

**PENERAPAN METODE DEMONSTRASI UNTUK MENINGKATKAN  
HASIL BELAJAR MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAH  
RAGA DAN KESEHATAN (PJOK) TENTANG PERMAINAN SEPAK BOLA**

**Raden Roro Loro Artis Anggraeni**

SD Negeri Sindangsari

Jl. Pangeran Sogiri Nomor 276, Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor

*loro.artis65@gmail.com*

**Abstrak:** Penelitian ini beranjak dari fenomena yang terjadi di kelas bahwa rendahnya pemahaman dan hasil belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK tentang permainan sepak bola. Oleh karena itu seorang guru perlu mempertimbangkan strategi pembelajaran sehingga dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

Penelitian ini bertujuan (1) Untuk mengetahui metode demonstrasi dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) tentang permainan sepak bola di Kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2018/2019. (2) Untuk menggambarkan proses peningkatkan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) tentang permainan sepak bola sebelum dan sesudah menggunakan metode demonstrasi di Kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2018/2019. (3) Untuk mengukur besarnya peningkatkan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) tentang permainan sepak bola sesudah menggunakan metode demonstrasi di Kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2018/2019

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan metode demonstrasi dapat menjadi variasi pembelajaran yang menyenangkan bagi peserta didik sehingga terbukti meningkatkan hasil belajar peserta didik di Kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor. Sebelum menggunakan metode demonstrasi hasil belajar peserta didik hanya mencapai nilai rata-rata 67,12 kemudian terjadi peningkatan setelah menggunakan metode demonstrasi menjadi 73,79 pada siklus 1 dan 82,42 pada siklus 2

Dari uraian di atas peneliti menyimpulkan bahwa penggunaan metode demonstrasi menyenangkan sehingga terjadi peningkatan hasil belajar peserta didik. Oleh karena itu peneliti menyarankan agar penggunaan metode demonstrasi disosialisasikan dan digunakan sebagai alternatif dalam pembelajaran PJOK di sekolah-sekolah di lingkungan Dinas Pendidikan Kota Bogor.

**Kata kunci :** *Hasil Belajar, Mata Pelajaran PJOK, Metode Demonstrasi, Permainan Sepak Bola.*

## 1. PENDAHULUAN

Implementasi Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dijabarkan ke dalam sejumlah peraturan, di antaranya adalah Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan sebagaimana telah beberapa kali diubah terakhir dengan Peraturan Pemerintah Nomor 13 Tahun 2015 tentang Perubahan Kedua Atas Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan. Peraturan Pemerintah tersebut memberikan arahan tentang perlunya disusun dan dilaksanakan delapan standar nasional pendidikan, yaitu: standar isi, standar proses, standar kompetensi lulusan, standar pendidik dan tenaga kependidikan, standar sarana dan prasarana, standar pengelolaan, standar pembiayaan, dan standar penilaian pendidikan.

Dalam upaya mewujudkan tujuan pendidikan nasional tersebut telah ditetapkan Standar Kompetensi Lulusan yang merupakan kriteria mengenai kualifikasi kemampuan lulusan yang mencakup sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Untuk mencapai kompetensi lulusan tersebut perlu ditetapkan Standar Isi yang merupakan kriteria mengenai ruang lingkup materi dan tingkat kompetensi peserta didik untuk mencapai kompetensi lulusan pada jenjang dan jenis pendidikan tertentu.

Untuk memenuhi kebutuhan masa depan dan menyongsong Generasi Emas Indonesia Tahun 2045, telah ditetapkan Standar Kompetensi Lulusan yang berbasis pada Kompetensi Abad XXI, Bonus Demografi Indonesia, dan Potensi Indonesia menjadi Kelompok 7 Negara Ekonomi Terbesar Dunia, dan sekaligus memperkuat kontribusi Indonesia terhadap pembangunan peradaban dunia. Ruang lingkup materi dan tingkat kompetensi peserta didik yang harus dipenuhi atau dicapai pada suatu satuan pendidikan dalam jenjang dan jenis pendidikan tertentu dirumuskan dalam Standar Isi untuk setiap mata pelajaran.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) di jenjang SD/MI pada Kurikulum 2013 (K13) terpisah dari pembelajaran tematik. Ini berdasarkan keputusan menteri pendidikan dan kebudayaan (Permendikbud) tentang penetapan judul buku teks pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) yang tertuang dalam Permendikbud No. 24 tahun 2016 pada Bab I pasal 1 item 3.

Standar Isi disesuaikan dengan substansi tujuan pendidikan nasional dalam domain sikap spiritual dan sikap sosial, pengetahuan, dan keterampilan. Oleh karena itu, Standar

Isi dikembangkan untuk menentukan kriteria ruang lingkup dan tingkat kompetensi yang sesuai dengan kompetensi lulusan yang dirumuskan pada Standar Kompetensi Lulusan, yakni sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Karakteristik, kesesuaian, kecukupan, keluasan, dan kedalaman materi ditentukan sesuai dengan karakteristik kompetensi beserta proses pemerolehan kompetensi tersebut. Ketiga kompetensi tersebut memiliki proses pemerolehan yang berbeda. Sikap dibentuk melalui aktivitas-aktivitas: menerima, menjalankan, menghargai, menghayati, dan mengamalkan. Pengetahuan dimiliki melalui aktivitas-aktivitas: mengetahui, memahami, menerapkan, menganalisis, mengevaluasi, dan mencipta. Keterampilan diperoleh melalui aktivitas-aktivitas: mengamati, menanya, mencoba, menalar, menyaji, dan mencipta. Karakteristik kompetensi beserta perbedaan proses pemerolehannya mempengaruhi.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Memahami variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam permainan sepak bola adalah permainan yang membutuhkan kecepatan (tidak hanya fisik tetapi juga kecepatan dalam berpikir), kekuatan, serta juga mengerti dasar-dasar dalam permainan. Tidak ada jaminan dimanapun yang akan membuat seseorang menjadi pemain sepakbola yang lebih baik terkecuali ia meluangkan sedikit waktunya untuk memahami memahami variasi dan kombinasi gerak spesifik dalam permainan sepak bola dan dasar-dasarnya.

Sebelum dapat bermain sepak bola, seorang pemain harus mengetahui hal yang paling mendasar dari permainan sepak bola ini dengan dapat menentukan posisinya dalam bermain agar dapat bermain maksimal sesuai karakter si pemain nantinya. Dalam

permainan sepak bola, terdapat beberapa posisi pemain yang seringkali disesuaikan dengan skill dan juga postur tubuh mereka.

Dalam pembelajaran sepak bola di SD, tentunya berbeda jauh dengan para pemain yang sudah profesional. Akan tetapi tentu saja, pola dasarnya adalah sama. Jika anak ditunjukkan pada pola dasar yang salah, tentu nantinya akan merusak perkembangan anak dalam bermain.

Dalam sebuah team, permainan sepak bola harus menjaga adanya kebersamaan dalam bermain. Hal ini penting karena sikap egosme dalam bermain entah karena anak lebih unggul, akan mencederai pola dasar kerjasama. Anak akan menerapkan bagaimana cara bekerjasama dalam bermain. Hal ini sesuai dengan penerapan pendekatan taktis yang memfokuskan pada kerjasama antara satu dengan peserta didik yang lain.

Peserta didik yang memiliki kemampuan motorik rendah memiliki permasalahan teknik dalam pelaksanaan pembelajaran teknik karena situasi pembelajarannya kurang memberikan pengertian, rendah motivasi, kurang bergairah, dan konsep diri yang rendah pula. Namun pembelajaran permainan sepak bola melalui pendekatan taktik memberikan signifikansi yang tinggi terhadap kegairahan dan usaha belajar peserta didik. Salah satu Kompetensi Dasar yang harus dikuasai peserta didik di kelas IV semester 1 pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) adalah permainan sepak bola.

Seorang pendidik harus bisa membawa peserta didik kepada keadaan nyaman dan menyenangkan untuk menerima pelajaran. Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan pelaksanaan pendidikan di dalam kelas atau luar sekolah adalah pengelolaan atau manajemen kelas. Manajemen kelas yang baik diharapkan pelaksanaan pembelajaran dapat berjalan dengan tertib dan terarah dalam mencapai tujuan pendidikan.

Berdasarkan tes awal tentang permainan sepak bola di Kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor tahun pelajaran 2018/2019. Dari 33 peserta didik hanya 10 peserta didik atau 30,30% yang memiliki nilai di atas KKM yang telah ditentukan dan 23 peserta didik atau 69,70% memiliki nilai di bawah KKM, sedangkan KKM yang ditentukan adalah 75. dengan rata-rata kelas 67,12

Padahal salah satu kompetensi dasar PJOK pada pembelajaran tersebut adalah memahami permainan sepak bola. Untuk mencapai kompetensi permainan sepak

bola, perlu pembelajaran didesain dengan mengaktifkan peserta didik dengan menerapkan metode demonstrasi.

Selain kondisi di atas peran guru dalam menyampaikan materi pelajaran juga sangat besar pengaruhnya. Guru sangat jarang melibatkan peserta didik untuk berperan aktif dalam pembelajaran. Kebanyakan materi dikuasai guru sedangkan peserta didik sebagai obyek pendengar yang setia. Peran aktif guru dalam menguasai materi mengakibatkan peserta didik tidak termotivasi untuk mengetahui apa yang sedang dipelajarinya. Oleh karena itu pembelajaran tentang permainan sepak bola akan diubah dengan metode demonstrasi, karena Metode demonstrasi adalah pertunjukan tentang proses terjadinya suatu peristiwa atau benda sampai pada penampilan tingkah laku yang dicontohkan agar dapat diketahui dan dipahami.

## **2. METODOLOGI**

### **A. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk :

- 1) Untuk mengetahui metode demonstrasi dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) tentang permainan sepak bola di Kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2018/2019.
- 2) Untuk menggambarkan proses peningkatan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) tentang permainan sepak bola sebelum dan sesudah menggunakan metode demonstrasi di Kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2018/2019.
- 3) Untuk mengukur besarnya peningkatan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) tentang permainan sepak bola sesudah menggunakan metode demonstrasi di Kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2018/2019

## B. Tempat dan Waktu Penelitian

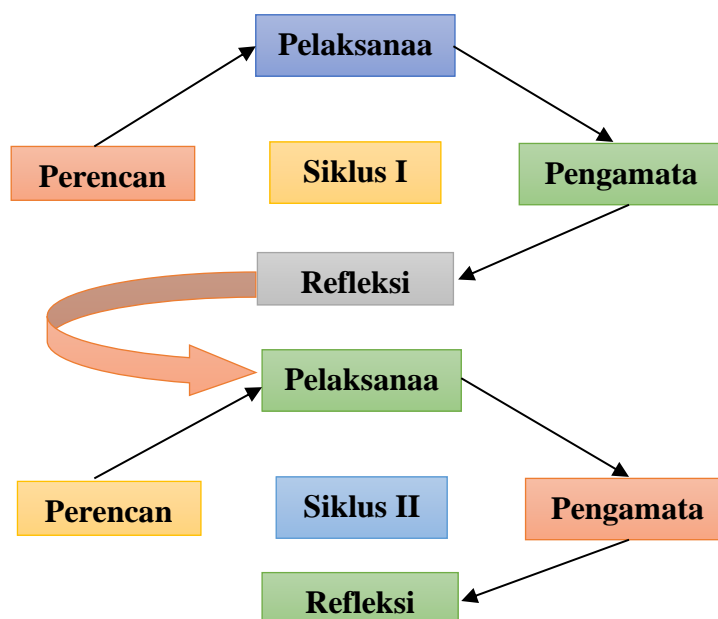
Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor Jl. Pangeran Sogiri Nomor 276 ☎ (0251) 8661701 Bogor. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli sampai dengan Desember 2018

## C. Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah Peserta didik kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor berjumlah 33 siswa. Adapun mata pelajaran yang menjadi obyek penelitian adalah pada mata pelajaran pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan (PJOK) tentang permainan sepak bola

## D. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Action Research*) Penelitian tindakan kelas merupakan proses pengkajian melalui sistem yang berdaur ulang dari berbagai kegiatan pembelajaran yang terdiri atas empat tahap yang saling terkait dan berkesinambungan. Tahap-tahap tersebut yaitu: (1) perencanaan (*planning*), (2) pelaksanaan tindakan (*action*), (3) pengamatan (*observing*), dan (4) refleksi (*reflecting*). Secara visual, tatap-tahap tersebut dapat dilihat pada Gambar 1 berikut ini.



**Gambar 1. Alur Pelaksanaan Tindakan dalam Penelitian Tindakan Kelas Berdasarkan Model Kurt Lewin**

Secara garis besar tahapan-tahapan Penelitian Tindakan Kelas dijabarkan sebagai berikut:

- 1) Perencanaan (*Planning*) Tahap perencanaan adalah rincian operasional tindakan yang ingin dikerjakan atau perubahan yang akan dilakukan
- 2) Pelaksanaan Tindakan (*Action*) merupakan Tahap pelaksanaan proses pembelajaran yang terdiri dari kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup. Kegiatan pendahuluan dilakukan dengan appersepsi tanya jawab, menjelaskan tujuan pembelajaran, dan pemberian motivasi.
- 3) Pengamatan (*Observation*) dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung. Fokus pengamatan pada aktivitas yang dilakukan semua peserta didik yang menjadi subyek penelitian serta aktivitas guru.
- 4) Refleksi (*Reflection*)  
Tahapan refleksi merupakan tahapan pengkajian tindakan yang dilakukan secara menyeluruh mulai dari perencanaan, pelaksanaan tindakan sampai pengamatan. Jika terjadi permasalahan akan direfleksi sehingga pada pertemuan selanjutnya permasalahan dapat teratasi dengan baik. Demikian tahap kegiatan terus berulang sehingga membentuk siklus yang satu ke siklus kedua dan seterusnya sampai suatu permasalahan dianggap selesai.

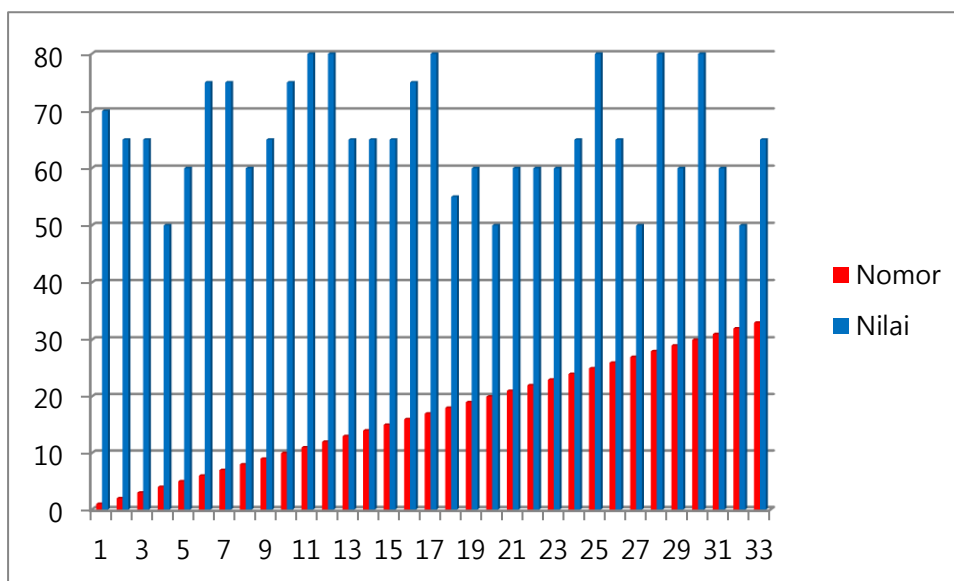
### **3. HASIL PENELITIAN**

Peningkatan hasil belajar yang signifikan antara sebelum dan sesudah kegiatan belajar mengajar dengan menggunakan metode demonstrasi disebabkan karena dalam pembelajaran dengan metode demonstrasi tentang permainan sepak bola dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik dan memberikan pendapatnya secara langsung maupun tidak langsung dalam KBM, dan peserta didik mampu memecahkan soal yang diberikan guru secara bersama-sama.

#### **A. Deskripsi Kondisi Awal**

Sebelum melakukan tindakan dalam penelitian, peneliti melakukan observasi awal di kelas. Hasil observasi menunjukkan bahwa hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran PJOK masih tergolong rendah. Berdasarkan hal tersebut, maka diputuskanlah untuk menggunakan metode demonstrasi pada mata pelajaran PJOK tentang permainan sepak bola di kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2018/2019.

Pembelajaran dimulai dengan mengadakan tes awal untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik pada materi permainan sepak bola. Nilai tes awal berupa materi yang berhubungan dengan materi yang akan diajarkan yaitu permainan sepak bola. Perolehan nilai tes awal ini akan dijadikan acuan untuk mengetahui peningkatkan hasil belajar peserta didik setelah menggunakan metode demonstrasi. Jika digambarkan dalam bentuk grafik, maka data hasil belajar pada pra siklus tersaji pada Gambar 2 berikut.



**Gambar 2. Data Hasil Belajar Peserta didik Pada Pra Siklus**

Berdasarkan Gambar 2 terlihat bahwa peserta didik hanya memperoleh nilai rata-rata 67,12 dengan nilai tertinggi 80 dan nilai terendah 50 Peserta didik yang hasil belajarnya di atas KKM hanya 10 peserta didik atau 30,30% dari nilai KKM yang ditetapkan yaitu 75. Hal ini memberikan gambaran bahwa hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) masih tergolong rendah.

### **B. Deskripsi Tindakan Siklus I**

Pelaksanaan Tindakan pada siklus 1 terdiri dari dua pertemuan, yaitu pertemuan 1, dan pertemuan 2. Pertemuan 1 dan 2 dengan waktu tiap pertemuan dilaksanakan  $3 \times 35$  menit (tiga jam pelajaran).



1) Tahap Perencanaan Tindakan

- a. Sebelum menyusun rencana pembelajaran, peneliti melakukan identifikasi masalah dan merencanakan langkah-langkah yang akan dilaksanakan pada siklus I.
- b. Setelah peneliti mengetahui masalah dan langkah-langkah yang akan digunakan pada tindakan di siklus I, peneliti kemudian membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- c. Menentukan pokok bahasan yang akan dijadikan materi bahasan pada penelitian.
- d. Mengembangkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- e. Mengembangkan format evaluasi berupa penyusunan kisi-kisi soal sampai alat tes tertulis dan praktek
- f. Mengembangkan format observasi pembelajaran.

2) Tahap Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan pada siklus I dilaksanakan dua kali pertemuan dengan menggunakan metode demonstrasi. Adapun langkah-langkah *metode demonstrasi* yaitu:

a. Pelaksanaan pembelajaran pada pertemuan pertama

Pelaksanaan tindakan pada siklus I dilaksanakan dua kali pertemuan yaitu sebagai berikut.

- (1) Guru terlebih dahulu meneliti tingkat kesiapan peserta didik, mengecek absensi peserta didik serta mengkondisikan kelas agar pembelajaran dapat berlangsung secara kondusif.
- (2) Melakukan apersepsi dengan menayangkan video permainan sepak bola dengan menggunakan LCD proyektor.
- (3) Selanjutnya guru menjelaskan materi secara singkat dengan diselingi tanya jawab dengan peserta didik tentang permainan sepak bola dan pengetahuan umum tentang permainan sepak bola.
- (4) Peserta didik menuju lapangan sepak bola
- (5) Peserta didik dibagi kelompok menjadi 6 kelompok, masing-masing kelompok beranggotan 5-6 orang
- (6) Masing-masing kelompok mempraktekan permainan sepak bola yang dilihat pada video

(7) Guru menutup pelajaran. Pada kegiatan ini peserta didik diberi kesempatan untuk menanyakan hal yang belum jelas dari materi yang telah dipelajari.

b. Pelaksanaan pembelajaran pada pertemuan kedua

(1) Guru terlebih dahulu meneliti tingkat kesiapan peserta didik, mengecek absensi peserta didik serta mengkondisikan peserta didik menuju ke lapangan basket agar pembelajaran dapat berlangsung secara kondusif.

(2) Melakukan apersepsi dengan memberikan permainan berupa menebak gerakan permainan sepak bola yang diperankan oleh temannya.

(3) Selanjutnya guru menjelaskan materi secara singkat dengan diselingi tanya jawab dengan peserta didik tentang gerakan dan istilah pada permainan sepak bola.

(4) Guru membagi peserta didik menjadi 6 kelompok

(5) Guru memberikan contoh tentang permainan dasar sepak bola

(6) Peserta didik dalam kelompoknya mendemonstrasikan teknik dasar permainan sepak bola

(7) Secara bergiliran Peserta didik mempraktekan permainan sepak bola

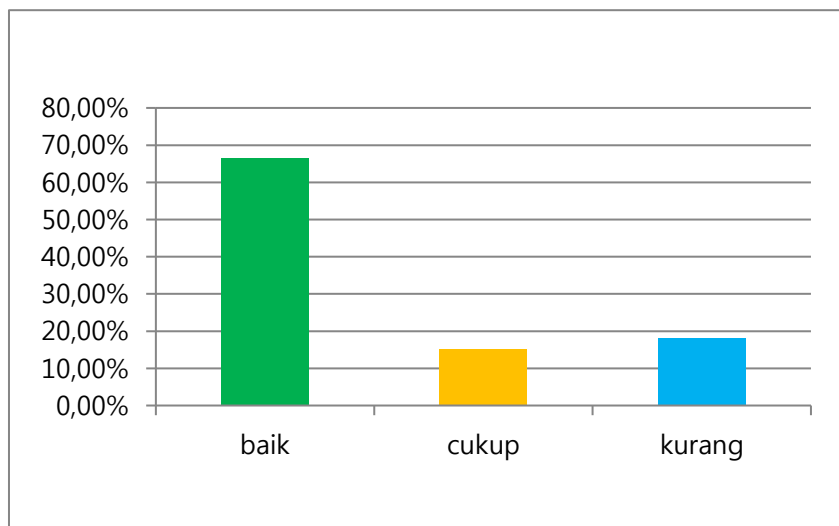
(8) Guru menutup pelajaran. Dengan kesempatan ini peserta didik diberi kesempatan untuk menanyakan hal yang belum jelas dari materi yang telah dipelajari.

(9) Guru melakukan uji kompetensi berupa tes tertulis dan praktek.

3) Hasil Pengamatan/Observasi

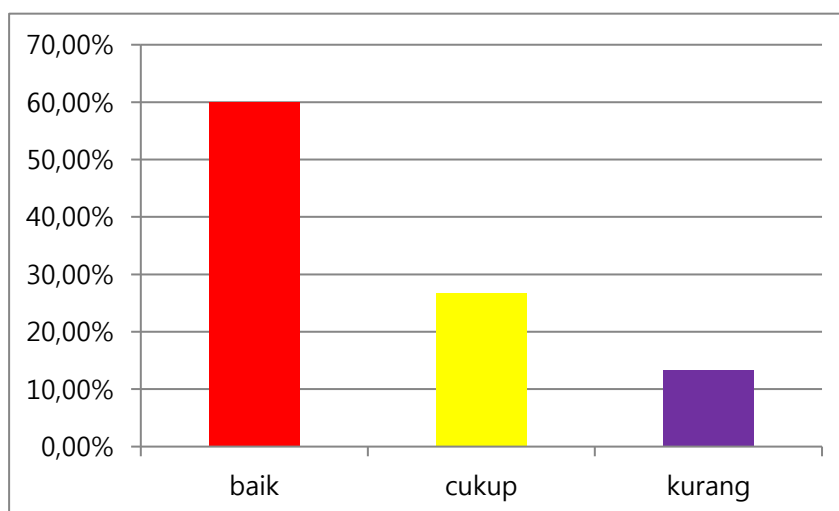
Dari hasil observasi siklus I, didapat bahwa dalam melaksanakan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) tentang permainan sepak bola dengan menggunakan metode demonstrasi pada siklus I, guru telah menerapkannya sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah disiapkan. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh observer, guru terlalu cepat dalam menjelaskan dan kurang banyak mendemonstrasikan permainan sepak bola. Masalah lain yang didapat dari pengamatan observer adalah pada saat guru menjelaskan materi, masih ada peserta didik yang kurang antusias dan kurang aktif dalam mengemukakan pendapatnya maupun mendemonstrasikannya, juga beberapa peserta didik terlihat bosan. Data mengenai keaktifan peserta didik dapat diperoleh dengan menggunakan lembar observasi seperti pada lampiran. Keaktifan peserta didik tersebut dapat dilihat

dalam hal bertanya dan menjawab pertanyaan dari guru maupun antusiasnya dalam mengerjakan latihan pada saat proses pembelajaran berlangsung, Jika digambarkan dalam bentuk grafik, maka data keaktifan peserta didik pada siklus 1 tersaji pada Gambar 3 berikut.



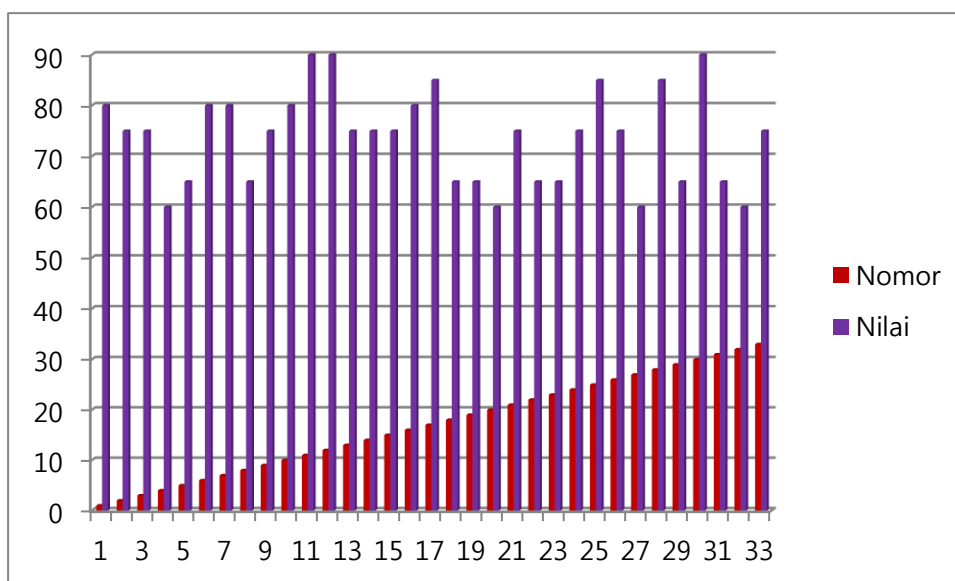
**Gambar 3. Keaktifan Peserta didik Pada Siklus 1**

Data mengenai aktifitas peserta didik pada siklus I menunjukkan bahwa 22 peserta didik (66,67%) sudah baik keaktifannya dalam mengikuti KBM. Sedangkan 5 peserta didik (15,15%) cukup keaktifannya dalam mengikuti KBM dan 6 peserta didik (18,18%) kurang termotivasi dalam mengikuti KBM. Selanjutnya di bawah ini hasil pengamatan observer tentang aktivitas guru pada siklus I disajikan dalam Gambar 4 berikut.



**Gambar 4 Aktivitas Guru Pada Siklus 1**

Untuk mengetahui besaran hasil belajar peserta didik, maka pada akhir siklus I dilakukan tes hasil belajar dan dapat dilihat pada Gambar 5 berikut.



**Gambar 5. Data Hasil Belajar Peserta didik Pada Siklus I**

Berdasarkan Gambar 5 terlihat bahwa rata-rata nilai peserta didik 73,79 dengan nilai tertinggi 90 dan nilai terendah 60. Peserta didik yang hasil belajarnya di atas KKM ada 21 orang atau 63,64% dari nilai KKM yang ditetapkan yaitu 75, sedangkan peserta didik yang hasil belajarnya di bawah KKM 12 orang atau 36,36%. Hal ini memberikan gambaran bahwa ada peningkatan hasil belajar peserta didik dari pra siklus ke siklus I.

#### 4) Refleksi

Berdasarkan analisis data di atas, masih terdapat kekurangan pada siklus I. Kekurangan-kekurangan tersebut antara lain guru kurang memotivasi peserta didik, penerapan metode demonstrasi kurang optimal, kurang meningkatkan proses belajar peserta didik dan juga kurang maksimal dalam menggunakan media pembelajaran dalam proses pembelajaran. Guru juga kurang mengarahkan peserta didik untuk mengemukakan pendapat. Kemudian 5 (15,15%) peserta didik belum fokus dalam memperhatikan pelajaran dan 6 peserta didik (18,18%) peserta didik tidak memperhatikan pelajaran. Dengan adanya kekurangan-kekurangan tersebut, maka perlu adanya perbaikan-perbaikan dalam KBM untuk siklus II. Perbaikan tersebut yaitu dengan cara lebih rinci lagi dalam memotivasi peserta didik, mengoptimalkan

penggunaan metode demonstrasi beserta medianya dan lebih mengarahkan peserta didik dalam mengemukakan pendapatnya, mengamati proses belajar, selain itu guru harus lebih memberi semangat peserta didik, sehingga peserta didik benar-benar terlibat dalam KBM.

### **C. Deskripsi Tindakan Siklus II**

Pelaksanaan pada siklus 2 ini terdiri dari dua pertemuan, yaitu pertemuan 1, dan pertemuan 2. Pertemuan 1 dan 2 dengan waktu tiap pertemuan dilaksanakan  $3 \times 35$  menit (tiga jam pelajaran).

#### 1) Tahap Perencanaan

- a. Sebelum menyusun rencana pembelajaran, peneliti melakukan identifikasi masalah berdasarkan refleksi pada siklus I dan merencanakan langkah-langkah yang akan dilaksanakan pada siklus II.
- b. Setelah peneliti mengetahui masalah dan langkah-langkah yang akan digunakan pada tindakan di siklus II, peneliti kemudian membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- c. Menentukan pokok bahasan yang akan dijadikan materi bahasan pada penelitian.
- d. Mengembangkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).
- e. Mengembangkan format evaluasi.
- f. Mengembangkan format observasi pembelajaran.

#### 2) Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan tindakan pada siklus II dilaksanakan dalam dua kali pertemuan yaitu sebagai berikut:

- a. Pelaksanaan pembelajaran pada pertemuan pertama

##### (1) Kegiatan Awal:

- a) Peserta didik dibariskan menjadi 2 bersyaf
- b) Berdoa sesuai dengan kepercayaan dan agama masing-masing
- c) Mengecek kehadiran peserta didik
- d) Menegur peserta didik yang tidak berpakaian lengkap
- e) Melakukan gerakan pemanasan statis dan dinamis serta pemanasan dengan permainan (Bola Kucing) yang berorientasi pada kegiatan inti

- f) Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari
- g) Memberi motivasi awal

(2) Kegiatan Inti:

a) Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi guru menginstruksikan peserta didiknya untuk melakukan kontrol dengan kaki dalam permainan sepak bola sesuai kemampuan peserta didik.

b) Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- (1) Memfasilitasi peserta didik dengan sarana yaitu bola sepak, dan gawang
- (2) Memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut;
- (3) Memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar
- (4) Peserta didik melakukan gerakan kontrol bola dengan kaki bagian dalam secara berpasangan

c) Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- (1) Guru memberikan permainan sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi dengan menekankan teknik kontrol dengan kaki dalam sepak bola
- (2) Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui peserta didik
- (3) Guru bersama peserta didik bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

d) Kegiatan Penutup

Dalam kegiatan penutup, guru:

- (1) Peserta didik di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- (2) Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan-gerakan
- (3) Memberi motivasi akhir
- (4) Melakukan pendinginan dalam bentuk permainan Pendinginan dalam bentuk permainan “Hewan Ber-angka”

- (5) Berdo'a
- (6) Membubarkan barisan

b. Pelaksanaan pembelajaran pada pertemuan kedua

1) Kegiatan Awal:

- a) Peserta didik dibariskan menjadi 2 bersyaf di lapangan
- b) Berdoa sesuai dengan kepercayaan dan agama masing-masing
- c) Mengecek kehadiran peserta didik
- d) Melakukan gerakan pemanasan statis dan dinamis serta pemanasan dengan permainan (Bola Kucing) yang berorientasi pada kegiatan inti
- e) Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari
- f) Memberi motivasi awal

2) Kegiatan Inti:

a) Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi guru menginstruksikan peserta didiknya untuk melakukan kontrol dengan kaki dalam permainan sepak bola sesuai kemampuan peserta didik.

b) Elaborasi

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- (1) Memfasilitasi peserta didik dengan sarana yaitu bola sepak
- (2) Memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut;
- (3) Memfasilitasi peserta didik berkompetisi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar
- (4) Peserta didik melakukan gerakan kontrol bola dengan kaki bagian dalam secara berpasangan

c) Konfirmasi

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- (1) Membagi peserta didik berpasangan (laki-laki dengan laki-laki, perempuan dengan perempuan)
- (2) Guru memberikan contoh permainan sepak bola dari kaki-ke kaki

- (3) Peserta didik mendemonstrasikan yang telah dicontohkan oleh guru dengan cara perpasangan
- (4) Guru memasang gawang sepak bola dan memberikan contoh cara penembak penalti
- (5) Satu persatu peserta didik mendemonstrasikan memebak pinalti
- (6) Guru menyuruh peserta didik mendemonstrassikan tendangan penjuru secara bergiliran
- (7) Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui peserta didik
- (8) Guru bersama peserta didik bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

d) Kegiatan Penutup

Dalam kegiatan penutup, guru:

- (1) Peserta didik di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- (2) Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan-gerakan
- (3) Memberi motivasi akhir
- (4) Melakukan pendinginan
- (5) Membariskan peserta didik untuk masuk ke dalam kelas
- (6) Guru melakukan uji kompetensi berupa tes tertulis dan praktek

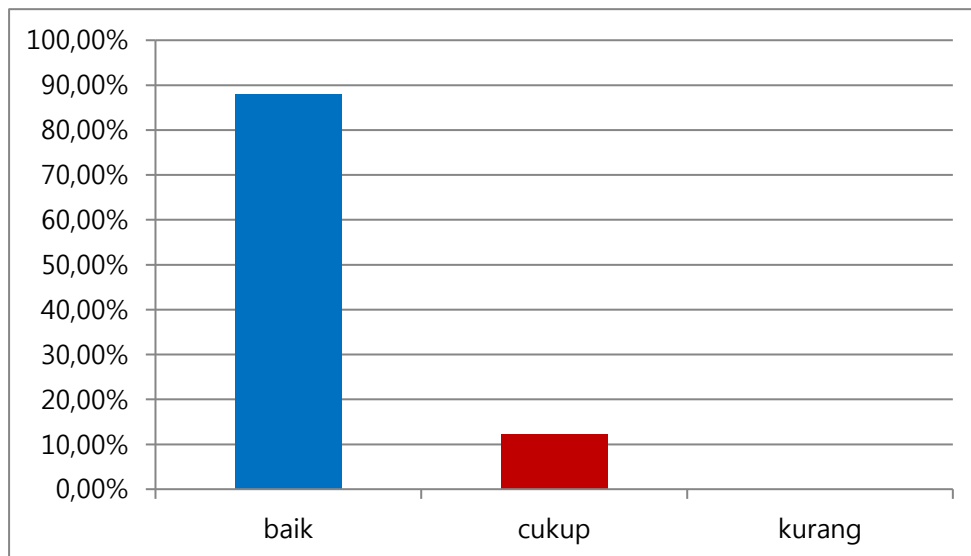
3) Hasil Pengamatan/Observasi

Pada siklus II ini guru telah melakukan perbaikan-perbaikan. Perbaikan dalam KBM tersebut yaitu guru lebih memotivasi peserta didik, sehingga lebih bersemangat dalam mengikuti KBM. Dengan semangat yang lebih tinggi, maka pembelajaran dapat berjalan lebih baik. Selain memotivasi peserta didik, guru juga lebih banyak mengarahkan peserta didik dalam metode demonstrasi dan mengamati dengan seksama proses belajar peserta didik. Sehubungan dengan proses pembelajaran guru juga harus mengoptimalkan penggunaan media pembelajaran.

Data mengenai keaktifan peserta didik dapat diperoleh dengan menggunakan lembar observasi seperti pada lampiran. Keaktifan peserta didik tersebut dapat dilihat dalam hal bertanya dan menjawab pertanyaan dari guru maupun antusiasnya dalam



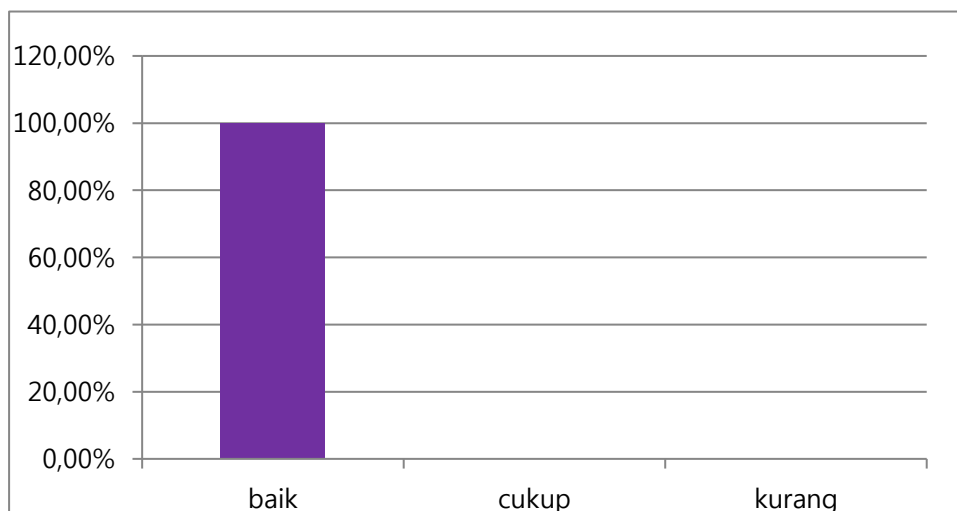
mengerjakan latihan pada saat proses pembelajaran berlangsung. Jika digambarkan dalam bentuk gambar, maka data keaktifan peserta didik pada siklus II tersaji pada Gambar 6 berikut.



**Gambar 6. Keaktifan Peserta didik Pada Siklus II**

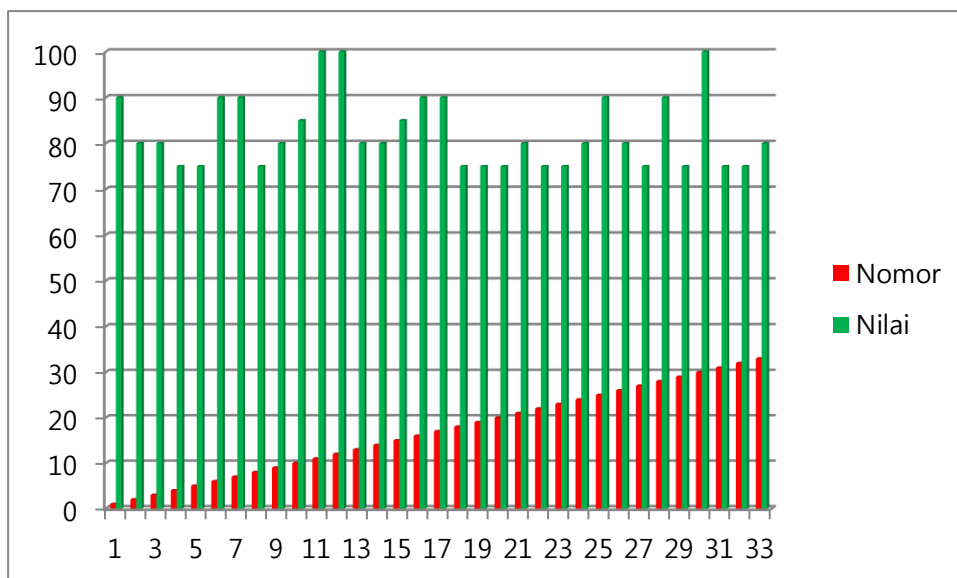
Berdasarkan gambar 6 di atas mengenai aktifitas peserta didik pada siklus II menunjukkan 87,88% atau 29 peserta didik termotivasi dalam mengikuti KBM, sedangkan 12,12% atau 4 peserta didik cukup termotivasi dalam mengikuti KBM

Selanjutnya di bawah ini hasil pengamatan observer tentang aktivitas guru pada siklus II dapat dilihat pada Gambar 7.



**Gambar 7. Hasil Pengamatan Aktivitas Guru Pada Siklus II**

Untuk mengetahui besaran hasil belajar peserta didik, maka pada akhir siklus II dilakukan tes tertulis dengan hasil belajar dapat dilihat pada Gambar 8 berikut.



**Gambar 8. Data Hasil Belajar Peserta didik Pada Siklus II**

Berdasarkan Gambar 8 terlihat bahwa rata-rata nilai peserta didik 82,42 dengan nilai tertinggi 100 dan nilai terendah 75. Peserta didik yang hasil belajarnya di atas KKM ada 33 orang atau 100 % dan di bawah KKM tidak ada atau 0% dari nilai KKM yang ditetapkan yaitu 75. Hal ini memberikan gambaran bahwa ada peningkatan hasil belajar peserta didik dari siklus I ke siklus II.

4) Refleksi

Dari data di atas dapat diinformasikan bahwa hampir seluruhnya peserta didik menyukai pembelajaran dengan metode demonstrasi dengan bukti rata-rata nilai 82,42. Kemudian nilai di atas KKM ada 33 orang (100%) sedangkan yang di bawah KKM tidak ada (0 %) dari KKM yang telah ditentukan yaitu 75 sedangkan nilai terendah adalah 75 dan nilai tertinggi 100. Hampir seluruh peserta didik dalam materi permainan sepak bola sudah tuntas. Sedangkan aktivitas peserta didik dalam mengikuti materi ini sebanyak 87,88% atau 29 dari 33 peserta didik sangat baik dalam mengikuti pelajaran. Hanya 12,12% atau 4 peserta didik yang kadang-kadang aktif. Kemudian aktivitas guru adalah 100% guru mampu memotivasi dan mengarahkan peserta didik dalam materi ini. Hal ini dikarenakan peserta didik sangat antusias dan termotivasi dalam KBM yang menggunakan metode demonstrasi.

#### 4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang permainan sepak bola bahwa hasil belajar peserta didik sesudah menggunakan metode demonstrasi menunjukkan hasil yang memuaskan. Dari uraian pada bab sebelumnya, dapat diambil simpulan sebagai berikut:

- a. Adanya peningkatan aktivitas dan hasil belajar peserta didik pada materi permainan sepak bola di Kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2018/2019 dengan menggunakan metode demonstrasi.
- b. Penggunaan metode demonstrasi dalam pembelajaran membuat peserta didik tidak bosan dan jenuh sebaliknya antusias dalam mengadakan penelitian, pengumpulan data dan pembuktian hipotesis sehingga aktivitas belajar mereka aktif dan menyenangkan dan hasil belajar menjadi meningkat. Hal ini terbukti pada siklus I 66,67% atau 22 peserta didik yang aktif, 15,15% peserta didik cukup aktif atau 5 peserta didik dan yang kurang aktif pada saat pembelajaran 18,18% atau 6 peserta didik. Setelah guru memperbaiki hasil refleksi pada siklus I maka pada siklus II didapat 87,88% atau 29 orang peserta didik yang aktif pada saat pembelajaran dan 12,12% atau 4 orang peserta didik yang cukup aktif pada saat pembelajaran serta 0,00% atau tidak ada peserta didik yang tidak aktif pada saat pembelajaran. Dengan banyaknya peserta didik yang aktif pada saat pembelajaran menunjukkan bahwa guru saat menerapkan materi permainan sepak bola dengan menggunakan metode demonstrasi sudah berhasil melibatkan peserta didik dalam pembelajaran. Hal tersebut berpengaruh terhadap hasil belajar yang dicapai peserta didik.
- c. Hasil belajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) tentang permainan sepak bola di Kelas IV A SD Negeri Sindangsari Kecamatan Bogor Utara Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2018/2019 sebelum menggunakan metode demonstrasi mempunyai nilai rata-rata 67,12. Pada saat pembelajaran diubah menggunakan metode demonstrasi, rata-rata hasil belajar peserta didik meningkat menjadi 73,79 pada siklus I dan 82,42 pada siklus II.

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S. (2008). *Studi Kelayakan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Arifin, Z. (2011). *Penelitian Pendidikan -Metode dan Paradigma Baru*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Aqib, Z. (2014). *Kumpulan Metode Pembelajaran*, Bandung: Sanunusa
- Darmadi, H. (2015). *Desain dan Implementasi Penelitian Tindakan Kelas (PTK)*. Bandung: Alfabeta.
- Dimiyati, M. (2011). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah, S. B. dan Zain, A. (2010). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hamalik, O. (2008), *Pendidikan Guru Berdasarkan Pendekatan Kompetensi*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Jihad, A. dan Haris, A. (2012). *Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta: Multi Pressindo.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2013). *Buku Guru Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) Eksposisi Diri dan Akademik*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2014). *Buku Guru Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) Eksposisi Diri dan Akademik Edisi Revisi*. Jakarta (ID): Kemendikbud.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2015). *Materi Pelatihan Guru Implementasi Kurikulum 2013 Tahun 2015*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, (2013). *Materi Pelatihan Guru Implementasi Kurikulum (2013)*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, (2016). *Materi Pelatihan Guru Implementasi Kurikulum (2013)*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kunandar. (2007). *Guru Profesional: Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan Sukses dalam Sertifikasi Guru*. Jakarta : Rajagrafindo Persada.
- Pendidikan Peraturan Pemerintah Nomor 16 Tahun (2007), *Standar Kualifikasi Akademik Dan Kompetensi Guru*. Jakarta: Depdiknas.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 20 Tahun (2016), *Standar Kompetensi Lulusan*. Jakarta: Kemendikbud.

- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 21 Tahun (2016): Standar Isi. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 22 Tahun (2016), Standar Proses. Jakarta: Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 24 Tahun (2016), Kompetensi Indan dan Kompetensi Dasar. Jakarta: Kemendikbud.
- Purwanto. (2013). Evaluasi hasil belajar. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Samsudin. (2008). Pembelajaran Pendidikan Olah Raga dan Kesehatan SD/MI, Jakarta: Lintera.
- Sardiman. A.M. (2001). Interaksi Dan Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Slameto. (2003). Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya, Jakarta, Rineka Cipta.
- Sofiraeni, R. (2004). Model-Model Pembelajaran. Bandung: LPMP.
- Sujana, N. (2009). Penilaian Proses Belajar Mengajar. Bandung: Rosda Karya.
- Suryabrata, S. (2001). Psikologi Pendidikan. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sutarto, Dkk. (2013). Kurikulum dan Pembelajaran. Jakarta: CV. Kemilau Ilmu Semesta.
- Syah, M. (2003). Psikologi Belajar, Jakarta: Logos Wacana Ilmu.
- Syamsudini. (2012). Aplikasi Metode Metode demonstrasi dalam Meningkatkan Kemampuan Memecahkan Masalah, Motivasi Belajar dan Daya Ingat Peserta didik.
- Trianto. (2012). Model-Model Pembelajaran Inovatif Berorientasi Konstruktivistik. Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher.
- Undang-Undang Nomor 20 Tahun (2003). Tentang Sistem Pendidikan Nasional, Jakarta: Depdiknas.
- Winataputra, U. S., dkk. (2004). Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Winkel. (2008). Psikologi Pengajaran, Jakarta: Gramedia Pustaka Tama.