

UPAYA PENINGKATAN KELINCAHAN DAN KECEPATAN DALAM BERMAIN SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS VIII SMPN 3 PAMULIHAN

Icah Aisah
SMPN 3 Pamulihan

Abstrak

Kecepatan dan kelincahan adalah modal dasar dalam bermain sepak bola dan bagi pemain merupakan modal sukses untuk mencetak gol, dan mempertahankan kemasukan bola. Dengan kemampuan kecepatan akan memudahkan pemain dalam rangka membawa bola. Tujuan dari penelitian ini adalah (a) Mengetahui peningkatan prestasi belajar dasar-dasar sepakbola pada siswa setelah diterapkannya metode demonstrasi, (b) mengetahui motivasi belajar dasar-dasar sepak bola setelah diterapkannya metode demonstrasi. 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 VIII SMPN 3 Pamulihan, dari data diperoleh berupa hasil tes praktik , lembar observasi kegiatan belajar mengajar. Dari hasil analisa didapat bahwa prestasi belajar siswa mengalami peningkatakan dari siklus I sampai II yaitu, siklus I (60,55%), siklus II (88,72%) untuk ranah psikomotor, siklus I (83,64%). Siklus II (100%) untuk ranah afktif. Simpulan dari penelitian ini adalah metode demonstrasi dapat berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa Kelas VIII-A, serta model pembelajaran dapat digunakan sebagai salah satu alternatif penjas.

Kata kunci: Kelincahan, Kecepatan, Sepak Bola, Pendidikan Jasmani, Sekolah Dasar

PENDAHULUAN

Sepak bola adalah salah satu jenis olah raga yang sangat digemari orang seluruh dunia. Olah raga ini sangat universal. Selain digemari orang laki-laki olah raga ini juga digemari para perempuan tidak hanya tua muda bahkan anak-anak Sejak tahun 1990 an olah raga ini mulai digunakan untuk para wanita meskipun sebelumnya olah raga ini hanya diperuntukkan bagi kaum pria. Olah raga ini melibatkan 11 orang dalam satu teamnya. Untuk menjadi pemenang dalam suatu pertandingan harus melawan satu team lainnya. Lapangan . para pemain sepak bola memperebutkan sebuah bola untuk dimasukkan ke dalam gawang yang dijaga seorang penjaga gawang (goal keeper) (Nurhasanah et al., n.d.; Pujiyanto et al., 2020; Zainuddin et al., 2021). Olah raga ini menjadi sangat menarik karena selain hanya memperebutkan sebuah bola di lapangan dengan menggunakan kaki tetapi juga terlihat gaya-gaya permainannya dalam memperebutkan bola untuk memasukkan bola ke dalam gawang lawan. Oleh karena olah raga

ini melibatkan banyak orang tentunya kerjasama team yang baik sangat dibutuhkan selain teknik bermain yang baik. Hanya para atlet sepak bola manca Negara yang sukses membina karier di bidang olah raga ini. Tentunya diperlukan usaha dan latihan yang keras untuk menjadi atlet sepak bola yang handal dan professional. “goallll.....!” teriakan ini sungguh identik dengan sepakbola siapapun yang berteriak “ goal” dapat dipastikan akan mengangkat tangan, berdiri, wajah mendongak, mulut terbuka lebar, mata berbinar-binar, hati berbunga-bunga dan diakhiri dengan tengok kanan, tengok kiri sambil mengulurkan tangan dan suara gemuruh . hal ini sungguh kontradiksi dengan sebagian orang yang ada di tempat yang sama yang tidak bisa berteriak” goal..” Mereka duduk diam, kaget, gelisah, kecewa, dengan tangan di depan mulut, sambil mengigit jari dengan muka yang pucat. Sebagian lain berteriak keras, mengutuki, menyumpah, protes keras, pemandangan seperti ini selalu ada di dalam permainan sepak bola, baik di kampung, halaman rumah, sekolah , lapangan kecil atau di stadion yang megah. Olah raga ini juga dilakukan anak kecil, anak-anak, remaja , pemuda , orang dewasa, pria bahkan wanita. Sepak bola sungguh populer di mata masyarakat, dari pelosok desa hingga kota besar di seluruh dunia.

Sepak bola merupakan olah raga yang simpel, sederhana dan murah. Bahkan hamper tidak memerlukan biaya. Namun bila pertandingan yang professional, olah raga ini biayanya bisa terbesar dari aneka cabang olah raga lainnya. Untuk mengelola dan menghidupi sebuah klub sepak bola bisa memakan biaya milyaran rupiah. Di satu pihak sepak bola dikatakan hamper tidak memerlukan biaya, karena alat dan sarana yang dibutuhkan hanya satu benda bulat dan tanah lapang. Benda bulat yang disebut bola itu bisa bola yang mahal, (bola karet), bola plastik, jeruk bali (keprok) atau jerami, kertas, serabut kelapa, yang pengelola harus mengadakan studi banding, harus tanggap akan anak asuhnya, mau belajar dari pengalaman pahit, sekaligus berusaha membuktikan pengelolaan yang lebih profesional.

Bila dikaji bersama pola permainan sepak bola. Itu sederhana, pola permainan hanya menyerang (Attacktion), mempertahankan (defention) dan menyusun posisi strategi , keahlian dan keterampilan masing-masing pemain tampak jelas, kemauan membawa bola , menggiring

bola, merebut bola, mempertahankan bola, mengecoh lawan, sangat diperlukan oleh individu pemain untuk diterapkan dalam kerja sama antara pemain.

Tiap pemain harus punya kemampuan DK4, maksudnya daya tahan tubuh, kekuatan, kelenturan, kecepatan dan kelincahan. Ke 4 faktor ini harus dimiliki para pemain untuk mengembangkan ke posisi puncak. Dari keempat faktor tersebut yang menarik untuk dikaji bersama adalah faktor kecepatan dan kelincahan. Kecepatan dan kelincahan ini dapat dibentuk dari dalam diri (pembawaan) atau dari luar diri (karena mampu mengkombinasikan dari segala teknik yang dimiliki).

Mempunyai kecepatan dan kelincahan yang lebih, bagi setiap pemain merupakan mudah dan sukses untuk mencetak gol, dan mempertahankan kemasukan bola. Dengan kemampuan kecepatan dan kelincahan akan memudahkan pemain tersebut dalam rangka membawa bola (menggiring bola) ke hadapan gawang lawan. Seorang pemain yang mempunyai kelincahan dan kecepatan yang bagus, bola yang digiring bagaikan lekat di kaki dan tentu mudah melewati halangan lawan dan tidak mudah dikelabui lawan.

Berdasarkan uraian-uraian di atas, cabang olah raga bola sepak bola menarik untuk dikaji bersama sehingga perkembangan sepak bola Indonesia semakin diminati masyarakat sekaligus mampu duduk sejajar dengan club-club di negeri luar. Sedangkan masalah yang khusus menarik untuk dibahas bersama dengan judul "Upaya Meningkatkan Kelincahan dan Kecepatan Dalam Bermain Sepak Bola Pada Siswa Kelas VIII.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan (action research) Karena penelitian dilakukan untuk memecahkan masalah pembelajaran di kelas. Penelitian ini juga termasuk penelitian deskriptif, sebab menggambarkan bagaimana suatu teknik pembelajaran diterapkan dan bagaimana hasil yang diinginkan dapat dicapai. Menurut (McNiff, 2013) ada 4 macam bentuk penelitian tindakan, yaitu (1) penelitian tindakan guru sebagai peneliti, (2) penelitian tindakan kolaboratif, (3) penelitian tindakan simulatif terinteratif dan (4) penelitian tindakan social eksperimental.

Dalam penelitian tindakan ini menggunakan bentuk penelitian kolaboratif dengan guru mata diklat dan di dalam proses belajar mengajar dikelas yang bertinak sebagai pengajar adalah guru mata diklat sedangkan peneliti bertindak sebagai pengamat, penanggung jawab penuh penelitian tindakan adalah pengamat (peneliti). Tujuan utama dari penelitian tindakan ini adalah meningkatkan hasil pembelajaran di kelas dimana peneliti secara penuh terlibat dalam penelitian mulai dari perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi.

Dalam penelitian ini peneliti bekerja sama dengan guru mata diklat, kehadiran peneliti sebagai guru di tengah-tengah proses belajar mengajar sebagai pengamat diberitahukan kepada siswa. Dengan cara ini diharapkan adanya kerja sama dari seluruh siswa dan bisa mendapatkan data yang seobjektif mungkin demi kevalidan data yang diperlukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Siklus I

a. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan pembelajaran yang terdiri dari rencana pelajaran 1, soal tes formatif 1 dan alat-alat pengajaran yang mendukung. Selain itu juga dipersiapkan lembar observasi pengelolaan pembelajaran metode demonstrasi dan lembar observasi aktivitas siswa.

b. Tahap kegiatan dan Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus I dilaksanakan dengan jumlah siswa 15 siswa. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelajaran yang telah dipersiapkan. Pengamatan (observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar. 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 adalah Pembelajaran pada siklus I, aspek-aspek yang mendapatkan kriteria kurang baik adalah memotivasi siswa, menyampaikan tujuan pembelajaran, pengelolaan waktu dan siswa antusias. 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

Berdasarkan hasil data penelitian bahwa aktivitas guru yang paling dominan pada siklus 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 pembelajaran kooperatif model Demonstrasi sudah dilaksanakan dengan baik, walaupun peran guru masih cukup dominan untuk memberikan penjelasan dan arahan karena model tersebut masih dirasakan baru oleh siswa. Berikutnya adalah rekapitulasi hasil tes formatif siswa seperti terlihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1
Rekapitulasi Hasil Tes Formatif Siswa Pada Siklus I

No	Uraian	Hasil Siklus I
1	Nilai rata-rata tes formatif	76,15
2	Jumlah siswa yang tuntas belajar	9
3	Persentase ketuntasan belajar	61,54

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa dengan menerapkan metode Demonstrasi diperoleh nilai rata-rata presentasi belajar siswa adalah 76,15 dan ketuntasan belajar mencapai 61,54 % atau ada 9 siswa dari 15 siswa sudah tuntas belajar. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada siklus pertama secara klasikal siswa belum tuntas belajar, karena siswa yang memperoleh nilai ≥ 70 hanya sebesar 61,54% 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 demonstrasi.

c. Analisis data penelitian Siklus I

a) Ranah Psikomotor

- Siswa yang mendapat nilai 60 tidak ada
- Siswa yang mendapat nilai 70 sebanyak 6 (38,46%)
- Siswa yang mendapat nilai 80 sebanyak 8 (61,54%)

Berarti siswa yang mendapat nilai di atas 70 sebanyak 61, 54%, secara klasikal termasuk kategori belum tuntas.

b) Ranah Afektif

- Siswa yang mendapat nilai C sebanyak 6 (15,38%)
- Siswa yang mendapat nilai B sebanyak 26 (66,6%)
- Siswa yang mendapat nilai A sebanyak 7 (17,95%)

Berarti siswa yang mendapat nilai di atas C sebanyak 84,62%, secara klasikal termasuk kategori tuntas.

d. Refleksi

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 siswa 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 bisa lebih antusias.

2. Siklus II

a. Tahap perencanaan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri dari rencana pelajaran 2, soal tes formatif 2 dan alat-alat pengajaran yang mendukung. Selain itu juga dipersiapkan lembar observasi pengelolaan pembelajaran metode demonstrasi dan lembar observasi siswa.

b. Tahap kegiatan dan pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus II dilaksanakan pada kelas VIII-A. dengan jumlah siswa 15 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 kekurangan 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 Penjaskes pada akhir proses belajar mengajar siswa diberi tes formatif II dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan siswa dalam proses belajar mengajar yang dilakukan. Instrumen yang digunakan adalah tes praktek II.

Aspek-aspek yang diamati pada kegiatan belajar mengajar (siklus II) yang dilaksanakan oleh guru dengan menerapkan metode pembelajaran metode Demonstrasi 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 diatas dengan penerapan metode demokrasi diharapkan siswa dapat menyimpulkan apa yang telah mereka pelajari dan mengemukakan pendapatnya sehingga mereka akan lebih memahami tentang apa yang telah mereka lakukan.

Aktivitas guru yang paling dominan 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 dominan 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 relevan dengan KBM (7,7%) dan merangkum pembelajaran (6,7%). Adapun aktivitas siswa yang mengalami peningkatan adalah 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 2
Rekapitulasi Hasil Tes Formatif Siswa Pada Siklus II

No	Uraian	Hasil Siklus I
1	Nilai rata-rata tes formatif	81,79
2	Jumlah siswa yang tuntas belajar	35
3	sentase ketuntasan belajar	89,74

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai rata-rata tes praktek sebesar 81,79 dan dari 15 siswa yang telah tuntas sebanyak 10 siswa dan 4 siswa belum mencapai ketuntasan belajar. Maka secara klasikal ketuntasan belajar yang telah tercapai sebesar 89,74% (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 demonstrasi sehingga siswa menjadi lebih terbiasa dengan pembelajaran seperti ini sehingga siswa lebih mudah dalam memahami materi yang telah diberikan.

c. Analisis data penelitian Siklus II

1. Ranah Psikomotor

- Siswa yang mendapat nilai 60 tidak ada
- Siswa yang mendapat nilai 70 sebanyak 1 (10,36%)
- Siswa yang mendapat nilai 80 sebanyak 9 (61,53%)
- Siswa yang mendapat nilai 90 sebanyak 4 (28,21%)

Berarti siswa yang mendapat nilai di atas 70 sebanyak 89,74%, secara klasikal termasuk kategori tuntas.

2. Ranah Afektif

- Siswa yang mendapat nilai C tidak ada
- Siswa yang mendapat nilai B sebanyak 4 (33,33%)
- Siswa yang mendapat nilai A sebanyak 10 (66,67%)

Berarti siswa yang mendapat nilai di atas C mencapai 100% secara klasikal termasuk kategori tuntas. Mengingat hasil observasi selama siklus II nilai yang diperoleh siswa dalam penilaian kinerja ranah psikomotorik 89,74% memperoleh nilai di atas 70 dan ranah afektif 100% memperoleh nilai di atas C secara keseluruhan ranah psikomotorik dan ranah afektif telah tercapai ketuntasan belajar, maka penelitian ini diakhiri pada siklus II

d. Refleksi

Pada tahap ini akan dikaji apa yang telah terlaksana dengan baik maupun yang masih kurang baik dalam proses belajar mengajar dengan penerapan pembelajaran metode demonstrasi. 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.

e. Revisi Pelaksanaan

Pada siklus II guru telah menerapkan pembelajaran metode demonstrasi 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 demonstrasi dapat meningkatkan proses belajar mengajar sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.

3. Analisa Data Angket

Angket yang diberikan pada siswa setelah siswa melaksanakan proses pembelajaran dengan metode demonstrasi (siklus II) dengan jumlah pertanyaan sebanyak 36 butir dan jumlah responden sebanyak 15 siswa untuk mengetahui tanggapan siswa terhadap model pembelajaran metode demonstrasi. Berdasarkan hasil angket siswa pada lampiran diperoleh hasil analisis angket motivasi siswa pada tabel berikut:

Tabel 3
Angket Siswa Terhadap model Pembelajaran Metode Demonstrasi

No	Indicator	No pertanyaan	Jumlah dalam persen				Jumlah rata-rata dalam persen			
			SS	S	TS	STS	SS	S	TS	STS
I	Kegiatan pembelajaran dalam pembelajaran metode demonstrasi	2,5,7,8,9,26,28,30,31,32,34,35,36	21 5	104 3	38	4	17	80	3	0
II	Materi yang diajarkan dengan pembelajaran metode demonstrasi	3,24,25,27,29,33	10 9	379	10 0	12	18	63	17	2
III	Kegiatan praktik dalam pembelajaran metode demonstrasi	1,4,6,10,11,12,13,14,22,23	14 9	533	28,9	29	15	53	29	3
IV	Penggunaan ujian praktik dalam kegiatan pembelajaran metode demonstrasi	15,16,17,18,19,20,21	53	516	11 2	19	8	73	16	7

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa tanggapan siswa terhadap model pembelajaran metode demonstrasi adalah positif. Berdasarkan jumlah rata-rata dalam persen menunjukkan bahwa 80% siswa setuju dengan kegiatan pembelajaran metode demonstrasi 63% setuju dengan materi yang diajarkan dengan metode, 53% setuju dengan kegiatan praktik yang dilaksanakan dalam pembelajaran metode demonstrasi dan 73% siswa setuju dengan penggunaan ujian praktik dalam kegiatan pembelajaran metode demonstrasi.

B. Pembahasan

1. 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) untuk ranah psikomotor yaitu 61,54%,84,62 % dan 100 % . pada siklus II ketuntasan belajar siswa secara klasikal telah tercapai.

2. Kemampuan Guru dalam Mengelola Pembelajaran

Berdasarkan analisis data, diperoleh aktivitas siswa dalam proses belajar mengajar dengan menerapkan metode demonstrasi 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.

3. Aktivitas Siswa dalam Pembelajaran

Berdasarkan analisis data, diperoleh aktivitas siswa dalam proses pembelajaran dengan model pembelajaran metode demonstrasi 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 demonstrasi dengan baik. Hal ini terlihat dari aktivitas guru yang muncul diantaranya aktivitas membimbing dan mengamati siswa dalam mempraktikkan hasil pembelajaran, menjelaskan/melatih menggunakan alat, memberi umpan balik dalam prosentase untuk aktivitas di atas cukup besar.

4. Tanggapan siswa terhadap Model pembelajaran metode demonstrasi

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 model dmonstrasi. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memberikan respopn positif terhadap model pembelajaran metode demonstrasi, sehingga siswa menjadi termotivasi untuk belajar lebih giat. Jadi dapat disimpulkan bahwa dengan diterapkannya metode demonstrasi dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

SIMPULAN

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

1. Pembelajaran dengan metode pembelajaran metode demonstrasi memiliki dampak positif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu siklus I (60,55%), siklus II (88,72%), sedangkan untuk ranah afektif yaitu siklus I (83,63%), siklus II (100%).
2. Penerapan metode pembelajaran metode demonstrasi 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 Demonstrasi sehingga mereka menjadi termotivasi untuk belajar.

REFERENSI

- 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. (2013). PENGARUH KIDS'ATHLETICS TERHADAP SELF-ESTEEM DAN KEBUGARAN JASMANI: Studi Ex Post Facto pada Siswa Sekolah Atletik Pajajaran. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Lengkana, A. S. (2016a). Analisis Deskriptif Tentang Hubungan Kemampuan Siswa Melakukan Tes Harvard terhadap Kecepatan Lari Jarak 400 Meter pada Siswa Putra Kelas VII SMP Negeri 1 Tanjungsari. *Jurnal Olahraga*, 2(2), 52-62.
- Lengkana, A. S. (2016). Didaktik metodik pembelajaran (DMP) aktivitas atletik. *Salam Insan Mulia*.
- Lengkana, A. S. (2018). KONTRIBUSI BELAJAR LOMPAT KATAK DAN ENKLEK TERHADAP PENAMPILAN TEKNIK LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK DI SEKOLAH DASAR. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 1(2), 149-159.
- 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, A. (2019). The Effect Of Core Stability Exercise (CSE) On Balance In Primary School Students. *Journal of Education, Health and Sport*, 9(4), 160-167.
- 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.

- Lengkana, A. S., Tangkudung, J., & Asmawi, A. (2019). The effectiveness of thigh lift exercises using rubber on the ability of acceleration on sprint runs. *Journal of Physics: Conference Series*, 1318(1), 12031.
- Lengkana, A. S., Saptani, E., Sudirjo, E., Rosalina, M., Hermawan, D. B., & Sugiarto, B. G. (2022). Movement Coordination Learning Model: Basic Motoric Skill For Elementary Students. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 7(3), 683-691.
- Tariki, T., Lengkana, A. S., & Saputra, Y. M. (2023). The Influence of Inclusion and Guided Discovery Teaching Style on Learning Results of Bottom Passing Volyball. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 8(1).
- Rachmalia, D. S., & Lengkana, A. S. (2022). PROFIL KONDISI FISIK ATLET BOLA VOLI PADA KLUB TECTONA KOTA BANDUNG. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 6(2).
- Maulana, F., Lengkana, A. S., & Sudirjo, E. (2022). Teacher Interaction: A Qualitative Analysis Study in Assessment Learning. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 7(3).
- 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 Kepelatihan Olahraga*, 12(2), 83–94.
- Mulyana, Y., & Lengkana, A. S. (2019). Permainan tradisional. Salam Insan Mulia.
- McNiff, J. (2013). *Action research: Principles and practice*. Routledge.
- Nurhasanah, S., Rukmana, A., & Lengkana, A. S. (n.d.). MENINGKATKAN GERAK DASAR SHOOTING BAGIAN PUNGGUNG KAKI DALAM SEPAKBOLA MELALUI MODIFIKASI MENGGUNAKAN TEAM GAME TOURNAMENT (Penelitian Tindakan Keas Pada siswa Kelas VB SDN Cikoneng I Kecamatan Ganeas Kabupaten Sumedang). *SpoRTIVE*, 2(1), 21–30.
- Ramadhan, G., Saptani, E., & Supriyadi, T. (2017). Meningkatkan Rangkaian Gerak Lompat Tinggi Melalui Metode Jigsaw Dan Pembelajaran Yang Dikemas Dalam Bentuk Permainan. *SpoRTIVE*, 2(1), 61–70.
- Sudirjo, E., Susilawati, D., Lengkana, A. S., & Alif, M. N. (2019). PENDAMPINGAN DAN PELATIHAN KESEIMBANGAN TUBUH PADA GURU PJOK SEKOLAH DASAR. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 18(2).
- Pujianto, D., Sutisyana, A., & Arwin, A. (2020). PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SASARAN BERBASIS PERMAINAN UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING SEPAKBOLA. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1).
- Widjayana, L., Asmawi, M., Tangkudung, J., & Lengkana, A. S. (2022). Club Licencing Regulations (CLR) on Infrastructure Aspect in PSSI Bandung and Persib Bandung Football Club: An Evaluation Study. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 6(3), 417-432.



Zainuddin, M. S., Kamal, M., & Adil, A. (2021). SURVEI MINAT BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI TERHADAP KEMAMPUAN DASAR BERMAIN SEPAKBOLA PADA SISWA SMP. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(2), 105–111.