

PENERAPAN STRATEGI PEMBELAJARAN AKTIF UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PENJASKES PADA MATERI KEBUGARAN JASMANI DI KELAS X IPA 1 SEMESTER II SMA NEGERI 2 AIKMEK KABUPATEN LOMBOK TIMUR TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016

U S M A N

Guru Penjaskes pada SMA Negeri 2 Aikmel
Aikmel- Lombok Timur

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar Penjaskes pada materi kebugaran Jasmani di kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel semester II pada tahun 2015/2016, dengan cara mengaktifkan siswa pada pembelajaran. Penelitian tindakan kelas ini dilakukan melalui 2 siklus dan pada setiap siklus meliputi bagian perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. Sedangkan untuk mengaktifkan siswa dalam penelitian ini, peneliti menggunakan lembar kerja yang diberikan kepada siswa dalam kerja kelompok yang menjadi subyek penelitian tindakan kelas ini adalah siswa kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel, sedangkan obyek adalah pembelajaran penjaskes materi kebugaran Jasmani yang diajarkan dengan cara mengaktifkan siswa dalam kelompok besar dan kecil. Dari penelitian yang diadakan dengan meneliti kondisi awal siswa yang diukur dengan alat tes tulis dan hasil penelitian tindakan kelas dengan 2 siklus terlihat adanya peningkatan hasil yang dicapai. Siswa dalam menguasai materi percakapan yang diberikan peningkatan penguasaan materi ini mulai dari siklus I siswa dapat meningkat sebesar 32,14% dari kondisi awal, sedangkan dari siklus I setelah dilakukan tindakan pada siklus II meningkat sebesar 14,29%. Dari hasil penelitian tindakan kelas ini maka peneliti merekomendasikan pada pelaksanaan pembelajaran yaitu pengajar untuk mengajar materi pembelajaran dalam kelompok besar dan kecil dengan menerapkan strategi pembelajaran aktif.

Kata kunci : pembelajaran aktif, hasil belajar, pelajaran Penjaskes

ABSTRACT

This study aims to improve the learning results of Penjaskes on Physical fitness material in class X 1 IPA SMA Negeri 2 Aikmel semester II in 2015/2016, by enabling students in learning. Research action class this is done through 2 cycles and at each cycle includes part of planning, implementation, observation and reflection. Whereas to enable students in the study, researchers using the worksheets provided to the students in the group work that is the subject of research this is a class act students class X 1 IPA SMA Negeri 2 Aikmel, while an object is learning material penjaskes Physical fitness being taught in a way to enable students in groups large and small. From the research that was held by researching the initial conditions of students as measured by the test tools and research results a class act with a 2 cycle seen an increase in the results achieved. Students in mastering the material of conversation given the increased mastery of this material ranging from the I-cycle students can be increased by 32.14% of initial conditions, while from the cycle I after done actions on cycle II increased by 14.29%. From this class action research results then the researchers recommend in the implementation of learning i.e. teachers for teaching learning material in groups large and small by applying active learning strategies.

Key words: active learning, learning outcomes, lessons Penjaskes

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada tahun pelajaran 2008/2009 SMA Negeri 2 Aikmel melaksanakan program sekolah rintisan nasional, sehingga pada pelaksanaan pengajaran yang dilakukan perlu adanya penelitian agar didapatkan pengajaran yang paling efektif untuk digunakan baik pada kesempatan yang sekarang maupun yang akan datang.

Tidak efektifnya pengajaran yang dilakukan guru tersebut diduga akibat kurang tepatnya guru dalam menggunakan strategi pembelajaran. Hal ini ditandai adanya kecenderungan guru dalam mengerjakan materi tersebut dengan metode ceramah secara klasikal.

Dilandasi keinginan untuk mencari strategi pembelajaran yang tepat dan efisien untuk meningkatkan penguasaan materi kebugaran jasmani pada siswa SMA Negeri 2 Aikmel maka peneliti merasa perlu mengadakan penelitian tindakan kelas ini.

Peningkatan hasil belajar pada materi berbicara dan efektifitas pembelajaran yang diharapkan oleh peneliti adalah dengan langkah mengarahkan pembelajaran siswa aktif secara kelompok besar dan kecil. Selain itu juga diharapkan dapat menambah paradigma guru dalam melakukan pembelajaran dari guru dalam melaksanakan pembelajaran dari guru sebagai pusat belajar agar beralih ke siswa.

Guru mewujudkan harapan yang diinginkan oleh peneliti seperti di atas maka peneliti menerapkan strategi pembelajaran aktif dengan menggunakan teknik pembelajaran kelompok besar dan kecil.

B. Identifikasi Masalah

Dari hasil pengamatan dan juga memperhatikan pemaparan dalam latar belakang tersebut maka penulis mengidentifikasi masalah-masalah yang penulis hadapi sebagai berikut :

1. Rendahnya hasil belajar siswa kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel pada materi berbicara.
2. Kurangnya minat siswa kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel dalam

mempelajari materi kebugaran jasmani.

C. Pembahasan Masalah

Permasalahan utama yang dihadapi pendidikan jasmani dewasa ini adalah terjadinya perubahan nilai-nilai budaya. Perubahan dimaksud berupa kultur gerak. Menurut Bart Crum (1994) dalam Rusli Lutan (2003:101) '*movement culture*', yakni terjadi perubahan kebiasaan aktif bergerak menjadi kebiasaan kurang gerak atau bahkan fenomena gaya hidup diam. Pergeseran gaya hidup itu, dipicu oleh aneka kemudahan dalam kehidupan sehari-hari yang didukung oleh perubahan taraf hidup, penggunaan teknologi komunikasi dan transportasi serba otomatis sehingga dikalangan anak-anak yang fitrahnya sebagai mahluk bermain (*Homo Luden*) sangat berkurang dan cenderung menghilangkan aktivitas fisik dalam berbagai kegiatannya. Dalam kehidupan sehari-hari banyak anak-anak menghabiskan waktu menyaksikan program televisi, video, menggunakan internet seperti facebook dan lain sebagainya. Pergi ke sekolah atau ke kampus menggunakan kendaraan sebagai alat transportasi. Para pengunjung toko swalayan lebih banyak menggunakan lift dan tangga berjalan (*eskalator*) ketimbang naik menggunakan tangga dengan pertimbangan mereka lebih cepat, nyaman dan menghemat tenaga. Kecenderungan gaya hidup kurang gerak, menurut George Peterson (2004:2) selaku perwakilan WHO Indonesia menyatakan 'sekarang ini banyak masyarakat yang tidak aktif bergerak (*sedentary life-style*) akibatnya kebugaran jasmani sangat rendah'. Ini merupakan penyebab satu dari sepuluh kematian di dunia. Oleh karenanya WHO memprediksi pada tahun 2020 sebanyak 73% kematian disebabkan oleh penyakit tidak menular, atau sebanyak 60% disebabkan rendahnya kebugaran jasmani. (www.kompas.com.health.news.2004).

METODE PENELITIAN

Sebelum mengadakan tindakan pada penelitian ini, maka peneliti mengadakan observasi cara mengajar guru dalam kelas serta mencari data penguasaan materi kebugaran jasmani dari siswa.

Seperti telah dijelaskan sebelumnya bahwasanya pada penelitian tindakan kelas ini dilakukan dalam 2 siklus namun apabila dari 2 siklus yang direncanakan masih ada masalah yang harus dipecahkan maka dapat dilanjutkan dengan siklus berikutnya.

Pelaksanaan prosedur penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Deskripsi siklus I

Dalam tahap perencanaan tindakan pada siklus ini, kegiatan yang dilakukan adalah :

- a) Peneliti menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) yang berkaitan dengan materi kebugaran jasmani
- b) Peneliti merancang scenario pembelajaran yang dapat mengaktifkan secara kelompok
- c) Peneliti merancang alat pengumpulan data yang berupa tes dan digunakan untuk mengetahui pemahaman kemampuan siswa yang berkaitan dengan kebugaran jasmani

a. Tahap pelaksanaan tindakan

1. Siswa diberikan penjelasan umum mengenai tujuan penelitian tindakan kelas sesuai dengan rancangan yang telah direncanakan, baik mengenai pengumpulan data maupun kegiatan-kegiatan yang lain. Kegiatan dalam penelitian tindakan kelas ini meliputi :

- a) Memberikan penjelasan secara umum tentang pokok bahasan yang diajarkan dengan menggunakan strategi pembelajaran aktif dengan tehnik menstimulasi rasa ingin tahu siswa.

- b) Mendorong siswa yang belum aktif untuk aktif dalam mengikuti pembelajaran
- c) Mengamati dan mencatat siswa yang berpartisipasi aktif dalam pembelajaran
- d) Mengumpulkan hasil pengujian yang diperoleh siswa dalam mengerjakan tugas
- e) Menganalisis hasil tes yang diberikan setelah siswa diajar dengan tehnik menstimulir secara kelompok

2. Peneliti mengajar sesuai dengan scenario pembelajaran klasikal yang telah dirancang dan mencatat kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh masing-masing siswa.

3. Peneliti memberikan evaluasi pada siswa untuk mengetahui pemahaman siswa berkaitan dengan kebugaran jasmani.

- b. Tahap Observasi tindakan
Peneliti mengamati dan mencatat semua kejadian yang terjadi pada siswa yang mengikuti pengajaran dan merencanakan pada siswa yang kurang aktif dalam pembelajaran tentang kesulitan yang dihadapi.

- c. Tahap refleksi
Peneliti menganalisis hasil belajar pada siswa dan hasil observasi yang dilakukan pada siswa guna menentukan langkah-langkah berikutnya. Peneliti membuat pengelompokan siswa berdasarkan pada hasil yang didapatkan siswa pada evaluasi yang dilakukan.

2. Deskripsi siklus II

a. Tahap perencanaan tindakan

1. Mempersiapkan fasilitas dan sarana yaitu dengan membuat kelompok siswa dengan penyebaran siswa yang menguasai materi awal yaitu materi yang telah disampaikan pada siklus I.
2. Membuat pengurus pada masing-masing kelompok

- mencakup ketua, sekretaris dan anggota-anggota.
3. Membuat bahan ajar yang disampaikan pada masing-masing kelompok untuk didiskusikan.
- b. Tahap pelaksanaan tindakan
1. Peneliti memberikan penjelasan tentang pokok bahasan materi percakapan yang akan dipelajari serta menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan berkaitan dengan pengajaran dalam teknik menstimulir siswa untuk belajar bersama dalam kelompok.
 2. Siswa yang telah menguasai pada materi awal di siklus I diberi tugas untuk menjadi tutor bagi temannya dalam memimpin dalam bahasan bahan ajar yang diberikan peneliti. Bahan ajar yang diberikan berisi tugas percakapan untuk membuat diperagakan sesuai dengan tema yang akan diberikan yang merupakan tindak lanjut dari siklus I.
 3. Member kesempatan pada masing-masing kelompok untuk menyajikan hasil diskusi.
 4. Pembahasan materi ajar terhadap siswa yang mengalami kesulitan ataupun salah apresiasi.
 5. Memberikan evaluasi pada siswa untuk mengetahui kemampuan siswa dalam menguasai materi percakapan.
- c. Tahap observasi tindakan
1. Peneliti mencatat hasil-hasil yang diperoleh anak didik serta mencatat kesalahan-kesalahan yang dilakukan anak didik dalam mengerjakan masalah yang berkaitan dengan bahan ajar yang diberikan.
 2. Peneliti mencatat kesalahan-kesalahan yang dilakukan

siswa dalam penyelesaian masalah pada bahan ajar yang diberikan.

- d. Tahap refleksi
- Peneliti membuat inventarisasi kesulitan yang dilakukan siswa dalam menyelesaikan masalah pada bahan ajar yang diberikan serta mendata siswa yang telah mampu menyelesaikan soal evaluasi dan mampu mendapatkan nilai di atas standar ketuntasan belajar.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Awal

Sebelum penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan maka peneliti mengadakan observasi dan pengumpulan data dari kondisi awal kelas yang akan diberi tindakan, yaitu kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel tahun pelajaran 2015/2016.

Pengetahuan awal ini perlu diketahui agar kiranya penelitian ini sesuai dengan apa yang dirapkan oleh peneliti, apakah benar kiranya kelas ini perlu diberikan tindakan yang sesuai dengan apa yang diteliti oleh peneliti yaitu penerapan strategi pembelajaran aktif untuk meningkatkan hasil pembelajaran kebugaran jasmani.

Untuk mengetahui kondisi awal dari kelas yang menjadi objek tindakan kelas ini maka peneliti melakukan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Perencanaan
Untuk mengetahui kondisi awal dari kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel tahun pelajaran 2015/2016 maka peneliti merencanakan observasi langsung pada pengajaran yang dilakukan oleh guru penjaskes pada saat mengajarkan materi kebugaran jasmani.
Observasi langsung pada pengajaran yang dilakukan guru dilakukan untuk mengetahui strategi pembelajaran yang digunakan oleh guru pengajar saat menyampaikan materi pembelajaran.
2. Pelaksanaan
Pelaksanaan untuk mengukur kemampuan awal siswa

dilaksanakan pada hari .21 Januari 2016 di awal pengajaran yang dilakukan oleh guru pengajar penjaskes di kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel yang mengajarkan materi kebugaran jasmani dengan mengajarkan materi kebugaran

jasmani dengan menggunakan metode ceramah. Pada pembelajaran ini peneliti mengamati kejadian secara rinci pada saat guru memaparkan materi kebugaran jasmani



Gambar : 3.1 Situasi Pembelajaran dengan metode ceramah oleh guru

Dalam menyampaikan materi percakapan guru melakukan 1 jam pelajaran dan 15 menit untuk memperagakan contoh guru melakukan post test dengan mempergunakan soal yang sudah dirancang sebelumnya.

Pada pelaksanaan ini peneliti dan guru mengajar bersama-sama mengawasi kerja siswa dalam mengerjakan soal yang diberikan sehingga keakuratan dari hasil pengawasan dapat dipertanggungjawabkan. Pada pelaksanaan post test ini siswa mengerjakan soal yang diberikan selama 30 menit.

3. Hasil pengamatan

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti didapatkan bahwa pada pengajaran yang dilakukan, guru masih menggunakan cara pengajaran tradisional yaitu guru sebagai pusat pembelajaran dan pengajaran materi percakapan tersebut diajarkan dengan metode ceramah. Pada pembelajaran berlangsung terlihat hasil dengan kegiatannya sendiri yang tidak ada kaitannya dengan apa yang disampaikan guru. Justru masih

terlihat anak-anak yang bermain-main dengan temannya tanpa memperdulikan apa yang disampaikan oleh pengajar.

Dan dari hasil pekerjaan siswa pada alat tes yang telah dirancang oleh guru setelah diadakan korelasi maka didapatkan hasil yang kurang memuaskan. Hasil korelasi tes awal dari 36 siswa mendapatkan nilai kurang dari 75 (di bawah KKM) sedangkan siswa yang telah tuntas atau mendapatkan nilai di atas 75 (di atas KKM) ada 23 Siswa. Dari pemaparan hasil nilai yang didapatkan siswa maka tampak bahwa yang mencapai ketuntasan belajar hanya 53,57%. Daftar nilai kemampuan awal siswa dengan menggunakan metode ceramah sebagaimana terlampir dalam lampiran II.

4. Refleksi

Dari kondisi awal yang ada tersebut maka perlu diadakan suatu tindakan untuk mengangkat kemampuan penugasan materi percakapan siswa kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel. Berdasarkan Tanya jawab yang dilakukan peneliti terhadap siswa terungkap bahwa siswa mempunyai

kelemahan dalam memperagakan percakapan karena kurangnya siswa diberi kesempatan untuk berlatih dalam melakukan komunikasi antar teman sejawat, sehingga siswa minta agar diberi kesempatan untuk berlatih berdialog dengan penjaskes sebelum guru menjelaskan.

Bertolak dari kondisi awal tersebut maka peneliti merencanakan tindakan penelitian dengan menerapkan strategi pembelajaran aktif pada pembelajaran materi percakapan (dialog) di kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel tahun pelajaran 2015/2016 dengan memberlakukan pembelajaran aktif pada kelompok.

B. Deskripsi Siklus I

1. Perencanaan

Untuk melakukan penelitian pada siklus I ini peneliti beserta guru pengajar merencanakan tindakan yang meliputi :

- a. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) melalui percakapan.
- b. Membuat rancangan program pengajaran yang digunakan untuk belajar kelompok dan setiap siklus kelompok terdiri dari 6-7 orang. Rancangan program yang dibuat digunakan untuk pengajaran 2X45 menit.
- c. Membuat lembar kerja siswa yang digunakan untuk mengaktifkan siswa dalam belajar dengan penugasan tahap yang

membawa siswa berdialog dengan penjaskes

d. Membuat alat evaluasi yang digunakan untuk mendapatkan tindakan dengan menggunakan strategi pembelajaran yang aktif.

e. Membuat solusi dan langkah untuk disampaikan pada siswa berkaitan kelemahan siswa dalam menyelesaikan soal yang telah diujikan oleh guru.

2. Pelaksanaan tindakan

Pelaksanaan tindakan kelas pada siklus I dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 21 Januari 2016. Peneliti melakukan kegiatan sesuai dengan apa yang telah direncanakan, dimulai dengan penjelasan pada siswa tentang kegiatan yang harus dilakukan oleh siswa dalam mengikuti kegiatan.

Berdasarkan informasi yang telah disampaikan peneliti pada saat observasi pengajaran yang dilakukan oleh guru pengajar maka peneliti menyampaikan kelemahan dan kekurangan-kekurangan yang dilakukan siswa dalam menyelesaikan materi percakapan yang diujikan dengan metode Tanya jawab.

Peneliti membagikan lembar kerja siswa yang telah dirancang dan disusun oleh peneliti untuk diselesaikan siswa secara keseluruhan dan peneliti berkeliling untuk mengamati cara kerja dan dialog dengan penjaskes, serta membantu siswa yang mengalami masalah dalam menyelesaikan lembar kerja yang dibagikan.



Gambar 3.2 Situasi Pengerjaan Lembar Kerja Siswa Pada Siklus I

Pada saat pelaksanaan menyelesaikan lembar kerja siswa, tampak beberapa siswa saling berdialog dengan bahasa arab dengan teman dekatnya tentang cara menyelesaikan dari lembar kerja yang dibagikan.

Sambil berkeliling peneliti mencatat hambatan-hambatan yang terjadi pada saat siswa mengerjakan lembar kerja siswa tersebut selain itu peneliti juga mencatat siswa-siswa yang aktif dan mampu dalam menyelesaikan masalah yang diberikan oleh peneliti.

Peneliti memerintahkan kepada siswa yang telah berdialog dengan bahasa arab yang menjadi masalah pada sebagian besar siswa untuk dijelaskan pada temannya cara mengucapkan kalimat dan intonasi yang benar dalam percakapan.

Pada akhir pengajaran 30 menit terakhir dan pembelajaran peneliti membacakan test praktik untuk seluruh siswa dengan cara berpasangan dengan teman sebangkunya untuk berdialog dengan teman yang diberikan.

3. Hasil pengamatan

Setelah lembar kerja siswa yang mengarahkan siswa untuk menemukan sesuatu masalah materi kebugaran dibagikan maka tampak siswa antusias dalam mengerjakan lembar kerja tersebut.

Pada pengerjaan lembar kerja yang dibagikan ini tampak terlihat adanya siswa yang bermain-main ataupun asyik mengerjakan pekerjaan yang lain, semuanya asyik dalam mengerjakan lembar kerja yang dibagikan.

Pada pelaksanaan pengerjaan lembar kerja tersebut tampak adanya siswa yang mengalami hambatan dalam menyelesaikan bertanya pada teman terdekatnya namun ada pula siswa yang mengalami hambatan dalam mengajarkan lembar kerja tersebut langsung bertanya pada peneliti dan guru pengajar.

Pada pengerjaan lembar kerja ditemukan siswa yang belum memahami percakapan, pada tes tulis yang diberikan setelah diuji oleh guru pengajar/peneliti didapatkan hasil sebagai berikut : dari 36 siswa yang ada, 3 siswa mendapatkan nilai 75, sedangkan 33 siswa telah mendapatkan nilai di atas tuntas , hal ini berarti 85.7% telah mampu menuntaskan materi kebugaran jasmani.

4. Refleksi

Dengan melihat titik lemah yang terjadi pada sebagian kecil siswa berkenaan melakukan senam kebugaran, maka perlu diberikan penjelasan yang mendasar pada siswa-siswa yang mengalami hambatan dengan memanfaatkan teman yang telah lancer senam kebugaran dalam penjaskes.

Mendata siswa yang mempunyai kemampuan lebih dan mampu untuk menyampaikan materi dengan penjaskes, yang dikuasanya bersama temannya perlu dibentuk kelompok-kelompok kecil yang terdiri dari 4 siswa untuk berkolaborasi dalam belajar dan dipimpin oleh anak yang punya kemampuan lebih dan mampu menyampaikan materi yang dikuasanya.

Perlu dibuat suatu catatan besar yang siswa sering salah dalam memahami senam kebugaran untuk ditindaklanjuti pada tindakan berikutnya.

C. Deskripsi Siklus II

1. Perencanaan

Pada perencanaan siklus II ini peneliti dan guru merencanakan tindakan sebagai berikut :

- a. Membuat kelompok yang terdiri dari 6 anak dan masing-masing kelompok dipimpin oleh anak yang dipilih dari anak yang punya kemampuan lebih dan mampu memimpin.
- b. Membuat rencana pembelajaran (RPP) materi kebugaran jasmani yang dipergunakan

- selama bagi pengajaran selama 90 menit.
- c. Membuat lembar kerja yang digunakan untuk diskusi kelompok.
 - d. Merencanakan alat evaluasi yang berupa soal tes yang digunakan untuk mengukur kemampuan siswa.
2. Pelaksanaan tindakan
Seperti yang telah direncanakan maka peneliti melaksanakan tindakan siklus II pada hari Sabtu, 13 Februari 2016 dengan materi kebugaran jasmani pada tindakan di siklus II diawali penjelasan kepada siswa tentang prosedur yang akan dilaksanakan.
Peneliti membagi kelompok yang terdiri dari 6 siswa dan menentukan ketua dari masing-masing kelompok tersebut, selanjutnya siswa berkumpul dengan kelompoknya maka peneliti membagikan lembar kerja siswa untuk didiskusikan bersama dari masing-masing kelompok, pada saat siswa mulai berdiskusi peneliti berkeliling untuk mencatat kesalahan-kesalahan yang dilakukan kelompok untuk dibimbing serta mencatat siswa yang pasif agar bisa diajak aktif oleh kelompoknya.
Setelah waktu yang ditentukan pada lembar kerja habis maka peneliti meminta perwakilan kelompok untuk mempresentasikan hasil kerjanya dan kelompok lain diminta mendengarkan apa yang telah dipresentasikan, pada kesempatan ini peneliti memandu jalannya diskusi dan bersama-sama siswa merumuskan jawaban.
Pada hari Sabtu, 13 Februari 2016 para siswa diberikan evaluasi tentang penugasan materi percakapan tentang "Al Usrah Assaidah" dalam waktu 1 jam pelajaran atau 45 menit.

3. Hasil pengamatan
Pada pelaksanaan siklus II tampak sekali bahwa siswa sangat antusias dalam mengerjakan tugas kelompok, semua siswa terlihat aktif bersama kelompok dalam menyelesaikan lembar kerja yang diberikan peneliti. Pada saat diskusi pembahasan materi yang diberikan satu kelompok untuk ditanggapi oleh kelompok lain kadang terlihat perbedaan pola pikir dari masing-masing individu dalam menyampaikan ide pemecahan masalah yang diberikan. Berdasarkan evaluasi yang dilaksanakan setelah dikoreksi didapatkan hasil yang sesuai dengan indikator pencapaian hasil yang diharapkan karena dari 36 siswa kelas X IPA 1 tersebut tidak ada siswa yang mendapatkan nilai di bawah batas ketuntasan minimal sehingga persentase siswa yang telah tuntas adalah 100%.

4. Refleksi
Dari hasil evaluasi yang diberikan selama 1 jam pelajaran atau 45 menit ternyata 36 siswa telah mampu mendapatkan nilai di atas batas ketuntasan minimal namun masih terlihat kesalahan intonasi yang dibuat oleh siswa dikarenakan faktor kurang terbiasanya siswa dalam melakukan senam kebugaran. Keaktifan dari siswa secara keseluruhan tidak sesuai yang diharapkan oleh peneliti karena dalam mengerjakan lembar kerja secara kelompok ini 100% telah aktif dalam pembahasan lembar kerja yang diberikan.

D. Deskripsi Antar Siklus

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan mulai pemantauan keadaan awal hingga pelaksanaan tindakan pada siklus II maka dapat digambarkan seperti di bawah ini :

Table 3.4
Deskripsi antar siklus

Persentase yang dicapai		
Awal	Siklus I	Siklus II
53,57%	85,71%	100%

Dari table antar siklus di atas tampak adanya hasil dari masing-masing indicator yang harus dikuasai siswa setelah diberikan tindakan mengenai peningkatan yang sangat luar biasa. Jika anak nyaman dalam belajarnya maka akan diperoleh hasil belajar yang baik. Dalam hal ini sebagian besar aktifitas pembelajaran perpusat pada siswa untuk memecahkan masalah atau tugas,

dengan interaksi yang efektif dimungkinkan semua naggota kelompok dapat menguasai materi tingkat setara.

E. Respon Siswa

Data respon siswa tentang tanggapan terhadap penerapan strategi pembelajaran aktif dalam siklus I disajikan pada table 3.5 sebagai berikut :

Table 3.5
Data respon siswa siklus I

Nilai	Jumlah Siswa	Jumlah Nilai	Rata-rata
85.1-100	-	-	-
65.1-85.0	14	1027.5	68.5%
45.1-65.0	12	654.4	54.7%
25.1-45.0	10	471	47.1%
0.0-25.0	-	-	-
Jumlah			55.44%
Kategori			Cukup

Dari data analisis respon siswa di atas diperoleh nilai 00-25 sebanyak 0, nilai 25.1-45 sebanyak 10 siswa, nilai 45.1-65 sebanyak 12, nilai 65.1-85 sebanyak 14, dan nilai 85.1-100 sebanyak 0 orang. Sehingga setelah persentase didistribusikan ke dalam rumus memperoleh persentase sebesar nilai 00-25 sebanyak 0%, nilai 25.1-45 sebanyak 43.1%, nilai 45.1-65 sebanyak

34.7%, nilai 65.1-85 sebanyak 68.5%, dan nilai 85.1-100 sebanyak 0 orang. Dengan jumlah nilai rata-rata respon 55.4% sehingga setelah dikomversikan ke dalam table termasuk kategori cukup.

Sedangkan data respon siswa tentang tanggapan terhadap penerapan strategi pembelajaran aktif dalam siklus II disajikan pada table 3.6 di bawah ini :

Table 3.6
Data Respon Siswa pada Siklus 2

Nilai	Jumlah Siswa	Jumlah Nilai	Rata-rata
85.1-100	18	1602	90%
65.1-85	8	356.8	67.1%
45.1-65	10	606	60.6%
25.1-45	-	-	-
0.0-25	-	-	-
Jumlah	36	2762.8	77.57%
Kategori			Tinggi

Dari data analisis respon siswa di atas, diperoleh nilai 00-25 sebanyak 0. Nilai 25,1-45 sebanyak 0, nilai 451-65 sebanyak 10, nilai 65.1-85 sebanyak 8, dan nilai 85.1-100 sebanyak 18 orang. Sehingga setelah persentase di distribusikan dalam rumus memperoleh persentase sebesar nilai 00-25 sebanyak 0%, nilai 25,1-45 sebanyak 0%, nilai 45,1-65 sebanyak 60.6%, nilai 65,1-85 sebanyak 67.1%, dan nilai 85,1-100

sebanyak 90%, dengan jumlah nilai rata-rata respon 77.57% sehingga setelah dikonversikan ke dalam table termasuk kategori tinggi.

F. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis di atas pemberian tindakan pada siklus I guru penjaskes berhasil mengajak siswa lebih berperan aktif dalam mengikuti pembelajaran tetapi hasil tersebut belum dapat mencapai hasil yang optimal, hal

ini disebabkan karena siswa belum terbiasa menggunakan penerapan strategi pembelajaran aktif. Sedangkan di lihat dari hasil belajar siswa, pada tingkat awal nilai rata-rata 53.57% dan dipersentasikan pada siklus 1 85.71% sudah mencapai tingkat kesuksesan yaitu di atas rata-rata 75 dan ketuntasan belajar klasikal minimal 85%, namun demikian peneliti belum puas manakala belum membuktikannya dalam langkah berikutnya yakni pada siklus II. Hal ini menyebabkan peneliti melanjutkan dengan pemberian tindakan pada siklus II sebagai penyempurnaan atau perbaikan pada siklus I.

Pada pelaksanaan siklus II dari analisis penunjukan bahwa siswa sudah dapat dikondisikan secara optimal dalam penerapan strategi pembelajaran aktif. Ini terbukti adanya peningkatan baik pada nilai rata-rata, persentase daya serap dan persentase ketuntasan belajar secara klasikal, peningkatan dari pelaksanaan siklus II tersebut dapat dipaparkan sebagai berikut :

1. Dari 85.71% ketuntasan siklus I menjadi 100% sehingga terjadi peningkatan nilai rata-rata 53.57% pada pembelajaran awal dari rata-rata nilai pada siklus I 85.71%
2. Persentase ketuntasan nilai sebesar 14.29%.

Sedangkan respon/tanggapan siswa terhadap model pembelajaran yang digunakan selama penelitian ini setelah data hasil angket di analisis, maka diperoleh skor 77.57%, setelah dikonversikan dengan table, ternyata respon siswa termasuk tingkat tinggi maka penerapan strategi pembelajaran aktif ini dapat diterima dengan positif (disenangi) oleh siswa kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel semester II tahun pelajaran 2015/2016, untuk mata pelajaran penjaskes pada materi kebugaran jasmani.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dari penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan pada siswa kelas X IPA 1 SMA Negeri 2 Aikmel, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Dengan membawa siswa aktif dalam pembelajaran akan dapat meningkatkan penguasaan materi, kebugaran jasmani dari siswa yang bersangkutan
2. Pembelajaran aktif merupakan strategi efektif menyampaikan materi kebugaran jasmani
3. Pembelajaran dalam kelompok kecil dapat meningkatkan kemampuan penguasaan materi perekapan dari siswa, selain itu dengan kelompok kecil ini kerjasama diantara siswa dapat tercipta dengan lebih baik
4. Penggunaan lembar kerja untuk membawa siswa agar aktif dalam belajar merupakan langkah yang efektif bagi siswa karena siswa dapat bersosialisasi dan saling tukar informasi dan idea atau langkah-langkah kerja untuk menyelesaikan masalah dengan teman sebayanya.

B. SARAN

Setelah mengadakan penelitian tindakan kelas pada siswa kelas X IPA 1 maka disarankan kepada :

1. Guru dalam mengajar perlu memperhatikan paradigm-paradigma baru sehingga dalam mengajar tidak menonton.
2. Guru perlu merancang pembelajaran dengan sebaik-baiknya dengan menggunakan strategi yang tepat sesuai dengan kondisi dan situasi siswa yang akan diberi pelajaran
3. Guru dalam mengajar perlu menjadikan siswa dengan prestasi yang lebih, sehingga guru cukup sebagai fasilitator agar siswa dapat mengembangkan kemampuannya dengan sebaik-baiknya.
4. Guru perlu mencari strategi yang efektif untuk mengajarkan materi tertentu sesuai dengan kondisi dan situasi siswa dan materi yang diajarkan.

DAFTAR PUSTAKA

Daniel Mujis dan David Reynold 2008, efektif teaching Teori dan aplikasi (edisi ke II) Jogyakarta : pustaka pelajar

- Teori dan aplikasi 2007, kamus besar bahasa Indonesia, (edisi ke III), Jakarta : balai pustaka
- Hisyam Zaini, Bermawiy dan Sahar Ayu ariani, 2007, strategi pembelajaran aktif, CISA, IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
- Robinson, D.N. Adjay, Dr. 1998, asas-asas praktik mengajar criteria baru dalam program pendidikan, Jakarta : Bhatara
- A.Tabrani susyam, Drs. 1993, proses belajar mengajar yang efektif tingkat pendidikan dasar dan menengah, Jakarta : Bima Budaya
- Muhammad Ali, Drs, 1992, Guru dalam proses belajar mengajar, bandung : Sinar baru
- Sumadi, surya brata, 1991, psikologi pendidikan, Jogjakarta : usaha nasional
- Slameto, 1992, belajar dan factor yang mempengaruhi, Jakarta : Bhineka Cipta