

---

## UPAYA MENINGKATKAN PRESTASI BELAJAR PENJASORKES MATERI LEMPAR TURBO MELALUI METODE *TEAM GAME TOURNAMENT* PADA SISWA KELAS V SEMESTER 2 SDN WONOREJO 1 KARANGANYAR DEMAK

Suhartono✉

SDN Wonorejo I Karanganyar Demak  
Jawa Tengah, Indonesia

---

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*  
Diterima Oktober 2016  
Disetujui Nvember 2016  
Dipublikasikan Desember 2016

*Keywords:*  
Throw Turbo, Learning Physical Education and Health, TGT

---

### Abstract

*The research problems are whether the use of the method TGT (Team Game Tournamen) or Gaming Team can improve learning achievement of Physical Education and Health (PEH) on the subject matter of the development of coordination numbers basic technique athletics (throwing turbo) at student Class V SD Negeri Wonorejo 1 Karanganyar Demak? The researches carried out by two cycles of the first cycle and the second cycle with each cycle consisting of planning, implementation, observation and reflection. Of the implementation cycle I and II obtained an average yield of 69.94 value before repairs, completeness 18 out of 32 students (56.00%), the first cycle value - average 74.24, completeness 25 out of 32 students (77.00% ), the second cycle value- average 80.00, completeness 30 from 32 students (95.00%). From these results it can be concluded (i) an increase learning achievement PEH turbo throwing material through TGT method in class V students of SD Negeri Wonorejo 1 Academic Year 2015/2016.*

---

### Abstrak

Rumusan masalah penelitian ini adalah apakah penggunaan metode TGT (*Team Game Tournamen*) atau Permainan Beregu dapat meningkatkan prestasi belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) pada materi pokok pengembangan koordinasi beberapa nomor tehnik dasar atletik (lempar turbo) pada siswa Kelas V SD Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak? Penelitian ini dilaksanakan dengan dua siklus yaitu siklus I dan siklus II dengan masing-masing siklus terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Dari pelaksanaan siklus I dan II diperoleh hasil rata-rata nilai sebelum perbaikan 69,94, ketuntasan 18 dari 32 siswa (56,00%), siklus I nilai rata – rata 74,24, ketuntasan 25 dari 32 siswa (77,00%), siklus II nilai rata – rata 80,00, ketuntasan 30 dari 32 siswa (95,00%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan (i) terjadi peningkatan prestasi belajar Penjasorkes materi lempar turbo melalui metode TGT pada siswa kelas V SD Negeri Wonorejo 1 Tahun Pelajaran 2015/2016.

© 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. It I PO. BOX 53  
Kudus  
Tlp (0291) 438229 ex.147 Fax. (0291) 437198  
E-mail: hartonohidayat53@yahoo.co.id

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

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sarana bagi suatu bangsa untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Melalui pendidikan peserta didik diajarkan berbagai ilmu pengetahuan, dididik sesuai norma dan nilai-nilai yang berlaku serta dikembangkan potensi yang dimiliki untuk meningkatkan ilmu mutu pendidikan. Dalam praktiknya, upaya pe-ningkatan mutu pendidikan ini tidak mudah. Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah, melalui berbagai kebijakan-kebijakan dan peraturan, namun hasilnya pun masih belum maksimal. Mutu pendidikan terkait erat dengan proses pembelajaran di sekolah. Proses pembelajaran sangat bergantung pada kemampuan guru dalam mengelola kelas sebagai subjek dan objek pembelajaran.

Berdasarkan penegasan di atas, dapat dikatakan bahwa guru adalah pemegang kunci keberhasilan mutu pendidikan. Dalam PP No. 74 tahun 2008 tentang guru, guru didefinisikan sebagai pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini, jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Guru harus memiliki berbagai kompetensi meliputi kompetensi pedagogik, kompetensi ke-pribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional yang diperoleh melalui pendidikan profesi.

Inovasi-inovasi yang dilakukan guru dalam tugasnya sebagai pendidik diharapkan mampu meningkatkan hasil belajar siswa. Mengingat bahwa guru juga memberi pengaruh terhadap hasil belajar siswa. Sebagaimana dikemukakan oleh Uno(2008) bahwa seorang guru sangat berpengaruh terhadap hasil belajar yang dapat ditunjukkan oleh peserta didiknya. Oleh karena itu perubahan-perubahan berkaitan dengan tugas mengajar guru harus selalu ditingkatkan.

Pemilihan metode mengajar juga perlu diperhatikan karena tidak semua materi dapat diajarkan dengan hanya satu metode mengajar. Guru hendaknya dapat memilih metode mengajar yang dianggap sesuai dengan materi yang hendak diajarkan. Hal ini dimaksudkan agar pengajaran khususnya mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dapat berlangsung secara efektif, efisien dan tidak membosankan.

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan mata pelajaran yang diwajibkan untuk kurikulum di

jenjang pendidikan dasar, menengah, dan mata kuliah wajib untuk kurikulum pendidikan tinggi, sebagaimana yang diamanatkan dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas pasal 37.

Berdasarkan hal tersebut Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) tidak bisa dianggap remeh karena merupakan mata pelajaran yang diwajibkan, sehingga upaya-upaya untuk memperbaiki proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) di sekolah-sekolah maupun perguruan tinggi harus terus ditingkatkan.

Dari hasil observasi awal yang dilakukan terhadap siswa kelas V SD Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak, penulis merasa masih ada kekurangan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) dengan materi pokok pengembangan koordinasi beberapa nomor teknik dasar atletik (lempar turbo). Hal tersebut terlihat dari rendahnya nilai rata-rata kelas hanya sebesar 69,94 dan rendahnya tingkat ketuntasan penguasaan materi siswa sebesar 56,00% yang artinya dari 32 siswa hanya 14 siswa yang tuntas sedangkan yang 18 siswa sisanya belum tuntas. Ketuntasan siswa dalam belajar didasarkan pada nilai KKM setiap Kompetensi Dasar.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penulis tertarik untuk melaksanakan penelitian tindakan kelas tentang Pengembangan Koordinasi Beberapa Nomor Teknik Dasar Atletik (Lempar Turbo) melalui Penggunaan Metode *TGT (Team Game Tournamen)* atau Permainan Beregu. Pembelajaran yang dilaksanakan menggunakan metode *TGT (Team Game Tournamen)* menjadikan pembelajaran lebih menyenangkan dan memotivasi siswa untuk aktif dalam pembelajaran, sehingga meningkatkan hasil belajar siswa.

## METODE PENELITIAN

Subyek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Kelas V SD Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun Pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 32 siswa. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan yang terdiri dari empat tahapan yaitu: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi (Arikunto, dkk: 2009). Prosedur PTK ini dilakukan dalam 2 siklus, setiap siklus terdiri dari satu pertemuan.

Sumber data penelitian ini berasal dari guru, siswa, dan data dokumen. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu melalui

tes dan non tes. Variabel dalam penelitian ini meli-puti variabel masalah rendahnya hasil belajar siswa. Jenis data yang digu-nakan yaitu data kuantitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik tes dan nontes yang terdiri dari observasi, catatan la-pangan, dan dokumentasi. Sedangkan teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif berupa hasil belajar ranah kognitif dalam pembela-jaran penjasorkes dianalisis mengguna-kan teknik analisis deskriptif dengan menentukan skor berdasarkan proporsi, menghitung ketuntasan belajar secara klasikal, dan menghitung nilai rata-rata kelas.

Data kualitatif berupa data hasil observasi aktivitas siswa dan hasil belajar ranah psikomotorik dalam pembelajaran penjasorkes materi lempar turbo menggunakan model TGT (*Team Game Tournament*). Hasil perhitungan dikelompokkan ke dalam 4 kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang. Adapun cara untuk mengolah data skor dan menentukan klasifikasi-nya menurut Aqib (2008) adalah sebagai berikut:

$$\text{Rata-rata kelas } X = \frac{\sum X}{\sum N}$$

Keterangan :

X = nilai rata rata

$\sum X$  = jumlah semua nilai peserta didik

$\sum N$  = jumlah peserta didik

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Pra Siklus

Sebelum penggunaan metode TGT (*Team Game Tournament*) atau Permainan Beregu diperoleh nilai rata-rata prestasi belajar siswa adalah 69,94 dan ketuntasan belajar baru mencapai 56,00% atau hanya ada 14 siswa dari 32 siswa yang sudah tuntas belajar. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada prasiklus secara klasikal siswa belum tuntas belajar, karena siswa yang memperoleh nilai  $\geq 70$  hanya sebesar 56,00 % lebih kecil dari persentase ketuntasan yang dikehendaki yaitu sebesar 90%. Hal ini disebabkan karena siswa masih me-ngalami kesulitan memahami materi. Secara lengkap hasil tersebut disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 1 Data Hasil Tes Formatif Pra Siklus

No	Uraian	Hasil Pra Siklus
1	Jumlah Siswa	32

2	Jumlah Siswa Tuntas	14
3	Jumlah Siswa Tidak Tuntas	18
4	Tingkat Ketuntasan	56,00%
5	Rata-rata	69,94
6	Nilai Tertinggi	80
7	Nilai Terendah	40

### Siklus I

Tabel 2 Data Hasil Tes Formatif Siklus I

No	Uraian	Siklus I
1	Jumlah Siswa	32
2	Jumlah Siswa Tuntas	25
3	Jumlah Siswa Tidak Tuntas	7
4	Tingkat Ketuntasan	77,00%
5	Rata-rata	74,24
6	Nilai Tertinggi	85
7	Nilai Terendah	55

Dari tabel di atas dapat digam-barkan bahwa dari pelaksanaan siklus I diperoleh hasil tingkat ketuntasan dan nilai rata-rata siswa yang sudah meningkat, namun masih memerlukan perbaikan karena belum sesuai dengan harapan yaitu tingkat ketuntasan 90%. Dari 32 siswa hanya 25 siswa yang mencapai ketuntasan (77,00%) dan seba-nyak 7 (23,00%) siswa dinyatakan belum tuntas. Nilai rata-rata siswa juga bisa dikatakan sudah meningkat, yaitu sebesar 74,24. Nilai terendah yang diperoleh siswa terjadi peningkatan yaitu dari 40 meningkat menjadi 55 dan nilai tertinggi sudah mencapai 85. Harapannya nilai terendah minimal sesuai KKM dan nilai tertinggi ada yang mencapai nilai 90 tidak hanya satu atau dua anak saja. Setelah penggunaan metode pem-belajaran TGT (*Team Game Tournament*) atau Permainan Beregu diperoleh nilai rata-rata prestasi belajar siswa adalah 74,24 dan ketuntasan belajar mencapai 77,00% atau sudah ada 25 siswa dari 32 siswa yang sudah tuntas belajar. Dari data ini dipeorleh hasil yang cenderung meningkat dibandingkan pada pra siklus.

### Siklus II

Tabel 3 Data Hasil Tes Formatif Siklus II

No	Uraian	Siklus II
1	Jumlah Siswa	32
2	Jumlah Siswa Tuntas	30
3	Jumlah Siswa Tidak Tuntas	2
4	Tingkat Ketuntasan	95,00%
5	Rata-rata	80,00
6	Nilai Tertinggi	90
7	Nilai Terendah	60

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa dari pelaksanaan siklus II diperoleh hasil tingkat ketuntasan dan nilai rata-rata siswa mengalami peningkatan dan sudah sesuai dengan harapan yaitu tingkat ketuntasan 90%. Dari 32 siswa, sebanyak 30 siswa (95,00%) sudah mencapai ketuntasan belajar. Dengan demikian secara keseluruhan siswa sudah mencapai ketuntasan dan sesuai target yang diharapkan.

Rekapitulasi hasil peningkatan keterampilan guru, aktivitas siswa, hasil belajar siswa disajikan dalam penjelasan berikut.

**Tabel 1.** Rekapitulasi Hasil Tes Siswa pra siklus, siklus I, dan II

No	Uraian	Pra Siklus	Hasil Siklus I	Hasil Siklus II
1	Jumlah Siswa	32	32	32
2	Jumlah Siswa Tuntas	14	25	30
3	Jumlah Siswa Tidak Tuntas	18	7	2
4	Tingkat Ketuntasan	56%	77%	95%
5	Rata-rata	69,94	74,24	80,00
6	Nilai Tertinggi	80	85	90
7	Nilai Terendah	40	55	60

Berdasarkan analisis data, diperoleh aktivitas siswa dalam proses pembelajaran 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. Pada siklus I terjadi peningkatan ketuntasan dari hanya 17 siswa yang tuntas menjadi 25 siswa yang tuntas, dan pada siklus II juga mengalami peningkatan ketuntasan dari 25 siswa menjadi 30 siswa yang tuntas.

Aktivitas siswa dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olah-raga dan Kesehatan (PJOK) pada pokok bahasan pengembangan koordinasi beberapa nomor teknik dasar atletik (lempar turbo) dengan metode pembelajaran *TGT (Team Game Tournamen)* atau Permainan Beregu yang paling dominan adalah mende-ngarkan/memperhatikan penjelasan gu-ru, dan kerja sama serta solidaritas yang tinggi untuk meraih kesuksesan bersama dalam pembelajaran sesuai dengan karakteristik metode pembela-jaran *TGT (Team Game Tournamen)* atau Permainan Beregu. Jadi dapat dikatakan bahwa aktivitas siswa dapat dikategorikan aktif.

Dengan demikian, metode pem-belajaran *TGT (Team Game Tournamen)* atau Per-mainan Beregu sangat dibutuhkan guru untuk memperbaiki pembelajaran. Hal ini dimungkinkan karena metode tersebut lebih mene-kankan kepada tanggung jawab pribadi sebagai pribadi yang harus memahami materi dan menyelesaikan suatu tugas secara tuntas dalam kelompoknya.

Sebagaimana dijelaskan dalam teori, bahwa metode tersebut dapat memberi motivasi lebih kepada siswa untuk terlibat aktif dalam usaha untuk bekerja sama dan saling membantu antar temannya dalam belajar sehingga mereka dapat membangun sendiri pemahaman secara bersama-sama.

Pada penggunaan metode pem-belajaran *TGT (Team Game Tour-namen)* atau Permainan Beregu diperoleh temuan bahwa metode *TGT (Team Game Tournamen)* atau Perma-inan Beregu dapat meningkatkan pe-mahaman siswa dalam menyelesaikan berbagai permasalahan pengembangan koordinasi beberapa nomor tehnik da-sar atletik (lempar turbo) di mana mate-ri pengembangan koordinasi beberapa nomor tehnik dasar atletik (lempar turbo) membutuhkan konsep-konsep yang sederhana akan tetapi sangat luas makna dan cakupannya. Sehingga de-ngan menggunakan metode *TGT (Team Game Tournamen)* atau Perma-inan Beregu, siswa diharapkan dapat lebih memahami materi tersebut. Di samping itu, proses pembelajaran ber-langsung lebih hidup dan menarik. Sebagian besar siswa sangat antusias mengikuti proses pembelajaran. Keak-tifan siswa sangat terlihat saat siswa antusias bekerja sama untuk meraih point maksimal dengan menggunakan metode *TGT (Team Game Tournamen)* atau Permainan Beregu.

Melalui metode ini, siswa yang sebelumnya belajar secara individu, tanpa kompetisi dan penghargaan ke-mudian dikondisikan dengan adanya kompetisi dan penghargaan yang men-jadi motivasi bagi keberhasilan belajar mereka dan suasana pembelajaran da-pat berlangsung lebih menarik dan ber-variasi tidak monoton. Rasa percaya di-ri siswa juga meningkat karena siswa dikondisikan untuk menyampaikan ide dan pendapat.

## SIMPULAN

Metode pembelajaran *TGT (Team Game Tournamen)* atau Perma-inan Beregu dapat meningkatkan pres-tasi belajar Pendidikan

Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) tentang Pengembangan koordinasi beberapa nomor tehnik dasar atletik (lempar turbo) pada siswa Kelas V SD Negeri Wonorejo 1 Kecamatan Karang-anyar Kabupaten Demak semester 2 tahun pelajaran 2015/2016.

Guru diharapkan memiliki ke-mampuan dan pengetahuan yang cukup untuk memilih metode pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa serta mata pelajaran yang manjadi pokok bahasan sehingga dapat meningkatkan hasil belajar, salah satunya ada-lah metode pembelajaran TGT (*Team Game Tournamen*) atau Permainan Beregu. Guru hendaknya membiasakan diri untuk melakukan perbaikan pembelajaran apabila ketuntasan siswa masih jauh dari yang diharapkan dengan mencoba berbagai variasi metode dan model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa.

#### DAFTAR PUSTAKA

Aqib, Zainal. 2009. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung : Yrama Media.

Belajar. <https://id.wikipedia.org/wiki/belajar> diakses tanggal 13/08/2014

Departemen Agama RI. 2004. *Kurikulum Madrasah Ibtidaiyah (Standart Kompetensi)*. Jakarta. Departemen Pendidikan Nasional. 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.

Hamalik, Oemar. 2011. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara

Harahap, Nasrun. 1994. *Penilaian Hasil Belajar*. Surabaya : Usaha Nasional

Heruman. 2007. *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Heruman. 1990. *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Sekolah Dasar*. Malang: IKIP Malang.

Lumintuarso, Ria. 2008. *Peralatan Olahraga Anak untuk Pengembangan Multilateral*. Jakarta : Depdiknas.

Purwanto. 2009. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta