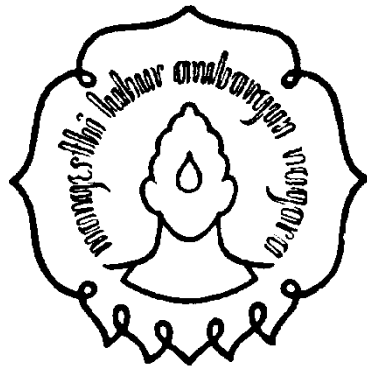


**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR LOKOMOTOR  
MELALUI APLIKASI PERMAINAN BEREGU  
PADA SISWA KELAS III SD NEGERI 1 GANCANG  
KECAMATAN GUMELAR KABUPATEN BANYUMAS  
TAHUN PELAJARAN 2011/2012**



**SKRIPSI**

**Oleh:**

**DARMAWAN ADI NUGROHO  
X4608513**

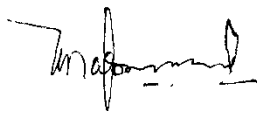
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SEBELAS MARET  
SURAKARTA  
September 2012**

## PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.


Surakarta, Agustus 2012

Pembimbing I



**Drs. Sarwono, M.S.**  
NIP. 19600614 198603 1 002

Pembimbing II



**Waluyo, S.Pd., M.Or.**  
NIP. 19720617 199802 1 001

## ABSTRAK

Darmawan Adhi Nugroho. **UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR LOKOMOTOR MELALUI APLIKASI PERMAINAN BEREGU PADA SISWA KELAS III SD NEGERI I GANCANG KECAMATAN GUMELAR KABUPATEN BANYUMAS TAHUN PELAJARAN 2011/2012.** Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. September 2012.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor melalui permainan beregu pada siswa kelas III SD Negeri I Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas tahun pelajaran 2011/ 2012.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam 2 siklus. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas III SD Negeri I Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas tahun pelajaran 2011/ 2012 yang berjumlah 22 siswa terdiri dari 13 siswa putra dan 9 siswa putri. Sumber data berasal dari guru dan siswa. Teknik pengumpulan data dengan tes dan observasi nilai hasil belajar proses kegiatan pembelajaran gerak dasar lokomotor melalui permainan beregu. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan teknik persentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran.

Dari hasil penelitian terdapat peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor dan hasil ketuntasan belajar siswa, dari kondisi pratindakan, siklus I hingga siklus II. Kemampuan gerak dasar lokomotor pada kondisi pratindakan (144,59), siklus I (149,86) dan siklus II (155,50), sehingga peningkatan dari kondisi pratindakan hingga akhir siklus II sebesar (10,91). Sedangkan hasil ketuntasan belajar siswa pada kondisi pratindakan (45.46%), siklus I (68.18%) dan siklus II (81.82%), sehingga peningkatan dari kondisi pratindakan hingga siklus II sebesar (36.36%).

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa: penerapan permainan beregu dapat meningkatkan semangat siswa, keaktifan siswa, pembelajaran menjadi efektif, dan meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor siswa kelas III SDN I Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2011/2012.

Kata kunci: gerak dasar lokomotor, permainan beregu

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, Melalui pendidikan jasmani manusia dapat belajar lebih banyak hal yang berhubungan dengan afektif, kongnitif, dan psikomotor yang merupakan bekal manusia untuk mencapai tujuan hidup. Pada dasarnya pendidikan jasmani harus sudah ditanamkan sejak masih kanak-kanak karena pada umumnya jika ingin menguasai berbagai macam aktivitas, dasarnya harus diletakan pada masa kanak-kanak dan menurut para orang dewasa kebanyakan hobi dari mereka berdasarkan pengalaman pada masa kanak-kanak. Usia sekolah dasar merupakan masa-masa yang sangat menentukan pertumbuhan dan perkembangan fisik serta gerak yang memegang peranan penting dalam pembentukan individu yang berkualitas dikemudian hari.

Pendidikan jasmani tidaklah mungkin terlepas dari belajar, untuk lebih spesifiknya dinamakan “pembelajaran” melalui pembelajaranlah anak dapat mengetahui lebih banyak hal, disinilah anak dididik dan dibina untuk menjadi manusia yang berkualitas dari yang tidak bisa menjadi bisa, melalui proses belajar tersebut pendidikan jasmani ingin mewujudkan sumbangannya terhadap perkembangan anak, sebuah perkembangan yang tidak berat sebelah. Perkembangan bersifat menyeluruh, sebab yang dikembangkan bukan saja aspek jasmaniah yang lazim disebut psikomotorik. Namun juga, perkembangan pengetahuan dan penalaran yang dicakup dalam istilah kongnitif. Selain itu dapat dicapai juga perkembangan watak serta sifat-sifat kepribadiannya, yang tercakup dalam istilah perkembangan afektif.

Struktur dan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar yang ada sekarang memiliki ciri-ciri yang terdiri atas keterampilan teknik dasar beberapa cabang olahraga. Keterampilan teknik dasar olahraga ini, akan dapat dikuasai bila sebelumnya menguasai keterampilan gerak dasar. Keterampilan gerak dasar disekolah dasar itu dapat dibagi menjadi beberapa kategori meliputi tiga macam,

yaitu: lokomotor, non lokomotor, dan manipulasi. Menurut BNSP (2006: 2) bahwa salah satu tujuan pelaksanaan pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar adalah meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.

Pada dasarnya gerak dasar manusia adalah jalan, lari, lompat dan lempar (Syarifudin dan Muhadi, 1992: 24). Bentuk gerakan dasar tersebut telah dimiliki oleh murid-murid sekolah dasar. Gerak dasar jalan, lari dan lompat merupakan gerak dasar lokomotor yang perlu dikembangkan di sekolah dasar (SD) disamping gerak dasar lainnya, Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu domain dari gerak dasar fundamental (*fundamental basic movement*), di samping gerak dasar non-lokomotor dan gerak dasar manipulatif, gerak dasar lokomotor yang merupakan pokok bahasan yang diajarkan disekolah dasar (SD). Gerak dasar lokomotor merupakan dasar macam-macam keterampilan yang sangat perlu adanya bimbingan, latihan, dan pengembangan agar anak-anak dapat melaksanakan dengan baik dan benar. Gerak lokomotor diartikan sebagai gerak yang berpindah tempat. Gerak lokomotor merupakan jenis gerakan yang ditandai dengan pergerakan seluruh tubuh, dalam proses perpindahan tempat atau titik berat badan dari satu bidang tumpu ke bidang tumpu lainnya. Jenis gerakan lokomotor yaitu: berjalan, berlari, meloncat, melayang dan jenis gerakan lainnya yang ditandai dengan perubahan tempat.

Gerak lokomotor mempunyai peran penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani, terutama cabang olahraga yang menuntut perpindahan tempat atau titik berat badan seperti lari cepat, lompat jauh, lompat tinggi dan cabang olahraga lainnya. Para siswa sekolah dasar seringkali mengalami hambatan atau kesulitan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang menuntut kemampuan gerak lokomotor. Pada umumnya pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah-sekolah termasuk sekolah dasar didasarkan pada keterampilan yang sebenarnya atau menggunakan peralatan sebenarnya. Dari pembelajaran keterampilan tersebut, ternyata siswa sekolah dasar mengalami kendala atau kesulitan, karena pada masa kanak-kanak kemampuan gerak lokomotor baru berkembang, sehingga pembelajaran pendidikan jasmnai tidak dapat dilaksanakan secara maksimal. Untuk mengatasi kendala atau kesulitan dalam pembelajaran

pendidikan jasmani, maka seorang guru harus mampu mencari solusi yang tepat agar tujuan pembelajaran pendidikan jasmani tercapai salah satunya dengan cara permainan. Lutan (2001: 21) menyatakan bahwa kemampuan gerak dasar dapat diterapkan dalam aneka permainan, olahraga, dan aktivitas jasmani yang dilakukan sehari-hari. Melalui aktivitas bermain, sangatlah tepat untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar anak di sekolah dasar, karena pada dasarnya dunia anak-anak adalah dunia bermain. Permainan merupakan salah satu jenis kegiatan yang sangat digemari oleh anak-anak. Permainan memberikan kesenangan yang lebih besar, Menurut Patty (2008) jenis permainan ada enam macam yaitu : (1) Permainan pengenalan, (2) permainan perorangan, (3) permainan beregu, (4) permainan pada upacara pesta, (5) permainan dalam air, (6) permainan pramuka.

Guru pendidikan jasmani jarang sekali memperbaharui jenis- jenis permainan yang diterapkan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar sehingga hal ini mendorong peneliti untuk mencoba jenis-jenis permainan yang bisa digunakan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar anak-anak. Jenis permainan yang akan diteliti adalah permainan beregu, karena permainan ini lebih mudah diterapkan dan sesuai dengan karakter usia anak SD. Permainan tersebut mempunyai tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani salah satunya yang berhubungan dengan kemampuan gerak dasar lokotor. Di samping itu juga jenis permainan tersebut lebih mudah digunakan dan diterapkan pada siswa namun dari jenis permainan tersebut belum diketahui tingkat efektivitasnya terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar yang berhubungan dengan ketrampilan bagi pelakunya.

Pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri 01 Gancang kecamatan Gumelar kabupaten Banyumas, terutama kelas 3 masih menggunakan pembelajaran konvensional, dari hasil observasi di lapangan saat pembelajaran masih menggunakan peralatan dan keterampilan yang sebenarnya, contohnya lari memutar lapangan, jalan keliling kampung, melompat ke bak pasir. sering kali dilaksanakan di jalan kampung sekitar sekolah. Dalam kegiatan pembelajaran masih ada beberapa siswa yang tidak mengikuti pembelajaran dengan beberapa

alasan, diantaranya: bosan, capek, tidak menyukai materi pembelajaran . Hal ini menyebabkan kemampuan gerak dasar siswa SD Negeri 01 Gancang kecamatan Gumelar kabupaten Banyumas belum optimal, hal ini dibuktikan masih banyak siswa yang nilainya di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Jika siswa kurang gerak dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani maka akan berdampak pada tingkat kemampuan geraknya. Melalui pembelajaran permainan beregu diharapkan para siswa menemukan suasana baru yang menyenangkan dengan suasana yang menyenangkan siswa akan lebih tertarik dan senang dalam mengikuti pembelajaran, sehingga siswa lebih aktif bergerak. Dengan siswa aktif bergerak, maka akan meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotornya.

Namun pembelajaran permainan beregu ini belum diketahui seberapa besar pengaruhnya untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor. Untuk membuktikan apakah pembelajaran permainan beregu dapat meningkatkan gerak dasar lokomotor, maka perlu dibuktikan, melalui penelitian tindakan kelas (PTK). PTK ini merupakan upaya untuk mengetahui seberapa besar optimalnya penggunaan permainan beregu terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor anak. Sutama dan Sufanti (2009: 7) berpendapat: Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan penelitian yang bersifat reflektif. Kegiatan penelitian berangkat dari permasalahan riil yang dihadapi oleh praktisi pendidikan dan tugas pokok dan fungsinya masing-masing, kemudian direfleksikan alternatif pemecahan masalahnya dan tindak lanjut dengan tindakan-tindakan nyata yang terencana dan terukur.

Untuk mengetahui apakah permainan beregu dapat mengoptimalkan kemampuan gerak dasar lokomotor, maka perlu dilakukan Penelitian Tindakan Kelas dengan judul, “Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Aplikasi Permainan Beregu pada Siswa Kelas 3 Sekolah Dasar Negeri 01 Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas Tahun Pelajaran 2011/2012”.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

Bagaimanakah keefektifan aplikasi pembelajaran permainan beregu dalam upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor pada siswa kelas 3 SD Negeri 01 Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas?

### **Definisi Operasional Variabel Penelitian SD Negeri I Gancang :**

#### 1. Aktivitas Belajar

Motivasi belajar yaitu suatu daya atau perbuatan yang mendorong siswa dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor dan akan di tingkatkan melalui permainan beregu. Peningkatan motivasi belajar gerak dasar lokomotor diobservasi dan diukur melalui tes gerak dasar lokomotor dengan membandingkan hasil setiap siklus (setelah diberi permainan beregu).

#### 2. Hasil Belajar Gerak Dasar Locomotor

Suatu perubahan kemampuan gerak dasar lokomotor yang dicapai siswa setelah memperoleh pembelajaran gerak dasar lokomotor melalui permainan beregu. Perubahan yang ada dapat dilihat atau diukur melau tes dan observasi gerak dasar lokomotor dengan membandingkan hasil tes setiap siklus setelah diberi permainan beregu.

#### 3. Permainan Beregu

Permainan beregu merupakan suatu cara pembelajaran keterampilan yang dalam pelaksanaannya dilakukan dalam bentuk permainan. Dalam hal ini pembelajaran gerak dasar lokomotor yang dikonstruksikan dalam bentuk permainan beregu. Pembelajaran gerak dasar lokomotor yang dikonstruksikan dalam bentuk permainan beregu ditunjukan untuk mengembangkan gerakan jalan, untuk mengembangkan gerakan lari, untuk mengembangkan gerakan lompat, untuk mengembangkan kerjasama, untuk mengembangkan skil dan mengembangkan sikap kompetitif.



### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan di atas, penelitian ini mempunyai tujuan untuk :

Mendeskripsikan keefektifan aplikasi pembelajaran permainan beregu terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor pada siswa kelas 3 SD Negeri 01 Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas.

### **D. Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat, antara lain :

a. Bagi siswa

Dengan menggunakan pendekatan pembelajaran permainan beregu, siswa menjadi lebih antusias dan tidak cepat lelah dalam mengikuti pembelajaran, sehingga pembelajaran dapat dilaksanakan secara optimal.

b. Bagi Guru

Sebagai wawasan dan menumbuhkan kreatifitas guru dalam hal meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor untuk siswa Sekolah Dasar.

c. Bagi Sekolah

Untuk meningkatkan kualitas pendidikan SD Negeri I Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas khususnya bidang penjasorkes.

d. Bagi Peneliti

Peneliti mendapatkan fakta bahwa dengan menggunakan pembelajaran permainan beregu dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor.

## METODE PENELITIAN

### A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 01 Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas tahun pelajaran 2011/2012, Penelitian dilaksanakan selama satu setengah bulan dan dilaksanakan pada bulan Maret 2012 sampai dengan bulan April 2012.

Tabel 2. Rincian Kegiatan Waktu Penelitian Dan Jenis Kegiatan Penelitian

No	Rincian Kegiatan	Bulan / Tahun								
		Des 2011	Jan 2011	Feb 2012	Mar 2012	Apr 2012	Mei 2012	Jun 2012	Jul 2012	Ags 2012
<b>Tahap Persiapan Penelitian</b>										
1	Observasi di sekolah mitra	✓								
2	Identifikasi masalah	✓								
3	Penentuan tindakan	✓								
4	Pengajuan judul		✓							
5	Penyusunan proposal	✓	✓	✓						
6	Pengajuan izin penelitian			✓						
7	Tindakan terhadap masalah	✓								
<b>Tahap Pelaksanaan Penelitian</b>										
1	Seminar proposal			✓						
2	Pelaksanaan penelitian				✓	✓	✓			
3	Pengumpulan data				✓	✓	✓			
<b>Tahap Penyusunan Hasil Penelitian</b>										
1	Penulisan hasil penelitian						✓	✓	✓	✓
2	Ujian skripsi									✓

### B. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas 3 SD Negeri 01 Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas tahun pelajaran 2011/2012. Keseluruhan siswa kelas 3 SD Negeri 01 Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas tahun pelajaran 2011/2012 dijadikan subjek penelitian.

### **C. Data dan Sumber Data**

Jenis data dalam PTK ini berupa data efektivitas pembelajaran gerak dasar lokomotor melalui permainan beregu dan sumber data dalam PTK ini adalah siswa, guru / kolaborator.

Data dalam penelitian ini adalah :

1. Aktivitas siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar lokomotor melalui permainan beregu.
2. Data hasil belajar siswa dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor melalui permainan beregu.
3. Kemampuan siswa dalam melakukan serangkaian gerak lokomotor melalui permainan beregu.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Seluruh Siswa kelas 3 SD Negeri 01 Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas tahun pelajaran 2011/2012 berjumlah 22 siswa yang terbagi atas 13 siswa putra dan 9 siswa putri digunakan dalam penelitian ini untuk mendapatkan data.
2. Guru, sebagai kolaborator, untuk melihat tingkat keberhasilan penerapan pembelajaran gerak dasar lokomotor melalui permainan beregu di SD Negeri 1 Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas tahun pelajaran 2011/2012.

### **D. Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dalam penelitian tindakan kelas terdiri dari : tes dan observasi.

1. Tes dipergunakan untuk mendapatkan data tentang hasil keterampilan gerak dasar lokomotor yang dilakukan siswa.
2. Observasi: dipergunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa selama pembelajaran permainan beregu.

## **E. Uji Validitas Data**

Untuk menjamin validitas data dan pertanggungjawaban yang dapat dijadikan dasar yang kuat untuk menarik kesimpulan, maka yang digunakan untuk memeriksa validitas data yaitu dengan validitas isi dan teknik triangulasi.

Validitas isi mencakup sejauh mana bentuk tes yang digunakan dalam penelitian ini sudah sesuai dengan silabus mata pelajaran penjas kes kelas 3 Sekolah Dasar .

Sedangkan teknik triangulasi yang digunakan sebagai validasi keaktifan atau aktivitas siswa dan guru selama proses pembelajaran adalah triangulasi metode, yaitu dengan cara :

1. Data aktivitas siswa selama proses pembelajaran diperoleh dengan observasi lalu dicek dengan dokumentasi yang meliputi hasil kerja siswa, lembar observasi aktivitas siswa dan foto proses pembelajaran.
2. Data aktivitas guru selama proses pembelajaran diperoleh dengan observasi lalu dicek dengan dokumentasi yang meliputi lembar observasi kinerja guru, foto proses pembelajaran.

## **F. Analisis Data**

Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan teknik prosentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran.

1. Hasil keterampilan kemampuan gerak dasar lokomotor : dengan menganalisis nilai rata-rata tes gerak dasar lokomotor. Kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang diperoleh.
2. Kemampuan melakukan rangkaian gerakan keterampilan gerak dasar lokomotor. Kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang diperoleh.

Sedangkan dalam penelitian ini melalui angka-angka yang diperoleh saat unjuk kerja gerak dasar lokomotor. Menurut Iskandar (2009: 131) yang

menyatakan bahwa, “Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan prosentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran”.

### G. Indikator Kinerja Penelitian

Indikator kinerja penelitian merupakan kondisi akhir atau target yang diharapkan/ dicapai. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar gerak dasar lokomotor di SD Negeri I Gancang Kecamatan Gumelar Kabupaten Banyumas tahun ajaran 2011/2012. Dalam upaya untuk meningkatkan pencapaian tujuan yang diharapkan tersebut di rancang suatu tindakan siklus yang terdiri dari 2 siklus. Dalam setiap siklus diharapkan terjadi peningkatan hasil belajar dengan membandingkan kondisi sebelum diberi tindakan dan sesudah diberi tindakan siklus I dan siklus 2. Setiap siklus terdiri dari empat tahap, yaitu : perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan interpretasi, analisis dan refleksi untuk perencanaan siklus berikutnya. Target capaian yang diharapkan disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Persentase Target Capaian

Aspek yang di ukur	Persentase siswa yang di targetkan	Cara mengukur
Hasil belajar Gerak dasar lokomotor	70%	Diamati saat pembelajaran dan dihitung sesuai dengan lembar observasi yang di gunakan.
Hasil tes gerak dasar lokomotor	65%	Diamati dan diukur menggunakan tes lari 50 yard, jalan 600 yard, lompat tanpa awalan.

## **H. Prosedur Penelitian**

Prosedur penelitian merupakan tahapan yang dilakukan peneliti mulai dari awal hingga akhir dilakukanya penelitian.

Langkah pertama menentukan metode yang di gunakan dalam penelitian, yaitu metode penelitian tindakan kelas. Langkah selanjutnya menentukan banyaknya tindakan yang di lakukan dalam siklus. Dalam penelitian tindakan kelas ini, peneliti akan melakukan tindakan – tindakan yang dalam pelaksanaannya berlangsung secara terus – menerus dan tindakan – tindakan akan di laksanakan dalam siklus yang peneliti berikan pada siswa yang peneliti jadikan subyek penelitian.

Adapun langkah – langkah pelaksanaan PTK secara prosedurnya adalah dilaksanakan secara partisipatif atau kolaborasi ( guru, dosen dengan tim lainnya ) bekerja sama, mulai dari tahap orientasi dilanjutkan penyusunan rencana tindakan dilanjutkan pelaksanaan tindakan dalam siklus pertama. Diskusi yang bersifat analitik yang kemudian dilanjutkan pada langkah reflektif – evaluatif atas kegiatan yang dilakukan pada siklus pertama, untuk kemudian mempersiapkan rencana modifikasi, koreksi, atau pembetulan, atau penyempurnaan pada siklus ke dua dan seterusnya.

Tahap penelitian disusun dalam 2 siklus dengan aspek utama yang ada dalam setiap siklus, yaitu Perencanaan (Planning), Pelaksanaan (Acting), Pengamatan/ Observasi (Obsrving), dan Refleksi (Reflecting). Seperti yang di gambarkan pada gambar di bawah ini.

## **SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

### **A. Simpulan**

Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas III SD Negeri 1 Gancang kecamatan Gumelar kabupaten Banyumas tahun pelajaran 2011/2012 dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV, diperoleh simpulan yaitu aplikasi permainan beregu dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar lokomotor pada siswa kelas III SD Negeri 1 Gancang kecamatan Gumelar kabupaten Banyumas tahun pelajaran 2011/2012.

Dari hasil analisis yang diperoleh terdapat peningkatan dari kondisi awal ke siklus 1 dan siklus 2, baik dari peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor maupun ketuntasan hasil belajar. Kemampuan rata-rata gerak dasar lokomotor pada kondisi pratindakan (144,59), siklus 1 (149,86) dan siklus 2 (155,50), sehingga peningkatan dari kondisi pratindakan ke siklus 2 sebesar (10,91). Prosentase ketuntasan hasil belajar pada kondisi awal (45,46%), siklus 1 (68,18%) dan siklus 2 (81,82%), sehingga peningkatan dari kondisi pratindakan ke siklus 2 sebesar (36,36%).

### **B. Implikasi**

Penelitian ini memberikan suatu gambaran yang jelas bahwa keberhasilan proses pembelajaran tergantung pada beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut berasal dari pihak guru maupun siswa serta alat atau media pembelajaran yang digunakan.

Kemampuan guru dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, mengelola kelas, metode yang digunakan dalam proses pembelajaran, serta teknik yang digunakan guru sebagai sarana untuk menyampaikan materi. Faktor dari siswa yaitu, minat dan motivasi dalam mengikuti proses pembelajaran,

ketersediaan alat maupun metode pembelajaran yang menarik dapat membantu siswa dalam mengikuti pembelajaran, sehingga akan diperoleh hasil belajar yang optimal.

Penelitian ini juga memberikan deskripsi yang jelas bahwa, dengan aplikasi permainan beregu dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu pertimbangan bagi guru yang ingin menggunakan aplikasi permainan beregu seperti permainan Adu Suit, jalan membawa bola, berlari memindahkan simpai, lompat berpasangan sebagai media alternatif dalam pembelajaran gerak dasar lokomotor. Bagi guru bidang studi Pendidikan Jasmani, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu alternatif dalam melaksanakan proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya yang berkaitan dengan peningkatan kemampuan gerak dasar lokomotor yang efektif dan menarik yang membuat siswa lebih aktif serta menghapus persepsi siswa mengenai pembelajaran pendidikan jasmani yang pada awalnya sulit, melelahkan dan membosankan menjadi pembelajaran yang mudah dilakukan dan menyenangkan.

### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal, khususnya kepada para guru pendidikan jasmani serta pihak SD Negeri 1 Gancang kecamatan Gumelar kabupaten Banyumas sebagai berikut:

1. Guru hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat seiring dengan peningkatan kemampuan yang dimilikinya. Selain itu, guru hendaknya mau membuka diri untuk menerima berbagai bentuk masukan, saran, dan kritikan agar dapat lebih memperbaiki kualitas mengajarnya.
2. Guru hendaknya lebih inovatif, kreatif dalam menerapkan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran.
3. Sekolah hendaknya berusaha menyediakan fasilitas yang dapat mendukung kelancaran kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani



## DAFTAR PUSTAKA

- Atmojo, M.B. (2007). *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani/Olahraga*. Surakarta: UNS press.
- Badan Standar Nasional Pendidikan. (2006). *Standar Isi Pendidikan Jasmani Kelas 1-6*.
- Cholik, T. Dan Lutan, R. (2001). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: CV Maulana.
- Dimiyati dan Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta. (2012). *Pedoman Penulisan Skripsi*. Surakarta: UNS Press.
- Gino, Suwarni, Suripto, Maryanto dan Sutijan. (1998). *Belajar dan Pembelajaran II*. Surakarta: UNS Press.
- Gusril. (2004). *Beberapa Faktor yang Berkaitan dengan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Negeri Kota Padang. (Disertasi)*. Jakarta: PPS UNJ.
- Hidayatullah, M,F. (2002). *Pembinaan Olahraga Usia Dini*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi. Pusat Penelitian dan Pengembangan Universitas Sebelas Maret.
- Iskandar. (2009). *Penelitian Tindakan Kelas*. Cipayung – Ciputat: Gunung Persada (GP) Press.
- Kristiyanto, A. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Kepelatihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Lutan, R. (1988). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pendidikan Akademi.
- Lutan, R. Dan Suherman, A. (2000). *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar Menengah. Bagian Proyek Penataran Guru SLTP setara D II.
- Mahendra, A. (2004). *Azas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat

Tenaga Kependidikan. Bagian Proyek Pengendalian dan Peningkatan Mutu Guru Penjas Dikdasmen.

Patty, A.M. (2008). *Permainan Untuk Segala Usia*. Jakarta: PT BPK. Gunung Mulia.

Sajoto, M. (1995). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: IKIP Semarang Press.

Saputra, Y.M. (2001). *Dasar-Dasar Keterampilan Atletik Pendekatan Bermain untuk Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah. Bekerjasama dengan Direktorat Jendral Olahraga.

Soepariono, (2004). *Pembelajaran Atletik*. Jakarta: Bagian Proyek Pengendalian dan Peningkatan Mutu Guru Penjas Dikdasmen. Departemen Pendidikan Nasional. Direktorat jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Direktorat kependidikan.

Sugiyanto. (2000). *Belajar Gerak*. Surakarta: UNS Press.

Sukintaka, (1992). *Teori Bermain*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Sukintaka. (2004). *Teori Pendidikan Jasmani Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan*. Bandung: Yayasan Nuansa Cendekia.

Sutama dan Sufanti, M. (2009). *Pendalaman PTK dan Karya Ilmiah*. Surakarta: Departemen Pendidikan Nasional Universitas Muhamadiyah Surakarta.

Syarifuddin, A. dan Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendekti. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Waharsono. (1999). *Materi Pelatihan Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SD/Pelatih Klub Olahraga Usia Dini*. Jakarta: Depdikbud. Direktorat Pendidikan Dasar.

Widya, M.D.A. (2004). *Belajar Berlatih Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.