

PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN PENJAS INOVATIF (IU-07-1) MENGGUNAKAN METODE *PROGRESS CARDS* DALAM PEMBELAJARAN PENJAS MATERI MELEMPAR KE SASARAN (Studi pada siswa kelas 2 SDN Karangjati I dan SDN Cukurguling 3, Kecamatan Lumbang, Kabupaten Pasuruan, Tahun Pelajaran 2011/2012)

Affan Surahman

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya,
Affandisevic@yahoo.co.id

Suroto

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya,

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar, minat, motivasi, sikap kerjasama siswa, serta peningkatan kualitas guru dan siswa selama proses pembelajaran antara kelas eksperimen dengan kelas kontrol setelah dilaksanakan pembelajaran model IU-07-1 dengan menggunakan metode *progress cards* pada materi melempar ke sasaran. Penelitian ini dilakukan dengan subjek penelitian mengambil populasi dari siswa kelas 2 di SDN Karangjati I yang terdiri dari 29 siswa sebagai kelompok eksperimen dan seluruh siswa kelas 2 SDN Cukurguling 3 berjumlah 21 siswa sebagai kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan lembar penilaian ketuntasan hasil belajar, angket *FCE*, lembar observasi kelas dikjasor, dan tes melempar ke sasaran. Berdasarkan hasil analisis data penelitian disimpulkan ada perbedaan peningkatan hasil belajar melempar ke sasaran antara kelas eksperimen dengan kelas kontrol. Hal terlihat dari perbandingan presentase peningkatan hasil belajar melempar ke sasaran kelompok eksperimen sebesar 28.57 %. Sedangkan, pada kelompok kontrol sebesar 0.00 %.

Kata kunci: model pembelajaran, penjas inovatif (IU-07-1), metode pembelajaran, *progress cards*, hasil belajar, melempar ke sasaran.

Abstract

The aim of this research is to know the improve of result of the study, interest, motivation, cooperation, and also improve the quality of teacher and student during learning process between experiment class and control class after they held the innovation learning of physical education using *progress cards* method in target throwing material. The population which is used in this research is the student of grades II in elementary public school of Karangjati I as experiment class, consists of 29 students and the student in elementary public school of Cukurguling 3 as control class, consists of 21 students. The technique of data population which is used in this research is using result of study scoresheet, *FCE* questionnaire, observation class, and target throwing test. Based on the result of the data analysis of this research, it can be concluded that there is different in result of target throwing study between experiment class and control class after using *progress cards* method on innovation learning model of physical education (IU-07-1). This can be found from different of percent increase at the result of pretest and posttest target throwing. Presently, the result of percent increase of target throwing for experiment class 28.57 % in amount. While, on control class 0.00 % in amount.

Keywords: learning model, innovation of physical education (IU-07-1), learning method, *progress cards*, study result, target throwing.

PENDAHULUAN

Menurut Suroto (2008: Video Pembelajaran Aktifitas Pengembangan), secara teoritis, mapel penjas bisa mencapai aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Tapi secara praktis, baru sebagian kecil guru penjas yang berhasil mencapai tiga aspek tadi. Oleh karena itu Tim Pengembangan Model Pembelajaran Penjas Unesa mengembangkan model pembelajaran IU-07-1 yang menjamin siswa mendapat pengalaman belajar dengan penanaman nilai-nilai positif olahraga dan kecukupan gerak dalam mapel penjas.

Menurut Dirjen PMPTK Depdiknas dalam materi diklat kompetensi pengawas sekolah (2008: 13),

keberhasilan implementasi strategi pembelajaran sangat tergantung pada cara guru menggunakan metode pembelajaran, karena suatu strategi pembelajaran hanya mungkin dapat diimplementasikan melalui penggunaan metode pembelajaran. Sedangkan, strategi itu sendiri diidentikkan dengan model (Verawati, 2010: 1). Sehingga dapat disubstansikan bahwa keberhasilan implementasi model pembelajaran sangat bergantung pada cara guru menggunakan metode pembelajaran.

Pada penelitian ini dikembangkan metode baru hasil pengembangan dari metode latihan yang lebih mengutamakan ketangkasan dan keterampilan dari apa yang telah dipelajari dan dipadukan dengan menambah alat bantu penilaian hasil pembelajaran berupa sebuah

kartu kemajuan (*progress cards*) hasil pembelajaran penjas yang dibawa siswa setiap kali kegiatan pembelajaran penjas yang diharapkan dapat meningkatkan dan memotivasi keaktifan bertanya, menjawab, berpikir, dan bergerak siswa dalam pembelajaran, serta mengontrol perilaku negatif siswa (menanamkan nilai-nilai positif pada siswa).

Penerapan model dan metode tersebut dilatarbelakangi beberapa permasalahan penjas di tempat penelitian yaitu: Pertama, sebagian besar siswa masih sedikit pengalaman gerakanya akibat pemberian model, metode, media pembelajaran penjas yang kurang variatif. Kedua, rendahnya minat siswa (khususnya kelas 1, 2, dan 3) pada materi pembelajaran penjas akibat dari pemilihan media yang salah dan kurang menarik atau bahkan karena minimnya media yang digunakan. Terutama pada saat pemberian materi pembelajaran melempar, sangat dibutuhkan kreatifitas guru penjas dalam membuat, memodifikasi media dan alat peraga yang menarik. Ketiga, sebagian besar guru dalam melaksanakan penilaian pembelajaran penjas belum mengetahui aspek-aspek yang seharusnya dipertimbangkan dalam penilaian ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik berdasarkan KTSP.

Dari latar belakang masalah yang diuraikan di atas, dirumuskan tujuan penelitian sebagai berikut: (1) untuk mengetahui apakah penerapan model pembelajaran penjas inovatif (IU-07-1) menggunakan metode *progress cards* dapat meningkatkan hasil belajar melempar ke sasaran siswa kelas 2 SDN Karangjati 1; (2) untuk mengetahui seberapa besar peningkatan hasil belajar melempar ke sasaran melalui penerapan model pembelajaran penjas inovatif (IU-07-1) dengan menggunakan metode *Progress Cards*; (3) untuk mengetahui apakah penerapan model pembelajaran penjas inovatif (IU-07-1) dengan menggunakan metode *Progress Cards* lebih efektif dalam meningkatkan minat, motivasi, sikap kerjasama siswa dalam pembelajaran melempar ke sasaran; (4) untuk mengetahui apakah penerapan model pembelajaran penjas inovatif (IU-07-1) menggunakan metode *Progress Cards* lebih efektif dalam meningkatkan kualitas kegiatan guru dan siswa selama proses pembelajaran.

Kemudian, dengan mempertimbangkan keterbatasan waktu, biaya, tenaga, sarana prasarana, serta untuk membatasi ruang lingkup pembahasan yang terlalu luas dan timbulnya perbedaan penafsiran maka sasaran obyek penelitian sebatas untuk mengetahui pengaruh penerapan pembelajaran inovatif model IU-07-1 menggunakan metode *Progress Cards* terhadap hasil belajar melempar ke sasaran, efektifitas peningkatan minat, motivasi dan sikap kerjasama siswa, serta efektifitas peningkatan kualitas kegiatan guru dan siswa, yang diukur berdasarkan tiga penilaian, yaitu : ketrampilan melempar ke sasaran, tanggapan siswa dan pengamatan oleh tim observer. Sedangkan metode *Progress Cards* sendiri dibatasi hanya pada lima tahap latihan untuk nomor melempar ke sasaran disesuaikan dengan buku panduan

Educational Cards for Kids Athletics yang dikeluarkan Tim IAAF tahun 2006.

Model Pembelajaran Penjas Inovatif (IU-07-1)

Model pembelajaran penjas IU-07-1 merupakan salah satu model inovasi atau pembaharuan dalam pembelajaran penjas di Indonesia yang dikembangkan oleh Tim Peneliti Mapel Penjas Balitbang Diknas dengan fokus perhatian utama model pembelajaran penjas IU-07-1 adalah aspek kecukupan belajar gerak, konstruksi nilai-nilai positif dalam olahraga, dan KBM penjas yang ideal.

Pembelajaran penjas inovatif (IU-07-1) sebagaimana dikutip dalam Tim Peneliti Balitbang Diknas, 2008: 14, memiliki ciri khas berupa sintaks yang terdiri dari empat tahapan utama dan berpola, yaitu: (1) Persiapan guru penjas sebelum pembelajaran dimulai; (2) Kegiatan Pendahuluan (Presensi – Apersepsi – Ruang Lingkup – Tujuan Pembelajaran – Pemanasan); (3) Kegiatan Inti (Tugas Gerak – Monitor – Feedback – Konstruksi Nilai Positif); (4) Kegiatan Penutup (Pendinginan – Refleksi – Evaluasi – Apresiasi – Tindak Lanjut).

Metode *Progress Cards*

Metode *Progress Cards* adalah sebuah metode pembelajaran penjas inovatif yang dikembangkan dari metode latihan dengan tahapan-tahapan kegiatan latihan memodifikasi dari lima tahapan latihan pada "*Practical Guidelines: Educational Cards Kids' Athletics*" (Gozzoli, dkk, 2006a: 64-69) dengan menambahkan alat bantu motivasi *progress cards* (kartu kemajuan) sebagai usaha untuk mengembangkan kreatifitas, inisiatif dan motivasi berpikir siswa serta untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa secara bertahap dan kontinu. Alat bantu *progress cards* sendiri adalah suatu alat bantu motivator pembelajaran penjas yang menggunakan sebuah kartu berisi penilaian-penilaian terhadap peningkatan hasil belajar yang dicapai setiap peserta dalam satu materi pembelajaran.

Bentuk penilaiannya dapat berupa angka (1 dan 0) atau simbol (✓ atau ☆) yang menarik bagi siswa, sehingga siswa termotivasi untuk berusaha mendapatkan simbol tersebut dengan melakukan kegiatan pembelajaran secara sungguh-sungguh. Apabila siswa dapat melakukan lemparan tepat ke sasaran maka siswa tersebut mendapat 1 simbol pada satu kolom indikator psikomotor. Untuk kolom penilaian kognitif lebih pada ketrampilan berfikir siswa ketika guru menyuruh siswa untuk melakukan suatu gerakan dan gerakan tersebut dapat dilakukannya maka siswa tersebut mendapat 1 simbol atau jika dia dapat menjawab pertanyaan dari guru mengenai materi yang berkaitan maka mendapat 1 simbol. Untuk penilaian afektif berbeda, apabila pada saat pembelajaran siswa menyimpang dari perilaku positif maka satu kolom di silang. Berikut gambar kartu kemajuan tersebut:

PROGRESS CARDS																			
Nama :						Semester :						Materi :							
Kelas :																			
		Psikomotor					Kognitif					Afektif							
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
Pertemuan 1		☆	⊗	☆	☆	⊗	☆	☆	⊗	☆	⊗	⊗	☆	☆	⊗	⊗			
		√	√	√	√		X	X		X	X		X	X			√	√	√
Pertemuan 2																			

Gambar 1. Kartu Penilaian Pembelajaran

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen dikarenakan adanya perlakuan (*treatment*) yang diberikan kepada subjek penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu menggunakan instrumen-instrumen tes yang standar serta terdapat pengujian hipotesis. Sedangkan desain penelitian yang digunakan adalah *Non-Randomized Control Group Pretest-Posttest Design* yaitu menggunakan kelompok kontrol, diberlakukan *pretest* dan *posttest*, hanya subjek penelitian tidak ditempatkan secara acak (Maksum, 2006: 40).

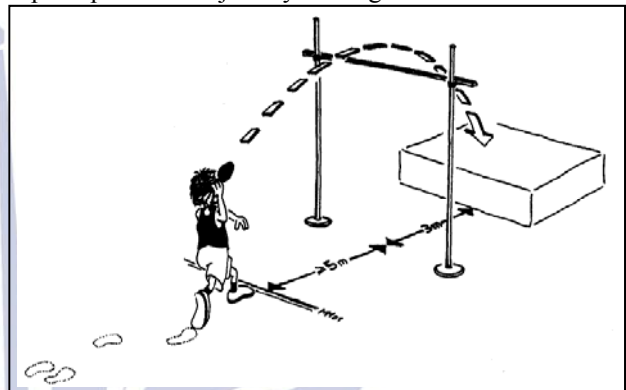
Penelitian ini dilakukan dengan subjek penelitian mengambil populasi dari seluruh siswa kelas 2 di SDN Karangjati 1 Kec. Lumbang yang terdiri dari 29 siswa sebagai kelompok eksperimen dan seluruh siswa kelas 2 SDN Cukurguling 3 berjumlah 21 siswa sebagai kelompok kontrol. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah: Pertama, penilaian ketuntasan hasil belajar berisi tabel penilaian terhadap indikator-indikator penilaian dari ketiga aspek penjas yaitu aspek psikomotor dengan nilai indikator 50, aspek kognitif dengan nilai indikator 20, aspek afektif dengan nilai indikator 30. Kedua, angket *FCE* berupa daftar pertanyaan yang didistribusikan untuk diisi atau dijawab oleh responden di bawah pengawasan peneliti dengan tujuan untuk mengetahui keefektifan model pembelajaran penjas inovatif menurut pendapat para siswa yang terangkum dalam instrument *FCE* setelah mendapat materi melempar ke sasaran. Ketiga, lembar observasi kelas penjas yang berfungsi untuk merekam pelaksanaan dari awal, proses, dan akhir pembelajaran yang dilakukan oleh 3 pengamat (*observer*) untuk mengetahui kualitas kegiatan guru dan siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Lembar observasi kelas penjas memuat 3 komponen, yaitu persiapan guru, pelaksanaan pembelajaran, dan aktifitas siswa yang diamati pada awal pembelajaran, proses pembelajaran, dan akhir pembelajaran. Keempat, tes melempar ke sasaran menggunakan turbo seperti gambar di bawah ini:



Gambar 2. Turbo – Alat Tes Melempar ke Sasaran

Tes dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan dengan prosedur pelaksanaan sebagai berikut: Sasaran lemparan

berjarak 5 meter dari tiang gawang (tinggi 2,5 meter) dengan jarak awalan 5 meter. daerah sasaran diukur dari garis tegak lurus tiang gawang berjarak 2,5 meter. Objek dirancang untuk dilempar melewati tiang gawang. Tiap peserta mendapat kesempatan 3 kali lemparan percobaan ke sasaran menggunakan objek untuk melempar dengan menggunakan awalan. Kemudian, penilaian untuk pembelajaran melempar ke sasaran adalah apabila objek lemparan melewati di atas diantara tiang gawang dan menyentuh target area atau paling tidak menyentuh tepi area sasaran dapat dipertimbangkan sebagai keberhasilan melempar ke sasaran. Maka, poin yang didapat adalah 2 poin. Jika objek dilempar melewati di atas diantara tiang gawang tapi tidak terkena daerah sasaran maka peserta dapat 1 poin. Lebih jelasnya lihat gambar berikut:

Gambar 3. Melempar ke Sasaran
(Gozzoli, dkk, 2006a: 64)

Berdasarkan instrumen penelitian, maka untuk menganalisis data yang telah terkumpul digunakan sembilan macam perhitungan, yaitu: (1) Menghitung jumlah angka ketuntasan hasil belajar melempar ke sasaran. (2) Menghitung skor angket *FCE* (3) Menghitung skor LOK dari ketiga pengamat. (4) Menghitung *Mean*. (5) Menghitung *Standar Deviasi*, untuk menghitung penyimpangan suatu nilai *Mean*. (6) Menghitung *Varian*, untuk menghitung ukuran variabilitas yang dihitung dengan cara mengkuadratkan *Standar Deviasi*. (7) Menghitung Uji *t*, untuk menganalisa perbedaan atau selisih antara hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok yang sejenis. (8) Menghitung seberapa besar prosentase peningkatan rata-rata hasil belajar melempar ke sasaran antara *pretest* dan *posttest*. (9) Menghitung Uji-*t*, untuk mencari perbedaan antar kelompok.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan penelitian diperoleh empat deskripsi data penelitian, yaitu:

Deskripsi Data Lembar Penilaian Ketuntasan Belajar

Hasil data penilaian ketuntasan belajar untuk tiap indikator secara ringkas disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1. Rekap Data Penilaian Ketuntasan Belajar

Pertemuan	Pert. 1 Eksp.	Pert. 1 Eksp.	Pert.1 Kontrol	Pert.1 Kontrol
KKM	69,89	69,89	14	14
Tuntas	14	21	8	12
Belum Tuntas	14	7	13	9
Ketuntasan Per Kelas	50%	75 %	38 %	57 %
Kategori	Baik	Baik	Kurang Baik	Kurang Baik

Apabila dilihat dari nilai KKM kedua kelompok yang dipatok pada tabel 1 di atas, kelompok eksperimen mematok nilai KKM yang lebih tinggi daripada kelompok kontrol. Meskipun demikian, peningkatan persentase ketuntasan belajar jauh lebih besar kelompok eksperimen daripada kelompok kontrol. Hal tersebut terlihat pada pertemuan kedua kelompok eksperimen menuntaskan 75% siswa pada pembelajaran melempar ke sasaran. Sedangkan, kelompok kontrol hanya menuntaskan 57%.

Deskripsi Data Angket Formative Class Evaluation

Deskripsi data pengisian lembar angket *FCE* yang dilakukan oleh siswa secara ringkas disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 2. Rekap Data Keseluruhan Hasil FCE

Pertemuan	Pert. 1 Eksp.	Pert. 1 Eksp.	Pert.1 Kontrol	Pert.1 Kontrol
Result	2,64	2,93	2,62	2,62
Volition	2,89	3,00	2,62	2,62
Method	2,57	2,84	2,50	2,55
Cooperat	2,84	2,89	2,50	2,50
Mean	2,74	2,92	2,56	2,57
Skor	4	5	3	3

Sesuai hasil rekapitulasi keseluruhan *FCE* tabel 2 di atas diperoleh hasil tentang proses pembelajaran melempar ke sasaran menurut pandangan siswa adalah sebagai berikut: Pertemuan pertama kelompok eksperimen masuk dalam kategori BAIK (skor 4). Pertemuan kedua kelompok eksperimen masuk dalam kategori SANGAT BAIK (skor 5). Pertemuan pertama kelompok kontrol masuk dalam kategori SEDANG (skor 3). Pertemuan kedua kelompok kontrol masuk dalam kategori SEDANG (skor 3).

Deskripsi Data Lembar Observasi Kelas (LOK)

Berikut tabel rekapitulasi deskripsi data pengamat secara ringkas:

Tabel 3. Rekapitulasi Data Penilaian Pengamat LOK

Komponen	Kel. Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Pert. 1	Pert. 2	Pert. 1	Pert. 2
	16/04/12	23/04/12	14/04/12	21/04/12
Persiapan	100,00	100,00	100,00	100,00
Waktu	33,33	33,33	33,33	33,33
Tugas Gerak	74,74	89,24	71,56	78,70
FeedBack	69,55	71,35	63,61	67,56
Evaluasi	66,80	69,10	61,64	63,89
Akt. Belajar	100,00	100,00	100,00	100,00
Akt. Gerak	100,00	100,00	100,00	100,00
Gembira	83,33	100,00	77,78	80,56
Kerjasama	80,56	91,67	50,00	58,33
Rata-rata	78,70	83,85	73,10	75,82

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh kategori kualitas guru dan siswa selama pembelajaran menurut ketiga pengamat adalah sebagai berikut: Pertemuan pertama kelompok eksperimen masuk dalam kategori BAIK (dari skor klasifikasi persentase 78,70). Pertemuan kedua kelompok eksperimen masuk dalam kategori BAIK (dari skor klasifikasi persentase 83,85). Pertemuan pertama kelompok kontrol masuk dalam kategori CUKUP (dari skor klasifikasi persentase 73,10). Pertemuan kedua kelompok kontrol masuk dalam kategori BAIK (dari skor klasifikasi persentase 75,82).

Deskripsi Data Pretest dan Posttest

Berikut ini ringkasan deskripsi data *pretest* dan *posttest* dari kedua kelompok:

Tabel 4. Deskripsi Hasil Pretest Dan Posttest

	Eksperimen		Kontrol	
	Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
Rata-rata	1,45	1,86	0,95	0,95
Std. Deviasi	1,94	2,27	1,13	1,84
Varian	3,76	5,15	1,28	3,38
Minimum	0,00	0,00	0,00	0,00
Maksimum	6,00	6,00	3,00	6,00
Persentase	28,57 %		0,00 %	

Dari Tabel 4 di atas dapat diketahui bahwa: Pertama, Nilai rata-rata hasil tes melempar ke sasaran siswa kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) sebesar 1,45; dengan standar deviasi 1,94; nilai varian 3,76; nilai terendah 0,00 dan tertinggi 6,00. Kedua, Nilai rata-rata hasil tes melempar ke sasaran siswa kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan (*posttest*) sebesar 1,86; dengan standar deviasi 2,27; nilai varian 5,15; nilai terendah 0,00 dan tertinggi 6,00. Ketiga, dari hasil rata-rata masing-masing tes pada kelompok eksperimen ($\text{Mean}_{\text{pretest}} < \text{Mean}_{\text{posttest}}$), diketahui persentase peningkatan hasil belajar sebelum perlakuan(*pretest*) dan setelah perlakuan(*posttest*) yaitu ada peningkatan sebesar 28,57 %. Keempat, Nilai rata-rata hasil tes melempar ke sasaran siswa kelompok

kontrol sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) sebesar 0,95; dengan standar deviasi 1,13; nilai varian 1,28; nilai terendah 0,00 dan tertinggi 3,00. Kelima, Nilai rata-rata hasil tes melempar ke sasaran siswa kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan (*posttest*) sebesar 0,95; dengan standar deviasi 1,84; nilai varian 3,38; nilai terendah 0,00 dan tertinggi 6,00. Keenam, dari hasil rata-rata masing-masing tes pada kelompok kontrol ($\text{Mean}_{\text{pretest}} = \text{Mean}_{\text{posttest}}$), diketahui persentase peningkatan hasil belajar sebelum perlakuan(*pretest*) dan setelah perlakuan(*posttest*) yaitu tidak ada peningkatan atau 0 %.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dari perhitungan di atas, dapat diketahui bahwa hasil penelitian dan perlakuan (*treatment*) yang telah diberikan kepada kelompok eksperimen telah memberikan pengaruh yang cukup signifikan terhadap hasil belajar melempar ke sasaran. Hal ini dapat diketahui dari perbandingan persentase peningkatan rata-rata yang diperoleh antara siswa yang diberikan pembelajaran menggunakan model IU-07-1 dengan metode *progress cards* dibandingkan dengan siswa yang pembelajarannya tidak menggunakan model IU-07-1 dan metode *progress cards*. Berikut hasil kesimpulan analisa data dari beberapa data perhitungan statistik kedua kelompok populasi:

Analisis Data Pretest- Posttest Kelompok Eksperimen

Hasil penghitungan *t-test* (*dependent sample t-test*) untuk *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen sebesar 1,887 lebih besar dari ttabel sebesar 1,701, yang berarti H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* hasil kemampuan melempar ke sasaran. Secara statistik peningkatan hasil kemampuan melempar ke sasaran dengan penggunaan model IU-07-1 dan metode *progress cards* pada kelompok eksperimen sebesar 28,57 %.

Analisis Data Pretest- Posttest Kelompok Kontrol

Hasil penghitungan *t-test* (*dependent sample t-test*) untuk *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol sebesar 0,00 lebih kecil dari ttabel sebesar 1,725, yang berarti H_0 diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* hasil kemampuan melempar ke sasaran. Secara statistik peningkatan hasil kemampuan melempar ke sasaran kelompok kontrol sebesar 0,00 %.

Analisis Beda Data Eksperimen dan Kontrol

Selisih hasil setelah diadakan perlakuan dapat digunakan sebagai dasar untuk mengetahui perbedaan efek dari perlakuan tersebut. Selanjutnya, untuk mengetahui perbedaan peningkatan kemampuan melempar ke sasaran antara pembelajaran yang menggunakan model IU-07-1 dan metode *progress cards* dengan pembelajaran yang lama, dapat diketahui dengan melakukan perhitungan

statistik dengan menggunakan rumus *Independent Sample T-test*. Adapun hasil penghitungan *t-test* untuk selisih nilai pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah sebesar 1,049, lebih kecil dari ttabel sebesar 2,0105, yang berarti menolak hipotesis nol. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan hasil kemampuan melempar ke sasaran diantara dua kelompok tersebut.

Berdasarkan hipotesis awal penelitian yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan hasil belajar melempar ke sasaran yang signifikan antara kelompok yang menggunakan model pembelajaran IU-07-1 dengan metode *progress cards* dibandingkan dengan kelompok yang tidak menggunakan model dan metode pembelajaran tersebut. Namun, setelah dilakukan penghitungan hasil pengolahan data ternyata tidak terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan, hal ini disebabkan karena beberapa kelemahan dan keterbatasan penelitian yang terjadi dan tidak dapat dikontrol antara lain: (1) Faktor kesungguhan di antara sampel satu sama lain tidak dapat diketahui. (2) Sampel penelitian mungkin tingkat tekniknya belum baik mengingat dari faktor umur merupakan tingkatan umur terendah diantara ketentuan yang ada untuk nomor pembelajaran melempar ke sasaran pada *kids athletics*, sehingga hasil belajar melempar ke sasaran lebih dominan pada faktor kebetulan. Hal tersebut terbukti dari adanya beberapa hasil *posttest testee* yang lebih buruk daripada hasil *pretest* nya. (3) Kegiatan masing-masing sampel di luar kegiatan penelitian tidak dapat dikontrol. (4) Penelitian dilakukan hanya 2 kali tatap muka mengingat keterbatasan waktu yang berdekatan dengan kegiatan Ujian Nasional dan memang hanya ada waktu 2 kali tatap muka untuk materi melempar, sehingga peningkatan hasil belajar belum tinggi, hal ini mengakibatkan secara statistik tidak terdeteksi perbedaan antara kedua model dan metode.

Meskipun secara statistik tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara dua kelompok tersebut, namun masih terdapat perbedaan peningkatan yang cukup signifikan jika dilihat dari perbedaan persentase peningkatan hasil *pretest* dan *posttest* melempar ke sasaran dari masing-masing kelompok, yaitu kelompok eksperimen ada peningkatan sebesar 28,57 %. Sedangkan, kelompok kontrol tidak ada peningkatan (0,00 %). Perbedaan tersebut cukup membuktikan bahwa pembelajaran penjas yang menggunakan model IU-07-1 dengan metode *progress cards* lebih baik dalam meningkatkan hasil belajar melempar ke sasaran daripada pembelajaran penjas yang tidak menggunakan model IU-07-1 dengan metode *progress cards*.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan pengolahan data dan pembahasan yang dipaparkan pada BAB IV, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah: Pertama, ketuntasan hasil belajar siswa SDN Karangjati 1 lebih besar daripada SDN Cukurguling 3. Kedua, berdasar angket *FCE* (penilaian siswa) terbukti bahwa model dan metode pembelajaran

pada kelompok eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan situasi kegembiraan, kerjasama, antusias, dan keberagaman pemberian tugas gerak selama proses pembelajaran daripada kelompok kontrol. Ketiga, Berdasar LOK (penilaian ketiga pengamat) terbukti bahwa model dan metode pembelajaran pada kelompok eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan aktifitas belajar, aktifitas gerak, kegembiraan dan kerjasama siswa daripada kelompok kontrol yang lebih banyak mengajarkan teknik serta monoton dalam pemberian tugas gerak. Keempat, Terdapat perbedaan peningkatan hasil belajar sebesar 28.57% antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol.

[edu/2010/12/21/](http://www.iaaf.org/development/kids/index.html) perbedaan-antara-pendekatan-metode-strategi-model-tekhnik-dalam-pembelajaran). Diakses 06 Agustus 2011

Saran

Berdasarkan pengamatan saat melakukan penelitian. Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan bagi para pelaku pendidikan yang memiliki keterkaitan dengan pembelajaran penjasorkes, antara lain: Pertama, bagi Kepala Sekolah. Penggunaan model dan metode pembelajaran penjasorkes yang bervariasi akan lebih mudah diterapkan pada siswa apabila sarana dan prasarana yang dibutuhkan tersedia. Untuk itu peran kepala sekolah sangat penting dalam pengadaan sarana dan prasarana mapel penjasorkes yang memang dibutuhkan dana yang cukup besar. Kedua, bagi guru penjasorkes hendaknya mampu memunculkan ide-ide kreatifitasnya dalam memilih dan membuat model, metode, dan media untuk dapat meningkatkan minat, kegembiraan, aktifitas, sportifitas, kerjasama siswa dalam pembelajaran penjasorkes pada materi-materi tertentu yang siswa kesulitan untuk memahaminya serta kurang menyukai materi tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Gozzoli, dkk. 2006a. *Educational Cards-IAAF: Kids' Athletics*. (Online). (<http://www.iaaf.org/development/kids/index.html>). Diakses 06 Juni 2010.
- Maksum, A, 2006. *Diktat Matakuliah: Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Materi Diklat Kompetensi Pengawas Sekolah. 2008. *Strategi Pembelajaran dan Pemilihannya*. Jakarta: Dirjen PMPTK Depdiknas
- Tim Peneliti Balitbang Diknas. 2008. *Makalah: Pengembangan Model Pembelajaran Kecerdasan Kinestetik Untuk Pendidikan Dasar*. Surabaya: Depdiknas: Badan Penelitian dan Pengembangan, Pusat Penelitian Kebijakan Inovatif.
- Suroto. 2008. *Video Pembelajaran Penjasorkes Inovatif: Aktifitas Pengembangan*. Surabaya: Tim Balitbang Diknas Mapel Penjas
- Verawati. 2010. *Makalah: Perbedaan Antara Pendekatan Metode Strategi Model Dan Tekhnik Dalam Pembelajaran*. (Online). (<http://verawati.blog.upi.edu/2010/12/21/perbedaan-antara-pendekatan-metode-strategi-model-tekhnik-dalam-pembelajaran>). Diakses 06 Agustus 2011