

**PENGGUNAAN ALAT BANTU PEMBELAJARAN UNTUK  
MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOKOMOTOR  
BERJALAN DAN BERLARI**

**Achwan Susanto<sup>(1)</sup> , Rony Syaifullah<sup>(2)</sup>**

<sup>(1)</sup>Universitas Sebelas Maret Surakarta

<sup>(2)</sup>Universitas Sebelas Maret Surakarta

**ABSTRACT**

*The purpose of this research is to improve learning outcomes of basic locomotor movements of walking and running through the medium of learning in class V SDLB Erha Pabelan Semarang 2017/2018.*

*This research is a classroom action research. This study was conducted in two cycles, each cycle consisting of two meetings. Subjects in this Class Action Research is a fifth grade students SDLB Erha Pabelan Semarang totaling 7 students consisted of five boys and two student daughters. Sources of data in this study come from students, researchers and teachers who act as collaborators.*

*Data collection technique used tests and observation. The validity of the data using the technique of triangulation data. Analysis of data using qualitative descriptive technique that is based on a qualitative analysis of the percentage. Results of research on pre-cycle only two students who completed (28.57%) and 5 students are not completed (71.42%). In the first cycle of learning basic movements locomotor result students who have completed as many as four students (56.67%) and 3 students are not completed (42.85%). With the acquisition of affective (57.14%), psychomotor (57.14%) and cognitive (71.42%). In the second cycle was obtained in student learning outcomes that have been completed by 6 students (85.71%) and 1 student is not completed (14.28%). With the acquisition of affective (85.71%), psychomotor (80%) and cognitive (76.67%) Based on the analysis of the first cycle and the second cycle showed an increase in the targeted achievement. Based on the results obtained the conclusion that: The use of the application of instructional media can improve learning outcomes basic motion forehead push in table tennis in Class V SDLB Erha Pabelan Semarang academic year 2017/2018.*

**Keywords:** *Learning Outcomes, locomotor basic movements of walking and running, Application of Learning Tools*

## PENDAHULUAN

Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya diperuntukkan bagi anak normal, tetapi anak yang berkebutuhan khusus juga membutuhkan kegiatan olahraga. Namun pada kenyataannya masih banyak anggapan bahwa anak berkebutuhan khusus tidak mungkin dapat melakukan kegiatan olahraga. Masih banyak masyarakat di Indonesia menganggap bahwa kecacatan dipandang secara negatif. Anak yang berkebutuhan khusus (ABK) dianggap tidak mampu melakukan kegiatan apa-apa termasuk berolahraga. Pendidikan merupakan kebutuhan manusia yang mendasar (Putro, 2016). Hal ini sering dijumpai dalam pembelajaran pendidikan jasmani, anak yang membutuhkan pelayanan khusus sering tidak diikuti sertakan dalam kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani.

Kecacatan pada umumnya masih dianggap faktor penyebab seorang anak tidak membutuhkan kegiatan olahraga atau tidak perlu mengikuti kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani. Namun pada

kenyataannya, secara kodrati manusia lahir memiliki hak dan kewajiban yang sama, sehingga antara anak yang berkebutuhan khusus dan normal adalah sama. Mengingat pentingnya pembelajaran pendidikan jasmani bagi anak-anak di usia sekolah pada umumnya, maka bagi anak berkebutuhan khusus pembelajaran pendidikan jasmani juga harus diutamakan.

Pembelajaran olahraga bagi anak-anak berkebutuhan khusus tentu memiliki perbedaan dengan pembelajaran pendidikan jasmani anak-anak normal. Dari istilah pelajarannya mempunyai perbedaan. Istilah pendidikan jasmani untuk anak-anak berkebutuhan khusus yaitu "Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Adaptif". Pendidikan jasmani adaptif merupakan suatu program kegiatan belajar mengajar yang dirancang khusus untuk anak berkebutuhan khusus.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru di SLB ERHA Pabelan Semarang diperoleh data penilaian praktik gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari dengan nilai KKM 75 dimana siswa

kelas V SDLB-C SLB ERHA Pabelan Semarang yang berjumlah 7 siswa, yaitu sebanyak 71,4 % atau 5 siswa yang tidak menguasai materi dan hanya 28,6 % atau 2 siswa yang tuntas dalam uji praktik tersebut. Gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari di ajarkan pada SLB ERHA Pabelan Semarang yang mana gerak dasar lokomotor merupakan dasar untuk melakukan kegiatan yang lain, guru kesulitan dalam memilih penggunaan media pembelajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa sehingga siswa kurang dapat menerima pembelajaran yang diberikan oleh guru, siswa juga kesulitan bagaimana cara melakukan gerakan yang benar dalam pelaksanaan materi tersebut, karena psikomotor mereka yang kurang. Alat pembelajaran memegang peran yang sangat penting pada proses pembelajaran. Alat pembelajaran dapat memperlancar pemahaman dan memperkuat respon.

Alat pembelajaran dapat pula menumbuhkan minat siswa dan dapat memberikan hubungan antara isi materi pelajaran dengan

dunia nyata. Agar menjadi efektif, alat pembelajaran sebaiknya di tempatkan pada konteks yang bermakna dan siswa harus berinteraksi dengan alat itu untuk meyakinkan terjadinya proses pembelajaran. Alat pembelajaran dirasa sangat tepat diterapkan pada proses pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan pada siswa kelas V SLB ERHA Pabelan Semarang, khususnya pada anak berkebutuhan khusus tunagrahita karena mereka sangat sulit memahami materi. Sehingga anakanak akan lebih mudah menangkap dan memahami materi khususnya pada pembelajaran gerak dasar lokomotor berjalan dan melompat. Untuk mengetahui seberapa maksimal penggunaan ragam alat pembelajaran meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor berjalan dan melompat, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) pada siswa kelas V SDLB-C SLB ERHA Pabelan Semarang tahun ajaran 2017/2018.

## **TUJUAN PENELITIAN**

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas, tujuan penelitian ini adalah: Untuk meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari menggunakan alat pembelajaran pada siswa kelas V SDLB-C SLB ERHA Pabelan Semarang tahun ajaran 2017/2018

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **Pendidikan Jasmani**

Belajar adalah suatu proses yang kompleks yang terjadi pada perubahan pada diri siswa secara terencana, baik dari dalam aspek pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Sedangkan menurut Dimiyati dan Mudjiono, “Belajar adalah kegiatan individu memperoleh pengetahuan, perilaku dan keterampilan dengan cara mengolah bahan belajar. Dalam belajar tersebut individu menggunakan ranah-ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Akibat belajar tersebut maka kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik makin bertambah baik” (2010: 295). Berdasarkan pendapat diatas dapat di simpulkan bahwa belajar adalah kegiatan individu untuk memperoleh pengetahuan,

perilaku, dan keterampilan yang menyangkut ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik sehingga menjadi lebih baik.

### **Belajar**

Belajar dan mengajar merupakan dua konsep yang tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lain. Belajar menunjuk pada apa yang harus dilakukan seseorang sebagai subjek yang menerima pelajaran(siswa), sedangkan mengajar menunjuk pada apa yang harus dilakukan oleh seorang guru sebagai pengajar.

Dua konsep tersebut menjadi terpadu dalam satu kegiatan, manakala terjadi interaksi antara guru dan siswa, siswa dengan siswa, dan siswa pada saat pengajaran berlangsung. Inilah makna belajar mengajar dan mengajar sebagai suatu proses. Interaksi guru dengan siswa sebagai makna utama proses pengajaran memegang peranan penting untuk mencapai tujuan pengajaran yang efektif.

Belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu

perubahan yang lebih baik. Hal ini artinya, dalam kegiatan belajar terdapat ciri-ciri didalamnya. Salah satu tugas pokok seorang guru adalah mengevaluasi taraf keberhasilan rencana pelaksanaan kegiatan pembelajaran. Hasil belajar merupakan perubahan perilaku yang diperoleh siswa setelah mengalami proses belajar. Perolehan aspek-aspek perubahan perilaku tersebut tergantung pada apa yang dipelajari oleh siswa.

Hasil belajar dicapai apabila terjadi perubahan yang lebih baik, baik ranah afektif, kognitif dan psikomotor. Namun untuk mencapai hasil belajar yang optimal banyak faktor yang mempengaruhinya. Nana Sudjana (2005:39) menyatakan, "Hasil belajar yang dicapai siswa dipengaruhi oleh dua faktor utama yakni, faktor dalam diri siswa dan faktor yang datang dari luar diri siswa atau faktor lingkungan".

### **Lokomotor**

Gerak dasar lokomotor yaitu kemampuan untuk melakukan gerak anggota tubuh untuk membuat seluruh tubuh berpindah tempat.

"Pergerakan lokomotor mulai dilakukan oleh anak, menyebabkan dia berubah posisi atau tetap ditempat tersebut seperti berjalan, berlari, melompat, dan sebagainya." (Donnelly & Gallahue, 2003). Selain itu, pergerakan lokomotor juga membutuhkan pendukung atau titik pusat untuk berubah berdasarkan gerakan tertentu. Titik pusat berarti posisi kaki yang tetap apakah berubah atau bergerak, contohnya adalah ketika aktivitas berjalan dilakukan, posisi kaki bergerak dan berubah dari tempat asal. Gerak lokomotor mendukung gerakan yang akan direncanakan. Ini berarti, suatu gerakan dilakukan karena memiliki tujuan tertentu mengapa gerakan ini dilakukan.

Beberapa keterampilan lokomotor dasar yang perlu dikuasai anak dalam tahap perkembangan, antara lain : jalan, lari, loncat, lompat dan jengket. Gerak kombinasi: bercongklang (gallop) meluncur, menggeser ke kanan atau ke kiri, memanjat dan berguling.

### **Media Pembelajaran**

Media merupakan kata yang berasal dari bahasa latin “medius”, yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar. (Rudi Sisilana & Cepi Riyana, 2009: 6). Oleh karena itu media dapat diartikan sebagai perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Media dapat berupa sesuatu bahan, atau alat. Media merupakan sarana pembelajaran yang digunakan untuk menyampaikan informasi kepada siswa yang bertujuan untuk membuat tahu siswa.

Media adalah pembawa pesan yang berasal dari suatu sumber pesan (dapat berupa orang atau benda) kepada penerima pesan. Dalam proses pembelajaran penerima pesan itu adalah siswa. Pembawa pesan (media) itu berinteraksi dengan siswa melalui indera mereka. Siswa dirangsang dengan media itu untuk menggunakan inderanya untuk menerima informasi.

Media pembelajaran sangat berperan untuk keberhasilan proses belajar mengajar. Peranan media pembelajaran terutama adalah untuk membantu penyampaian materi kepada siswa. Dalam hal ini bisa

terlihat bahwa tingkat kualitas atau hasil belajar juga dipengaruhi oleh kualitas media pembelajaran yang digunakan. Untuk mendapatkan kualitas media pembelajaran yang baik agar dapat memberikan pengaruh yang signifikan dalam proses belajar mengajar, maka diperlukan pemilihan dan perencanaan penggunaan media pembelajaran yang baik dan tepat. Pemilihan media pembelajaran yang tepat ini menjadikan media pembelajaran efektif digunakan dan tidak sia-sia jika diterapkan.

## **METODE PENELITIAN**

Prosedur penelitian adalah metode yang harus dilakukan dalam menerapkan metode dalam penelitian. Dalam Penelitian Tindakan Kelas ini akan dilakukan tindakan yang berlangsung secara terus menerus kepada subjek penelitian. Perbaikan pembelajaran dilaksanakan melalui proses pengkajian berdaur, yang terdiri dari empat tahap yaitu merencanakan (planning), melakukan tindakan (acting), mengamati (observing) dan refleksi (reflecting). Hasil refleksi

terhadap tindakan yang dilakukan digunakan kembali untuk merevisi rencana pembelajaran jika ternyata tindakan yang dilakukan belum berhasil memecahkan masalah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Siklus 1 .Pada pertemuan siklus 1 ini diambil penilaian dengan prosentase ketuntasan siswa sebagai berikut: baik sekali 0%, baik 6,7%, cukup 50%, kurang 43,3%, dan kurang sekali 0%. Dilihat dari jumlah siswa yang tuntas KKM berjumlah 17 siswa atau 56,67% sedangkan siswa yang belum tuntas KKM berjumlah 13 siswa atau 43,33%.

Siklus 2 Dari hasil pengamatan siklus 2 pertemuan ke 2 sudah terlihat banyak siswa yang menguasai dan melakukan gerakan gerak lokomotor berjalan dan berlari dengan benar dilihat dari sedikit siswa yang belum menguasai atau masih salah dalam melakukan gerakan ada juga siswa yang masuk dalam kategori baik karena mungkin pada waktu dirumah mempraktikan gerakan-gerakan yang diajarkan disekolah sehingga sudah terbiasa

dalam melakukan gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari Prosentase ketuntasan siswa juga mengalami peningkatan dari sebelumnya 2 siswa atau 56,67% sekarang menjadi 6 siswa atau 83,33%. Berikut deskripsi hasil pengamatan belajar gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari melalui penerapan media pembelajaran.

Pada kondisi awal siswa masih belum memperoleh hasil yang maksimal banyak siswa yang belum sesuai dengan yang diharapkan. Pada pembelajaran siklus 1 terjadi peningkatan dari yang kondisi awal 2 siswa atau 28,57% menjadi 4 siswa atau 57,14% tapi ini belum mencapai target yang diharapkan karena banyak siswa yang masih bingung pada permainan ini karena baru sekali mencobanya, sedangkan pada siklus 2 terjadi peningkatan yang sudah melebihi target capaian yaitu 6 siswa atau 85,71%.

Pada siklus 2 sebagian besar siswa mampu melakukan gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari dengan baik dan benar cuma sedikit siswa yang belum menguasai atau

belum melakukan gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari dengan benar malah ada siswa yang melakukan gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari dengan baik karena selain disekolah dirumah anak itu juga melakukan gerakan lokomotor berjalan dan berlari, hanya beberapa siswa yang belum menguasai gerak lokomotor berjalan dan berlari dengan baik dan benar sehingga belum bisa melewati KKM. Siswa juga sangat antusias dan aktif dalam melakukan gerakan-gerakan gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari karena siswa merasa senang dengan permainan yang digunakan dan sudah tidak merasa mengeluh bosan pada saat pembelajaran.

#### **SIMPULAN DAN SARAN**

Dari hasil analisis diperoleh peningkatan yang signifikan dari kondisi awal ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II. Hal ini terlihat dari hasil tes unjuk kerja dari studi awal, dari 7 siswa yang pada awalnya mendapatkan ketuntasan 2 siswa 28,57% dan belum tuntas 5 siswa 71,42%. Pada siklus I, hasil

belajar gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari 57,14% atau sebanyak 4 siswa dari 7 siswa telah masuk kriteria tuntas. Pada siklus II, hasil belajar siswa meningkat mencapai 85,71% atau sebanyak 6 siswa dari 7 siswa telah mencapai kriteria tuntas. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran melalui penerapan media pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar gerak dasar lokomotor berjalan dan berlari pada siswa kelas V SDLB Erha Pabelan Semarang Pelajaran 2017/2018.

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal, khususnya kepada guru PJOK V SDLB Erha Pabelan Semarang sebagai berikut :

- a) Guru hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi dalam mata pelajaran gerak lomotor, menyampaikan materi, serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat seiring dengan

- peningkatan kemampuan yang dimilikinya.
- b) Guru hendaknya mau mengajar mata pelajaran gerak lomotor dengan menggunakan penerapan media pembelajaran agar dapat lebih memperbaiki kualitas pengajarannya.
- c) Kepada guru yang belum menggunakan penerapan media pembelajaran untuk mengajar gerak lokomotor, hendaknya menerapkan media pembelajaran bola kecil warna warni, bola besar garis atau line dan cone. Pembelajaran menjadi lebih menarik untuk diikuti siswa, siswa menjadi semangat dan tidak mudah merasa bosan sehingga hasil belajar gerak dasar lomotor berjalan dan berlari menjadi lebih baik.
- d) Guru saat pembelajaran hendaknya mendampingi secara langsung dengan siswa-siswi.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Agus Kristiyanto. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. 2000 . (2013). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Depaterrmen Pendidika Nasional.
- Aip Syarifuddin dan Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Depdikbud
- Arsyad, azhar. (2011). *Media Pembelajaran*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Aunurrahman. (2012). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: CV Alfabeta.
- Dimiyati & Mujiono. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Ega Trisna Rahayu. (2013). *Implementasi pada Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Bandung: ALFABETA.
- Yudy hendrayana. (2007). *Pendidikan jasmani dan olah raga adaptif*. Japan: cried.

- Putro, B. N. (2016). *Pengembangan Media Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Untuk Anak Usia Dini*. BRAVO'S (Jurnal Prodi Pendidikan Jasmani & Kesehatan), 4(2).
- Sobry Sutikno, (2009). *Belajar dan pembelajaran*, Prospect. Bandung.
- Wina sanjaya. (2006). *Strategi Pembelajaran*. Jakarta : kencana Prenada Media Group.
- Wardani, dkk (2002). *Penelitian tindakan kelas*. Pusat penerbit universitas terbuka.
- Yudy hendrayana. (2007). *Pendidikan jasmani dan olah raga adaptif*. Japan: cried