

**PENINGKATAN AKTIVITAS BELAJAR GERAK DAN HASIL
BELAJAR PENJASORKES MELALUI METODE BERMAIN
PADA PESERTA DIDIK KELAS IV SDN 09 ENAM
LINGKUNG KABUPATEN PADANG PARIAMAN**

TESIS



Oleh

**ZULFIERA
NIM. 1308556**

*Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
mendapatkan gelar Magister Pendidikan*

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAAHRAGA (S2)
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

ABSTRACT

Zulfiera. 2016. Increasing on Motion's Learning Activity and Learning Result of Physical, Sport and Health Education through Playing Method on Fourth Grade's Students in SDN 09 Enam Lingkung District of Padang Pariaman. Postgraduated Thesis, State University of Padang.

The problem of this research is lower motion's learning activity and learning result on fourth grade's students in SDN 09 Enam Lingkung. District of Padang Pariaman, It is proven by the result of mid-semester's test in 2014/2015, where on little ball's playing lesson, 7 students got the completed task or 41.2% in percentage; on big ball's playing lesson, 6 students got the completed task or 35.3% in percentage, 6 students got the completed task in athletic lesson or 35.3% in percentage.

The method of this research is the method of the action in classroom. The research's object was 17 fourth grade's students in SDN 09 Enam Lingkung. District of Padang Pariaman. The research on the action in classroom was performed in three learning cycles. The frequency of lesson meeting was once in a week. The duration of lesson meeting was 2x35 minutes. The instrument of this research used the student's activity form.

The result of this research showed that the learning result of the motion's learning activity of the physical, sport and health education through playing method on the fourth grade's students in SDN 09 Enam Lingkung District of Padang Pariaman increased. It was proven by the initial data to the third cycle's data of the learning result through the classroom action per cycle which performed.

Keywords: playing method, movement's learning activity, learning result.

ABSTRAK

Zulfiera. 2016. Peningkatan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes melalui Metode Bermain pada Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman. Tesis. Pascasarjana Universitas Negeri Padang.

Masalah penelitian adalah masih rendahnya aktivitas belajar gerak dan hasil belajar Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman, ini terbukti dari hasil Ujian Tengah Semester tahun ajaran 2014/2015 di mana pada materi Bola Kecil hanya 7 orang Peserta Didik saja yang dikategorikan tuntas dengan presentase 41.2%, kemudian pada materi Bola Besar 6 orang Peserta Didik dikategorikan tuntas dengan presentase 35.3% dan pada materi Atletik 6 orang Peserta Didik dikategorikan tuntas dengan presentase 35.3%.

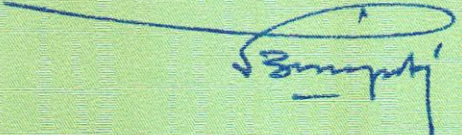
Metode penelitian ini adalah Metode Penelitian Tindakan Kelas. Objek penelitian adalah Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman yang berjumlah 17 orang Peserta Didik. Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan dalam tiga Siklus. Frekuensi pertemuan 1 kali seminggu. Lamanya waktu setiap pertemuan 2x35 menit. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar aktivitas Peserta Didik dan lembar penilaian hasil belajar.

Hasil Penelitian menunjukkan Terdapat peningkatan Aktivitas Belajar Gerak Penjasorkes melalui Metode Bermain Pada Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman. Hal ini terbukti dari hasil yang diperoleh dari tindakan persiklus yang dilakukan, di mana terdapat peningkatan hasil belajar dari Data Awal hingga Siklus ke III.

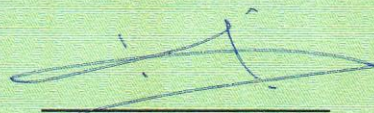
Kata Kunci: Metode Bermain, Aktivitas Belajar Gerak, Hasil Belajar

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Mahasiswa : **Zulfiera**
NIM : **1308556**

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Dr. Alnedral, M.Pd</u> Pembimbing I		14/3 - 2017
<u>Dr. Khairuddin, M.Kes., AIFO</u> Pembimbing II		14/3 - 2017
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dekan,		
<u>Dr. Syafrizar, M. Pd</u> NIP. 19600919 198703 1 003		
	<u>Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO</u> NIP.19500521 197903 1 001	

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAAHRAGA S2**

No.	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Dr. Alnedral, M.Pd</u> (Ketua)	 
2.	<u>Dr. Khairuddin, M.Kes., AIFO</u> (Sekretaris)	
3.	<u>Dr. Khairani, M.Pd</u> (Anggota)	
4.	<u>Prof. Dr. Gusril, M. Pd</u> (Anggota)	
5.	<u>Dr. Wilda Willis, SP.,M.Kes</u> (Anggota)	

Mahasiswa

Mahasiswa : Zulfiera

NIM : 1308556

Tanggal Ujian : 26-07-2016

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul “Peningkatan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes Melalui Metode Bermain Pada Peserta Didik kelas IV SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing/Tim Promotor.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada Daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh, karena Karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan Norma dan ketentuan Hukum yang berlaku.

Padang, 26 Juli 2016
Saya yang menyatakan,



Zulfiera
NIM. 2013/ 08556

KATA PENGANTAR

Penulis ucapkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Tesis ini yang berjudul “Peningkatan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes Melalui Metode Bermain Pada Peserta Didik kelas IV SDN 09 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman”.

Tesis ini dibuat dalam rangka memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Pascasarjana Universitas Negeri Padang. Dalam penulisan Tesis ini, penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan Tesis ini, oleh karena itu penulis harapkan kritik, saran dan masukan untuk kesempurnaan penulisan Tesis, kemudian Tidak sedikit kesulitan yang dihadapi dalam mengerjakan Tesis ini, terutama karena terbatasnya kemampuan, waktu dan literatur yang tersedia. Untuk itu, peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih sedalam-dalamnya sebagai ungkapan penghargaan kepada:

1. Dr. Alnedral, M.Pd, selaku pembimbing I dan Dr. Khairuddin, M.Kes, AIFO, selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, arahan, bimbingan dan motivasi yang berharga bagi penulisan Tesis, serta penuh kesabaran dalam memberikan bimbingan.
2. Prof. Dr. Gusril, M.Pd, Dr. Khairani, M.Pd, dan Dr. Wilda Willis, SP.,M.Kes, selaku kontributor yang telah memberikan kritikan dan saran sebagai penyempurnaan Tesis ini.

3. Prof. Dr. Phill. Yanuar Kiram, selaku Rektor Universitas Negeri Padang dan Drs. Syafrizar M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menuntut Ilmu di Universitas Negeri Padang.
4. Prof. Dr. Sayuti Syahara, M.S. AIFO, selaku Ketua Program Studi dan Dr. Erizal Nurmai, M.Pd, selaku Sekretaris Program Studi Magister Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan, yang telah mempermudah peneliti dalam pengadministrasian.
5. Bapak/Ibu Dosen pengajar di Program Studi Magister Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan, yang telah memberikan Ilmu pengetahuannya tentang Akademik maupun penyelesaian Tesis ini.
6. Jepriadi, A.Md di Bidang Tata Usaha Magister Pendidikan Olahraga, yang tak bosan-bosannya telah memberikan Informasi mengenai Akademik.
7. SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman yang telah memberikan fasilitas dan perlengkapan lainnya untuk kelancaran penelitian.
8. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Magister Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan, yang telah memberikan motivasi bagi peneliti.
9. (Bapak) Zulkifli Koto, (Ibu) Hj. Mayarni dan peneliti juga tidak lupa berterima kasih kepada (suami) Andrisal, S.Pd, (anak) Alifiandri, Luthfiandri, Syaikhah Ghina Fiandri, Tsabita Ramadhani Fiandri.
10. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu atas bantuan yang diberikan baik langsung maupun tidak langsung, sehingga Tesis ini dapat diselesaikan dengan baik.

Atas bantuan yang mereka berikan, mudah-mudahan mendapat imbalan pahala yang setimpal dari Tuhan Yang Maha Esa. Oleh karena itu, peneliti menerima kritikan dan saran dari pembaca untuk kesempurnaan Tesis ini. Peneliti mengharapkan Tesis ini bermanfaat dalam Pendidikan Jasmani dan Pembinaan Olahraga ke depannya.

Padang, 26 Juli 2016

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACK	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS.....	iii
PERSETUJUAN KOMISI	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
LAMPIRAN.....	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	8
C. Perumusan Masalah.....	8
D. Kegunaan Penelitian	9
1. Manfaat Teoretis.....	9
2. Manfaat Praktis.....	9
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	10
1. Pengertian Hasil Belajar	10
2. Hakikat Aktivitas Gerak	14
3. Hakikat Metode Bermain	19
B. Penelitian yang Relevan	23
C. Acuan Teoretis	25
D. Model Tindakan	26
E. Hipotesis Tindakan	26
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian.....	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian	27

C. Objek Penelitian	27
D. Metode Penelitian	27
E. Rancangan Tindakan	28
F. Disain dan Prosedur Tindakan.....	30
G. Kriteria Keberhasilan Tindakan.....	35
H. Sumber Data	35
I. Teknik Pengambilan Data	36
1. Definisi Konseptual	36
2. Definisi Operasional.....	38
3. Kisi-Kisi Instrumen	39
4. Validasi Instrumen.....	41
J. Keabsahan Data	42
1. Telaah Model Tindakan	42
2. Validitas Data	42
K. Teknik Analisa Data	43

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	45
1. Hasil Penelitian Tindakan dalam rangka peningkatan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, melalui Metode Bermain pada Data Awal.....	45
2. Hasil Penelitian Tindakan dalam rangka peningkatan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, melalui Metode Bermain pada Siklus I	47
3. Hasil Penelitian Tindakan dalam rangka peningkatan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, melalui Metode Bermain pada Siklus II	69
4. Hasil Penelitian Tindakan dalam rangka peningkatan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, melalui Metode Bermain pada Siklus III.....	94
B. Pembahasan Hasil	119
1. Pembahasan Hasil Penelitian Siklus I.....	119
2. Pembahasan Hasil Penelitian Siklus II.....	120
3. Pembahasan Hasil Penelitian Siklus III	121

BAB V. KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan	123
B. Implikasi.....	124
C. Saran.....	124
DAFTAR PUSTAKA	126
LAMPIRAN.....	128

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Rancangan Penelitian	25
2. Siklus Kegiatan PTK.....	30
3. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Data Awal	47
4. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I (Pertemuan I, II, dan III)	68
5. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus II (Pertemuan I, II, dan III)	93
6. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus III (Pertemuan I, II, dan III)	117
7. Rekapitulasi Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I, II dan III (Pertemuan I, II, dan III)	118

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data Awal.....	7
2. Lembar Observasi Aktivitas Guru Penjasorkes	39
3. Lembar Observasi Aktivitas Peserta Didik	40
4. Hasil Belajar Peserta Didik pada Data Awal	46
5. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Data Awal	46
6. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus I Pertemuan Pertama.....	53
7. Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus I Pertemuan Pertama	53
8. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus I pertemuan ke Dua	59
9. Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus I Pertemuan ke Dua.....	59
10. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus I Pertemuan ke Tiga.....	65
11. Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus I Pertemuan ke Tiga	65
12. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I (Pertemuan I, II, dan III)	68
13. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus II Pertemuan Pertama.....	75
14. Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus II Pertemuan Pertama.....	76
15. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus II Pertemuan ke Dua	83
16. Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus II Pertemuan ke Dua	83
17. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus II Pertemuan ke Tiga.....	91

18. Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus II Pertemuan ke Tiga.....	91
19. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus II (Pertemuan I, II, dan III)	93
20. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus III pertemuan pertama	100
21. Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus III Pertemuan Pertama	100
22. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus III Pertemuan ke Dua	107
23. Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus III Pertemuan ke Dua	108
24. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus III Pertemuan ke Tiga.....	114
25. Hasil Belajar Peserta Didik pada Siklus III Pertemuan ke tiga.....	115
26. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus III (Pertemuan I, II, dan III)	116
27. Rekapitulasi Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I, II dan III (Pertemuan I, II, dan III)	118

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Silabus	128
2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I Pertemuan 1	131
3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I Pertemuan 2	136
4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I Pertemuan 3	140
5. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II Pertemuan 1	144
6. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II Pertemuan 2	150
7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II Pertemuan 3	155
8. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus III Pertemuan 1	160
9. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus III Pertemuan 2	165
10. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus III Pertemuan 3	170
11. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik pada Data Awal	175
12. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I Pertemuan Pertama	176
13. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I Pertemuan ke Dua	177
14. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus I Pertemuan ke Tiga	178
15. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus II Pertemuan Pertama	179
16. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus II Pertemuan ke Dua	180
17. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus II Pertemuan ke Tiga	181

18. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus III Pertemuan Pertama.....	182
19. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus III Pertemuan ke Dua	183
20. Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Peserta Didik Siklus III Pertemuan ke Tiga.....	184
21. Aktivitas Belajar Peserta Didik pada Data Awal	185
22. Aktivitas Belajar Peserta Didik pada Siklus I Pertemuan Pertama.....	186
23. Aktivitas Belajar Peserta Didik pada Siklus I Pertemuan ke Dua	187
24. Aktivitas Belajar Peserta Didik pada Siklus I Pertemuan ke Tiga.....	188
25. Aktivitas Belajar Peserta Didik pada Siklus II Pertemuan Pertama	189
26. Aktivitas Belajar Peserta Didik pada Siklus II Pertemuan ke Dua	190
27. Aktivitas Belajar Peserta Didik pada Siklus II Pertemuan ke Tiga	191
28. Aktivitas Belajar Peserta Didik pada Siklus III Pertemuan Pertama	192
29. Aktivitas Belajar Peserta Didik pada Siklus III Pertemuan ke Dua.....	193
30. Aktivitas Belajar Peserta Didik pada Siklus III Pertemuan ke Tiga	194
31. Dokumentasi Gambar.....	195

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Nasional merencanakan program wajib belajar bagi seluruh bangsa Indonesia, agar berilmu pengetahuan, sehat jasmani dan rohani, berakhlak, beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa melalui pendidikan. Tujuan Pendidikan Nasional adalah mewujudkan manusia Indonesia seutuhnya. UU No. 20 Tahun 2003 Bab II Pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa:

Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi Peserta Didik agar menjadi manusia yang beriman, dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Untuk itu pemerintah telah melakukan upaya pengembangan di bidang pendidikan salah satu diantaranya memasukkan mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) ke dalam kurikulum sekolah, yang bertujuan mencerdaskan kehidupan bangsa dan meningkatkan kualitas manusia menuju masyarakat yang maju, adil dan makmur.

Mengembangkan pembangunan dalam bidang Penjasorkes tidak bisa dibiarkan begitu saja, melainkan harus diperhatikan dan direncanakan dengan baik. Mata pelajaran Penjasorkes merupakan salah satu mata pelajaran untuk mengembangkan manusia seutuhnya, karena Penjasorkes bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek

kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis.

Dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab I Pasal 1: “Olahraga Pendidikan adalah Penjasorkes yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani”. Dengan demikian, seorang guru Penjasorkes harus lebih kreatif dalam memberikan materi khususnya dalam pembelajaran Penjasorkes agar setiap materi yang diberikan dapat membuat anak tertarik dan senang melakukannya. Pelaksanaan Penjasorkes berbeda dan lebih unik dari bentuk pendidikan lainnya, karena pembelajarannya dilaksanakan melalui aktivitas jasmani.

Mata pelajaran Penjasorkes ini lebih berfokus pada kegiatan gerak atau aktivitas jasmani sebagai sarana pembelajaran guna meningkatkan Hasil Belajar, untuk itu proses menentukan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes, guru memegang peranan dalam terlaksananya proses pembelajaran. Guru harus memperhatikan banyak hal berkenaan dengan Peserta Didik dalam pembelajaran Penjasorkes seperti aspek pertumbuhan dan perkembangan anak, dan karakteristik psikologi anak. Sebagaimana yang diuraikan dalam BSNP bahwa Penjasorkes merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik,

pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportifitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Oleh sebab itu, materi pelajaran, metode pembelajaran, sarana dan prasarana yang digunakan serta alat evaluasi harus disesuaikan dengan tahap perkembangan, karakteristik dan kebutuhan anak. Dengan cara demikian tujuan pembelajaran dapat tercapai secara optimal.

Gerak dasar adalah salah satu aktivitas yang tidak luput akan kehidupan manusia dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Bahkan gerak merupakan salah satu ciri dari makhluk hidup. Gerak merupakan hal yang tidak bisa dilepaskan dari kehidupan anak-anak, karena bagi anak gerak yang mereka lakukan semata-mata adalah untuk kesenangan, bukan didorong oleh maksud dan tujuan tertentu. Melalui gerak anak dapat belajar, anak-anak dapat mempelajari dan mengetahui tentang dirinya sendiri dan individu lainnya, alam dan lingkungan sekitar serta kebudayaan melalui gerak dalam bentuk yang mereka kehendaki. Apabila pendidikan masuk ke dalamnya maka anak-anak akan memperoleh sarana pendidikan yang tetap memfasilitasi mereka dalam dunia mereka sendiri serta mencukupi hasrat dan kebutuhan mereka dalam bergerak.

Hal ini sejalan dengan salahsatu manfaat Penjasorkes, salah satunya manfaat Penjasorkes secara umum adalah untuk memenuhi kebutuhan anak akan gerak. Penjasorkes merupakan proses pembelajaran yang memanfaatkan aktivitas fisik atau gerak dalam pelaksanaanya yang berorientasi kepada dunia

anak dan menyesuaikan dengan kebutuhan anak. Anak dapat belajar sambil bergembira melalui penyaluran hasratnya untuk bergerak. Semakin terpenuhi kebutuhannya akan gerak dalam masa-masa pertumbuhan, kian besar manfaatnya bagi kualitas pertumbuhan itu sendiri.

Selain bergerak, bermain juga merupakan aktivitas yang tidak bisa dilepaskan dari dunia anak, karena sambil bermain anak belajar. Pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar (SD) sebagian besar dikemas dalam bentuk permainan (*game*) dan tidak diarahkan untuk menguasai cabang olahraga dan permainan tertentu, akan tetapi lebih mengutamakan proses perkembangan motorik Peserta Didik dari waktu ke waktu. Program Penjasorkes lebih berorientasi kepada kebutuhan Peserta Didik, sebagai subyek didik, dan bukan sebagai obyek didik. Oleh karena itu, metode yang digunakan menekankan pada aktivitas fisik yang memungkinkan Peserta Didik dalam suasana gembira, dapat bereksplorasi, menemukan sesuatu secara tidak langsung dan lain-lain.

Seperti yang tercantum dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) program pembelajaran SD/MI untuk program Penjasorkes bahwa Metode Bermain dapat digunakan sebagai alat bantu untuk memecahkan masalah di Kelas, karena Metode Bermain dapat dimulai dari Kelas I Sampai VI untuk Peserta Didik di sekolah dasar. Standar Kompetensi (SK) Kelas IV SD adalah mempraktikkan gerak dasar permainan sederhana dan olahraga dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya, sedangkan Kompetensi Dasar (KD) Kelas IV SD pada butir ketiga mempraktikkan gerak dasar permainan sederhana

dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama, sportivitas, dan kejujuran.

Dengan demikian, guru Penjasorkes harus bisa mengembangkan berbagai macam materi yang bisa membuat Peserta Didik bergerak dan melatih kemampuan gerak dasarnya tersebut karena memang dalam masa usia SD, sebaiknya anak diberikan gerak multilateral yang dapat mengembangkan semua unsur fisik yang ada pada anak, tidak memberikan latihan khusus. Anak dalam usia ini tergolong senang bermain, oleh karena itu diusahakan setiap materi yang akan diberikan haruslah mempunyai unsur bermain yang sifatnya menyenangkan, tetapi tetap tidak meninggalkan materi pokok tentang apa yang ingin dicapai oleh anak. Dengan terciptanya rasa senang dan gembira ketika belajar Penjasorkes, maka dengan sendirinya akan timbul motivasi dalam diri anak untuk terus mengikuti kegiatan pembelajaran khususnya di bidang Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar.

Untuk meningkatkan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar peserta Didik dalam proses pembelajaran Penjasorkes diperlukan beberapa faktor salah satunya adalah sarana dan prasarana yang mendukung. Sarana dan prasarana yang ada di sekolah seharusnya sudah sesuai dengan kebutuhan masing-masing materi pelajaran khususnya pada mata pelajaran Penjasorkes. Sarana dan prasarana yang tersedia di sekolah guna mendukung proses pendidikan yang bermutu dan meraih sasaran pendidikan secara optimal.

Selain itu, memodifikasi alat dan tempat yang ada di sekolah sedemikian rupa, sehingga memungkinkan terjadinya proses pembelajaran

yang optimal karena pada umumnya peralatan dan ruang yang disediakan sekolah untuk pembelajaran Penjasorkes berbeda-beda tiap sekolah di Indonesia. Dengan terciptanya beberapa modifikasi yang dilakukan oleh guru sekolah dasar baik dari peralatan dan tempat, diharapkan juga dapat menciptakan anak-anak muda yang sehat secara fisik dan mental serta sadar akan pentingnya berolahraga dan nantinya akan membawa pengaruh yang positif di lingkungannya terutama di SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman.

Hasil observasi Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman Tahun Ajaran 2015/2016 menunjukkan bahwa Peserta Didik Sekolah Dasar (SD) tersebut secara umum memiliki Aktivitas Belajar Gerak menengah ke bawah, disamping beberapa Peserta Didik memiliki intelegensi di atas rata-rata. Dalam sebuah observasi kelas, dapat diketahui bahwa Peserta Didik di Kelas IV memiliki minat dan motivasi yang kurang terhadap mata pelajaran Penjasorkes khususnya pelajaran atletik. Peserta Didik lebih menyukai pelajaran bola besar seperti materi sepak bola. Sedangkan metode yang peneliti terapkan pada proses pencapaian aktivitas gerak dan hasil belajar sebelumnya adalah Metode Ceramah dan Metode Demonstrasi, karena peneliti menganggap Metode Ceramah dan Metode Demonstrasi dapat memfokuskan apa yang akan diajarkan, seperti: Peserta Didik dapat mendengar secara langsung bagaimana langkah-langkah dari pelaksanaan materi Penjasorkes serta Peserta Didik dapat mempraktekkan yang telah diperagakan oleh guru, sehingga merasakan

pengalaman langsung dari materi yang telah diajarkan oleh guru. Tetapi dalam kenyataannya dalam proses kegiatan belajar dan mengajar Peserta Didik banyak yang mengobrol dengan temannya, mengantuk, dan malas-malasan, di mana terlihat pula dari hasil ujian tengah semester, masih banyak Peserta Didik yang belum mencapai KKM mata pelajaran Penjasorkes, yaitu sebanyak 11 orang (64,7%) yang belum tuntas dari 17 siswa, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada Tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1.
Data Awal

Aspek	Permainan	Data Awal		Kriteria
		Jumlah Siswa	Persentase	
Pemahaman Konsep	Bola Kecil	7	41.2	T
		10	58.8	TT
	Bola besar	6	35.3	T
		11	64.7	TT
	Atletik	6	35.3	T
		11	64.7	TT

TT = Tidak Tuntas

T = Tuntas

Target yang harus dicapai dalam ketuntasan belajar minimal yaitu 75% sesuai indikator kompetensi yang ditetapkan. Pada saat proses pembelajaran siswa hanya lebih banyak bermain-main, tidak benar-benar melakukan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan itu sesuai dengan arahan guru, selain itu dalam pembelajaran siswa juga memiliki minat belajar yang kurang, sehingga membuat siswa menjadi kurang aktif dalam kegiatan pembelajaran.

Berdasarkan adanya permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat bahwa diperlukan pengembangan pembelajaran yang dapat

memberikan motivasi belajar serta manfaat, menarik dan efektif pada pembelajaran Penjasorkes, memberikan kemudahan kepada guru Penjasorkes dalam menyampaikan materi, serta dapat dibentuknya dengan mudah Aktivitas Belajar Gerak pada Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman. Untuk mengatasi hal tersebut perlu dikembangkan pembelajaran Penjasorkes dengan Metode Bermain pada Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini, fokus utamanya adalah peningkatan Aktivitas Belajar Gerak guna meningkatkan Hasil Belajar Penjasorkes melalui Metode Bermain pada Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingsung Kabupaten Padang Pariaman.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan pada fokus penelitian masalah di atas, masalah penelitian dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana upaya meningkatkan Aktivitas Belajar Gerak Penjasorkes melalui Metode Bermain.
2. Bagaimana upaya meningkatkan Hasil Belajar Penjasorkes melalui Metode Bermain.

D. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil dari penelitian ini diharapkan Metode Bermain dapat dipergunakan sebagai metode untuk meningkatkan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes.

2. Manfaat Praktis

- a. Peserta Didik: Penerapan metode belajar dalam bentuk permainan membuat Peserta Didik menjadi antusias dan memiliki motivasi pada Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes.
- b. Guru: Menambah pengetahuan dan dapat mengembangkan inovasi baru bagi guru dalam mengembangkan penemuan Aktivitas Belajar Gerak guna mengaitkan dengan Hasil Belajar.
- c. Peneliti: Mendapatkan fakta bahwa Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes dalam bentuk permainan lebih sesuai pada anak SD.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

Hasil penilaian Bab IV di atas, maka dalam Bab ini diuraikan tentang simpulan dan saran. Simpulan hasil penelitian berkaitan dengan penggunaan Metode Bermain yang dalam meningkatkan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes melalui Metode Bermain Pada Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman, untuk lebih jelasnya simpulan dan saran peneliti dapat dilihat di bawah ini:

A. Kesimpulan

1. Terdapat peningkatan Aktivitas Belajar Gerak Penjasorkes melalui Metode Bermain Pada Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman. Hal ini terbukti dari hasil yang diperoleh dari tindakan persiklus yang dilakukan, di mana terdapat peningkatan hasil belajar dari Data Awal hingga Siklus ke III.
2. Terdapat peningkatan yang sangat berarti pada hasil belajar, peneliti dapat menyimpulkan bahwa Metode Bermain dapat meningkatkan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes melalui Metode Bermain Pada Peserta Didik Kelas IV SDN 09 Enam Lingkung Kabupaten Padang Pariaman.
3. Metode Bermain dapat digunakan dalam pembelajaran Penjasorkes di Sekolah Dasar. Terlihat dari hasil aktivitas pembelajaran yang diperoleh Peserta Didik pada tindakan penggunaan Metode Bermain, di mana hasilnya terdapat peningkatan dari masing-masing Siklus, dari Siklus I, Siklus II dan Siklus III berjalan jauh lebih baik dari Data Awal I.

4. Data Awal Peserta Didik belum mencapai Kriteria Ketuntasan Maksimal (KKM), kemudian setelah dilaksanakannya tindakan Metode Bermain pada Siklus III, Peserta Didik mampu mencapai Kriteria Ketuntasan Maksimal (KKM). Dengan demikian, dapat disimpulkan penggunaan Metode Bermain dapat meningkatkan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes Peserta Didik.

B. Implikasi

Implikasi dalam penelitian ini adalah guru harus mampu membuat proses pembelajaran yang aktif, kreatif, dan menyenangkan. Metode Bermain dianggap mampu membuat siswa aktif, kreatif dan menyenangkan, karena Peserta Didik diajarkan untuk bereaksi, sehingga memiliki kemampuan daya cipta untuk mengembangkan imajinasi peserta didik lebih giat dalam melakukan kegiatan pembelajaran, khususnya mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

C. Saran

Sesuai dengan hasil kesimpulan dalam penelitian ini, maka dapat dikemukakan beberapa saran untuk perbaikan ke depannya, seperti dilihat di bawah ini:

1. Pihak Dinas terkait memberikan sosialisasi dan pelatihan kepada guru Penjasorkes tentang betapa pentingnya metode bermain untuk Peserta Didik, khususnya Sekolah Dasar.
2. Bagi Kepala Sekolah, agar: memberikan sarana dan prasarana yang

memadai untuk guru agar Metode Bermain dapat berjalan dengan baik.

3. Bagi para guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, agar:Menerapkan Metode Bermain pada Peserta Didik untuk meningkatkan Aktivitas Belajar Gerak dan Hasil Belajar Penjasorkes.
4. Bagi pembaca, agar tulisan ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan, khususnya bagi pembaca yang akan melakukan Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

DAFTAR PUSTAKA

- Alnedral. 2008. *Strategi Spektrum Gaya Pengajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Padang: UNP Press Padang.
- Arikunto, Suharsimi. 2012. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Budiningsih, Asri C. 2012. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gusril. 2009. *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-Anak*. Padang: UNP Press Padang.
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*, Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) dan UPT Penerbit dan Percetakan UNS (UNS Press) Universitas Sebelas Maret.
- Panduan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) SD/MI, Jakarta: BP. Dharma Bhakti.
- Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. 1995. *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Setiawan, Donny Subekti. "Skripsi" Meningkatkan Keaktifan siswa dalam Pembelajaran Gerak Dasar Atletik dengan menggunakan Metode Bermain pada siswa Kelas IV SD Negeri Karangjati II Kecamatan Lumbang Kabupaten Pasuruan. UPT Perpustakaan UM.
- Slameto. 1995. *Belajar dan Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sagala, Syaiful. 2005. *Konsep dan Makna Pembelajaran*, Bandung: CV Alfabeta.
- Sudijono, Anas. 2009. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyanto. 1997. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sudjana, Nana. 1998. *CBSA Dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Rosdakarya.
- Sukintaka. 1992. *Teori Bermain*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan DIRJEN Pendidikan Tinggi Proek Pembinaan Tenaga Kependidikan.