UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TOLAK PELURU GAYA O'BRIEN MELALUI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE STAD PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 TAPUNG SARIGALUH

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana
Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Riau

INDRA SAYUDI BAKTI
156610206

Dosen Pembimbing

DUPRI, M.Pd
NIDN. 10010191001

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
2019

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

ABSTRAK

INDRA SAYUDI BAKTI (2019) : Upaya meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya o'brien melalui model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh.

Berdasarkan hasil observasi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung, masih banyak siswa yang belum menguasai teknik dasar tolak peluru dengan benar dan juga kurang bersemangat dalam proses pembelajaran. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar tolak peluru gaya o'brien melalui model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh. Jenis penelitian ini adalah PTK (Penelitian Tindakan Kelas). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh yang berjumlah 25 orang. Yang terdiri dari 16 putra dan 9 orang putri. Teknik sampel dalam penelitian ini adalah total sampling. Instrumen penelitian ini adalah Silabus, RPP, dan Rublik Penilaian. Pembelajaran Siklus I Nilai Rata-rata siswa 83 dengan jumlah siswa yang lulus 72%. Siklus II rata-rata meningkat menjadi 97 dengan persentase ketuntasan siswa 100%. Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah metode STAD dapat meningkatkan hasil belajar teknik dasar tolak peluru gaya o'brien melalui pada siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh.

Kata kunci : STAD, Tolak Peluru

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

ABSTRACT

INDRA SAYUDI BAKTI (2019): Efforts to improve learning outcomes against O'Brien style Shot put the STAD type cooperative learning model for eighth grade students of SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh.

Based on the results of observations on class VIII SMP Negeri 1 Tapung, there are still many students who have not mastered the basic techniques of shot put correctly and also lacking enthusiasm in the learning process. The purpose of this study was to determine the increase in learning outcomes of o'brien style shot put through the STAD type cooperative learning model in class VIII of SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh. This type of research is PTK (Class Action Research). The population in this study were eighth grade students of SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh, amounting to 25 people. Which consists of 16 sons and 9 daughters. The sample technique in this study is total sampling. The research instruments were Syllabus, RPP, and Rublik Assessment. Average Cycle I Learning of 83 students with a number of students who passed 72%. The second cycle increased to 97 with the percentage of completeness of students 100%. The conclusion that can be drawn from this study is that the STAD method can improve the learning outcomes of the basic techniques of o'brien style shot put the Class VIII students of SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh.

Keywords: STAD, shot put

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini, dengan judul **"Upaya meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya o'brien melalui model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh**". Penulisan skripsi ini dilaksanakan untuk memenuhi salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana Pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau.

Selesainya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari segala bantuan dan bimbingan dari semua pihak, sehingga pada kesempatan ini pula penulis dengan ketulisan hati mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Dupri, S.Pd, M.Pd sebagai dosen pembimbing Utama saya, yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan dan membimbing penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini
2. Bapak dan Ibu dosen penguji yang telah memberikan masukan-masukan yang sangat membantu dalam penyempurnaan skripsi ini.
3. Bapak Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau, yang telah memberikan saya izin untuk melakukan penelitian ini.
4. Bapak Drs. Daharis, M.Pd selaku Ketua Program Studi Penjaskesrek pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Riau yang telah memberikan pengajaran dan berbagai displin ilmu kepada peneliti selama peneliti belajar di Universitas Islam Riau.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

6. Seluruh staf tata usaha prodi penjaskesrek yang telah membantu dalam urusan perizinan dan administrasi penelitian ini.
7. Bapak Kepala Sekolah, Majelis Guru, staf Tata Usaha serta siswa kelas VIII 1 SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh yang telah terlibat secara langsung hingga terlaksananya penelitian ini.
8. Teristimewa untuk ayahanda H. Bahtiar, S.Pd (Almarhum) dan Ibunda Hj. Rosmaladewi, S.Pd. Adinda Siti Rahimah, Muhammad Rizki Hamzah yang telah memberikan dorongan dan motivasi tak terhingga selama peneliti menyelesaikan studi ini.
9. Teman-teman seperjuangan prodi penjaskesrek angkatan 2015 yang telah memberikan bantuan dan motivasi kepada peneliti dalam menyelesaikan pendidikan di prodi penjaskesrek Universitas Islam Riau.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis sudah berusaha semaksimal mungkin. Jika masih ada kekurangan dalam penulisan skripsi ini, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, demi kesempurnaan penulisan skripsi ini. Akhirnya harapan, semoga skripsi ini dapat bermamfaat bagi penulis dan pembaca lainnya, Amin Ya Rabbal Alamin….

Pekanbaru, April 2019

Penulis

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PENGESAHAN i
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI ii
SURAT KETERANGAN iii
ABSTRAK iv
ABSTRACT v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI vi
SURAT PERNYATAAN vii
KATA PENGANTAR viii
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR GAMBAR xiii
DAFTAR GRAFIK xiv
DAFTAR LAMPIRAN xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1
B. Identifikasi Masalah 4
C. Pembatasan Masalah 5
D. Perumusan Masalah 5
E. Tujuan Penelitian 5
F. Manfaat Penelitian 5

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori 7
   1. Hakikat Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD (*Student Team Achievement Division*) 7
   2. Hakikat Tolak Peluru Gaya O'brien 19
B. Kerangka Pemikiran 26
C. Pertanyaan Penelitian 27

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian 28

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

B. Populasi dan Sampel 34
C. Pengembagan Instrumen 34
D. Teknik Penumpulan Data 37
E. Teknik Analisis Data 37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data 39
1. Peningkatan teknik dasar tolak peluru gaya o'brien melalui metode STAD pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh pada siklus I 39
2. Peningkatan teknik dasar tolak peluru gaya o'brien melalui metode STAD pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh pada siklus II 45
B. Analisis Data 50
C. Pembahasan 51

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 55
B. Saran 55

DAFTAR PUSTAKA 57
DAFTAR LAMPIRAN 59

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR TABEL

Halaman

1. Populasi Penelitian 34

2. Instrumen penilaian Teknik Dasar Tolak Peluru Gaya O'brien ... 35

3. Distribusi Frekuensi Teknik dasar tolak peluru gaya o'brien Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh Pada Siklus I..... 43

4. Distribusi Frekuensi Teknik dasar tolak peluru gaya o'brien Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh Pada Siklus II 49

5. Data Hasil Peningkatan dari Siklus I Dan Siklus II 50

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR GAMBAR

Halaman

1. Skema Pembentukan Kelompok..... 14
2. cara-cara memegang peluru 23
3. Sikap permulaan 24
4. Rangkaian gerak menggelicir 25
5. Alur Penelitian Tindakan Kelas(PTK) 28

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR GRAFIK

Halaman

1. Histogram Distribusi Frekuensi Teknik dasar tolak peluru gaya o'brien Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh Pada Siklus I 44

2. Histogram Distribusi Frekuensi Teknik dasar tolak peluru gaya o'brien Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh Pada Siklus II 49

3. Histogram Distribusi Frekuensi Perbandingan Rata-Rata Teknik dasar tolak peluru siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh pada Siklus I dan Siklus II 51

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Silabus **59**

2. RPP siklus I 61

3. RPP siklus II 67

4. Data Mentah Siklus I **74**

5. Data Mentah Siklus II **75**

6. Langkah Pencarian Nilai Siswa Siklus I 76

7. Langkah Pencarian Nilai Siswa Siklus II 78

8. Perbandingan Nilai Siklus I dan Siklus II **80**

9. Membuat Tabel Distribusi Frekuensi Siklus I **81**

10. Membuat Tabel Distribusi Frekuensi Siklus II **82**

11. *Field Note* (Catatan Lapangan) 83

12. Dokumentasi 85

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah aktivitas jasmani yang berbentuk perlombaan atau pertandingan untuk memperoleh prestasi yang tinggi, kemenangan dan rekreasi. Peraturan di dalam olahraga adalah baku yang telah ditetapkan dan disepakati oleh para pelakunya. Olahraga merupakan bagian dari permainan pertandingan. Aktivitas olahraga yang melibatkan jasmani, dapat meningkatkan potensi diri serta menumbuh kembangkan nilai-nilai yang terkandung di dalam olahraga tersebut. Olahraga dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan untuk menutupi kekurangan serta meningkatkan kepribadian yang baik sesuai dengan tujuan olahraga yaitu menjadikan manusia sehat jasmanni dan rohani.

Dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 1 ayat 11 yang berbunyi : Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani.

Dari kutipan pasal di atas, dapat disimpulkan bahwa olahraga pendidikan dan dikenal dengan penjaskesrek merupakan satu kesatuan dalam proses pendidikan nasional. Tujuannya tidak hanya menyangkut jasmani akan tetapi lebih luas lagi mencakup pengetahuan dan juga mental emosional serta prinsip hidup siswa. Didalam dunia pendidikan, materi olahraga diperkenalkan dalam salah satu mata pelajaran wajib yaitu mata pelajaran pendidikan jasmani.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Didalamnya banyak dikenalkan berbagai cabang olahraga dan juga pengetahuan kesahatan lainnya. Salah satu materi yang dipelajari adalah materi atletik.

Atletik merupakan induk dari semua cabang olahraga. Secara garis besar atletik dapat dibedakan menjadi 4 nomor yaitu nomor jalan, lari, lompat dan lempar. Dari beberapa nomor tersebut juga kembali dibagi menjadi beberapa cabang olahraga menurut tata cara pelaksanaanya. Salah satu olahraga pada nomor lempar adalah tolak peluru.

Tolak peluru adalah salah satu cabang olahraga atletik dalam nomor lempar. Atlet tolak peluru melemparkan bola besi yang berat sejauh mungkin. Peluru ini merupakan peralatan utama dalam olahraga ini. Bentuknya bulat seperti bola dan terbuat dari besi. Berat peluru ini bermacam macam tergantung pada tingkatan usia atau jenis kelamin.

Tolak peluru terbagi menjadi dua gaya yaitu gaya ortodok dan gaya o'brien. Khusus membahasa tentang tolak peluru gaya o'brien, teknik merupakan teknik tolak peluru dengan awalan membelakangi sektor lemparan atau sektor tolakan. Dari segi efektivitas jarak tolakan, teknik ini lebih efektif untuk menciptakan jarak tolakan yang lebih jauh, hal ini diketahui dari lebih banyak atlet yang mempergunakan teknik ini dibandingkan dengan gaya ortodoks.

Dalam pemebelajaran di sekolah, guru tidak menitik beratkan pada hasil tolak peluru akan tetapi menitik beratkan pada penguasaan teknik dasar yang benar. Untuk itu guru harus memasktikan setiap siswanya menguasai atau setidaknya mengetahui teknik dasar tolak peluru yang benar. Guru harus memiliki atau menggunakan metode pembelajaran yang tepat untuk mengajarkannya, dan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

salah satu metode pembelajaran yang dapat digunakan adalah metode pembelajaran kooperatif tipe STAD.

Tipe STAD adalah tipe pembelajaran dimana siswa di dalam kelas dibagi menjadi beberapa kelompok, masing-masing terdiri atas 4 atau 5 anggota. Tiap kelompok mempunyai anggota yang heterogen, baik jenis kelamin, ras, etnik, maupun kemampuannya. Tiap anggota kelompok menggunakan lembar kerja akademik, kemudian saling membantu untuk menguasai bahan ajar melalui tanya jawab atau diskusi antara sesama anggota kelompok.

Berdasarkan hasil observasi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh peneliti menemukan beberapa permasalahan yang berkaitan dengan kemampuan tolak peluru siswa. Masih banyak siswa yang tidak mengetahui perbedaan tolak peluru gaya o'brien dan ortodoks. Masih banyak siswa yang belum mengetahui cara memegang peluru dengan benar. Masih banyak siswa yang gerak teknik dasar tolak pelurunya masih salah. Masih banyak siswa yang kurang bersemangat belajar tolak peluru. selain itu terdapat 13 orang siswa atau 47% dari keseluruhan siswa kelas VIII yang hasil belajar penjaskesnya belum mencapai KKM yang ditetapkan disekolah yaitu 75. Metode pembelajaran yang diterapkan guru olahraga masih metode konvensional yaitu seluruh proses pembelajaran terpusat pada guru sehingga kurang mengajak siswa untuk berinteraksi dan mengemukakan pendapatnya.

Berdasarkan beberapa permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk menelitinya dan menerapkan metode pembelajaran baru guna meningkatkan hasil belajar tolak peluru. metode yang dimaksud adalah metode pembelajaran

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

kooperatif tipe STAD. Metode pemebajaran ini dianggap baik karena merupakan pembelajarna berkelompok yang merangsang siswa untuk aktif dalam pemeblajaran. Selain penghargaan individu, tipe pembelajaran ini juga memberikan penghargaan pada kelompok, dengan alasan itu siswa dapat bekerjasama agar kelompok mereka lebih unggul dari kelompok yang lain.

Adapun judul penelitian yang peneliti angkat yaitu : Upaya meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya o'brien melalui model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh.

B. Identifikasi Masalah

Berdasdarkan latar belakang masalah di atas, peneliti mengidentifikasikan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Masih banyak siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh yang tidak mengetahui perbedaan tolak peluru gaya o'brien dan ortodoks.
2. Masih banyak siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh yang belum mengetahui cara memegang peluru dengan benar.
3. Masih banyak siswa VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh yang gerak teknik dasar tolak pelurunya masih salah.
4. Masih banyak siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh yang kurang bersemangat belajar tolak peluru.
5. Terdapat 13 orang siwa atau 47% dari keseluruhan siswa yang hasil belajar penjaskesrek nya belum mencapai KKM
6. Metode pembelajaran yang diterapkan guru masih konvensioanal atau terpusat kepada guru sehingga suasana belajar monoton.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan yang di dapatkan, peneliti membatasi permasalahan dalam penelitian ini hanya pada : Upaya meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya o'brien melalui model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah maka perumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah : Bagaimanakah penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya o'brien pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah : untuk mengetahui peningkatan hasil belajar tolak peluru gaya o'brien melalui model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh

F. Manfaat Penelitian

Secara umum manfaat penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi guru, siswa dan sekolah, untuk lebih lengkapnya sebagai berikut :

1. Bagi siswa : Dengan model pembelajaran ini diharapkan dapat memperoleh pengalaman baru, sehingga dapat memberikan penguatan dan meningkatkan motivasi kepada siswa dengan hasil akhir nilai hasil evaluasi yang memuaskan.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2. Bagi guru *:* Penelitian ini merupakan salah satu usaha untuk memperdalam dan memperluas ilmu pengetahuan penulis. Penelitian ini diharapkan dapat membantu dan mempermudah pengambilan tindakan perbaikan selanjutnya.
3. Bagi Sekolah *:* Meningkatkan prestasi sekolah yang dapat dilihat dari peningkatan hasil evaluasi belajar si swa. Meningkatkan kualitas sekolah melalui peningkatan kualitas pembelajaran yang berakar dari dorongan untuk belajar yang kuat dari siswa.
4. Bagi Peneliti : Menambah pengetahuan penulis terutama dalam bidang perbaikan pembelajaran dan sebagai salah satu syarat guna mendapatkan gelar sarjana pendidikan.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teoritis

1. Hakikat Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD (*Student Team Achievement Division*)

a. Pengertian Pembelajaran Kooperatif

Model pembelajaran tipe STAD merupakan salah satu model pembelajaran yang termasuk ke dalam pembelajaran kooperatif. Dapat dijelaskan bahwa pembelajaran kooperatif menekankan pada kerja kelompok (siswa belajar bersama, saling membantu). Kerja kelompok membuat siswa saling ketergantungan yang positif, tanggung jawab individual, interaksi personal, keahlian bekerja sama, dan proses kelompok.

Menurut Kunandar (2007:337) pembelajaran kooperatif adalah pembelajaran yang secara sadar dan sengaja mengembangkan interaksi yang saling asuh antar siswa untuk menghindari ketersinggungan dan kesalah pahaman yang dapat menimbulkan permusuhan.

Dari kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa pembelajaran kooperatif merupakan pembelajaran berkelompok. Dalam pembelajaran kelompok setiap siswa harus saling kerjsama dan saling mendukung agar setiap siswa dapat mencapai tujuan pembelajaran. Selain itu kerjasama dalam kelompok juga menghindari potensi perselisihan antara siswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Wibowo (2015:240) menjelaskan model pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kerjasama antar siswa adalah model kooperatif. Semua model pembelajaran kooperatif menyumbangkan ide bahwa siswa yang bekerja sama dalam belajar dan bertanggung jawab terhadap teman satu timnya mampu membuat diri mereka belajar sama baiknya, sebagai tambahan terhadap gagasan tentang kerja kooperatif model pembelajaran tim siswa menekankan penggunaan tujuan-tujuan tim dan sukses tim yang hanya akan dapat dicapai apabila semua anggota tim bisa belajar mengenai pokok bahasan yang telah diajarkan.

Dari kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa dalam pembelajaran kooperatif tujuan utama adalah membawa kelompok atau tim ini berhasil menyelesaikan tugas yang diebrikan oleh guru. Setiap siswa memiliki tanggung jawab yang sama terhadap kelompok. Oleh karena itu kesadaran setiap siswa dituntut agar proses kerjasama kelompok dapat terlaksana dengan baik dan tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Di samping itu Muslimin, dkk (2000:19) menjelaskan bahwa pembelajaran kooperatif adalah cerminan pandangan bahwa manusia belajar dari pengalaman mereka dan partisipasi aktif dalam kelompok kecil membantu siswa belajar keterampilan sosial yang penting sementara itu secara bersamaan mengembangkan sikap demokratis dan keterampilan berpikir logis.

Dari kutipan di atas dapat dijelaskan bahwa pembentukan kelompok dalampembelajarna kooperatif biasanya kelompok kecil. Hal ini dikarenakan dengan kelompok kecil. Pembentukan kelompok kecil ini bertujuan agar

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

memudahkan dalam memanajemen kelompok dan setiap anggota kelompok dapat turut berperan dalam setiap kegiatan kelompok tersebut.

Menurut Slavin (2005) dalam Mustagfiri (2013:629) menyatakan bahwa unsur- unsur dalam pembelajaran kooperatif adalah sebagai berikut: 1. Kepemimpinan bersama. 2. Saling ketergantungan positif. 3. Ketergantungan yang heterogen. 4. Pengajar mempelajari keterampilan kooperatif. 5. Tanggung jawab terhadap hasil belajar seluruh anggota kelompok. 6. Menekankan pada tugas dan hubungan kooperatif. 7. Didukung oleh guru. 8. Satu hasil kelompok. 9. Evaluasi kelompok.

Dari kutiapan di atas dapat dijelaskan bahwa pembelajaran kooperatif memiliki setidaknya 9 unusur yang terkandung didalamnya. Kesemua unsur tersebut membuat pembelajaran kooperatif menjadi efektif dan efisien dalam pelaksanaanya. Apabila guru dan siswa dapat melaksanakan pembelajaran kooperatif dan menanamkan unsur-unsur pembelajaran tersebut dengan baik maka manfaat positif dari pembelajaran itu dapat dirasakan.

Sementara itu menurut Dupri (2015:25) menjelaskan Model *cooperative* melakukan pembelajaran melalui pembelajaran kelompok yang menekankan interaksi antara anggota kelompok dan kelompok lain. Jadi dari beberapa pendapat di atas dapat dijelaskan bahwa pembelajaran kooperatif dapat dijelaskan sebagai suatu pembelajaran yang mengembangkan kemampuaninteraksi antara siswa untuk menghindari kesalah pahaman dan permusuhan. Selain itu pembelajaran kooperatif menjadi pemicu bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan sosial dalam mengembangkan sikap demokratis dan berpikir logis.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Roger dan David Johnson dalam Anita Lie (2007:31-34) menyebutkan ada lima unsur pokok dalam belajar kelompok yang berstruktur ini yang harus diterapkan, yaitu:

a) Ketergantungan positif, dimana keberhasilan kelompok sangat tergantung pada usaha setiap anggotanya. Semua anggota bekerja demi tercapainya satu tujuan yang sama. Untuk menciptakan kelompok kerja yang efektif, pengajar perlu menyusun tugas sedemikian rupa, sehingga setiap anggota kelompok harus menyelesaikan tugasnya sendiri agar yang lain bisa mencapai tujuan mereka.
b) Tanggung jawab perseorangan, merupakan akibat langsung dari unsur yang pertama. Jika tugas dan pola penilaian dibuat menurut prosedur model pembelajaran *cooperative* learning, setiap siswa akan merasa bertanggung jawab untuk melakukan yang terbaik. Kunci keberhasilan metode kerja kelompok adalah adanya persiapan guru dalam menyusun tugasnya.
c) Tatap muka, yaitu pemberian kesempatan kepada setiap kelompok untuk bertemu muka dan berdiskusi. Kegiatan interaksi ini akan memberikan para siswa untuk membentuk sinergi yang menguntungkan semua anggota.
d) Komunikasi antar anggota. Dampak dari dilakukan tatap muka antar anggota adalah pembekalan kepada siswa untuk mempunyai berbagai keterampilan berkomunikasi. Tidak setiap siswa mempunyai keahlian mendengarkan dan berbicara. Keberhasilan suatu kelompok juga bergantung pada kesediaan para anggotanya untuk saling mendengarkan dan kemampuan mereka untuk mengutarakan pendapat mereka.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

e) Evaluasi proses kelompok, yaitu kegiatan yang dilakukan oleh pengajar dalam menilai proses kerja sama dan hasil kerja kelompok untuk mengevaluasi proses kerja kelompok dan hasil kerjasama mereka agar selanjutnya bisa bekerja sama dengan lebih efektif.

Dari uraian di atas, maka dapat dikatakan pembelajaran kooperatif adalah sistem kerja/belajar kelompok yang terstruktur. Selain pembelajaran kooperatif adalah cerminan pandangan bahwa manusia belajar dari pengalaman mereka dan partisipasi aktif dalam kelompok kecil membantu siswa belajar keterampilan sosial yang penting sementara itu secara bersamaan mengembangkan sikap demokratis dan keterampilan berpikir logis.

Dupri (2019:93) mejelaskan dewasa ini dalam konteks pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes), berkembang begitu pesat berbagai model pembelajaran yang dapat mengembangkan ranah afektif (karakter). Pembelajaran kooperatif dalam pendidikan jasmani dan olahraga berbasis nilai tersedia pengalaman untuk mengembangkan nilai moral tanggung jawab dan toleransi yang dapat dicapai melalui ketergantungan positif dan interaksi dengan siswa lain.

Perwujudan nilai inti dari pendidikan jasmani tersebut, tidak akan terlepas dari peran guru dalam mengelola pembelajaran, yaitu pembelajaran yang lebih dipusatkan pada siswa yang lebih aktif belajar. situasi kebersamaan pembelajaran kooperatif dan perbanyak pengalaman akan nilai empati dan toleransi, dari pada sebaliknya berpusat pada materi dan guru lebih aktif dengan belajar secara individual. Melalui model pembelajaran tersebut,

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

akan memungkinkan terciptanya suasana pembelajaran yang menjadikan siswa bertanggung jawab dan bertoleransi di setiap pembelajaran dengan adanya kontrak perilaku yang ditawarkan model pembelajaran tersebut, saling berinteraksi antara siswa yang satu dengan siswa yang lainnya.

b. Pengertian Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD (*Student Team Achievement Division*)

Dari sekian banyak pembelajaran kooperatif atau pembelajaran berkelompok, terdapat salah satu jenis pembelajaran yaitu pembelajaran kooperatif tipe STAD. Pembelajaran ini hampir sama dengan metode pembelajaran kooperatif lainya bedanya dalam pembelajaran ini terdapat beberapa penilaian diantara penilaian individu dan penilaian kelompok. Setiap kelompok dibentuk menjadi kelompok kecil antara 4-5 orang.

Menurut Kunandar (2007:342) pembelajaran kooperatif tipe STAD dipandang sebagai yang paling sederhana dan paling langsung dari pendekatan kooperatif. Tipe STAD adalah tipe pembelajaran dimana siswa di dalam kelas dibagi menjadi beberapa kelompok, masing-masing terdiri atas 4 atau 5 anggota. Tiap kelompok mempunyai anggota yang heterogen, baik jenis kelamin, ras, etnik, maupun kemampuannya. Tiap anggota kelompok menggunakan lembar kerja akademik, kemudian saling membantu untuk menguasai bahan ajar melalui tanya jawab atau diskusi antarasesama anggota kelompok. Tiap siswa dan kelompok diberi skor atas penguasaannya terhadap bahan ajar, dan kepada siswa secara individual atau kelompok yang meraih prestasi tinggi atau memperoleh skor sempurna diberi penghargaan. Dalam pemikiran peneliti sendiri, bahwa

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

walaupun prinsip dasar pembelajaran kooperatif adalah belajar secara bergotong-royong antar siswa, namun masih ada pembagian dalam pembelajaran ini. Salah satunya adalah tipe STAD.

Slavin (2009:12) mengemukakan bahwa pembelajaran kooperatif tipe STAD paling sesuai untuk mengajarkan bidang studi yang sudah didefinisikan dengan jelas, seperti matematika, berhitung dan studi terapan, penggunaan dan mekanika bahasa, geografi dan kemampuan peta, dan konsep-konsep ilmu pengetahuan ilmiah. Slavin (2009:12) memberikan ilustrasi penggunaan tipe STAD pada mata pelajaran yang sudah didefinikan dengan jelas atau telah umum diajarkan di sekolah. Mata pelajaran yang paling sesuai untuk penerapan tipe STAD adalah pelajaran matematika, bahasa, geografi, IPS dan IPA.

Sanjaya (2007:248) mengemukakan kelebihan model pembelajaran STAD adalah siswa tidak terlalu menggantungkan pada guru, akan tetapi dapat menambah kepercayan kemampuan berpikir sendiri, menemukan informasi dari berbagai sumber, dan belajar dari siswa yang lain.

Selain itu menurut Wina Sanjaya model pembelajaran STAD merupakan suatu strategi yang ampuh untuk meningkatkan prestasi akademik sekaligus kemampuan sosial, termasuk mengembangkan rasa harga diri, hubungan interpersonal yang positif dengan yang lain, mengembangkan keterampilan me-manage waktu, dan sikap positif terhadap sekolah.

Menurut Astrawan (2013:4) mengatakan bahwa, pembelajaran kooperatif memerlukan pendekatan pengajaran melalui penggunaan kelompok kecil siswa untuk bekerja sama dalam memaksimalkan kondisi belajar dalam mencapai tujuan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

belajar. Model pembelajaran kooperatif tipe STAD memberi kesempatan kepada siswa untuk berinteraksi dengan teman sebayanya. Dalam implementasi model pembelajaran ini, siswa dituntut untuk mengajukan permasalahan yang dihadapi, bekerjasama, berdiskusi dan berinteraksi dengan anggota kelompoknya masingmasing. Siswa bukan hanya belajar dan menerima materi yang disajikan guru, melainkan bisa belajar dari siswa lainnya serta mempunyai kesempatan untuk membelajarkan siswa yang lain. Selain itu, dengan adanya kuis pada setiap akhir pelajaran dan adanya penghargaan kelompok akan dapat memotivasi siswa untuk berusaha memahami materi dalam mengikuti pembelajaran di kelas. Siswa belajar dalam sebuah tim dan memberi kontribusi kepada anggota dan tim lainnya untuk dapat berprestasi maksimal serta untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar dalam proses pembelajaran Penjasorkes, khususnya pembelajaran tolak peluru.

c. Langkah-Langkah STAD (*Student Team Achievement Division*)

Menurut Suprijono (2009:133) menyebutkan langkah-langkah pembelajaran model STAD antara lain:

a. Membentuk kelompok yang anggotanya 4 orang secara heterogen (campuran menurut prestasi, jenis kelamin, suku dan lain-lain). Skema pembentukan kelompok dapat dilihat seperti gambar di bawah ini :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Kategori	Peringkat	Kelompok
Siswa Berprestasi Tinggi	1	**A**
	2	**B**
	3	**C**
	4	**D**
	5	**E**
Siswa Berprestasi Sedang	6	**E**
	7	**D**
	8	**C**
	9	**B**
	10	**A**
	11	**A**
	12	**B**
	13	**C**
	14	**D**
	15	**E**
	16	**A**
	17	**B**
	18	**C**
	19	**D**
	20	**E**
Siswa Berprestasi Rendah	21	**E**
	22	**D**
	23	**C**
	24	**B**
	25	**A**

Gambar 1. Skema Pembentukan Kelompok
Slavin (2009:152)

b. Guru menyajikan pelajaran

c. Guru memberi tugas kepada kelompok untuk dikerjakan oleh anggota-anggota kelompok. Anggotanya sudah mengerti dapat menjelaskan kepada anggota lainnya sampai semua anggota dalam kelompok itu mengerti

d. Guru memberi kuis/pertanyaan kepada seluruh siswa. Pada saat menjawab kuis tidak boleh saling membantu

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

e. Memberi evaluasi

f. Kesimpulan

Robert E. Slavin (dalam Isjoni, 2007:70) menjelaskan

> Pembelajaran dengan menggunakan pembelajaran model STAD diawali dengan guru menyajikan materi pelajaran, dilajutkan dengan siswa bekerja dalam kelompok yang terdiri dari empat sampai lima anggota. Selanjutnya setelah kegiatan kelompok dilakukan maka setiap siswa akan mengerjakan kuis/tes individual. Tetapi dalam mengerjakan kuis, setiap siswa harus bekerja secara individu. Setelah kuis, dilakukan perhitungan skor perkembangan individu, dan diakhiri dengan tahap pemberian penghargaan bagi tiap kelompok yang berprestasi didasarkan pada rata-rata skor perkembangan siswa dalam tiap kelompok.

Untuk lebih jelasnya langkah-langkah metode STAD adalah sebagai berikut :

1) Penyajian materi

Pada tahap penyajian materi siswa masih belum berada dalam kelompok-kelompok. Selain dari guru menyampaikan materi pelajaran yang sudah ia siapkan, guru perlu menyampaikan secara jelas tujuan pembelajaran khusus, memotivasi siswa, menjelaskan kiat-kiat yang perlu mereka lakukan ketika mereka bekerja atau belajar dalam kelompok, menginformasikan materi prasyarat dalam kaitan dengan materi yang akan dipelajari. Hal ini bertujuan untuk mengingatkan siswa tentang materi prasyarat dan menyiapkan siswa untuk mengikuti dan memahami uraian materi pelajaran serta mampu berinteraksi dan berkomunikasi dalam kelompok.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2) Kerja kelompok

Dalam setiap kelompok yang terdiri dari 4 atau 5 orang, tiap siswa diberikan lembar-lembar kerja (LKS) berisikan tugas atau kegiatan yang harus dikerjakan berkaitan dengan materi pelajaran yang tadi guru jelaskan. Pada tahap kerja kelompok ini siswa akan berinteraksi dan saling membantu, mendiskusikan permasalahan/tugas yang harus mereka selesaikan. Akuntabilitas dari tiap anggota kelompok memastikan bahwa tiap individu harus berfokus pada aktivitas saling menolong dalam mempelajari materi yang diajarkan guru untuk memastikan bahwa setiap anggota siap untuk mengikuti kuis. Hasil kerja kelompok dituangkan dalam satu lembar kerja siswa dan dikumpulkan. Pada kerja kelompok, peranan guru adalah sebagai motivator dan fasilitator.

3) Kuis

Sejauh mana keberhasilan siswa dalam belajar dapat diketahui dengan diadakannya kuis oleh guru mengenai materi yang dibahas. Dalam mengerjakan kuis ini siswa harus bekerja secara individu sekalipun skor yang ia peroleh nanti digunakan untuk menetukan keberhasilan kelompoknya. Kepada setiap individu, guru memberikan skor untuk nanti digunakan dalam menentukan skor bersama bagi setiap kelompok.

4) Perhitungan skor

Skor yang diperoleh setiap anggota dalam kuis akan berkontribusi pada kelompok mereka dan ini didasarkan pada sejauhmana skor mereka telah meningkat dibandingkan dengan skor rata-rata awal yang telah mereka capai

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

pada kuis yang lalu. Jika guru menggunakan STAD setelah guru melakukan tiga kuis atau lebih, gunakanlah skor rata-ratanya sebagai skor awal. Berdasarkan skor awal setiap individu ditentukanlah skor peningkatan/perkembangan. Rata-rata skor peningkatan/perkembangan dari tiap individu dalam suatu kelompok akan digunakan untuk menentukan penghargaan bagi kelompok yang berprestasi. Contoh konkritnya rata-rata skor 30, sebagai kelompok sangat baik, rata-rata skor 20, sebagai kelompok baik, dan rata-rata skor 15, kelompok cukup baik.

d. Kelebihan Dan Kekurangan Metode STAD

Sanjaya (2007:248) mengemukakan kelebihan dan keterbatasan yang dimiliki metode STAD yaitu sebagai berikut:

1) Kelebihan pembelajaran kooperatif sebagai suatu strategi pembelajaran di antaranya :

1) Melalui metode STAD siswa tidak terlalu menggantungkan pada guru, akan tetapi dapat menambah kepercayan kemampuan berpikir sendiri, menemukan informasi dari berbagai sumber, dan belajar dari siswa yang lain.
2) Metode STAD dapat mengembangkan kemampuan mengungkapkan ide atau gagasan dengan kata-kata secara verbal dan membandingkannya dengan ide-ide orang lain.
3) STAD dapat membantu anak untuk respek pada orang lain dan menyadari akan segala keterbatasannya serta menerima segala perbedaan.
4) STAD dapat membantu memberdayakan setiap siswa untuk lebih bertanggungjawab dalam belajar.
5) Metode STAD merupakan suatu strategi yang ampuh untuk meningkatkan prestasi akademik sekaligus kemampuan sosial, termasuk mengembangkan rasa harga diri, hubungan interpersonal yang positif dengan yang lain, mengembangkan keterampilan me-manage waktu, dan sikap positif terhadap sekolah.
6) Melalui Metode STAD dapat mengembangkan kemampuan siswa untuk menguji ide dan pemahamannnya sendiri, menerima umpan balik. Siswa dapat berpraktik memecahkan masalah tanpa takut membuat kesalahan, karena keputusan yang dibuat adalah tanggungjawab kelompoknya.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

7) Melalui Metode STAD dapat meningkatkan kemampuan siswa menggunakan informasi dan kemampuan belajar abstrak menjadi nyata (riil).
8) Interaksi selama kooperatif berlangsung dapat meningkatkan motivasi dan memberikan rangsangan untuk berfikir. Hal ini berguna untuk proses pendidikan jangka panjang.

Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa dengan metode STAD dapat membantu tercapainya kemampuan anak baik dalam bekerjasama dalam kelompok, mengajukan pendapat atau pertanyaan. Melalui metode STAD dapat mengembangkan kemampuan siswa untuk menguji ide dan pemahamannnya sendiri, menerima umpan balik. Siswa dapat berpraktik memecahkan masalah tanpa takut membuat kesalahan, karena keputusan yang dibuat adalah tanggungjawab kelompoknya. Dalam pelaksanaannya dapat diamati pada beberapa aspek yaitu: 1) Situasi kegiatan belajar mengajar, 2) Keaktifan siswa, dan 3) Kemampuan siswa.

2) Keterbatasan metode STAD antara lain :

(a) Untuk memahami dan mengerti filosofi metode STAD memang butuh waktu. Metode STAD ini dapat saja menimbulkan perasaan "terhambat" bagi siswa yang memiliki kemampuan lebih dibandingkan dengan siswa yang kurang kemampuannya. Akibatnya keadaan ini dapat menganggu iklim kerjasama dalam kelompok.

(b) Ciri utama dari metode STAD adalah bahwa siswa saling membelajarkan. Oleh karena itu, jika tanpa pembelajaran yang efektif, maka dibandingkan dengan pengajaran langsung dari guru, bisa terjadi cara belajar yang demikian apa yang seharusnya dipelajari tidak pernah dicapai oleh siswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

(c) Penilaian yang diberikan dalam metode STAD didasarkan kepada hasil kerja kelompok. Namun demikian, guru perlu menyadari, bahwa sebenarnya hasil atau prestasi yang diharapkan adalah prestasi setiap individu siswa.

(d) Keberhasilan metode STAD dalam upaya mengembangkan kesadaran berkelompok memerlukan periode waktu yang cukup panjang. Dan hal ini tidak mungkin dapat tercapai hanya dengan satu kali atau sekali-sekali penerapan strategi ini. Oleh karena itu, dalam penelitian ini tindakan dengan metode kooperatif tipe STAD dilaksanakan selama 2 siklus, sedangkan tiap siklus terdiri dari 1 kali pertemuan.

(e) Walaupun kemampuan bekerjasama merupakan kemampuan yang sangat penting untuk siswa, akan tetapi banyak aktifitas dalam kehidupan yang hanya didasarkan kepada kemampuan secara individual. Oleh karena itu idealnya melalui metode STAD selain siswa belajar bekerjasama, siswa juga harus belajar bagaimana membangun kepercayan diri. Untuk mencapai kedua hal itu dalam STAD memang bukan pekerjaan yang mudah.

2. Hakikat Tolak Peluru Gaya O'brien

a. Pengertian Tolak Peluru Gaya O'brien

Tolak peluru merupakan salah satu cabang atletik dari nomor lempar. Tamat (2002:2.63) mengemukakan tujuan tolak peluru adalah untuk mencapai jarak tolakan sejauh-jauhnya, sesuai dengan namanya tolak bukan lempar, tetapi ditolak atau didorong dengan satu tangan bermula diletakkan dari pangkal bahu.

Sementara itu Septiliza (2013:4) menjelaskan Tolak peluru adalah merupakan nomor yang sangat sederhana.Bgaimanapun, tehnik menolak dapat

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

juga merupakan persiapan dari seorang atletik untuk mendapatkan tolakan yang besar secara keseluruhan. Faktor utama untuk mendapatkan lemparan yang jauh meliputi: 1) Kecepatan tolakan, 2) Sudut tolakan, 3) Tinggi tolakan.

Djumidar (2004:152) menjelaskan tolakan adalah suatu gerakan menyalurkan tenaga pada suatu benda yang manghasilkan kecepatan pada benda tersebut dan memiliki daya dorong ke muka yang kuat, perbedaan dengan melempar terletak pada saat melepaskan bendanya. Pada saat menolak, pergelangan tangan tidak bergerak dan tenaga diperoleh dari gerakan meluruskan sikut.

Menurut Ezwar (2014:150) menjelaskan tolak peluru adalah salah satu nomor yang terdapat dalam olahraga lempar pada cabang atletik. Sesuai dengan namanya, maka peluru tidak dilempar tetapi ditolak atau didorong yaitu berupa dorongan dari bahu yang kuat disertai dengan gerak merentangkan lengan, pergelangan tangan dan jari-jari yang terarah dengan tujuan agar didapat jarak tolakan yang maksimal. Pada tolak peluru lutut, perut, pinggang, bahu, siku, pergelangan tangan dan sendi jari-jari tangan, semua harus digunakan untuk menggunakan kekuatan paling besar pada peluru.

Bila di cermati lebih mendetail tentang olahraga atletik nomor tolak peluru tidak berbeda dengan nomor lempar, karena kedua nomor tersebut menggunakan salah satu lengan untuk melepaskan alat. Perbedaan kedua nomor ini hanya pada cara/ teknik pelaksanaan atau melakukan gerakan serta bentuk alat yang dilepaskan. Untuk tolak alat yang dilengan dilakukan dengan mendorong atau

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

ditolak, dengan prinsip menolak adalah siku selalu berada dibelakang alat sewaktu menolak.

Menurut Riski (2016:3) menjelaskan tolak peluru terdiri dari dua kata yaitu tolak dan peluru. Kata tolak berarti sorong atau dorong, sedangkan kata peluru berarti bola besi yang harus dilempar dengan tangan jadi tolak peluru adalah olahraga yang menggunakan alat berupa bola besi dengan cara mendorong atau ditolak sejauh-jauhnya. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam melakukan tolak peluru, maka seorang penolakharus mempunyai beberapa faktor yang harus dikuasai dengan maksimal yaitu, kondisi fisik yang bagus, penguasaan teknik dan faktor sarana dan prasarana. Faktor kondisi fisik yang berpengaruh terhadap hasil tolak peluru adalah kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelentukan, kelincahan , dan koordinasi.

Menurut Sobarna dan Hambali (2018:140) menjelaskan tolak peluru merupakan salah satu cabang olahraga dalam atletik dalam nomor lempar. Olahraga tolak peluru memiliki karateristik tersendiri yaitu peluru tidak dilemparkan namun ditolakkan atau didorong dari bahu menggunakan satu tangan.

Fitrianto (2016:28) menjelaskan Tolak peluru merupakan salah satu jenis keterampilan menolakkan benda berupa peluru sejauh mungkin. Tujuan tolak peluru adalah untuk mencapai jarak tolakan yang sejauh-jauhnya. Sesuai dengan namanya, tolak, bukan lempar, alat itu ditolak atau didorong dengan satu tangan, bermula diletakkan di pangkal bahu. Terdapat beberapa gaya dalam tolak peluru

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

di antaranya adalah gaya membelakangi (O,Brein) dan gaya menyamping (Ortodok).

Agar dapat melakukan gerakan tolak peluru dengan baik perlu di perhatikan beberapa prinsip yang harus diingat seperti yang diungkapkan oleh Jarver (2012:78) sebagai berikut :

a. Jarak lontaran yang diperoleh dalam tolak peluru sangat tergantung pada kecepatan gerak dan sudut tangan yang menolakan peluru tersebut.
b. Untuk memperoleh kecepatan maksimum dibutuhkan tenaga terbesar yang bisa dikerahkan, tenaga ini digunakan untuk menolak peluru sejauh mungkin.
c. Tenaga yang digunakan harus dikerahkan dalam urutan yang tepat, mula-mula digunakan kelompok otot yang menimbulkan gerak lamban tetapi berkekuatan besar, kemudian digunakan kelompok otot yang relatif lebih lemah tetapi kerjanya lebih cepat.
d. Sudut optimum lintasan tergantung pada kecepatan dan tingginya tolakan, umumnya berkisar antara 40° - 42°.
e. Untuk mendapatkan kecepatan maksimum, atlet hendaknya melakukan gerakan dulu ke belakang lingkaran sebelum mulai melakukan gerakan melontarkan.
f. Gerakan meluncur ini membantu atlet dan peluru tadi membentuk kecepatan horizontal sebelum gerakan melontar dilakukan.
g. Begitu selesai meluncur atlet harus berada dalam posisi menolakkan tanpa kehilangan kecepatan gerak yang berarti.
h. Untuk meningkatkan jarak tolakan, yang sangat memerlukan tenaga tubuh, hendaknya bahu kanan dan pinggul ditarik sedikit ke belakang.
i. Untuk mendapatkan tenaga maksimum, baik dalam arah horizontal maupun vertikal, kaki yang terletak di depan hendaknya tetap kontak dengan tanah sewaktu gerakan melontar dilakukan.
j. Pada saat menolakan peluru, pencurahan tenaga dimulai dengan melakukan rotasi ke depan dari pinggul kanan kemudian diikuti batang tubuh si atlet dan diakhiri dengan gerakan pergelangan tangan ketika peluru terlepas.
k. Pada saat pencurahan tenaga secara berurutan ini dilakukan, hendaknya perhatian selalu dicurahkan untuk menjaga agar gerakan tampak simultan dan tidak kaku.

b. Teknik Dasar Tolak Peluru Gaya O'Brien

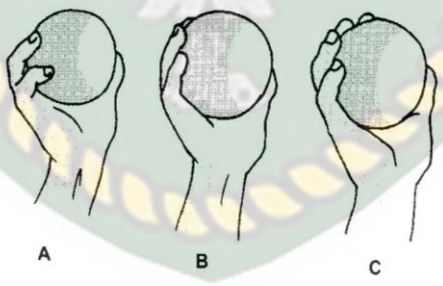
Dalam tolak peluru terdiri dari beberapa fase gerakan. Sidik (2010:105) menjelaskan tolak peluru tediri dalam beberapa fase yaitu fase persipan, fase

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

luncuran, fase pengantaran, dan fase mulihan. Dalam fase persiapan , pelempar ditempatkan untuk memulai meluncur. Dalam fase meluncur, pelempar dan peluru bergerak dipercepat pada saat pelempar bersiap untuk fase pengantaran peluru. pada fase pengantaran peluru dihasilkan kecepatan tambahan dan dipindahkan ke peluru sebelum dilepaskan. Dalam fase pemulihan pelempar menahan dan menghindari kesalahan.

1) Cara memegang peluru

Peluru diletakkan dipangkal jari-jari ditelapak tangan. Jari telunjuk, jari tengah, dan jari kelingking merupakan kontak utama dan membantu melontar. Jari-jari tidak boleh berjauhan, jari kelingking dan ibu jari mmenjaga agar peluru tidak begeser kesamping atau jatuh kemudian peluru diletakkan didepan bahu (pada tulang selangka atau leher), siku diangkat setinggi bahu, peluru bagian atas sedikit menempel pada tulang rahang bawah. (Tamat (2002:2.64))



Gambar 2. cara-cara memegang peluru
Tamat (2002:2.64)

2) Sikap permulaan

Purnomo (2011:134) menjelaskan posisi start adalah kaki parallel dan sedikit berjenjang berada ditepi belakang dari lingkaran lempar, berat badan dari penolak dibebankan di kaki kanan, dengan punggung menghadap ke arah sektor tolakan. Selajutnya peluru peluru diletakkan pada pangkal jari-jari tangan kanan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

(ibu jari dan jari kelingking sedikit diluruskan) dan peluru ditempatkan di bagain depan leher kanan dan siku keluar 45^0 menghadap badan.

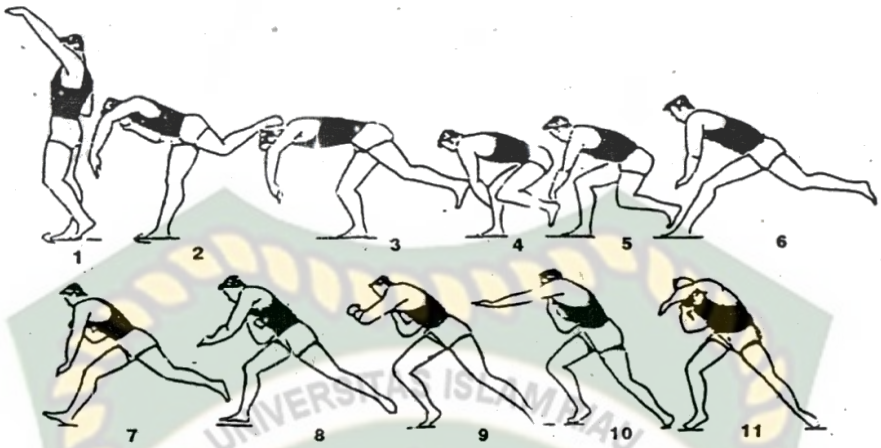
Gerry (2003:204) menjelaskan atlet berdiri di belakang ring dengan punggung menghadap arah lemparan. Berat badan di tumpukan pada kaki kanan (untuk pelempar yang memakai tangan kanan), dan melihat ke belakang. Atlet memegang peluru di bawah dagu dan mengangkat tangan kiri.

Gambar 3. Sikap permulaan
Gerry (2003:204)

3) Meluncur

Gerry (2003:205) menerangkan atlet menekukkan kaki kanan dan mengangkat badan untuk bersiap-siap meluncur ke belakang melintasi ring. Atlet menendangkan kaki kiri ke belakang, dan secara serentak kaki kanan digerakkan ke arah pusat ring. Atlet menendangkan kaki kiri ke belakang, dan secara serentak kaki kanan digerakkan ke arah pusat ring. Badan dirundukkan. Pada akhir gerakan meluncur, atlet menarik kaki kaki kanan di bawah tubuh dan menempatkan kaki kiri didepan lingkaran. Pada akhir garakan meluncur badan tetap dimiringkan ke arah ring.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :



Gambar 4. Rangkaian gerak menggelicir
Gerry (2003:205)

4) tolakan

Gerry (2003:205) menerangkan atlet memulai tolakan dengan gerakan berputar pada kaki kanan kearah sector lemparan. Pinggul di putar, dada didorong ke depan dan tubuh diangkat ke depan. Sisi kanan tubuh berputar ke depan mengelilingi kaki kiri yang diluruskan, dan pelurusan tangan dan jari yang melampar menyelesaikan tolakan.

5) Gerakan lanjutan dan sikap akhir

Setelah peluru meninggalkan tangan kiri, kaki berbalik untuk menghentikan atlet agar tidak terjatuh ke depan ring dan mengakibatkan pelanggaran. Gerakan ini disebut *reverse.*

B. Kerangka Pemikiran

Dalam pembelajaran meteri tolak peluru, setiap siswa diminta mengatahui pengetahuan tentang tolak peluru dan mengerti tata cara melakukan tolak peluru dengan baik dan benar. Oleh karena itu guru sebagai pengajar harus mampu memilih dan merapkan metode pembelajaran yang tepat agar tujuan pembelajarna dapat tercapai sesuai target yang telah ditetapkan.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Materi tolak peluru merupakan salah satu bagian dari atletik. Tolak peluru gaya o'brien merupakan satu dari gaya yang dapat dipergunakan dalam tolak peluru. pada dasarnya gaya ini memiliki sedikit perbedaan dari daya ortodoks. Perbedaan itu pada sikap awal yaitu membelakangi sektor lemparan. Rangkaian tolak peluru harus dilakukan dengan benar agar hasil tolakan dapat maksimal.

Untuk itu bentuk metode pembelajaran yang digunakan untuk mengajarkan materi tolak peluru harus tepat pula. Dengan metode pembelajaran yang tepat akan membuat tujuan pembelajarna menjadi cepat dicapai. Salah satu metode yang dapat digunakna adalah medel pembelajaran kooperatif tipe STAD. Metode ini salah satu cara mengajar dengan cara berkelompok.

Tipe STAD adalah tipe pembelajaran dimana siswa di dalam kelas dibagi menjadi beberapa kelompok, masing-masing terdiri atas 4 atau 5 anggota. Tiap kelompok mempunyai anggota yang heterogen, baik jenis kelamin, ras, etnik, maupun kemampuannya. Tiap anggota kelompok menggunakan lembar kerja akademik, kemudian saling membantu untuk menguasai bahan ajar melalui tanya jawab atau diskusi antarasesama anggota kelompok.

Dengan pembelajaran kelompok, siswa dapat belajar lebih cepat dari anggota kelompok. Anggota kelompok yang lebih menguasai keterampilan dapat mengajarkan keterampilan tersebut kepada anggota kelompoknya. Belajar bekerjasama dengan sesama teman akan lebih mudah dilakukan dan diserap oleh teman sekelompoknya. Oleh karena itu dipercayai bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya o'brien.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas maka pertanyaan penelitian dalam penelitian ini adalah : apakah penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD dapat meningkatkan hasil belajar tolak peluru gaya o'brien pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh?

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

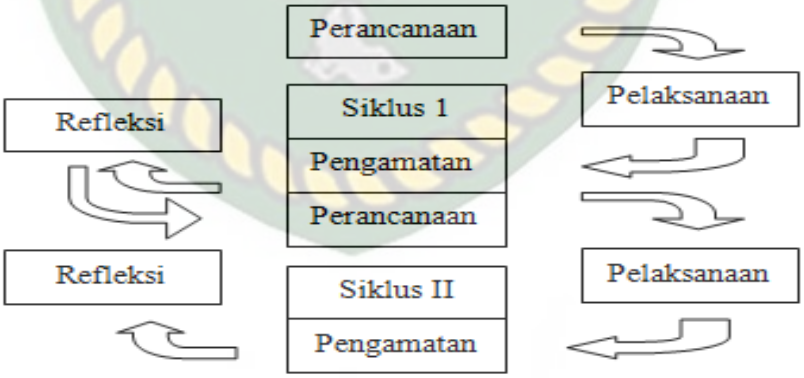
BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang peneliti laksanakan adalah penelitian tindakan kelas. Sebagaimana dikemukakan oleh Arikunto (2011:3) bahwa: "Penelitian tindakan kelas adalah suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan,yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama.

Dengan demikian,jenis penelitian PTK ini adalah data yang diperoleh dari hasil penerapan metode modifikasi yang diberikan tiap siklus adalah hasil observasi pada saat proses pembelajaran, hasil belajar atau nilai teknik dasar tolak peluru sebelum tindakan,siklus 1,siklus II. Data selanjutnya diolah dan dianalisa yang dapat digunakan sebelum bahan refleksi pada siklus berikut:



Gambar 5. Alur Penelitian Tindakan Kelas(PTK)
(Arikunto,2011:16)

1. Kriteria Keberhasilan

Indikator keberhasilan peningkatan teknik dasar tolok peluru dengan penerapan model pembelajaran koperatif tipe STAD dapat di lihat sebagai berikut:

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

a. Diharapkan 75% atau nilai 75 siswa dapat melakukan aktifitas pembelajaran teknik dasar tolak peluru.
b. Hasil belajar siswa melebihi kriteria ketuntasan minimal (KKM) mata pelajaran penjaskes yaitu 75.
c. Membandingkan tingkat keberhasilan dari siklus 1 ke siklus berikutnya, apabila siklus 1 belum menunjukkan peningkatan keberhasilan pembelajaran teknik dasar tolak peluru, maka di lanjutkan pada siklus berikutnya.

2. Langkah-langkah penelitian

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus dan tiap siklus dilakukan dalam satu kali pertemuan. Penelitian ini direncanakan akan dilakukan pada bulan Maret hingga selesai. Penelitian ini terdiri dari 2 siklus. Adapun setiap siklus dilakukan dalam 1 kali pertemuan. Hal ini dimaksudkan agar siswa dan guru dapat beradaptasi dengan metode pembelajaran yang diteliti. Sehingga hasil penelitian tindakan kelas dapat dimanfaatkan dalam proses belajar mengajar selanjutnya.

1) Siklus I

a. Perencanaan/Persiapan

Agar penelitian tindakan kelas ini berhasil dengan baik tanpa hambatan yang mengganggu kelancaran penelitian, peneliti menyusun tahapan-tahapan yang dilalui dalam penelitian tindakan kelas, yaitu: a) Perencanaan/persiapan tindakan, b) Pelaksanaan tindakan, c) Observasi dan interpretasi, d) Analisis data, evaluasi dan refleksi

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Dalam tahap perencanaan ini, langkah-langkah yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Menyusun rencana pembelajaran tentang teknik dasar tolak peluru dengan menggunakan metode STAD. Rencana pembelajaran yang disusun adalah sesuai dengan kompetensi dasar.
2) Mempersiapkan peralatan yang diperlukan.
3) Menyiapkan materi yang akan dibahas oleh masing-masing kelompok.
4) Menyiapkan format pengamatan proses pembelajaran yang terdiri dari situasi kegiatan belajar mengajar, keaktifan siswa dalam pembelajaran dan kemampuan siswa dalam menjawab dan atau mengajukan pertanyaan.
5) Menyusun alat evaluasi untuk mengukur peningkatan aktifitas siswa dan hasil belajar siswa dalam mencapai kompetensi dasar.

b. Pelaksanaan Tindakan

1) Membagi siswa dalam 5 kelompok dengan angota kelompok yang heterogen baik dari segi prestasi, jenis kelamin, dan suku, yang pembagian kelompoknya dilakukan guru secara acak.
2) Guru menyajikan pelajaran secara garis besar dan memberikan topik-topik penting dalam materi pelajaran.
3) Sebelum guru memberikan materi kepada siswa, guru terlebih dahulu membaca menjelaskan teknik dasar tolak peluru dan meminta siswa untuk memperhatikannya

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

4) Kemudian guru memberikan kepada masing-masing kelompok materi teknik tolak peluru setiap kelompok berlatih untuk menguasai materi tersebut.
5) Dalam diskusi kelompok, guru mengarahkan kelompok agar lebih aktif dalam belajar menguasai materi tolak peluru.
6) Setiap kelompok nantinya mempraktekkan hasil penguasaan materi kelompoknya.
7) Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk memberikan tanggapan atas praktek tolak peluru.
8) Guru memberikan penguatan dan mengajak siswa menyimpulkan materi bersama-sama.

c. Observasi dan Interpretasi

Pengamatan atau obsevasi yang dilakukan dalam penelitian tindakan ini adalah dengan menggunakan format yang telah disediakan (lampiran). Adapun aspek-aspek yang diamati adalah hasil belajar tolak peluru siswa.

d. Refleksi

Setelah perbaikan pembelajaran dilaksanakan guru dan observer melakukan kerjasama dan menganalisa hasil dari proses pembelajaran yang dilaksanakan, sehingga diketahui keberhasilan dan kelemahan pembelajaran yang telah dilaksanakan. Hasil dari pengolahan data tersebut dijadikan sebagai landasan untuk siklus berikutnya, sehingga antara siklus I dan siklus II ada kesinambungan dan diharapkan kelemahan pada siklus yang pertama dapat dijadikan sebagai dasar perbaikan pada siklus yang berikutnya.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2) Siklus II

a. Perencanaan/Persiapan

Agar penelitian tindakan kelas ini berhasil dengan baik tanpa hambatan yang mengganggu kelancaran penelitian, peneliti menyusun tahapan-tahapan yang dilalui dalam penelitian tindakan kelas, yaitu: a) Perencanaan/persiapan tindakan, b) Pelaksanaan tindakan, c) Observasi dan interpretasi, d) Analisis data, evaluasi dan refleksi

Dalam tahap perencanaan ini, langkah-langkah yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Menyusun rencana pembelajaran tentang teknik dasar tolak peluru dengan menggunakan metode STAD. Rencana pembelajaran yang disusun adalah sesuai dengan kompetensi dasar.
2) Mempersiapkan peralatan yang diperlukan.
3) Menyiapkan materi yang akan dibahas oleh masing-masing kelompok.
4) Menyiapkan format pengamatan proses pembelajaran yang terdiri dari situasi kegiatan belajar mengajar, keaktifan siswa dalam pembelajaran dan kemampuan siswa dalam menjawab dan atau mengajukan pertanyaan.
5) Menyusun alat evaluasi untuk mengukur peningkatan aktifitas siswa dan hasil belajar siswa dalam mencapai kompetensi dasar.

b. Pelaksanaan Tindakan

1) Membagi siswa dalam 5 kelompok dengan angota kelompok yang heterogen baik dari segi prestasi, jenis kelamin, dan suku, yang pembagian kelompoknya dilakukan guru secara acak.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2) Guru menyajikan pelajaran secara garis besar dan memberikan topik-topik penting dalam materi pelajaran.
3) Sebelum guru memberikan materi kepada siswa, guru terlebih dahulu membaca menjelaskan teknik dasdar tolak peluru dan meminta siswa untuk memperhatikannya
4) Kemudian guru memberikan kepada masing-masing kelompok materi teknik tolak peluru setiap kelompok berlatih untuk menguasai materi tersebut.
5) Dalam diskusi kelompok, guru mengarahkan kelompok agar lebih aktif dalam belajar menguasai materi tolak peluru.
6) Setiap kelompok nantinya mempraktekkan hasil penguasaan materi kelompoknya.
7) Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk memberikan tanggapan atas praktek tolak peluru.
8) Guru memberikan penguatan dan mengajak siswa menyimpulkan materi bersama-sama.

c. Observasi dan Interpretasi

Pengamatan atau obsevasi yang dilakukan dalam penelitian tindakan ini adalah dengan menggunakan format yang telah disediakan (lampiran). Adapun aspek-aspek yang diamati adalah hasil belajar tolak peluru siswa.

d. Refleksi

Setelah perbaikan pembelajaran dilaksanakan guru dan observer melakukan kerjasama dan menganalisa hasil dari proses pembelajaran yang

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

dilaksanakan, sehingga diketahui keberhasilan dan kelemahan pembelajaran yang telah dilaksanakan. Hasil dari pengolahan data tersebut dijadikan sebagai landasan untuk siklus berikutnya, diharapkan dengan adanya perbaikan pada hasil siklus I dapat meningkatkan dan mengatasi permasalahan pada siklus sebelumnya. Apabila permasalahan dapat teratasi maka tingkat kelulusan atau ketuntasan belajar sebagai tujuan pembelajaran dapat tercapai.

B. Populasi dan sampel

1. Populasi

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh yang berjumlah 25 orang. Yang terdiri dari 16 putra dan 9 orang putri. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1. Populasi Penelitian

No	Siswa	Jumlah
1	Putra	16 orang
2	Putri	9 orang
	Jumlah	25 orang

Tata Usaha SMP Negeri 1 Tapung

2. Sampel

Memperhatikan populasi tidak begitu besar dan mengingat kesanggupan dan kemampuan penulis baik dari segi tenaga, waktu dan dana yang tersedia, maka penulis menetapkan semua populasi menjadi sampel (*total sampling*). Dengan demikioan jumlah sampel adalah 25 orang.

C. Pengembangan Instrumen

Adapun perangkat pembelajaran dan pengembangan intrumen penelitian dalam memperoleh data adalah:

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

1. **Perangkat pembelajaran meliputi:**

   a. Silabus Pembelajaran

   b. Rencana pelaksanaan pembelajaran(RPP)

   c. Lembaran penilaian dan observasi

2. **Instrumen Pengumpulan Data.**

   Untuk mengumpulkan data penelitian ini maka peneliti menggunakan tes teknik tes untuk mendapatkan data, yang berhubungan dengan kemampuan dan pengetahuan teknik dasar tolak peluru gaya o'brien.

Tabel 2. Instrumen penilaian Teknik Dasar Tolak Peluru Gaya O'brien

No	Dimensi	Deskripsi Gerak	Kualitas Gerak			
			1	2	3	4
1	1) Teknik memegang peluru	(1) Peluru diletakkan pada telapak tangan (2) Jari-jari direnggangkan (3) Letak jari kelinggking dibelakang peluru (4) Peluru ditempatkan pada dekat tulang leher dan bagian atas peluru sedikit menempel pada tulang rahang bawah				
2	2) Tahap persiapan	(1) Berdiri tegak pada kaki kaknan dan membelakangi sektor lemparan (2) Kaki kiri rileks dan ujung jari menyentuh tanah (3) Tangan kiri diluruskan disamping telingga (4) Pandangan ke depan bawah				
3	3) Pelaksanaan Gerak	(1) Lutut kanan direndahkan lalu bergerak berjingkat rendah kebelakang sambil kaki kiri diluncurkan lurus jauh kebelakang (2) Saat kaki kanan mendarat berjingkat kaki kiri didaratkan jauh kebalakang, badan diputar ke kiri dengan cepat (3) Pada saat dada terbuka kearah depan, tolakkan peluru kedepan atas (4) Peluru dilepasakan dari pegangan pada saat tangan lurus				

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

4	4) Akhir Gerakan	(1) Kaki kakan digerakkan ke depan menggantikan kaki kiri hingga tumpuan pindah ke kaki kanan (2) Badan condong kedepan (3) Kaki kiri dibelakang badan tergantung rileks dengan lutut ditekuk (4) Padangan ke arah tolakan				
	KKM		75			
	Skor Maksimal		16			
	Skor Yang Didapat					

Roji (2006:90)

Kriteria penilaian

1. Cara Memegang Peluru

Skor	Deskripsi
4	Bila melakukan kesluruhan indikator dengan benar
3	Bila **3** dari **4** indikator di atas terpenuhi
2	Bila **2** dari **4** indikator di atas terpenuhi.
1	Bila **1** dari **4** indikator di atas terpenuhi.

2. Tahap Persiapan

Skor	Deskripsi
4	Bila melakukan kesluruhan indikator dengan benar
3	Bila **3** dari **4** indikator di atas terpenuhi
2	Bila **2** dari **4** indikator di atas terpenuhi.
1	Bila **1** dari **4** indikator di atas terpenuhi.

3. Tahap Gerakan

Skor	Deskripsi
4	Bila melakukan kesluruhan indikator dengan benar
3	Bila **3** dari **4** indikator di atas terpenuhi
2	Bila **2** dari **4** indikator di atas terpenuhi.
1	Bila **1** dari **4** indikator di atas terpenuhi.

4. Akhir gerakan

Skor	Deskripsi
4	Bila melakukan kesluruhan indikator dengan benar
3	Bila **3** dari **4** indikator di atas terpenuhi

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

2	Bila **2** dari **4** indikator di atas terpenuhi.
1	Bila **1** dari **4** indikator di atas terpenuhi.

D. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik yang di pakai pengumpulan data dalam penelitian ini adalah:

a. Observasi

Metode ini digunakan dengan mengadakan pengamatan langsung ke lokasi tempat penelitian guna mendapatkan informasi atau data yang objektif.

b. Kepustakaan

Digunakan untuk mendapatkan informasi tentang defenisi-defenisi, konsep-konsep atau pun teori-teori yang ada hubungannya dengan masalah yang diteliti untuk dijadikan landasan dan teori dalam penelitian ini.

E. Teknik Analisa Data

a. Ketuntasan belajar

Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai 75% dari hasil tes atau nilai 75. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 80% dari seluruh siswa mampu melakukan teknik dasar tolak peluru gaya o'brien dengan benar dengan nilai minimal 75. maka kelas itu dikatakan tuntas. Adapun rumus yang dipergunakan untuk menentukan ketuntasan klasikal sebagai berikut:

$$P = \frac{\text{Banyak siswa yang tuntas}}{\textit{Banyak siswaseluruhnya}} x\,100\%$$ (Rosna (2014:237)

b. Indikator Kinerja

Penelitian menetapkan indikator dalam keberhasilan teknik dasar tolak peluru gaya o'brien adalah 75 untuk masing-masing siswa. Sedangkan indikator

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

klasikal adalah 80% siswa mendapat nilai 75, baru dianggap berhasil. Artinya setiap siswa dikatakan berhasil apabila memperoleh nilai 75, dengan demikian ketuntasan minimal pun harus paling kurang 75.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti merupakan penelitian tidakan kelas. Data yang dijabarkan dalam penelitian ini adalah data hasil pengamatan teknik dasar tolak peluru gaya o'brien siswa. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus dan dua kali pertemuan. Penelitan ini dilakukan berdasarkan rencana pelaksanaan pembelajaran dan silabus yang telah disusun sebelumnya.

Penerapan metode STAD diawali dengan pembukaan yang bersisi : guru memberi salam kepada siswa, diteruksan dengan guru memimpin do,a. kemudian Guru menanyakan kondisi kesehatan siswa secara umum, dan guru menyampaikan Indikator Kompetensi yang harus dikuasai. Pelaskanaan itu sebentar didalam kelas lalu diteruskan dengan praktek dilapangan di luar kelas. Penerapan metode STAD ditujukan agar siswa dapat menguasai tahapan teknik dasar tolak peluru dengan baik dan benar. Pada bab ini akan dijabarkan secara rinci hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa kelas siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh.

1. Peningkatan teknik dasar tolak peluru gaya o'brien melalui metode STAD pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh pada siklus I

a. Perencanaan

Tahap ini peneliti merencanakan pembelajaran yang akan diterapkan pada siklus I. perencaanan ini dilakuan dengan menyusun rencana pembelajaran dan juga mempersiapkan alat-alat yang akan dibutuhkan yaitu antara lain Silabus yang

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

telah dibuat, buku-buku yang sesuai dengan materi ajar atau buku penunjang dan sarana yang akan digunakan, dalam melaksanakan materi ini guru juga mempersiapkan alat-alatnya sebagai berikut: Lapangan beserta kelengkapan di dalamnya kemudian pluit, dan stopwacth (apabila dibutuhkan), pada saat kegiatan pembelajaran telah selesai maka dibuat langkah-langkah sebagai berikutnya: Guru menyusun program yang akan diterapkan seperti siswa melakukan pemanasan terlebih dahulu dan pendinginan setelah materi selesai.

b. Pelaksanaan

Tahap pelaskanaan adalah tahap dimana peneliti menerapkan rencana pembelajaran di kelas. Pelaksanaan ini secara garis besar terbagi menjadi 3 tahapan yaitu : pembukaan, kegiatan inti dan juga penutup. Pelakanaan pembelajaran dilaksanakan sesuai dengan langkah-langkah metode STAD yang digunkaan dalam penelitian ini.

Pada tahap pendahuluan kegiatan yang dialakukan adalah Guru membuka pelajaran dengan salam, berdoa bersama dengan siswa, dan melakuan pemanasan berupa peregangan otot dipimpin oleh guru. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai yaitu siswa dapat memegang peluru dengan benar dan dapat melakukan gerak tolak peluru serta menjelaskan tahapan-tahapany. Guru menjelaskan tentang prinsip pembelajaran tipe STAD dan Menyampaikan apersepsi tentang tolak peluru.

Pada tahap pelaksanaan terbagai menjadi beberapat tahapan yaitu Persentasi kelas/ lapangan, Kerja kelompok, Kuis, Skor kemajuan perseorangan, dan Penghargaan kelompok. Persentasi kelas/ lapangan kegiatanya adalah Guru

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

menjelaskan tata cara memegang peluru. Guru menjelaskan teknik sikap badan saat akan menolak dengan benar. Guru menjelaskan teknik menolakkan peluru dengan benar. Guru menjelaskan teknik gerakan lanjutan dengan benar.

Fase kerja kelompok yaitu : Guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok dengna beranggotakan 4-5 orangyang heterogen. Guru membimbing siswa untuk mempelajari cara memegang peluru dan teknik tolak peluru dengan benar. Guru meminta siswa untuk mempelajari serta berdiskusi dan menguasai cara memegang peluru dan teknik tolak peluru secara keseluruhan. Siswa yang memiliki kemampuan lebih baik harus mengajarkan kepada siswa yang lain agar seluruh siswa dalam kelompok dapat menguasai teknik tolak peluru dengan benar. Guru harus memastikan setiap siswa terlibat aktif dalam diskusi dan memberikan masukan apabila terdapat kekurangan atau kesalahan dalam diskusi mereka. Guru memantau jalanya diskusi sisw. Guru meminta salah seorang perwakilan salah seorang dari kelompok untuk mempraktekkan dihadapan siswa yang lain

Pada tahap kuis : Guru meminta setiap siswa untuk praktek tolak peluru dan cara memegang peluru dengan cara dipraktekan satu persatu di depan. Skor kemajuan perseorangan yiatu Guru menilai kemampuan teknik dasar tolak peluru setiap siswa. Penghargaan kelompok : Guru memberikan penghargaan pada kelompok yang paling banyak atau paling tinggi skor penguasaan teknik dasar tolak pelurunya.

c. Tahap Penutup

Pada fase penutup atau fase ke empat yaitu : Kesimpulan : Guru memebimbing siswa untuk menyimpulkan materi pelajaran yang telah di pelajari.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Guru mengevaluasi kekurangan dan memberikan masukan kepada siswa. Penutupan Pembelajaran Guru menutup pembelajaran dengan berdoa

d. Tahap Observasi

Setelah penulis melihat hasil observasi pada siswa Siklus I pertemuan pertama secara umum siswa sudah termotifasi dengan penerapan metode STAD, namun ada beberapa siswa yang belum dapat menerima metode pembelajaran ini dengan baik hal ini mungkin dikarenakan siswa merasa canggung dengan model pembelajaran ini. Namun seceara garis besar siswa telah mengalami peningkatan teknik dasar tolak peluru walaupun masih terdapat beberapa siswa yang belum memenuhi standar untuk diluluskan. Selain masalah tersebut juga masih banyak siswa yang belum memperhatikan penjalasan guru di fase awal. Siswa cendrung kurang bersemangat dan melaksanakan latihan yang diberikan terutama siswa putri.

e. Analisa Data Siklus I

Berdasarkan hasil evaluasi dan pengamatan peneliti tentang penguasaan teknik dasar tolak peluru dalam proses pembelajaran, peneliti mendapatkan hasil yang cukup menggembirakan walaupun masih banyak terdapat kelemahan-kelemahan dalam penerapan proses pembelajaran. Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan bahwa jumlah siswa yang lulus (nilainya diatas KKM = 75) berjumlah 18 orang siswa atau 72% dari 25 siswa. Jumlah siswa yang remedial berjumlah 7 orang siswa atau 28 % dari 25 siswa. Rata-rata nilai siswa secara keseluruhan adalah 83.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

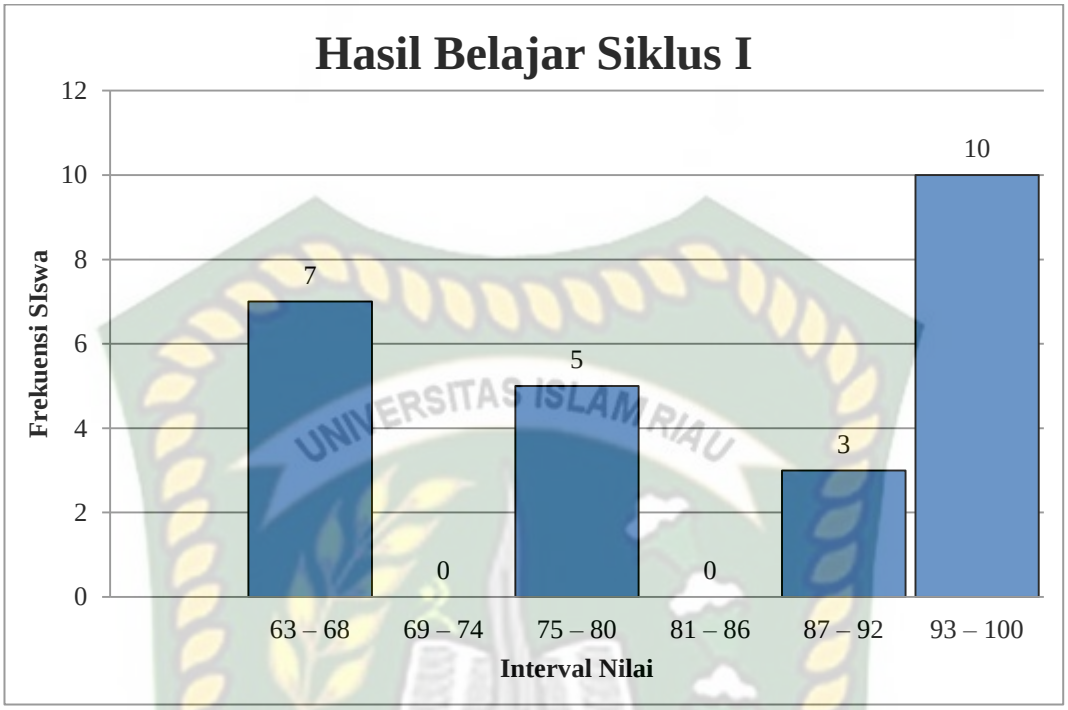
Peneliti juga menggambarkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi hasil penelitian pada siklus I. sebelumnya dapat dijabarkan bahwa Frekuensi siswa dengan nilai antara 63 - 68 berjumlah 7 orang siswa atau dengan persentase 28%. Frekuensi siswa dengan nilai antara 69 - 74 tidak terdapat satu orang siswa pun atau dengan persentase 0%. Frekuensi siswa dengan nilai antara 75 - 80 berjumlah 5 orang siswa atau dengan persentase 20%. Frekuensi siswa dengan nilai antara 81 - 86 tidak terdapat satu orang siswa pun atau dengan persentase 0%. Frekuensi siswa dengan nilai antara 87 - 92 berjumlah 3 orang siswa atau dengan persentase 12%. Frekuensi siswa dengan nilai antara 93 - 100 berjumlah 10 orang siswa atau dengan persentase 40 %. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Teknik dasar tolak peluru gaya o'brien Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh Pada Siklus I

No	Interval	Frekuensi (siswa)	Persentase (%)
1	63 - 68	7	28%
2	69 - 74	0	0%
3	75 - 80	5	20%
4	81 - 86	0	0%
5	87 - 92	3	12%
6	93 - 100	10	40%
	Jumlah	25	100%

Data tersebut juga digambarkan dalam bentuk grafik berikut ini :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :



Grafik 1. Histogram Distribusi Frekuensi Teknik dasar tolak peluru gaya o'brien Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh Pada Siklus I

f. Refleksi Siklus I

Refleksi pada Siklus ini diperoleh data untuk tiap-tiap langkah pelaksanaan tindakan dideskripsikan penulis pada tahap ini. Ditinjau dari rencana pelaksanaan pembelajaran sudah sesuai dengan pelaksanaan tindakan serta cukup efektif untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar tolak peluru. Rata-rata skor teknik dasar tolak peluru siswa sebesar 75. Jumlah siswa yang lulus atau tuntas 18 orang atau 72%. Bila dilihat dari rata-rata keseluruhan siswa sudah mencapai KKM yaitu 75, akan tetapi bila dilihat jumlah siswa yang lulus masih dibawah target yaitu 80%. Keadaan ini menunjukkan bahwa ketuntasan belajar secara klasikal belum bisa dikatakan tercapai. Dengan memperhatikan deskripsi proses pembelajaran yang dikemukakan di atas dan melihat hasil belajar tersebut, maka

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

berdasarkan hasil penelitian dan pengamatan terhadap perbaikan pembelajaran pada Siklus I terdapat beberapa kelemahan pembelajaran diantaranya:

a. Terdapat beberapa siswa yang belum memenuhi standar untuk diluluskan.
b. Masih banyak siswa yang belum memperhatikan penjalasan guru di fase awal.
c. Siswa cendrung kurang bersemangat mengikuti proses pembelajaran ateltik tolak peluru yang diberikan terutama siswa putri.

2. Peningkatan teknik dasar tolak peluru gaya o'brien melalui metode STAD pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh pada siklus II

a. Perencanaan

Setelah penulis lihat hasil dari Siklus I maka penulis dapat melihat kekurangan dalam mengajar, maka penulis akan menjelaskan materi ajar sesuai dengan evaluasi yang penulis lakukan diatas, menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan Silabus. Mempersiapkan fasilitas dan sarana pendukung yang diperlukan saat pelaksanaan pengajaran mempersiapkan contoh perintah atau suruhan melakukan tindakan secara jelas, mempersiapkan bahan observasi dan semua alat yang diperlukan dalam menyusun skenario pelaksanaan tindakan. Pada siklus II peneliti masih melibatkan seluru siswa baik yang sudah lulus maupun belum lulus pada siklus I.hal dimaksudkan agar siswa lebih memahami pelajaran dan juga kompitisi antar kelompok lebih baik lagi guna memacu siswa untuk lebih baik pada siklus II.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

b. Pelaksanaan

Tahap pelaskanaan adalah tahap dimana peneliti menerapkan rencana pembelajaran di kelas. Pelaksanaan ini secara garis besar terbagi menjadi 3 tahapan yaitu : pembukaan, kegiatan inti dan juga penutup. Pelakanaan pembelajaran dilaksanakan sesuai dengan langkah-langkah metode STAD yang digunkaan dalam penelitian ini.

Pada tahap pendahuluan kegiatan yang dialakukan adalah Guru membuka pelajaran dengan salam, berdoa bersama dengan siswa, dan melakuan pemanasan berupa peregangan otot dipimpin oleh guru. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai yaitu siswa dapat memegang peluru dengan benar dan dapat melakukan gerak tolak peluru serta menjelaskan tahapan-tahapany. Guru menjelaskan tentang prinsip pembelajaran tipe STAD dan Menyampaikan apersepsi tentang tolak peluru.

Pada tahap pelaksanaan terbagai menjadi beberapat tahapan yaitu Persentasi kelas/ lapangan, Kerja kelompok, Kuis, Skor kemajuan perseorangan, dan Penghargaan kelompok. Persentasi kelas/ lapangan kegiatanya adalah Guru menjelaskan tata cara memegang peluru. Guru menjelaskan teknik sikap badan saat akan menolak dengan benar. Guru menjelaskan teknik menolakkan peluru dengan benar. Guru menjelaskan teknik gerakan lanjutan dengan benar.

Fase kerja kelompok yaitu : Guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok dengna beranggotakan 4-5 orangyang heterogen. Guru membimbing siswa untuk mempelajari cara memegang peluru dan teknik tolak peluru dengan benar. Guru meminta siswa untuk mempelajari serta berdiskusi dan menguasai

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

cara memegang peluru dan teknik tolak peluru secara keseluruhan. Siswa yang memiliki kemampuan lebih baik harus mengajarkan kepada siswa yang lain agar seluruh siswa dalam kelompok dapat menguasai teknik tolak peluru dengan benar. Guru harus memastikan setiap siswa terlibat aktif dalam diskusi dan memberikan masukan apabila terdapat kekurangan atau kesalahan dalam diskusi mereka. Guru memantau jalanya diskusi sisw. Guru meminta salah seorang perwakilan salah seorang dari kelompok untuk mempraktekkan dihadapan siswa yang lain

Pada tahap kuis : Guru meminta setiap siswa untuk praktek tolak peluru dan cara memegang peluru dengan cara dipraktekan satu persatu di depan. Skor kemajuan perseorangan yiatu Guru menilai kemampuan teknik dasar tolak peluru setiap siswa. Penghargaan kelompok : Guru memberikan penghargaan pada kelompok yang paling banyak atau paling tinggi skor penguasaan teknik dasar tolak pelurunya.

c. Tahap Penutup

Pada fase penutup atau fase ke empat yaitu : Kesimpulan : Guru memebimbing siswa untuk menyimpulkan materi pelajaran yang telah di pelajari. Guru mengevaluasi kekurangan dan memberikan masukan kepada siswa. Penutupan Pembelajaran Guru menutup pembelajaran dengan berdoa

d. Tahap Observasi

Setelah penulis melihat hasil observasi pada siswa Siklus II pertemuan kedua peneliti hanya mengajarkan tolak peluru kepada seluruh siswa agar proses pembelajaran metode STAD dapat terlaksana dengan baik. Siswa yang remedial adalah siswa yang nilai tolak pelurunya kurang dari 75. Adapun jumlah siswa

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

yang remedial berjumlah 7 orang siswa. Setelah diberikan pembelajaran dengan metode STAD, secara umum siswa telah mengalami peningkatan hasil belajar dibandingkan pertemuan sebelumnya. Siswa telah mampu mengadaptasi metode STAD yang diterapkan kepada siswa.

e. Analisa Data Siklus II

Berdasarkan hasil evaluasi dan pengamatan peneliti tentang penguasaan teknik dasar tolak peluru dalam proses pembelajaran, peneliti mendapatkan hasil yang cukup menggembirakan walaupun masih banyak terdapat kelemahan-kelemahan dalam penerapan proses pembelajaran. Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan bahwa jumlah siswa yang lulus (nilainya diatas KKM = 75) berjumlah 25 orang siswa atau 100%. Seluruh siswa telah mencapai ketuntasan atau nilainya diatas KKM. Rata-rata nilai siswa secara keseluruhan adalah 97.

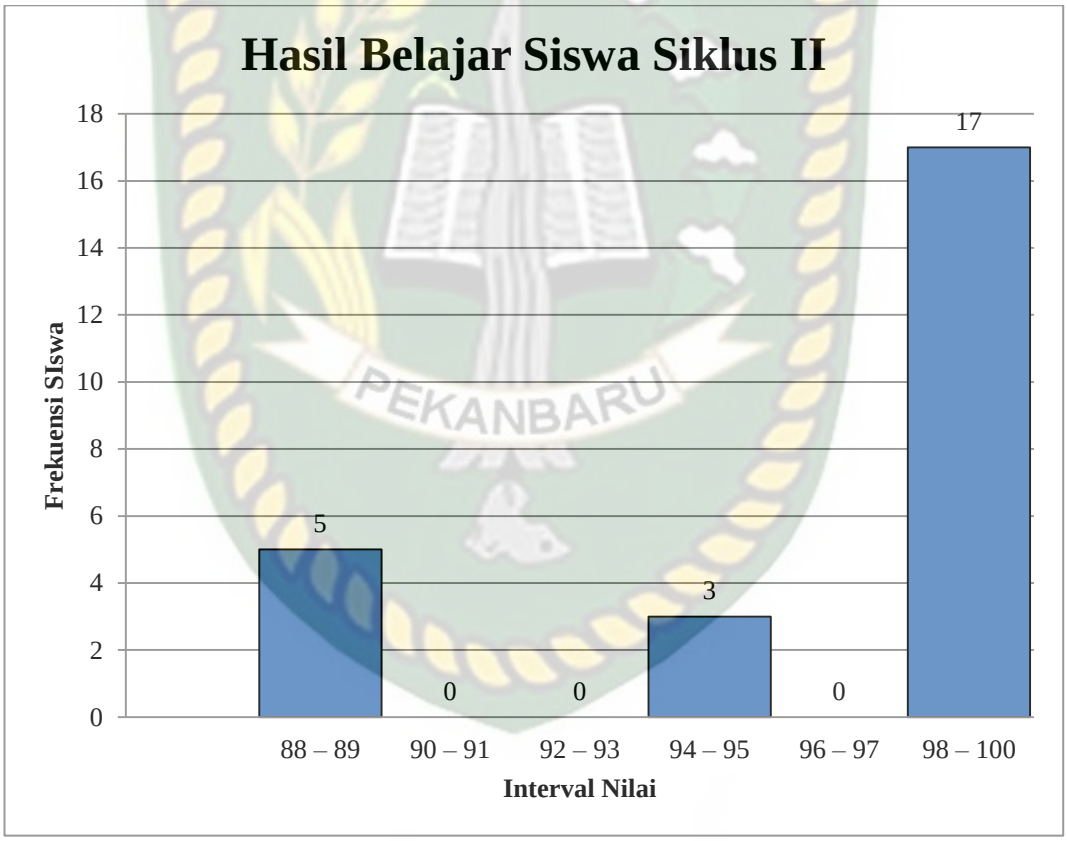
Peneliti juga menggambarkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi hasil penelitian pada siklus I. sebelumnya dapat dijabarkan bahwa Frekuensi siswa dengan nilai antara 88 - 89 berjumlah 5 orang siswa atau dengan persentase 20%. Frekuensi siswa dengan nilai antara 90 - 91 tidak terdapat satu orang siswa pun atau dengan persentase 0%. Frekuensi siswa dengan nilai antara 92 - 93 tidak terdapat satu orang siswa pun atau dengan persentase 0%. Frekuensi siswa dengan nilai antara 94 - 95 berjumlah 3 orang siswa atau dengan persentase 12%. Frekuensi siswa dengan nilai antara 96 - 97 tidak terdapat satu orang siswa pun atau dengan persentase 0%. Frekuensi siswa dengan nilai antara 98 - 100 berjumlah 17 orang siswa atau dengan persentase 68%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Teknik dasar tolak peluru gaya o'brien Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh Pada Siklus II

No	Interval	Frekuensi (siswa)	Persentase (%)
1	88 - 89	5	20%
2	90 - 91	0	0%
3	92 - 93	0	0%
4	94 - 95	3	12%
5	96 - 97	0	0%
6	98 - 100	17	68%
		25	100%

Data tersebut juga digambarkan dalam bentuk grafik berikut ini :



Grafik 2. Histogram Distribusi Frekuensi Teknik dasar tolak peluru gaya o'brien Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh Pada Siklus II

f. Refleksi Siklus II

Hasil pembelajaran tolak peluru pada siklus II sangat menggembirakan. Setelah di lakukan perbaikan nilai bagi siswa yang remedial didapatkan persentse

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

kelulusan sebesar 100%. Hal ini mengidikasikan bahwa penerapan model STAD efektif untuk meningkatkan hasil belajar tolak peluru siswa. Artinya 100% siswa nilainya sudah di atas KKM sekolah yaitu 75. Adapun kelemahan-kelemahan yang terjadi tidak begitu berarti dengan intensitas guru berinteraksi dengan siswa, kesulitan tersebut dapat teratasi dengan baik.

B. Analisis Data

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan peningkatan hasil belajar dari Siklus I ke Siklus II menandakan baiknya proses STAD yang dilakukan. Artinya perencanaan pembelajaran yang dibuat harus sesuai dengan bentuk permasalahan yang ada di sekolah tersebut untuk mengatasi permasalahan yang terjadi didalam proses pembelajaran.

Pada siklus I nilai rata-ratanya 86 dan Siklus II rata-ratanya 89 dengan selisih poin menunjukan bahwa penerapan metode STAD dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar tolak peluru siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 5 berikut:

Tabel 5 : Data Hasil Peningkatan dari Siklus I Dan Siklus II

No	Item	Siklus I	Siklus II
1	Rata-rata	83	97
2	Nilai Tertinggi	100	100
3	Nilai Terendah	63	88
4	%lulus	72%	100%
5	%remedial	28%	0%

Dari Tabel 4 diatas dapat diketahui bahwa Siklus I dan Siklus II menunjukan peningkatan hasil dari penerapan metode STAD yang signifikan dari data siklus I dan siklus II, jadi dapat disimpulkan bahwa metode STAD dapat

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

meningkatkan kemampuan teknik dasar tolak peluru gaya o'brien siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh. Perbandingan antara hasil belajar Siklus I dan Siklus II, juga ditampilkan dalam bentuk diagram berikut ini:

Grafik 3. Histogram Distribusi Frekuensi Perbandingan Rata-Rata Teknik dasar tolak peluru siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh pada Siklus I dan Siklus II

Berdasarkan histogram di atas, menunujukan adanya peningkatan rata-rata nilai pada Siklus I dan Siklus II. Dimana telah terjadi peningkatan pada semua aspek penilaian. Peningkatan nilai rata-rata siswa dari siklus I ke Siklus II sebesar 14 poin. Dari hasil grafik di atas maka dapat dikatakan telah terjadi peningkatan teknik dasar tolak peluru dengan metode STAD pada siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh.

C. Pembahasan

Pembelajaran olahraga disekolah mengajarkan kepada siswa tentang teknik dasar olahraga dan salah satunya adalah teknik dasar tolak peluru. Teknik

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

dasar olahraga toal peluru yang menjadi salah satu dasar penting karena ini merupakan salah satu cabang olahraga yang diperlombakan dan dapat mengukir prestasi. Bila dilihat sekilas saja, teknik tolak peluru sepertinya mudah untuk dilakukan, akan tetapi bila dilakukan oleh orang yang tidak mengerti maka teknik ini akan sulit dilakukan.

Pada pembelajaran olahraga di sekolah, salah satu teknik yang diajarkan guru adalah teknik dasar tolak peluru pada materi pelajaran atletik. Pada fase ini penilaian dititik beratkan pada penguasaan teknik dasar, oleh karena itu kesempurnaan gerakan teknik dasar. Pemilihan metode STAD diterapkan dengan tujuan meningkatkan hasil belajar tolak peluru siswa. Setelah diterapkan dalam 2 siklus ternyata cukup efektif untuk mengajarkan teknik dasar tolak peluru kepada siswa.

Pada siklus I nilai rata-rata 83 dan untuk Siklus II rata-rata siswa sudah sampai ketahap 97. Sedangkan untuk nilai ketuntasan kelasnya, pada siklus I jumlah siswa yang mendapatkan nilai diatas 75 presentase ketuntasan kelasnya mencapai 72%. Terdapat beberapa kendala yang ditemui yang dicurigai menjadi faktor yang menghambat tercapainya ketuntasan belajar. Kendala tersebut seperti : Masih banyak siswa yang belum memperhatikan penjalasan guru di fase awal dan juga Siswa cendrung kurang bersemangat dan melaksanakan latihan yang diberikan terutama siswa putri.

Hasil tersebut tersebut masih dirasa kurang karena jumlah siswa yang belum tuntas masih cukup besar. Setelah dilakukan evaluasi dan juga perencanaan belajar yang lebih intensif maka hasil penerapan metode STAD lebih baik dan

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

dapat menuntaskan permasalahan tersebut. Untuk Siklus II terjadi kembali peningkatan presentase siswa sudah mencapai 100% maka dapat diakatan penggunaan metode STAD solusi yang tepat untuk meningkatkah kemampuan teknik dasar tolak peluru.

Data dari hasil penelitian di atas juga didukung oleh beberapa penelitian yang dilakukan orang lain sebelumnya. Penelitian ini menitik beratkan pada penggunaan metode STAD dalam meningkatkan hasil belajar. Penelitian yang dilakukan oleh Mustagfiri (2013:632) menyimpulkan penelitianya yaitu : Ada pengaruh yang signifikan metode pembelajaran kooperatif tipe STAD dalam pembelajaran pendidikan jasmani terhadap hasil belajar passing sepak bola pada siswa kelas X SMK Al Azhar Menganti Gresik. Dibuktikan dengan hasil hitug uji hipotesis menunjukan nilai thitung 3,33 > ttabel 2,0315 dengan taraf signifikan 0,05. Besarnya peningkatan hasil belajar pendidikan jasmani sebesar 4,30%.

Sementara itu pada penelitian yang lain Astrawan (2013:9) menyimpulkan penelitian Hasil belajar tolak peluru (gaya Ortodoks dan gaya O'brien) meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siswa kelas VII A SMP Negeri 4 Pupuan tahun pelajaran 2012/2013. pada siklus I sebesar 80,8% mengalami peningkatan sebesar 19,2 menjadi 100% pada siklus II. Sedangkan rata-rata hasil belajar tolak peluru (gaya Ortodoks dan gaya Obrien) pada siklus I dan II sebesar 90,4% yang berada pada kategori sangat baik.

Dua penelitian di atas memperkuat hasil penelitian yang telah peneliti lakukan. Hasil penelitian yang menggambarkan bahwa metode STAD efektif dalam meningkatkan hasil belajar pendidikan jasmani khususnya pada materi

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

tolak peluru sangat masuk akal dan teruji. Penerapan metode pembelajaran STAD dengan baik akan merangsang siswa untuk aktif dalam pembelajaran. Pembelajaran berkelompok ini menuntut setiap siswa agar menguasai materi yang diberikan, hal ini dikarenakan selain presentasi secara kelompok, guru juga meminta untuk memprestentasikan keterampilan yang diajarkan secara individu atau masing masing siswa.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini adalah metode STAD dapat meningkatkan hasil belajar teknik dasar tolak peluru gaya o'brien melalui pada siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Tapung Sarigaluh. Rata-rata siklus I adalah 83 sedangkan rata-rata siklus II adalah 97. Persentase kelulusan siklus I adalah 72% sedangkan siklus II meningkat menjadi 100%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, penulis mengajukan beberapa saran, yaitu:

1. Saran bagi guru
   a. Guru hendaknya dapat membiasakan penggunaan metode STAD pada pelajaran pendidikan jasmani karena dapat mengaktifkan siswa pada proses pembelajaran.
   b. Penggunaan metode pembelajaran yang bervariasi harus terus ditingkatkan agar dapat menciptakan pembelajaran yang menyenangkan bagi siswa
2. Saran bagi sekolah
   a. Penggunaan metode STAD hendaknya dapat menjadi salah satu upaya untuk mengembangkan sekolah ke arah yang lebih baik terutama kualitas pembelajaran.

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

b. Sarana dan prasarana serta fasilitas pembelajaran harus dioptimalkan agar tidak menghambat proses pembelajaran sehingga dapat meningkatkan mutu pendidikan di sekolah.

3. Saran Peneliti Selanjutnya

Penelitian mengenai penggunaan metode STAD dalam pembelajaran pendidikan jasmani hendaknya lebih dikembangkan dengan penggunaan metode-metode pembelajaran jenis lain oleh peneliti-peneliti selanjutnya

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi, dkk. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara

Astrawan I Kadek. 2013. *Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Tolak Peluru*. Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Undiksha. 1(1) : 1-10

Djumiar, Mochamad.2004.*belajar berlatih gerak gerak dasar atletik dalam bermain.* Jakata: Raja Grafindo

Dupri. 2015. *Pengaruh Model Pembelajaran Dan Gender Terhadap Kepedulian Sosial Siswa Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran. 2(1): 22-33

Dupri, 2019. Differences between Teaching Personal Social Responsibility Model and Cooperative Learning Model in Improving Students Tolerance and Responsibility. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. 4(1):92-97

Ezwar, Edi, 2014. Hubungan Motivasi Terhadap Jauhnya Tolak Peluru Mahasiswa Penjaskes FKIP Universitas Serambi Mekkah Banda Aceh. *Serambi Academica*. 2(2):150-157

Fitrianto,Feri. 2016. Peningkatan Kemampuan Tolak Peluru Dengan Pembelajaran Modifikasi Peluru Dari Bola Kasti Pada Siswa SDN Karang Pelem 1 Sragen Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*. 16(2) : 25-35

Gerry ,A.Cer. 2003. *Atletik Untuk Sekolah.* Jakarta: Raja Grafindo Persada

Isjoni. 2007.*Pembelajaran Visione*r. Jakarta. Pustaka pelajar

Jarver, Jess. 2012. *Belajar dan Berlatih Atletik*. Bandung: CV. Pionir Jaya.

Kunandar. 2007. *Guru Profesional Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Dan Persiapan Menghadapi Sertifikasi Guru*. PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.

Lie, Anita. 2007. *Cooperative Learning.* Jakarta. Grasindo.

Muslim Ibrahim dkk. 2000. *Pembelajaran Kooperatif*. Universitas Negeri Surabaya

Mustagfiri. 2013. Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Team Achievement Divisions (STAD) Terhadap Hasil Belajar Materi Passing Bola Pada Permainan Sepak Bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 1(03): 627-632

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Riski, Maria. 2016. Pengaruh Latihan Dumbbel Incline Press Terhadap Hasil Tolak Peluru Mahasiswi Kepelatihan "B" angkatan 2014 Universitas Riau. *Jurnal Online Mahasiswa FKIP UNRI*. 3(2): 1-12

Roji.2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta:Erlangga

Rosna, Andi.2014. Meningkatkan Hasil Belajar Melalui Pembelajaran Kooperatif Pada Mata Pelajaran IPA Kelas IV SD Terpencil Bainaa Barat. *Jurnal Kreatif Tadulako Online*. 4 (6) :235-246

Sanjaya, Wina. 2007. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Kencana. Jakarta.

Septiliza, Dewi. 2013. Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Tolak Peluru Melalui Modifikasi Alat Di SMP Negeri 22 Palembang. *Jurnal Ilmiah BINA EDUKASI*. 6 (1): 1 - 10

Sidik, Dikdik Zafar, 2010. *"Mengjar dan Melatih Atletik"*. Bandung:Remaja Rosda Karya.

Slavin, Robert E.. 2008. *Cooperative Learning Teori Reseach and Practice*, Allyn and Bacod Boston.

Sobarna Akhmad dan Hambali Sumbara. 2018. *Penerapan Modifikasi Alat Bantu terhadap Minat Siswa dalam Pembelajaran Tolak Peluru*. Jurnal Penelitian Pendidikan . 18 (2) : 103-108

Suprijono, Agus. 2009. *Cooperative Learning*. Jakarta. Pustaka Pelajar

Tamat Tisnowati. 2002 . *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta : Universitas terbuka.

Wibowo Puguh. 2015. Peningkatan Hasil Belajar Tolak Peluru Gaya Ortodoks Melalui Pendekatan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division (STAD). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 3(1) : 238-242

Perpustakaan Universitas Islam Riau
Dokumen ini adalah Arsip Milik :