

---

## PENINGKATAN EFEKTIVITAS BELAJAR TOLAK PELURU MELALUI PENGUNAAN MEDIA PELURU TIRUAN DARI BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS VI SEMESTER 1 SDN BABADAN DEMAK

Mardiwon✉

SDN Babadan Bonang, Demak  
Jawa Tengah, Indonesia

---

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*  
Diterima September 2016  
Disetujui November 2016  
Dipublikasikan Desember  
2016

*Keywords:*  
Effectiveness of Learning,  
Artificial Bullets, Media.

---

### Abstract

*This research is motivated less availability of instructional media shot put. So it needs to be replaced with another form of media-made bullets. The study design used is classroom action research. After carrying out repairs learning, student achievement is increasing both the first cycle and the second cycle. The results showed that (a) the activity of pre-cycle students by 50%, the first cycle of 70%, then the second cycle by 80% this means that there is an increase of 20% and 10%; (B) the activities of teachers by 75% pre-cycle, the first cycle is 95%, then the second cycle of 100% means there is an increase of 20% and 5%; (C) The results of student learning prasiklus son reaches 59%, the first cycle is 95%, then the second cycle of 100%; whereas female student learning outcomes pre-cycle reaches 41%, the first cycle of 79%, then the second cycle of 79%; and whereas (d) Response (Level of Satisfaction Study) students, achieve student response rate of 85%, has the following criteria Very Satisfied. This criterion illustrates that students really happy and really enjoyed the process of learning.*

---

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi kurang tersedianya media pembelajaran tolak peluru. Sehingga perlu diganti dengan media yang lain berupa peluru buatan. Desain penelitian yang dipakai adalah penelitian tindakan kelas. Setelah melaksanakan perbaikan pembelajaran, prestasi belajar siswa selalu meningkat baik siklus I maupun siklus II. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (a) aktivitas siswa prasiklus sebesar 50%, siklus pertama sebesar 70%, kemudian pada siklus kedua sebesar 80% ini berarti ada peningkatan 20% dan 10%; (b) aktivitas guru prasiklus sebesar 75%, siklus pertama sebesar 95%, kemudian pada siklus kedua sebesar 100% ini berarti ada peningkatan 20% dan 5%; (c) Hasil belajar siswa putra prasiklus mencapai sebesar 59%, siklus pertama sebesar 95%, kemudian pada siklus kedua sebesar 100%; sedangkan hasil belajar siswa putri prasiklus mencapai sebesar 41%, siklus pertama sebesar 79%, kemudian pada siklus kedua sebesar 79%; dan sedangkann (d) Respon (Tingkat Kepuasan Belajar) Siswa, mencapai tingkat respon siswa sebesar 85%, mempunyai kriteria Sangat Puas. Kriteria ini menggambarkan bahwa siswa betul-betul merasa senang dan sangat menikmati pembelajarannya.

© 2016 Universitas Muria Kudus

---

Alamat korespondensi:  
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus  
Kampus UMK Gondangmanis, Bae Kudus Gd. L. Lt I PO. BOX 53  
Kudus  
Tlp (0291) 438229 ex.147 Fax. (0291) 437198  
E-mail: mardiwon@gmail.com

p-ISSN 2087-9385  
e-ISSN 2528-696X

## PENDAHULUAN

Sarana prasarana merupakan salah satu bagian yang strategis dalam pencapaian tujuan pembelajaran. Dengan kata lain, lengkap dan tidak lengkapnya sarana prasarana pembelajaran turut mempengaruhi maksimal dan tidak maksimalnya ketercapaian tujuan pembelajaran. Sarana yang lengkap bisa memudahkan guru untuk mengejar target-target tertentu yang menjadi tujuan pembelajarannya. Begitu sebaliknya, sarana yang tidak lengkap akan menyulitkan bagi guru dalam mencapai target-target tujuan pembelajarannya (Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 24 tahun 2007).

Ini pula yang terjadi pada pembelajaran Tolak Peluru di SDN Babadan, Kondisi nyata di sekolah, media peluru hanya tersedia 2 buah, 1 peluru untuk putri dan 1 peluru untuk putra. Sementara rata-rata siswa di SDN Babadan berjumlah 40 – 45 orang, jadi komparasi antara jumlah peluru dan jumlah siswa adalah 1 : 20 putra/putri. Jelas dari gambaran tersebut bahwa proses pembelajaran Tolak Peluru menjadi tidak efektif, dan akibatnya bahwa target kurikulum menjadi sangat rendah.

Situasi dan kondisi ini sudah berjalan cukup lama dan sekolah sampai detik ini belum bisa memenuhi sarana peluru tersebut sampai batas yang cukup memadai atau kondisi ideal, misalnya dengan perbandingan 1 : 2 (1 peluru untuk 2 orang). Hal ini bisa dimengerti, karena sekolah mempunyai kebutuhan yang sangat banyak dan hampir semuanya mempunyai tingkat urgensi yang tinggi untuk di penuhi oleh sekolah. Sehingga menuntut sekolah untuk menyediakan Peluru sesuai dengan kondisi ideal, merupakan suatu yang tidak realistis dan lebih jauhnya bisa menimbulkan gejolak dan iklim yang tidak kondusif di sekolah.

Oleh karena itu perlu sebuah pemecahan masalah yang sederhana dan bisa dilakukan oleh guru. Melihat permasalahan di atas, maka satu pemikiran yang muncul adalah bahwa perlu adanya sebuah media alternatif modifikatif/tiruan untuk mengganti peluru yang memang cukup mahal. Media alternatif tiruan tersebut harus bersifat bisa mewakili karakteristik peluru, murah, banyak tersedia atau mudah didapat. Salah satu alternatif pemecahan masalah ini adalah penggunaan media peluru tiruan dari bola plastik yang bisa meningkatkan efektivitas belajar tolak peluru di kelas VI SDN Babadan.

Dalam penelitian ini membahas kemampuan dan keefektifan dalam proses pembelajaran tolak peluru di kelas VI diantaranya aktivitas siswa kelas VI dalam

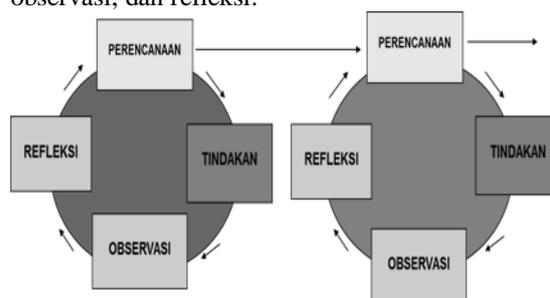
belajar tolak peluru, aktivitas guru dalam mengajar tolak peluru, respon siswa terhadap pembelajaran tolak peluru dengan media peluru tiruan dari bola plastik, hasil belajar tolak peluru yang dilakukan siswa dengan media peluru tiruan dari bola plastik.

Tujuan dari penelitian tindakan kelas ini adalah untuk mengetahui apakah media peluru tiruan dari bola plastik bisa meningkatkan efektivitas belajar di kelas VI SDN Babadan. Dalam sebuah penelitian tentunya akan memperoleh manfaat. Sama halnya dengan penelitian ini, juga terdapat manfaat diantaranya Siswa lebih partisipatif dalam proses pembelajaran tolak peluru, menambah pengalaman dalam penggunaan media belajar yang di modifikasi, pengajaran tolak peluru menjadi lebih efektif serta menjadi inspirasi pengetahuan untuk menemukan media modifikasi yang lainya dalam cabang atletik dan cabang olah raga lainya.

## METODE

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VI Semester 1 SDN Babadan Kecamatan Bonang Kabupaten Demak, dengan jumlah siswa putri 14 orang dan putra 27 orang, jadi jumlah total 41 orang siswa. Sedangkan waktu dilaksanakan penelitian dimulai dari bulan Agustus s.d. November 2015.

Desain atau rancangan penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Prosedur atau langkah-langkah yang akan dilakukan dalam penelitian ini dilaksanakan dalam kegiatan yang berbentuk siklus penelitian. Setiap siklus penelitian terdiri dari empat kegiatan pokok yaitu, perencanaan, tindakan pelaksanaan, observasi, dan refleksi.



Gambar 1. Desain Penelitian Tindakan Model Kemmis & Taggart

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan beberapa cara: observasi, tes, angket, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mengetahui secara langsung kondisi dilapangan baik saat praktik

maupun dalam penggunaan media apakah sudah efektif atau belum. Tes digunakan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan proses pembelajaran yang diukur pada akhir kegiatan setiap. Tes dalam penelitian ini berupa praktik secara langsung penggunaan media yang telah disiapkan dan teknik dalam tolak peluru. Angket digunakan untuk mengetahui seberapa besar minat belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran. Angket diedarkan pada siswa setiap akhir siklus. Dokumentasi merupakan suatu teknik pengumpulan data dengan menghimpun dan menganalisis dokumen-dokumen baik dokumen tertulis, gambar maupun elektronik.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Tindakan Prasiklus

Sebelum melakukan tindakan peneliti mengadakan studi awal hingga memperoleh kondisi awal aktivitas siswa dalam belajar tolak peluru 50 % aktif. Aktivitas guru dalam mengajar tolak peluru 76% aktif. Hasil belajar siswa awalan Pa 59% Pi 43% cukup efektif. Hasil belajar siswa cara menolak Pa 56% Pi 43% cukup efektif. Hasil Belajar siswa sikap akhir pa 63% pi 36% kurang efektif.

### Hasil Tindakan Siklus I

Hasil Tiap Aspek pada Tindakan Siklus I antara lain aktivitas siswa dalam belajar tolak peluru 70 % aktif. Aktivitas guru dalam mengajar tolak peluru 55% cukup aktif. Hasil Belajar siswa awalan Pa 95% Pi 70%. Ada peningkatan, bagi yang belum bisa menuntaskan belajar diremedial. Respon siswa terhadap proses belajar tolak peluru 85% sangat puas

### Hasil Tindakan Siklus II

Hasil yang diperoleh dalam tindakan siklus II antara lain aktivitas siswa dalam belajar Tolak Peluru 80 % Aktif. Aktivitas guru dalam mengajar Tolak Peluru 100% sangat aktif. Hasil Belajar siswa Pa 100% Pi 79% efektif. Respon siswa terhadap proses belajar tolak peluru 85% sangat puas.

#### 1. Aktivitas Siswa dalam Belajar Tolak Peluru.

Berdasarkan hasil observasi, aktivitas siswa pada siklus penelitian dengan dua siklus penelitian pada proses pembelajaran tolak peluru menunjukkan adanya peningkatan aktivitas siswa dari siklus pertama sampai siklus kedua.

Berdasarkan hasil observasi aktivitas siswa pada dua siklus penelitian pada pembelajaran tolak peluru dengan peluru tiruan dari bola plastik menunjukkan adanya peningkatan aktivitas siswa dari siklus pertama sampai siklus kedua. Hasil yang diperoleh adalah siklus pertama aktivitas siswa mencapai 70%, kemudian pada siklus kedua mencapai 80% ini berarti ada peningkatan 10% setelah ada treatment atau perbaikan pada siklus kedua, sehingga rata-rata keaktifan siswa selama dua siklus adalah 75%. Mengacu pada indikator keaktifan siswa mencapai 75% memiliki kriteria aktif. Dengan kata lain, siswa selama mengikuti pembelajaran tolak peluru dengan media peluru tiruan dari bola plastik bergerak aktif baik saat mendapat tugas dari guru atau pun inisiatif sendiri.

#### 2. Aktivitas Guru Dalam Mengajar Tolak Peluru

Berdasarkan hasil pengamatan oleh rekan guru aktivitas guru dalam mengajar tolak peluru dengan media peluru tiruan dari bola plastik mengalami kenaikan aktivitas. Aktivitas mengajar guru pada siklus pertama mencapai tingkat pencapaian 95%, sedangkan pada siklus kedua setelah melakukan treatment pada proses pembelajaran, aktivitas guru mencapai 100%. Ini berarti ada kenaikan aktivitas guru sebesar 5%, sehingga rata-rata aktivitas guru pada dua siklus mencapai 97,5%. Mengacu pada indikator aktivitas guru mencapai 97,5% termasuk kriteria sangat aktif. Ini artinya guru dalam mengajar betul-betul sesuai dengan skenario pembelajaran atau RPP.

#### 3. Hasil Belajar siswa

Berdasarkan hasil tes praktik yang dilakukan kepada siswa, dari mulai awalan, cara menolak, dan sikap akhir Tolak Peluru, pada akhir siklus ternyata mendapat kenaikan.

Pada siklus pertama hasil tes praktik awalan mencapai, putri 75%, dan putra 95%. Ini artinya, ada sebanyak 12 orang siswa putri yang mampu menuntaskan pembelajaran dari 14 orang, dan ada 26 orang siswa putra yang mampu menuntaskan pembelajaran dari 27 orang.

Masih pada siklus pertama, hasil tes praktik cara menolak mencapai, putri 80% dan putra 95%. Ini artinya, ada sebanyak 11 orang putri yang mampu menuntaskan pembelajaran, dan 26 orang putra yang mampu menuntaskan pembelajaran.

Dari siklus pertama, hasil tes praktik sikap akhir mencapai 65% putri, dan 80% putra. Ini artinya ada 8 orang putri yang mampu

menuntaskan pembelajaran, dan ada 26 orang putra yang mampu menuntaskan pembelajaran.

Pada siklus kedua ada peningkatan pada tes praktik tiap aspek. Pada tes praktik awalan mencapai 100% putra, dan 80% putri. Ini berarti bahwa ada 11 orang siswa yang mampu menuntaskan pembelajarannya, artinya untuk putra semua siswa mampu menuntaskan pembelajarannya, dan untuk putri ada 27 orang yang mampu menuntaskan pembelajarannya.

Pada tes praktik cara menolak terlihat mencapai 100% putra dan 80% putri. Ini berarti ada sebanyak 27 orang putra yang mampu menuntaskan pembelajaran, dan 11 orang siswa putri yang mampu menuntaskan pembelajaran.

Sementara pada tes praktik sikap akhir persentase mencapai 100% putra dan 80% untuk putri. Ini artinya bahwa ada 27 orang putra yang mampu menuntaskan pembelajaran, dan ada 11 orang putri yang mampu menuntaskan pembelajaran.

Aspek awalan pada siklus pertama mencapai 95% putra, dan 70% untuk putri, sedangkan pada siklus kedua putra mencapai 100% dan putri 80%. Ada kenaikan 5% untuk putra dan ada lonjakan kenaikan 10% untuk putri, dan rata-rata ketuntasan belajar untuk aspek Awalan mencapai 97,5% putra dan putri mencapai 75%. Mengacu pada indikator hasil belajar siswa menunjukkan bahwa pembelajaran awalan pada tolak peluru dengan menggunakan media modifikasi bola plastik, berkategori sangat efektif untuk putra dan efektif untuk putri.

Aspek cara menolak pada siklus pertama mencapai 95% putra, dan 80% untuk putri, sedangkan pada siklus kedua putra mencapai 100% dan putri 80%. Ada kenaikan 5% untuk putra dan tidak ada kenaikan 0% untuk putri, dan rata-rata ketuntasan belajar untuk aspek Awalan mencapai 97,5% putra dan putri mencapai 80%. Mengacu pada indikator hasil belajar siswa menunjukkan bahwa pembelajaran cara menolak pada tolak peluru dengan menggunakan media modifikasi bola plastik, berkategori sangat efektif untuk putra dan sangat efektif untuk putri.

Aspek Sikap Akhir pada siklus pertama mencapai 95% putra, dan 60% untuk putri, sedangkan pada siklus kedua putra mencapai 100% dan putri 80%. Ada kenaikan 5% untuk putra dan ada lonjakan kenaikan 20% untuk putri, dan rata-rata ketuntasan belajar untuk aspek Awalan mencapai 97,5% putra dan putri mencapai 80%. Mengacu pada indikator hasil belajar siswa menunjukkan bahwa pembelajaran sikap akhir pada tolak peluru dengan menggunakan media peluru tiruan dari bola

plastik, berkategori sangat efektif untuk putra dan sangat efektif untuk putri.

#### 4. Respon Siswa Terhadap Proses Pembelajaran

Berdasarkan angket respon, yang disebarkan kepada siswa setelah selesai pelaksanaan pembelajaran siklus kedua, dapat dinyatakan bahwa pada umumnya siswa kelas VI bersikap positif terhadap proses pembelajaran tolak peluru dengan menggunakan media peluru tiruan dari bola plastik. Dalam pembelajaran siswa yang merasa senang dengan materi tolak peluru menggunakan media peluru tiruan dari bola plastik 85%, sedangkan yang menyatakan biasa-biasa saja 10%, dan merasa tidak senang 5%. Kondisi ini berarti, bahwa sebagian besar siswa menikmati proses pembelajaran tolak peluru dengan media peluru tiruan dari bola plastik.

Dalam kaitannya dengan fungsi bola plastik sebagai pengganti peluru sesungguhnya ditanggapi positif oleh siswa, dengan pernyataan bahwa sebanyak 85% menyatakan bola plastik memudahkan dalam proses pembelajaran tolak peluru, sebanyak 10% menyatakan biasa-biasa saja, dan hanya sebesar 5% yang merasa disusahkan.

Lalu terkait dengan perintah atau tugas-tugas selama proses pembelajaran berlangsung, tanggapannya juga sebagian besar positif, yaitu 80% menyatakan mudah, 10% menyatakan biasa-biasa saja, dan yang menyatakan susah hanya sebesar 10%.

Ketika dimintai tanggapan tentang kelanjutan pembelajaran tolak peluru dengan menggunakan media peluru tiruan dari bola plastik, sebagian besar siswa menyatakan bisa dilanjutkan 90%, dengan alasan memudahkan belajar 80%, dan selama peluru belum ada 10%, sementara siswa yang menyatakan jangan diteruskan sebanyak 10%, dengan alasan menyusahkan pembelajaran sebesar 2%, dan sisanya 8% menyatakan harus segera diganti.

Mengacu pada Indikator Respon (Tingkat Kepuasan Belajar) Siswa, maka rata-rata tingkat respon siswa 85%, mempunyai kriteria sangat puas. Kriteria ini menggambarkan bahwa siswa betul-betul merasa senang dan sangat menikmati pembelajarannya.

## SIMPULAN

Penelitian Tindakan Kelas dengan judul Peningkatan Efektivitas Belajar Tolak Peluru Melalui Penggunaan Media Peluru Tiruan dari Bola Plastik Pada Siswa Kelas VI SDN

Babakan Kecamatan Bonang Kabupaten Demak menghasilkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Aktivitas siswa selama mengikuti proses pembelajaran Tolak peluru dengan menggunakan media peluru tiruan dari bola plastik di kategorikan sangat aktif. Dan setelah dilakukan siklus kedua, aktivitas siswa mengalami peningkatan keaktifan rata-rata sebesar 75% . Kalau mengacu pada Indikator Keaktifan Siswa maka besaran keaktifan sebesar 75% termasuk kriteria Aktif.
2. Aktivitas mengajar guru pada siklus pertama mencapai tingkat pencapaian 95%, sedangkan pada siklus kedua setelah melakukan treatment pada proses pembelajaran, aktivitas guru mencapai 100%. Ini berarti ada kenaikan aktivitas guru sebesar 5%, sehingga rata-rata aktivitas guru pada dua siklus mencapai 97,5%. Mengacu pada Indikator Aktivitas Guru, besaran angka 97,5% termasuk kriteria Sangat Aktif.
3. Rata-rata Ketuntasan Belajar untuk aspek Awalan mencapai 97,5% putra dan putri mencapai 75%. Mengacu pada Indikator Hasil Belajar Siswa pada Tabel 3.2, persentase tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran Awalan pada Tolak Peluru dengan menggunakan media peluru tiruan dari bola plastik, berkategori Sangat Efektif untuk putra dan efektif untuk putri. Rata-rata ketuntasan belajar untuk aspek Cara Menolak mencapai 97,5% putra dan putri mencapai 80%. Mengacu pada Indikator Hasil Belajar Siswa pada Tabel 3.2, persentase tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran Cara Menolak pada Tolak Peluru dengan menggunakan media modifikasi bola plastik, berkategori Sangat Efektif untuk putra dan Efektif untuk putri. Rata-rata Ketuntasan Belajar untuk aspek Sikap Akhir mencapai 97,5% putra dan putri mencapai 70%. Mengacu pada Indikator Hasil Belajar Siswa pada Tabel 3.2, persentase tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran Sikap Akhir pada Tolak Peluru dengan menggunakan media peluru tiruan bola plastik, berkategori

Sangat Efektif untuk putra dan Efektif untuk putri.

4. Respon siswa mengacu pada Indikator Respon Siswa, maka rata-rata tingkat respon siswa 85%, mempunyai kriteria Sangat Puas.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1996. *Pengelolaan Kelas dan Siswa*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Arsyad, Azhar. 2009. *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Huda, Miftahul. 2014. *Model-model Pengajaran dan Pembelajaran. Isu-isu Metodis dan Paradigmatis*. Yogyakarta: Puspita Pelajar.
- Karwati, Euis. Priansa, Donni Juni. 2013. *Kinerja dan Profesionalisme Kepala Sekolah. Membangun Sekolah Bermutu*. Bandung: Alfabeta.
- Rivai, H. Veithzal. 2001. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efektivitas Belajar Mahasiswa*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Sadiman, Arief S. 1996. *Media Pendidikan, Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sardiman A.M. 2011. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Shoimin, Aris. 2014. *68 Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Suparman, Atwi. 1997. *Desain Instruksional*. Jakarta: PAU PPAI UT.
- Surya, Mohamad. 2004. *Psikologi Pembelajaran & Pengajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Sudrajat, Akhmad. 2008. Pengertian, Fungsi, dan Media Pembelajaran. Artikel online at

[https://akhmadsudrajat.wordpress.com/  
2008/01/12/konsep-media-  
pembelajaran/](https://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/12/konsep-media-pembelajaran/)