnya adalah tes praktik siswa seperti terlihat pada tabel berikut;

**Tabel 2**

Hasil Tes Praktik Siswa Pada Siklus I

No.	Siswa	Nilai	Ketuntasan
1.	S1	75	Tuntas
2.	S2	70	Tuntas
3.	S3	60	
4.	S4	78	Tuntas
5.	S5	60	
6.	S6	70	Tuntas
7.	S7	60	
8.	S8	60	
9.	S9	80	Tuntas
10.	S10	60	
11.	S11	70	Tuntas
12.	S12	60	
13.	S13	70	Tuntas
14.	S14	60	
15.	S15	60	
16.	S16	70	Tuntas
17.	S17	60	
18.	S18	75	Tuntas
19.	S19	60	
20.	S20	70	Tuntas
21.	S21	60	
22.	S22	78	Tuntas
23.	S23	60	
24.	S24	70	Tuntas
25.	S25	60	
26.	S26	60	
27.	S27	80	Tuntas
28.	S28	60	
29.	S29	70	Tuntas
30.	S30	60	
	<b>Jumlah</b>	<b>1986</b>	<b>14 orang</b>
	<b>Rata-rata</b>	<b>66,20</b>	

	<b>% Ketuntasan</b>		<b>48,72</b>
--	---------------------	--	--------------

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa dengan menerapkan metode teknik keterampilan diperoleh nilai rata-rata presentasi belajar siswa adalah 66,20 dan ketuntasan belajar mencapai 48,72 % atau ada 14 siswa dari 30 siswa sudah tuntas belajar. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada siklus pertama secara klasikal siswa belum tuntas belajar, karena siswa yang memperoleh nilai  $\geq 70$  hanya sebesar 48,72 % lebih kecil dari persentase ketuntasan yang dikehendaki yaitu sebesar 85%. Hal ini disebabkan karena siswa masih merasa baru dan belum mengerti apa yang dimaksud dan digunakan guru dengan menerapkan model pembelajaran metode teknik ketrampilan.

Dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar diperoleh informasi dari hasil pengamatan sebagai berikut.

- a. Guru kurang baik dalam memotivasi siswa dan dalam menyampaikan tujuan pembelajaran.
- b. Guru kurang baik dalam pengelolaan waktu
- c. Siswa kurang bisa antusias selama pembelajaran berlangsung

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar pada siklus I ini masih terdapat kekurangan, sehingga perlu adanya revisi untuk dilakukan pada siklus berikutnya.

- a. Guru perlu lebih terampil dalam memotivasi Pelajaran lebih jelas dalam menyampaikan tujuan pembelajaran. Dimana siswa diajak untuk terlibat langsung dalam setiap kegiatan yang akan dilakukan.
- b. Guru perlu mendistribusikan waktu secara baik dengan menambahkan informasi-informasi yang dirasa perlu dan memberi catatan.
- c. Guru harus lebih terampil dan bersemangat dalam memotivasi siswa sehingga siswa bias lebih antusias.

## **Siklus II**

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus II dilaksanakan pada bulan September 2018 di kelas VII-B dengan jumlah siswa 30 siswa. Dalam hal ini peneliti bertindak sebagai pengajar. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana Pelajaran dengan

memperhatikan revisi pada siklus I, sehingga kesalahan atau kekuarangan pada siklus I tidak terulang lagi pada siklus II. Pengamatan (observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar. Sebagai pengamat adalah peneliti dibantu oleh seorang guru Penjasorkes

Pada akhir proses belajar mengajar siswa diberi tes formatif II dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam proses belajar mengajar yang dilakukan. Instrument yang digunakan adalah tes praktek II. Dari hasil observasi tampak aspek-aspek yang diamati pada kegiatan belajar mengajar (*siklus II*) yang dilaksanakan oleh guru dengan menerapkan metode pembelajaran metode teknik ketrampilan mendapatkan penilaian yang cukup baik dari pengamat. Maksudnya dari seluruh penilaian tidak terdapat nilai kurang. Namun demikian penilaian tersebut belum merupakan hasil yang optimal, untuk itu ada beberapa aspek yang perlu mendapatkan perhatian untuk penyempurnaan penerapan pembelajaran selanjutnya. Aspek-aspek tersebut adalah memotivasi siswa, membimbing siswa, merumuskan kesimpulan/menemukan konsep, dan pengelolaan waktu.

Dengan penyempurnaan aspek-aspek di atas dalam penerapan metode teknik ketrampilan diharapkan siswa dapat menyimpulkan apa yang telah mereka siswa dan mengemukakan pendapatnya sehingga mereka akan lebih memahami tentang apa yang telah mereka lakukan. Berikut disajikan hasil observasi aktivitas guru dan siswa.

**Tabel 3**

Aktivitas Guru Dan Siswa Pada Siklus II

No	Aktivitas guru yang diamati	Persentase
1	Menyampaikan tujuan	6,7
2	Memotivasi siswa/merumuskan masalah	6,7
3	Mengkaitkan dengnaPelajaran berikutnya	6,7
4	Menyampaikan materi/langkah-langkah/strategi	10,7
5	Menjelaskan materi yang sulit	11,7
6	Membimbing dan mengamati siswa dalam menemukan konsep	25,0
7	Meminta siswa menyajikan dan mendiskusikan hasil kegiatan	8,2
8	Memberikan umpan balik	16,6

No	Aktivitas siswa yang diamati	Persentase
1	Mendengarkan/memperhatikan penjelasan guru	17,9
2	Membaca buku siswa	12,1
3	Bekerja dengan sesama anggota kelompok	21,8
4	Diskusi antar siswa/antara siswa dengan guru	13,8
5	Menyajikan hasil pembelajaran	4,6
6	Mengajukan/menanggapi pertanyaan/ide	5,4
7	Menulis yang relevan dengan KBM	7,7
8	Merangkum pembelajaran	6,7
9	Mengerjakan tes evaluasi	10,8

Berdasarkan tabel diatas tampak bahwa aktivitas guru yang paling dominant pada siklus II adalah membimbing dan mengamati siswa melakukan latihan yaitu 25%. Jika dibandingkan dengan siklus I aktivitas ini mengalami peningkatan. Aktivitas guru yang mengalami penurunan adalah memberi umpan balik (16,6%), menjelaskan/melatih menggunakan alat (11,7). Meminta siswa mendiskusikan dan menyajikan hasil kegiatan (8,2%) dan membimbing siswa memperbaiki kesalahan (6,7%)

Sedangkan untuk aktivitas siswa yang paling diminan pada siklus II adalah praktik menggunakan alat yaitu (21%). Jika dibandingkan dengan siklus I, aktivitas ini mengalami peningkatan. Aktivitas siswa yang mengalami penurunan adalah mendengarkan/memperhatikan penjelasan guru (17,9%). Diskusi antar siswa / antara siswa dengan guru (13,8%), mempraktekkan yang relavan dengan KBM (7,7%) dan merangkum pembelajaran (6,7%). Adapun aktivitas siswa yang mengalami peningkatan aalah memperhatikan peragaan (12,1%) menyajikan hasil pembelajaran (4,6%), menanggapi/mengajukan pertanyaan/ide (5,4%) dan berlatih bersama siswa lain (10,8%) Hasil tes praktik siswa terlihat pada tabel berikut.

**Tabel 4**

Hasil Tes Praktik Siswa Pada Siklus II

No.	Nama Siswa	Nilai	Ketuntasan
1.	S1	86	Tuntas
2.	S2	84	Tuntas

3.	S3	74	Tuntas
4.	S4	85	Tuntas
5.	S5	76	Tuntas
6.	S6	80	Tuntas
7.	S7	70	Tuntas
8.	S8	70	Tuntas
9.	S9	87	Tuntas
10.	S10	76	Tuntas
11.	S11	76	Tuntas
12.	S12	76	Tuntas
13.	S13	78	Tuntas
14.	S14	80	Tuntas
15.	S15	80	Tuntas
16.	S16	80	Tuntas
17.	S17	75	Tuntas
18.	S18	85	Tuntas
19.	S19	80	Tuntas
20.	S20	80	Tuntas
21.	S21	70	Tuntas
22.	S22	80	Tuntas
23.	S23	60	
24.	S24	75	Tuntas
25.	S25	60	
26.	S26	70	Tuntas
27.	S27	85	Tuntas
28.	S28	60	
29.	S29	75	Tuntas
30.	S30	60	
	<b>Jumlah</b>	<b>2198</b>	<b>26 orang</b>
	<b>Rata-rata</b>	<b>73,26</b>	
	<b>% Ketuntasan</b>		<b>87,18</b>

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai rata-rata tes praktek sebesar 73,26 dan dari 30 siswa yang telah tuntas sebanyak 26 siswa, dan yang 6 siswa belum mencapai ketuntasan belajar. Maka secara klasikal ketuntasan belajar yang telah tercapai sebesar 87,18 % (termasuk kategori tuntas). Hasil pada siklus II ini mengalami peningkatan lebih baik dari siklus I. Adanya peningkatan hasil belajar pada siklus II ini dipengaruhi oleh adanya peningkatan kemampuan guru dalam menerapkan pembelajaran metode teknik ketrampilan sehingga siswa menjadi lebih

terbiasa dengan pembelajaran seperti ini sehingga siswa lebih mudah dalam memahami materi yang telah diberikan.

Pada tahap refleksi akan dikaji apa yang telah terlaksana dengan baik maupun yang masih kurang baik dalam proses belajar mengajar dengan penerapan pembelajaran metode teknik ketrampilan. Dari data-data yang telah diperoleh dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Selama proses belajar mengajar guru telah melaksanakan semua pembelajaran dengan baik. Meskipun ada beberapa aspek yang belum sempurna, tetapi persentasae pelaksanaannya untuk masing-masing aspek cukup besar.
- b. Berdasarkan data hasil pengamatan diketahui bahwa siswa aktif selama proses belajar berlangsung
- c. Kekurangan pada siklus-siklus sebelumnya sudah mengalami perbaikan dan peningkatan sehingga menjadi lebih baik
- d. Hasil belajar siswa pada siklus II mencapai ketuntasan.

Pada siklus II guru telah menerapkan pembelajaran metode teknik ketrampilan dengan baik dan dilihat dari aktivitas siswa serta hasil belajar siswa pelaksanaan proses belajar mengajar sudah berjalan dengan baik. Maka tidak diperlukan revisi terlalu banyak, tetapi yang perlu diperhatikan untuk tindakan selanjutnya adalah memaksimalkan dan mempertahankan apa yang telah ada dengan tujuan agar pada pelaksanaan proses belajar mengajar selanjutnya penerapan pembelajaran metode teknik ketrampilan dapat meningkatkan proses belajar mengajar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

## **PEMBAHASAN**

### **a. Ketuntasan Hasil belajar siswa**

Melalui hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran pertemuan terbimbing memiliki dampak positif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa. Hal ini dapat dilihat dari semakin mantapnya pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan guru (ketuntasan belajar meningkat dari siklus I, dan II) ada kenaikan dari 14 siswa menjadi 26 siswa yang telah tuntas

belajar, maka secara klasikal ketuntasan belajar yang telah tercapai sebesar 87,18 % Pada siklus II ketuntasan belajar siswa secara klasikal telah tercapai.

#### **b. Kemampuan Guru dalam Mengelola Pembelajaran**

Berdasarkan analisis data, diperoleh aktivitas siswa dalam proses belajar mengajar dengan menerapkan metode teknik ketrampilan dalam setiap siklus mengalami peningkatan. Hal ini berdampak positif terhadap prestasi belajar siswa yaitu dapat ditunjukkan dengan meningkatnya nilai rata—rata siswa pada setiap siklus yang terus mengalami peningkatan.

#### **c. Aktivitas Siswa dalam Pembelajaran**

Berdasarkan analisis data, diperoleh aktivitas siswa dalam proses pembelajaran dengan model pembelajaran metode teknik ketrampilan paling dominan adalah belajar dengan sesama anggota kelompok, mendengarkan/memperhatikan penjelasan guru dan diskusi antara siswa/antara siswa dengan guru. Jadi dapat dikatakan bahwa aktivitas siswa dapat dikategorikan aktif.

Sedangkan untuk aktivitas guru selama pembelajaran telah melaksanakan langkah-langkah metode teknik ketrampilan dengan baik. Hal ini terlihat dari aktivitas guru yang muncul di antaranya aktivitas membimbing dan mengamati siswa dalam mempraktikkan hasil pembelajaran, menjelaskan/melatih menggunakan alat, memberi umpan balik dalam prosentase untuk aktivitas di atas cukup besar.

#### **d. Tanggapan siswa terhadap model pembelajaran metode teknik ketrampilan**

Berdasarkan analisis angket siswa dapat diketahui bahwa tanggapan siswa termasuk positif. Ini ditunjukkan dengan rata-rata jawaban siswa yang menyatakan bahwa siswa tertarik dan berminat dengan model pembelajaran metode teknik ketrampilan . Hal ini menunjukkan bahwa siswa memberikan respopn positif terhadap model pembelajaran metode teknik ketrampilan, sehingga siswa menjadi termotivasi untuk belajar lebih giat. Jadi dapat disimpulkan bahwa dengan diterapkannya metode teknik ketrampilan dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

## SIMPULAN

Dari hasil kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama tiga siklus dan berdasarkan seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut.

- a. Pembelajaran dengan metode pembelajaran metode teknik ketrampilan memiliki dampak positif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu siklus I (48,72%), siklus II (87,18%), sedangkan untuk rata-ratanya yaitu siklus I (65,81) dan siklus II (73,26).
- b. Penerapan metode pembelajaran metode teknik ketrampilan mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan motivasi belajar siswa yang ditunjukkan dengan rata-rata jawaban siswa yang menyatakan bahwa siswa tertarik dan berminat dengan metode pembelajaran metode teknik ketrampilan sehingga mereka menjadi termotivasi untuk belajar.

Dari hasil penelitian yang diperoleh dari uraian sebelumnya agar proses belajar mengajar lebih efektif dan lebih memberikan hasil yang optimal bagi siswa, maka disampaikan saran sebagai berikut:

- a. Untuk melaksanakan metode teknik ketrampilan memerlukan persiapan yang cukup matang, sehingga guru harus mampu menentukan atau memilih topik yang benar-benar bisa diterapkan dengan metode teknik ketrampilan dalam proses belajar mengajar sehingga diperoleh hasil yang optimal.
- b. Dalam rangka meningkatkan prestasi belajar siswa, guru hendaknya lebih sering melatih siswa dengan berbagai metode pembelajaran, walau dalam taraf yang sederhana, dimana siswa nantinya dapat menemukan pengetahuan baru, memperoleh konsep dan keterampilan, sehingga siswa berhasil atau mampu memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.
- c. Perlu adanya penelitian yang lebih lanjut, karena hasil penelitian ini hanya dilakukan di SMPN 1 Damaraja tahun ajaran 2018/2019.
- d. Untuk penelitian yang serupa hendaknya dilakukan perbaikan-perbaikan agar diperoleh hasil yang lebih baik.



---

## REFERENSI

- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12.
- Lengkana, A. S., Suherman, A., Saptani, E., & Nugraha, R. G. (2020). Dukungan Sosial Orang Tua dan Self-Esteem (Penelitian Terhadap Tim Kabupaten Sumedang di Ajang O2SN Jawa Barat). *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)*, 5(1), 1–11.
- Lengkana, A. S., Tangkudung, J., & Asmawi, M. (2018). THE EFFECT OF POWER LIMBS, SPEED REACTION, FLEXIBILITY AND SELF CONFIDENCE ON THE ACHIEVEMENT OF ELITE ATHLETES ATHLETIC WEST JAVA IN THE TRACK NUMBER. *JIPES-JOURNAL OF INDONESIAN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT*, 4(2), 20–25.
- Muhtar, T., & Lengkana, A. S. (2019). *Pendidikan jasmani dan olahraga adaptif*. UPI Sumedang Press.
- Mulya, G., & Lengkana, A. S. (2020). Pengaruh Kepercayaan Diri, Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepeleatihan Olahraga*, 12(2), 83–94.
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian pendidikan:(pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D)*. Alfabeta.
- Suryana, D. (2016). *Pendidikan Anak Usia Dini: Stimulasi & Aspek Perkembangan Anak*. Prenada Media.