

# ***Teams Games Tournament* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Dan Kemampuan Berlatih Lari Pada Siswa Kelas 3 SD Negeri Nganjat Polanharjo Klaten 2018/2019 Semester I**

**Sri Muryani**

Kepala Sekolah SD Negeri Nganjat Polanharjo Klaten

[srimaryani@gmail.com](mailto:srimaryani@gmail.com)

**Abstract.** The purpose of this study was to find out: (1) Student learning motivation in learning Penjasas with teams games tournament in third grade students of Nganjat Polanharjo Public Elementary School in Klaten Regency 2018/2019; (2) Ability to practice student running in learning Penjasas with team games tournament models for third grade students of Nganjat Polanharjo Elementary School in Klaten Regency 2018/2019. This type of research is Classroom Action Research (CAR), with research procedures: planning, action, observation, and reflection. Data collection techniques use: observation, interviews, and documentation. Based on the results of the study concluded: (1) Team competition game model (TGT) in health facilities can improve student learning motivation during the learning process takes place. Students feel happy, the classroom atmosphere is conducive to learning. Encourage students to learn to cooperate constructively, cooperate with each other, and avoid selfishness that tends to stand out; (2) Team competition game model (TGT) in health facilities can improve students' ability to practice running. Students try to use their abilities to win the race. Learning resources are not focused solely on the teacher, but are obtained from interactions between existing students.

**Abstrak:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Motivasi belajar siswa pada pembelajaran Penjaskes dengan model permainan dan perlombaan beregu (*teams games tournament*) pada siswa kelas 3 SD Negeri Nganjat Polanharjo Kabupaten Klaten tahun pelajaran 2018/2019; (2) Kemampuan berlatih lari siswa pada pembelajaran Penjaskes dengan model permainan dan perlombaan beregu (*teams games tournament*) pada siswa kelas 3 SD Negeri Nganjat Polanharjo Kabupaten Klaten tahun pelajaran 2018/2019. Jenis penelitian adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), dengan prosedur penelitian: perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Teknik pengumpulan data menggunakan: observasi, wawancara, dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian menyimpulkan: (1) Model permainan perlombaan beregu (TGT) pada Penjaskes mampu meningkatkan motivasi belajar siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Siswa merasa senang, suasana kelas menjadi kondusif untuk melakukan pembelajaran. Mendorong siswa untuk belajar bekerjasama yang bersifat konstruktif, saling bekerjasama, dan menghindari egoisme yang cenderung menonjolkan diri; (2) Model permainan perlombaan beregu (TGT) pada Penjaskes mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam berlatih lari. Siswa berusaha menggunakan kemampuan yang dimilikinya untuk memenangkan perlombaan. Sumber belajar tidak terfokus pada guru semata, tetapi didapatkan dari interaksi antar siswa yang ada.

Kata Kunci: *Teams Games Tournament*, Motivasi Belajar, Kemampuan Berlatih Lari.

## 1. Pendahuluan

Menurut McDonald dalam Hamalik motivasi adalah suatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya efektif dan reaksi untuk mencapai tujuan [1]. Perumusan ini mengandung tiga unsur yang saling berkaitan: (a) Motivasi dimulai dari adanya perubahan energi dalam pribadi; (b) motivasi ditandai dengan timbulnya perasaan (*affective arousal*); (c) Motivasi ditandai oleh reaksi-reaksi untuk mencapai tujuan.

Motivasi merupakan salah satu faktor yang turut menentukan keefektifan pembelajaran. Callahan dan Clark seperti dikutip oleh Mulyasa mengemukakan bahwa motivasi adalah tenaga pendorong atau penarik yang menyebabkan adanya tingkah laku ke arah suatu tujuan tertentu[2]. Peserta didik akan belajar dengan sungguh-sungguh apabila memiliki motivasi yang tinggi. Dengan kata lain seorang peserta didik akan belajar dengan baik apabila ada faktor pendorongnya (motivasi). Dalam kaitan ini guru dituntut memiliki kemampuan membangkitkan motivasi belajar peserta didik sehingga dapat membentuk kompetensi dan mencapai tujuan belajar.

Dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subyek belajar itu dapat tercapai [3].

Menurut Yamin motivasi belajar merupakan daya penggerak psikis dari dalam diri seseorang untuk dapat melakukan kegiatan belajar dan menambah keterampilan dan pengalaman [4]. Motivasi mendorong dan mengarah minat belajar untuk mencapai suatu tujuan. Siswa akan bersungguh-sungguh belajar karena termotivasi mencari prestasi, mendapat kedudukan dalam jabatan, menjadi politikus, dan memecahkan masalah.

Belajar adalah suatu aktivitas yang sadar akan tujuan. Tujuan dalam belajar adalah terjadinya suatu perubahan dalam diri individu. Perubahan dalam arti menuju perkembangan pribadi individu seutuhnya. Sejalan dengan itu, Sardiman mengemukakan suatu rumusan, bahwa belajar sebagai rangkaian kegiatan jiwa-raga, psikofisik menuju ke perkembangan pribadi manusia seutuhnya, yang menyangkut unsur cipta, rasa dan karsa, ranah kognitif, afektif dan psikomotorik [5]. Sebagai hasil dari aktivitas belajar inilah akan dapat dilihat dari perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman. Pengalaman inilah nantinya yang akan membentuk pribadi individu kearah kedewasaan.

Dari pengertian belajar sebagaimana dikemukakan di atas, dapat diambil suatu pemahaman tentang hakikat dari aktivitas belajar. Menurut Djamarah mengemukakan bahwa hakikat dari aktivitas belajar adalah suatu perubahan yang terjadi dalam diri individu[6]. Perubahan itu nantinya akan mempengaruhi pola pikir individu dalam berbuat dan bertindak. Perubahan itu sebagai hasil dari pengalaman individu dalam belajar. Hakikat belajar adalah perubahan, dan perubahan itu sendiri adalah tujuan yang mau dicapai sebagai bagian akhir dari aktivitas belajar. Dengan demikian. Belajar adalah serangkaian kegiatan jiwa-raga untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya yang menyangkut kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Belajar adalah suatu aktivitas yang dilakukan secara sadar untuk mendapatkan sejumlah kesan dari bahan yang telah dipelajari. Hasil dari aktivitas belajar terjadilah perubahan dalam diri individu. Dengan demikian, belajar dikatakan berhasil bila telah terjadi perubahan dalam diri individu, yang ditunjukkan melalui hasil atau prestasi belajar.

Prestasi pada dasarnya adalah hasil yang diperoleh dari suatu aktivitas. Sedangkan belajar pada dasarnya adalah suatu proses yang mengakibatkan perubahan dalam diri individu, yakni perubahan tingkah laku. Dengan demikian, dapat diambil pengertian yang cukup sederhana mengenai hal ini. Prestasi adalah hasil yang diperoleh berupa kesan-kesan yang mengakibatkan perubahan dalam diri individu sebagai hasil dari aktivitas dalam belajar [6].

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa prestasi belajar adalah penilaian pendidikan tentang kemajuan siswa dalam segala hal yang dipelajari di sekolah yang menyangkut pengetahuan atau kecakapan/ keterampilan yang dinyatakan sesudah hasil penilaian. Penilaian adalah pemahaman, perlu juga diketahui, bahwa penilaian adalah sebagai aktivitas dalam menentukan tinggi rendahnya prestasi belajar itu sendiri.

Prestasi belajar adalah sebuah kalimat yang terdiri dari dua kata, yakni “prestasi” dan “belajar”. Antara kata “prestasi” dan “belajar” mempunyai arti yang berbeda. Prestasi adalah hasil dari suatu kegiatan yang telah dikerjakan, diciptakan, baik secara individual maupun kelompok. Prestasi tidak akan pernah dihasilkan selama seseorang tidak melakukan suatu kegiatan. Dalam kenyataan untuk mendapatkan prestasi tidak semudah yang dibayangkan, tetapi penuh perjuangan dengan berbagai tantangan yang harus dihadapi untuk mencapainya. Hanya dengan keuletan dan optimisme dirilah yang dapat membantu untuk mencapainya. Oleh karena itu wajarlah pencapaian prestasi itu harus dengan jalan keuletan kerja [6].

Olahraga jalan dan lari merupakan beberapa contoh gerak lokomotor. Gerak jalan dan lari dapat disebut gerak lokomotor, karena gerak yang dilakukan oleh olahraga jalan dan lari adalah gerak berpindah tempat [7]. Olah raga memiliki manfaat antara lain: (1) Memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani; (2) Memelihara dan meningkatkan kesehatan; (3) Meningkatkan kegembiraan berolahraga sebagai rekreasi; (4) Mencapai prestasi setinggi-tingginya [7].

Macam-macam gerak dasar. Gerak-gerak dasar meliputi berjalan, berlari, mengayun, membungkuk, menekuk, melompat, melempar, menangkap, menendang, dan memukul. Kemampuan gerak dasar dikategorikan menjadi 3, yaitu: a. Gerak dasar non-lokomotor, b. Gerak dasar lokomotor, c. Gerak dasar manipulative [7]. Gerak dasar non-lokomotor adalah gerak yang dilakukan di tempat atau tidak berpindah tempat. Gerak dasar lokomotor adalah gerak yang dilakukan dengan berpindah tempat. Gerak dasar manipulatif adalah gerak untuk bertindak melakukan suatu bentuk gerak dari anggota tubuh secara lebih terampil. Contoh gerak dasar non-lokomotor kombinasi mengayun, membungkuk, dan menekuk, yaitu: (a) Mengayun lengan ke depan dan ke belakang; (b) Membungkukkan badan dan menekuk lutut.

Gerak berjalan dan berlari merupakan bagian dari gerak lokomotor. Gerak lokomotor adalah gerak berpindah tempat. Gerak berjalan dan berlari juga dapat dikombinasikan dengan gerakan yang lain. Misalnya, dengan melompat dan meluncur. Contoh gerak dasar lokomotor kombinasi jalan dan lari, yaitu: (a) Jalan dengan ujung kaki sambil mengangkat lutut kemudian lari; (b) Jalan cepat kemudian lari.

Gerakan mengayun, membungkuk, dan menekuk termasuk salah satu gerakan nonlokomotor. Gerakan nonlokomotor adalah gerakan yang dilakukan tanpa berpindah tempat. Contoh gerakan nonlokomotor lainnya adalah mendorong dan menarik. Contoh gerak dasar manipulatif melempar, menangkap, dan menendang, yaitu: (a) Teknik melempar bola (*passing*); (b) Teknik menangkap bola (*catching*); (c) Teknik menendang bola.

Saat ini masih banyak permasalahan yang muncul dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjaskes) di sekolah. Misalnya, peserta didik kurang tertarik pada pelajaran, peserta didik cenderung pasif dalam proses pembelajaran, peserta didik merasa bosan untuk belajar dan sebagainya. Hal tersebut dikarenakan proses pembelajaran umumnya tidak menggunakan model, metode atau media pembelajaran yang menarik dan pembelajaran diberikan secara tradisional. Menurut Samsudin hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya ialah terbatasnya kemampuan guru pendidikan jasmani dan terbatasnya sumber-sumber yang digunakan untuk mendukung proses pengajaran pendidikan jasmani [8].

Penerapan model pembelajaran pendidikan jasmani tradisional seringkali mengabaikan tugas-tugas ajar yang sesuai dengan taraf perkembangan anak. Mengajar anak-anak SD disamakan dengan anak-anak SLTP. Bentuk-bentuk modifikasi baik dalam peraturan, ukuran lapangan maupun jumlah pemain tidak diperhatikan. Karena tidak dilakukan modifikasi, sering mereka tidak mampu dan gagal untuk melaksanakan tugas yang diberikan dalam bentuk kompleks oleh guru. Sebagai akibat dari kondisi seperti ini, anak dapat menjadi kurang senang terhadap pelajaran pendidikan jasmani [8].

Dalam proses pembelajaran, pengajar memegang peran penting dalam proses pembelajaran. Segala kegiatan yang ada di dalam proses pembelajaran sepenuhnya menjadi tanggung jawab pengajar, sehingga keberhasilan atau kegagalan pembelajaran tersebut ditentukan oleh peran pengajar pada umumnya. Oleh karena itu, guru Penjaskes perlu menggunakan model, metode atau media pembelajaran yang sesuai agar pelaksanaan Penjaskes dapat berjalan secara efektif.

Kualitas guru pendidikan jasmani yang ada pada sekolah dasar dan lanjutan pada umumnya kurang memadai. Mereka kurang mampu dalam melaksanakan profesinya secara kompeten. Gaya mengajar yang dilakukan oleh guru dalam praktik pendidikan jasmani cenderung tradisional. Model metode-metode praktik dipusatkan pada guru (*teacher centered*) di mana para siswa melakukan latihan fisik berdasarkan perintah yang ditentukan oleh guru. Latihan-latihan tersebut hampir tidak pernah dilakukan oleh anak sesuai dengan inisiatif sendiri (*student centered*). [8]

Salah satu kompetensi dasar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjaskes) bagi siswa kelas 3 SD semester I adalah mempraktikkan kombinasi berbagai pola gerak jalan dan lari dalam permainan sederhana, serta aturan dan kerja sama. Dan salah satu pokok bahasan adalah latihan lari, dengan kegiatan pembelajaran: (1) melakukan lari estafet; (2) melakukan lari sambil mendorong balon dengan koran.

Berkaitan dengan hal tersebut di atas, maka untuk meningkatkan motivasi belajar dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran Penjaskes pada pokok bahasan latihan lari bagi siswa kelas 3 SDN Nganjat Polanharjo Klaten semester I tahun pelajaran 2018/2019 digunakan model permainan dan perlombaan beregu (*teams games Tournament=TGT*). Dengan model TGT diharapkan siswa akan antusias mengikuti proses pembelajaran dan mampu menunjukkan kemampuan yang maksimal sehingga memperoleh hasil belajar yang optimal.

Teams games tournament (TGT) merupakan salah satu model pembelajaran kooperatif yang dikembangkan oleh Slavin (1995) untuk membantu siswa menguasai materi pelajaran. TGT berhasil meningkatkan skil-skil dasar, pencapaian, interaksi positif antarsiswa, harga diri, dan sikap penerimaan pada siswa lain yang berbeda. Dalam TGT, siswa ditempatkan dalam satu kelompok yang terdiri atas beberapa siswa dengan kemampuan yang bervariasi. Nilai yang mereka peroleh dari game akan menentukan skor kelompok mereka masing-masing [9].

Setelah pembentukan tim, siswa mulai berkompetisi dalam turnamen. Jumlah anggota kelompok terdiri atas 3-4 siswa dengan memperhatikan karakteristik siswa. Skoring dilakukan untuk semua turnamen. Setiap permainan diberikan poin kepada timnya masing-masing. Poin tim ini selanjutnya ditotal secara keseluruhan [9].

Melalui model permainan dan perlombaan, maka suasana pembelajaran Penjaskes menjadi menyenangkan dan mendorong siswa untuk berkompetisi dengan sportif. Hal ini mengingat siswa usia SD suka dengan permainan dan perlombaan. Menurut Froebel bahwa kegiatan bermain maupun mainan yang dinikmati anak dapat digunakan untuk menarik perhatian serta mengembangkan pengetahuan mereka. Bermain dapat digunakan sebagai media untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan tertentu pada anak [10].

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis bermaksud melakukan penelitian dengan mengambil judul "*Teams Games Tournament* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar dan Kemampuan Berlatih Lari pada Siswa Kelas 3 SDN Nganjat Polanharjo Klaten Tahun Pelajaran 2018/2019 Semester I". Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas, maka dalam penelitian ini permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut: (1) Bagaimanakah penerapan model permainan dan perlombaan beregu (*teams games tournament*) dalam pembelajaran Penjaskes untuk meningkatkan motivasi belajar dan kemampuan berlatih lari pada siswa kelas 3 SD Negeri Nganjat Polanharjo Kabupaten Klaten tahun pelajaran 2018/2019?; (2) Bagaimakah motivasi belajar siswa pada pembelajaran Penjaskes dengan model permainan dan perlombaan beregu (*teams games tournament*) pada siswa kelas 3 SD Negeri Nganjat Polanharjo Kabupaten Klaten tahun pelajaran 2018/2019?; (3) Bagaimanakah kemampuan berlatih lari siswa pada pembelajaran Penjaskes dengan model permainan dan perlombaan beregu (*teams games tournament*) pada siswa kelas 3 SD Negeri Nganjat Polanharjo Kabupaten Klaten tahun pelajaran 2018/2019?

## 2. Metode

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang oleh para profesional digunakan sebagai upaya pemecahan masalah dan peningkatan mutu di berbagai bidang. Dalam bidang pendidikan, khususnya kegiatan pembelajaran, PTK berkembang sebagai suatu penelitian

terapan. PTK sangat bermanfaat bagi guru untuk meningkatkan mutu proses dan hasil pembelajaran di kelas.

Sebagai penelitian yang bersifat reflektif, maka model penelitian ini mengacu penelitian tindakan kelas (PTK). Tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah: (1) Untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas proses pembelajaran di kelas; (2) Perbaikan dan peningkatan pelayanan profesional guru kepada peserta didik dalam konteks pembelajaran di kelas; (3) Mendapatkan pengalaman tentang keterampilan praktik dalam proses pembelajaran secara reflektif, dan bukan untuk mendapatkan ilmu baru; (4) Pengembangan kemampuan dan keterampilan guru dalam melaksanakan proses pembelajaran di kelas dalam rangka mengatasi permasalahan aktual yang dihadapi sehari-hari; (5) Terjadinya proses latihan dalam jabatan (guru) selama proses penelitian ini berlangsung [11].

Subjek penelitian yang dimaksud adalah pihak-pihak atau komponen-komponen yang menjadi sasaran dalam pengumpulan data. Data yang dihimpun bersumber dari guru yang sedang mengajar serta sikap dan perilaku siswa kelas 3 SD Negeri Nganjat Polanharjo Kabupaten Klaten selama mengikuti pelajaran Penjaskes materi kemampuan berlatih lari. Subjek penelitian ini adalah Kelas 3 SD Negeri Nganjat Polanharjo Kabupaten Klaten tahun pelajaran 2018/2019 semester I. Jumlah siswa yang diteliti 15 siswa.

Menurut Suharsimi Arikunto data yang diungkap dalam penelitian dapat dibedakan menjadi tiga jenis, yaitu: fakta, pendapat dan kemampuan[12]. Sehubungan dengan hal ini, maka teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data digunakan teknik, yaitu:

- a. Observasi, dilakukan dengan cara mengamati secara langsung terhadap obyek atau subyek penelitian untuk menggali aspek-aspek yang relevan dan penting, sebagai bahan untuk menganalisa dan interpretasi yang akan dilakukan. Dalam penelitian ini yang menjadi obyek pengamatan adalah: (a) motivasi belajar siswa dalam proses pembelajaran; (b) kemampuan latihan lari siswa.
- b. Wawancara, dilakukan dengan tanya jawab serta menggunakan pedoman wawancara (interview). Pedoman wawancara tersebut dimaksudkan sebagai acuan bagi peneliti untuk mendapatkan data yang diperlukan. Wawancara ini dilakukan dengan guru SD Negeri Nganjat, untuk mengetahui respon guru kolaborator tentang penggunaan model permainan perlombaan dalam pembelajaran Penjaskes dengan pokok bahasan berlatih lari.
- c. Dokumentasi, dilakukan dengan cara memanfaatkan data sekunder seperti profil sekolah, catatan, transkrip, informasi yang berasal dari buku, surat kabar, internet dan sejenisnya yang berhubungan dengan kajian penelitian ini.

Apabila datanya telah terkumpul, kemudian diklasifikasikan menjadi dua kelompok data, yakni data kuantitatif yang berbentuk angka-angka dan data kualitatif yang dinyatakan dalam kata-kata atau simbol. Data kualitatif yang dinyatakan dalam kata-kata tersebut disisihkan untuk sementara, karena akan sangat berguna untuk menyertai dan melengkapi gambaran yang diperoleh dari analisis data kuantitatif [12].

Data penelitian yang sudah terkumpul dianalisis secara statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase skor [13]. Perhitungan dalam analisis data menghasilkan persentase pencapaian tingkat motivasi belajar dan kemampuan siswa. Proses perbandingan persentase yang dilakukan kemudian diinterpretasikan. Indikator kinerja merupakan rumusan kinerja yang dijadikan acuan dalam menentukan keberhasilan atau keefektifan penelitian [14]. Dalam penelitian ini indikator kinerja tindakan yang dijadikan ukuran keberhasilan indikator kinerja adalah: (1) Ada peningkatan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran Penjaskes dengan model permainan perlombaan beregu (TGT), yang ditunjukkan minimal 75% dari jumlah siswa menunjukkan motivasi yang tinggi dalam pembelajaran; (2) Ada peningkatan kemampuan siswa pada pelajaran Penjaskes dengan model permainan perlombaan bergu (TGT), yang ditunjukkan minimal 75% dari jumlah anak memperoleh nilai di atas 70 (KKM).

### 3. Hasil dan Pembahasan

#### a. Deskripsi Kondisi Awal

Metode pembelajaran yang digunakan pada mata pelajaran Penjaskes umumnya dilakukan dengan latihan secara tradisional. Model metode-metode praktik dipusatkan pada guru (*teacher centered*) di mana para siswa melakukan latihan fisik berdasarkan perintah yang ditentukan oleh guru. Latihan-latihan tersebut hampir tidak pernah dilakukan oleh anak sesuai dengan inisiatif sendiri (*student centered*).

Dengan model pembelajaran tradisional, maka motivasi belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran terlihat kurang, dan pada akhirnya hasil belajar yang dicapai siswa juga kurang memuaskan. Sehubungan dengan hal ini, maka penelitian ini mencoba untuk menerapkan model permainan perlombaan dalam pembelajaran Penjaskes, khususnya yang berkaitan dengan pokok bahasan kemampuan berlatih lari, diharapkan siswa akan memiliki pengalaman baru dan mendorong siswa untuk lebih bersemangat dalam mengikuti proses belajar mengajar, dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Penerapan model permainan perlombaan ini diharapkan mampu menciptakan suasana belajar yang kondusif yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk saling berinteraksi satu sama lain, bertukar pikiran, bekerjasama, dan aktif dalam proses pembelajaran. Dalam model pembelajaran ini, guru hanya sebagai fasilitator dan motivator, dan transformasi ilmu akan terjadi dalam interaksi antar kelompok siswa. Dengan demikian, sumber belajar tidak terfokus pada guru, tetapi terfokus pada siswa atau interaksi antar siswa (*student centered*).

#### b. Deskripsi Tiap Siklus

##### *Siklus I*

##### Motivasi Belajar Siswa

Setelah diberikan model permainan perlombaan dalam pembelajaran Penjaskes materi berlatih lari, siswa terlihat termotivasi untuk mengikuti pembelajaran. Siswa tidak merasa jenuh mengikuti pembelajaran, karena melalui permainan perlombaan, pembelajaran terpusat pada keaktifan siswa dan guru hanya menjadi motivator, fasilitator dan mediator. Dengan demikian, permainan perlombaan dapat menumbuhkan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran. Namun, masih ada beberapa siswa yang kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran tapi sebagian besar siswa bersemangat dan senang dengan pembelajaran penjaskes dengan model permainan perlombaan.

Berdasarkan hasil pengamatan skor motivasi belajar siswa selama mengikuti proses pembelajaran Penjaskes pada siklus I ini dapat dikategorikan seperti pada tabel di bawah ini.

Tabel 1 Kategori Skor Motivasi Belajar Siswa pada Siklus I

Skor	Kategori	Jml	%
6 sd 14	Rendah	0	0
15 sd 22	Sedang	8	53,33
23 sd 30	Tinggi	7	46,67
Jumlah		15	100

Dari tabel di atas diketahui bahwa dari 15 siswa terdapat 8 siswa (53,33%) menunjukkan tingkat motivasi sedang dalam mengikuti pembelajaran dan ada 7 siswa (46,67%) menunjukkan tingkat motivasi tinggi dalam mengikuti pembelajaran. Dari temuan ini diketahui bahwa sebagian siswa telah menunjukkan motivasi belajar yang sedang dalam mengikuti pembelajaran melalui permainan dan perlombaan beregu (TGT).

*Kemampuan Siswa dalam Berlatih Lari*

Saat siswa melakukan permainan perlombaan guru mengamati serta mengambil nilai, nilai kemampuan siswa dalam berlari estafet memindah bola dapat dilihat pada lampiran. Pada lampiran tersebut diketahui bahwa nilai terendah adalah 64, nilai tertinggi adalah 84 dan nilai rata-rata adalah 72,53. Berdasarkan patokan kategori nilai seperti yang diberikan oleh Suharsimi Arikunto di depan, maka daftar nilai kemampuan siswa dalam berlatih lari estafet memindah bola dapat dikategorikan sebagai berikut ini.

Tabel 2 Kategori Nilai Kemampuan Berlari Siswa pada Siklus I

Nilai	Kategori	Jml	%
80 – 100	Baik sekali	4	27%
66 – 79	Baik	5	33%
56 – 65	Cukup	6	40%
40 – 55	Kurang	0	0%
0 - 39	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah		15	100%

Pada tabel di atas, diketahui bahwa dari 15 siswa, terdapat 4 siswa (27%) mendapat nilai dengan katagori baik sekali, ada 5 siswa (33%) mendapat nilai dengan katagori baik, dan ada 6 siswa (40%) mendapat nilai dengan katagori cukup. Dengan demikian, sebagian besar siswa kelas 3 SD Negeri Nganjat Polanharjo Klaten mendapatkan nilai cukup pada siklus I.

*Analisis dan Refleksi*

Selama proses pembelajaran berlangsung, siswa terlihat senang dan sangat antusias dalam mengikuti proses belajar mengajar. Siswa satu dengan yang lain saling berinteraksi dan saling bekerjasama untuk memenangkan permainan perlombaan yang diadakan. Proses belajar mengajar cenderung terpusat pada siswa dan bukan pada guru, karena guru hanya menjadi fasilitator dan motivator.

Berdasarkan wawancara dengan guru kolaborator, Bapak Widi Romansah, S.Pd dijelaskan bahwa model permainan perlombaan cukup mengasyikkan dan menyenangkan siswa. Siswa terlihat sangat antusias mengikuti proses pembelajaran. Siswa terlihat senang, kompak dan menikmati kegiatan tersebut serta berusaha sekuat tenaga untuk memenangkan perlombaan tersebut.

Untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran pada siklus I, berdasarkan diskusi dengan guru kolaborator hal yang perlu dilakukan antara lain: (1) siswa yang tidak kompak dan seringkali bersitegang dengan teman kelompoknya, tidak dijadikan satu kelompok, (2) siswa yang kurang bersemangat perlu diberikan motivasi dan dorongan agar memiliki keberanian.

*Pencapaian Kinerja Tindakan Siklus I*

## 1) Motivasi Belajar Siswa

Pada halaman sebelumnya telah dijelaskan bahwa indikator kinerja yang dijasikan ukuran keberhasilan tindakan yang berkaitan dengan motivasi belajar adalah sda peningkatan motivasi belajar siswa dalam pembelajaran Penjaskes dengan model permainan perlombaan, yang ditunjukkan minimal 75% dari jumlah siswa menunjukkan motivasi yang tinggi dalam pembelajaran.

Sepereti yang telah dipaparkan pada tabel 1 dan gambar 1 di atas bahwa jumlah siswa yang menunjukkan motivasi belajar dengan kategori tinggi pada siklus I sebanyak 7 siswa (46,67%).

Dengan demikian, siklus I belum dapat mencapai indikator yang telah ditentukan, karena jumlah siswa yang menunjukkan motivasi tinggi belum mencapai 75% dari jumlah siswa. Oleh karena itu, siklus akan dilanjutkan untuk memaksimal penerapan model permainan perlombaan pada pelajaran Penjaskes.

## 2) Ketuntasan Belajar Siswa

Pada halaman sebelumnya, indikator keberhasilan tindakan yang berkaitan dengan kemampuan siswa dalam estafet memindah bola adalah anak yang memperoleh nilai di atas 70

(KKM) mencapai lebih dari 75% dari jumlah siswa. Seperti terlihat pada tabel di bawah diketahui bahwa dari 15 siswa yang mendapat nilai sama atau lebih dari 70 sebanyak 9 siswa (60%), dan yang mendapat nilai kurang dari 70 sebanyak 6 siswa (40%).

Tabel 3 Pencapaian Ketuntasan Belajar Siswa pada Siklus I

Kategori	Nilai	Jml	%
Memenuhi KKM	$\geq 70$	9	60%
Di Bawah KKM	$<70$	6	40%
Jumlah		15	100%

Dengan demikian, kinerja tindakan pada siklus I belum efektif untuk peningkatan kemampuan siswa pada pelajaran Penjaskes materi lari estafet memindah bola secara maksimal. Sehubungan dengan hal tersebut, maka akan dilakukan tindakan berikutnya yaitu siklus II untuk memaksimalkan penerapan model permainan perlombaan beregu (TGT).

### ***Siklus II***

#### ***Motivasi Belajar Siswa***

Setelah diberikan model permainan perlombaan dalam pembelajaran Penjaskes berlari sambil mendorong balon dengan koran, siswa semakin terlihat termotivasi untuk mengikuti pembelajaran Penjaskes. Siswa tidak merasa jenuh mengikuti pembelajaran, karena melalui permainan perlombaan, maka pembelajaran terpusat pada keaktifan siswa dan guru hanya menjadi motivator, fasilitator dan mediator.

Dengan demikian, permainan perlombaan dapat menumbuhkan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran. Berdasarkan hasil pengamatan skor motivasi belajar siswa selama mengikuti proses pembelajaran Penjaskes pada siklus II ini dapat dikategorikan seperti pada tabel dibawah ini.

Tabel 4 Kategori Skor Motivasi Belajar Siswa pada Siklus II

Skor	Kategori	Jml	%
6 sd 14	Rendah	0	0,00
15 sd 22	Sedang	0	0,00
23 sd 30	Tinggi	15	100,00
Jumlah		15	100

Dari tabel di atas diketahui bahwa dari 15 siswa seluruh siswa (100%) menunjukkan tingkat motivasi tinggi dalam mengikuti pembelajaran. Dari temuan ini diketahui bahwa sebagian siswa telah menunjukkan motivasi belajar yang tinggi dalam mengikuti pembelajaran melalui permainan perlombaan beregu (TGT).

#### ***Kemampuan Siswa dalam Berlatih Lari***

Saat siswa melakukan permainan perlombaan guru mengamati siswa serta mengambil nilai kemampuan siswa. Nilai kemampuan siswa dalam berlari sambil mendorong balon dengan koran dapat dilihat pada lampiran. Pada tabel lampiran diketahui bahwa nilai terendah adalah 76, nilai tertinggi adalah 96, dan rata-rata nilai adalah 84. Dari hasil ini, maka kemampuan siswa dalam berlari sambil mendorong balon dengan koran semakin meningkat dibanding dengan siklus I. Dari daftar nilai tes siswa pada siklus II tersebut, maka nilai siswa dapat dikategorikan sebagai berikut ini.



Tabel 5 Kategori Nilai Kemampuan Siswa pada Siklus II

Nilai	Kategori	Jml	%
80 – 100	Baik sekali	12	80%
66 – 79	Baik	3	20%
56 – 65	Cukup	0	0%
40 – 55	Kurang	0	0%
0 - 39	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah		15	100%

Pada tabel di atas, diketahui bahwa dari 15 siswa, terdapat 12 siswa (80%) mendapat nilai dengan kategori baik sekali, dan ada 3 siswa (20%) mendapat nilai dengan kategori baik. Dengan demikian, sebagian besar siswa kelas 3 SD Negeri Nganjat hingga siklus II telah mampu berlari sambil mendorong alona dengan koran dengan baik sekali.

#### Analisis dan Refleksi

Selama proses pembelajaran berlangsung pada siklus II, siswa tetap semakin terlihat senang dan sangat antusias dalam mengikuti proses belajar mengajar. Siswa satu dengan yang lain saling berinteraksi dan saling bekerjasama untuk memenangkan perlombaan. Proses belajar mengajar terpusat pada siswa dan guru hanya menjadi fasilitator dan motivator.

Berdasarkan wawancara dengan guru kolabolator dikatakan bahwa selama mengikuti proses permainan perlombaan pada siklus II, siswa tetap menunjukkan antusias belajar yang tinggi, suasana belajar mengajar tetap menyenangkan siswa, dan di antara siswa terjalin kekompakan dan kerjasama yang cukup baik. Dibanding siklus I, maka pembelajaran siklus II lebih baik dan dapat berjalan lancar.

#### *Pencapaian Kinerja Tindakan II*

##### 1) *Motivasi Belajar Siswa*

Pada tabel 4 dan grafik 4 di atas terlihat bahwa dari 15 siswa seluruh siswa (100%) menunjukkan tingkat motivasi tinggi dalam mengikuti pembelajaran. Mengingat jumlah siswa yang menunjukkan motivasi belajar yang tinggi dalam pembelajaran telah mencapai lebih dari 75% dari jumlah siswa, maka pembelajaran siklus II telah mencapai indikator yang telah ditentukan. Dengan demikian, siklus dapat dihentikan.

##### 2) *Ketuntasan Belajar Siswa*

Pada tabel di bawah diketahui bahwa dari 15 siswa yang mendapat nilai lebih besar dari 70 (KKM) sebanyak 15 siswa (100%). Dengan demikian seluruh siswa telah memperoleh nilai di atas KKM atau mencapai ketuntasan dalam belajar.

Tabel 6 Pencapaian Ketuntasan Belajar pada Siklus II

Kategori	Nilai	Jml	%
Memenuhi KKM	$\geq 70$	15	100%
Di Bawah KKM	$< 70$	0	0%
Jumlah		15	100%

Dengan demikian, kinerja tindakan pada siklus II cukup efektif untuk mencapai indikator kinerja. Mengingat kinerja tindakan hingga siklus II sudah optimal mencapai indikator kinerja, maka siklus dapat dihentikan.

## c. Deskripsi Antar Siklus

*Motivasi Belajar Siswa*

Berdasarkan hasil pengamatan motivasi belajar siswa pada siklus I dan siklus II, diketahui bahwa motivasi belajar siswa pada siklus II mengalami peningkatan dibandingkan dengan siklus I. Hal ini seperti terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 7 Peningkatan Skor Motivasi Belajar Siswa dari Siklus I ke Siklus II

Skor	Siklus I	Siklus II	Naik	%
Rata-rata	22,53	27,20	4,67	22,58
Minimal	18,00	22,00	1,00	3,70
Maksimal	27,00	30,00	10,00	55,56

Pada tabel di atas diketahui bahwa setelah diberikan permainan perlombaan beregu (TGT) hingga siklus II, motivasi belajar siswa mengalami kenaikan. Dibanding nilai siklus I, kenaikan motivasi belajar Penjaskes siswa rata-rata naik sebesar 4,67 poin atau 22,58%). Kenaikan terendah adalah 1 poin atau 3,70% dan tertinggi mencapai 10 poin atau 55,56%. Dengan demikian, model permainan perlombaan beregu (TGT) dapat meningkatkan motivasi belajar pada pelajaran Penjaskes.

*Kemampuan Siswa dalam Berlatih Lari*

Berdasarkan hasil pengamatan atas kemampuan siswa pada siklus I dan siklus II, diketahui bahwa kemampuan berlari siswa pada siklus II mengalami peningkatan dibandingkan dengan siklus I. Hal ini seperti terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 8 Perbandingan Nilai Kemampuan Siswa dari Siklus I ke Siklus II

Nilai	Skor Siklus		Naik	%
	I	II		
Rata-rata	72,53	84,00	11,47	16,26
Minimal	64,00	76,00	4,00	5,26
Maksimal	84,00	96,00	16,00	25,00

Dari hasil perbandingan antara kemampuan siswa pada siklus I dan siklus II seperti terlihat pada tabel di atas, diketahui bahwa kemampuan siswa pada pelajaran Penjaskes berlari sambil mendorong balon dengan koran mengalami peningkatan. Rata-rata peningkatan nilai siswa naik sebesar 11,47 poin atau 16,26%. Kenaikan terendah adalah 4 poin atau 5,26% dan kenaikan tertinggi mencapai 16 poin atau 25%. Dengan demikian, hasil belajar siklus II lebih baik dibandingkan dengan siklus I setelah diberikan model permainan perlombaan hingga pada siklus II.

## d. Hasil Tindakan dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian seperti yang telah dipaparkan di muka, maka model permainan perlombaan beregu (TGT) dapat meningkatkan keterlibatan aktif siswa dapat proses pembelajaran, meningkatkan motivasi belajar siswa, dan meningkatkan hasil belajar siswa kelas 3 SD Negeri Nganjat Polanharjo Klaten pada pembelajaran Penjaskes materi berlatih lari.

Dengan permainan perlombaan beregu (TGT), maka suasana pembelajaran Penjaskes menjadi menyenangkan dan berbeda dari biasanya. Suasana pembelajaran yang menyenangkan ini, membuat siswa menjadi bersemangat mengikuti proses pembelajaran. Siswa berusaha bekerjasama dengan sebaik-baiknya bersama teman kelompoknya untuk memenangkan perlombaan. Siswa

berusaha menjaga kekompakkan dengan kelompoknya dan ingin tampil gemilang bersama kelompoknya untuk menjadi juara, demi nama baik kelompoknya.

Upaya yang sungguh-sungguh dari siswa dalam upaya memenangkan perlombaan tersebut, selanjutnya akan mendorong siswa untuk berusaha semaksimal mungkin demi memenangkan perlombaan. Siswa akan mengeluarkan kemampuan yang dimiliki, dan hal ini dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam berlari.

#### 4. Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa: (1) Model permainan perlombaan beregu (TGT) pada Penjaskes mampu meningkatkan motivasi belajar siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Siswa merasa senang, suasana kelas menjadi kondusif untuk melakukan pembelajaran. Mendorong siswa untuk belajar bekerjasama yang bersifat konstruktif, saling bekerjasama, dan menghindari egoisme yang cenderung menonjolkan diri; (2) Model permainan perlombaan beregu (TGT) pada Penjaskes mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam berlatih lari. Siswa berusaha menggunakan kemampuan yang dimilikinya untuk memenangkan perlombaan. Sumber belajar tidak terfokus pada guru semata, tetapi didapatkan dari interaksi antar siswa yang ada.

#### 5. References

- [1] Hamalik, Oemar, 2009. *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- [2] Mulyasa, 2005. *Menjadi Guru Profesional Menciptakan Pembelajaran Kreatif dan Menyenangkan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- [3] Sardiman. 2007. *Interraksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta : Raja Grafindo Persada
- [4] Yamin, Martinis, H. 2006. *Sertifikasi Profesi Keguruan di Indonesia*. Jakarta: Gang Persada Press.
- [5] Sardiman, 2001. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- [6] Eko Harsono & Muh Marlin, 2010. *Gemar Berolahraga untuk Kelas III SD dan MI*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional.
- [7] Samsudin, 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Litera
- [8] Huda, Miftahul. 2014. *Model-model Pengajaran dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [9] Tedjasaputra, 2007. *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta: PT Grasindo.
- [10] Susilo, 2007. *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Pustaka Book Publisher.
- [11] Arikunto, Suharsimi, 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [12] \_\_\_\_\_, 2008. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- [13] Suwandi, Sarwiji dan Madyo Ekosusilo, 2007. *Modul Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG): Peneltian Tindakan Kelas (PTK) dan Penulisan Karya Ilmiah*. Surakarta: Panitia Sertifikasi Guru Rayon 13.