

Tahun 3 Nomor 2
April 2007

ISSN 0216-2385

Edukatif

Jurnal Pendidikan Dasar dan Usia Dini

Edukatif | Th. 3 No. 2 | April 2007 | ISSN 0216-2385

**Diterbitkan oleh Program D-II Kependidikan FKIP
Universitas Sriwijaya**

Terbitan sebelumnya jurnal ini berjudul "Sekolah Dasar Kita". Mulai terbitan Oktober 2004 jurnal pendidikan dasar dan usia dini berjudul "Edukatif".

Ketua Penyunting
Asnimar

Wakil Ketua Penyunting
Linda Puspita

Penyunting Ahli
Abdul Rahman (Universitas Negeri Malang)
Chuzaimah Diem (Universitas Sriwijaya)
Anas Yasin (Universitas Negeri Padang)
Margono (Universitas Negeri Malang)
Kumaidi (Universitas Negeri Padang)
Yosef Barus (Universitas Sriwijaya)
Hartono (Universitas Sriwijaya)
Sukirno (Universitas Sriwijaya)
Badeni (Universitas Bengkulu)

Penyunting Pelaksana
Sungkowo Soetopo
Masrinawatie AS.
Syafdaningsih
Meirizal Usra
Hairuddin
Laihat
Murni

Pelaksana Tata Usaha
Sumartono
Hasmalena
Siti Hawa
Hartati

Jurnal Pendidikan Dasar dan Usia Dini "Edukatif" diterbitkan sejak Oktober 2004 oleh Program D-II Kependidikan FKIP Universitas Sriwijaya, dengan terbitan dua kali setahun pada bulan April dan Oktober.

Alamat Redaksi/Penerbit: Program D-II Kependidikan FKIP Unsri, Jl. Sriwijaya km. 5,5 Palembang, Telepon 0711-410420

Penyunting menerima sumbangan tulisan yang belum pernah diterbitkan dalam media lain. Naskah diketik di kertas HVS kuarto spasi ganda sepanjang lebih kurang 20 halaman, dengan format tercantum pada halaman kulit belakang (Persyaratan Naskah untuk Jurnal Edukatif). Naskah yang masuk dievaluasi dan disunting untuk keseragaman format, istilah, dan tata cara yang lainnya.

Meningkatkan Hasil Belajar Sains Siswa Kelas IV SD 163 Palembang dengan Menerapkan Model Pembelajaran Kooperatif <i>Riyanto, Djunaidah Zen, dan Fatmawati</i>	Halaman 103-111
Implementasi Model Asesmen Portofolio dalam Penilaian Hasil Belajar IPS pada SD di Kota Palembang <i>Rusmin AR</i>	112-130
Pembelajaran Membaca Cepat di Sekolah Dasar <i>Hairuddin</i>	131-142
Pembelajaran IPA SD Melalui Pendekatan Keterampilan Proses pada Mahasiswa D-II PGSD Prajabatan FKIP Universitas Sriwijaya <i>Masitoh</i>	143-156
Meningkatkan Keaktifan Siswa Dalam Pembelajaran Jasmani dan Kesehatan Melalui Pendekatan Permainan di SD Negeri 59 Palembang <i>Iyakrus</i>	157-170
Miskonsepsi IPA "Terapung Dan Tenggelam" yang Dialami Siswa Kelas IV SD dan Penyelesaiannya <i>Sudirman</i>	171-181
Pola Pemberian Makan Anak Balita Di Kota Administratif Pagaralam <i>Astini Syarkowi</i>	182-195
Pengaruh Pembelajaran Terpadu dan Minat Terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar di Kota Palembang <i>Asmawi</i>	196-206

- Darmojo, Hendro dan R.E. Kaligis, 1992 / 1993. *Pendidikan IPA 2*. Depdikbud Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan
- Depdikbud, 1993. *GBPP IPA SD*. Jakarta : Direktorat Pendidikan Dasar.
- Depdikbud, 1995. *GBPP D-II PGSD*. Jakarta : Direktorat Pendidikan Tinggi.
- Depdikbud, 2002. *Keterampilan Proses IPA*. Bandung : Pusat Pengembangan Penataran Guru IPA Direktorat Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Eny Rahma. 2008. *Ilmu Alamiah Dasar*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Faisal. 1995. *Kualitas Pendidikan Kini dan Masa Datang*. Kompas, 5 Oktober 1995.
- Funk, James H. 1979. *Learning Science Process Skill*. Iowa : Kendali / Hunt Publishing Company.
- Karso, 1994. *Dasar-dasar Pendidikan MIPA*. Jakarta : Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Seqip. 2003. *Peralatan IPA Untuk Sekolah Dasar*.
- Srini, M.I 2000. *Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam*. Jakarta : Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Bagian Proyek Pengembangan Pendidikan Guru Sekolah Dasar.
- W. Jerry. 1989. *Skill and Process In Science Education*. Chicago : Publishing Company.



MENINGKATKAN KEAKTIFAN SISWA DALAM PEMBELAJARAN JASMANI DAN KESEHATAN MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN DI SD NEGEI 59 PALEMBANG

Iyakrus

Abstract: This research was aim at improving the learning quality of physical education at Elementary School 59 Palembang by means of teaching with game approach. The nature this research was classroom action research with the design model of three cycled process. Forty five (18 girls and 27 boys) students were taken as samples. The duration of the research was 9 weeks and the frequency of experiment was once a week. The period of 9 weeks was divided into 3 cycles. Each cycle lasted for 3 weeks. The first 3 weeks was cycle 1. The second three weeks was cycle 2 and the third 3 weeks was cycle 3. Reflective action was done on the students with observation sheet containing quantitative and qualitative data. By comparing the reflective data obtained during the research with the data obtained before the research, it can be concluded that there was an improvement of participation or activity by the students at first, second, and the third cycle.

Kata Kunci: keaktifan siswa, pendekatan permainan

Dalam kurikulum Pendidikan Dasar tahun 2004, bidang studi Pendidikan Jasmani (Penjas) dan Kesehatan bertujuan untuk memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat.

Untuk mencapai tujuan pembelajaran tersebut di atas, sekolah dasar (SD) 59 Palembang melakukan dua bentuk kegiatan belajar mengajar yakni berupa teori di kelas dengan materi kesehatan dan praktik lapangan dengan materi atletik, senam, permainan, dan olahraga pilihan berupa aktivitas fisik mengandung unsur-unsur pendidikan.

Iyakrus adalah dosen Pendidikan Olah Raga dan Kesehatan FKIP Unsri

Salah satu masalah utama Penjas di Indonesia adalah belum efektifnya Penjas di sekolah-sekolah termasuk SD (Cholik, 2005). Kondisi ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain terbatasnya kemampuan guru, alat, serta sumber yang digunakan untuk mendukung proses pengajaran Penjas. Guru Penjas belum berhasil melaksanakan tanggung jawab untuk mendidik siswa secara sistematis melalui gerakan Penjas dalam mengembangkan kemampuan dan keterampilan siswa secara menyeluruh baik fisik, mental, maupun intelektual (Kantor Menpora, 2003).

Menurut data pada Diknas Sumatera Selatan (laporan Diknas Sumatera Selatan, 2006) sebagian besar guru Penjas pada pendidikan dasar terutama pada SD di Sumatera Selatan adalah guru tamatan PGSMTP (pendidikan satu tahun) yang mempunyai kompetensi dan pengalaman yang terbatas di bidang Penjas. Di samping itu, pengamatan penulis pada pembelajaran Penjas di SD 59 Palembang tidak terlepas dari kendala di atas, yakni Penjas diajarkan melalui urutan yang sistematis dari keterampilan yang diperlukan dalam cabang-cabang olahraga khusus. Pendekatan ini sering mengarahkan guru untuk melihat keterampilan olahraga sebagai suatu tujuan dari program, walaupun masuknya cabang olahraga dalam kurikulum adalah untuk membantu tercapainya tujuan Penjas. Siswa lebih mengutamakan untuk meniru keterampilan yang didemonstrasikan tanpa adanya suatu masukan kognitif ataupun afektif.

Dengan demikian, pembelajaran Penjas di SD 59 Palembang tidak seperti yang diharapkan. Kendalanya pada praktek di lapangan yang siswanya kurang aktif dalam proses pembelajaran. Di samping itu, guru lebih menekankan pada aspek keterampilan olahraga dari pada nilai-nilai yang terdapat dalam olahraga tersebut seperti yang tercantum pada tujuan pembelajaran.

Hal tersebut di atas mengakibatkan guru lebih condong melatih dari pada mengajar, sehingga proses pembelajaran Penjas lebih menekankan kepada aspek psikomotor siswa dari aspek kognitif dan afektif. Karena guru lebih menekankan aspek keterampilan olahraga, maka siswa yang berminat pada cabang olahraga tertentu saja yang aktif, sedangkan siswa yang tidak berminat tidak aktif sama sekali (Cholik, 2005). Untuk itu,

guru perlu menggunakan pendekatan yang dapat menjembatani antara siswa yang mempunyai keterampilan olahraga dengan yang tidak, ataupun kurang mempunyai keterampilan.

Salah satu alternatif pendekatan yang dapat digunakan adalah pendekatan permainan yang dirancang untuk mengarahkan siswa lebih aktif bergerak dan menarik minat serta dapat menjembatani siswa yang mempunyai keterampilan dan yang tidak mempunyai keterampilan olahraga. Pendekatan permainan adalah suatu proses pembelajaran dimana dalam mengajarkan teknik cabang olahraga melalui bentuk bermain tanpa mengabaikan materi inti. Menurut Gabbard (2003) dalam Penjas bermain adalah suatu kebutuhan untuk menemukan pengalaman-pengalaman baru dalam menumbuhkan nilai-nilai positif pada siswa. Untuk itu, guru dituntut mempunyai kreatifitas yang tinggi, karena guru selalu berusaha merancang bentuk permainan yang sesuai dengan materi yang disampaikan agar menarik bagi siswa.

Berdasarkan uraian di atas, diharapkan penelitian tindakan kelas ini sebagai upaya meningkatkan kualitas pembelajaran Penjas di SD 59 Palembang yang dapat meningkatkan keaktifan siswa. Hasil penelitian ini dapat membantu guru dalam menemukan solusi yang baik untuk mengaktifkan siswa.

Berdasarkan hasil observasi terbatas penulis di SD 59 Palembang, Penjas diajarkan melalui urutan yang sistematis dari keterampilan yang diperlukan dalam cabang-cabang olahraga khusus. Hal ini mengarahkan guru untuk melihat keterampilan olahraga sebagai tujuan dari program Penjas. Sehingga hanya siswa yang benar-benar mempunyai keterampilan olahraga saja yang terlibat pada proses pembelajaran, sedangkan yang tidak menguasai keterampilan olahraga kurang aktif.

Dari beberapa kendala di atas, peneliti merumuskan masalah penelitian yaitu "apakah pendekatan permainan dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam pembelajaran Penjas di SD 59 Palembang". Penelitian ini bertujuan untuk perbaikan dan peningkatan kualitas pembelajaran Penjas dengan meningkatkan keaktifan siswa melalui pendekatan permainan di SD 59 Palembang.

Penjas di Sekolah Dasar

Dalam literatur terdapat beberapa definisi Penjas yang bervariasi antara satu dengan lainnya. Setiap penulis cenderung memberikan definisi Penjas menurut pandangannya masing-masing. James (2002) mengemukakan bahwa Penjas adalah suatu alat untuk mencapai tujuan pendidikan melalui proses adaptasi aktivitas-aktivitas jasmani (*physical activities*) seperti organ tubuh, *neuromuscular*, intelektual, sosial, kultur, emosional, dan etika. Lebi lanjut Cholik (2005) mengungkapkan Penjas adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara siswa dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia seutuhnya. Menurut Pusat Penelitian Olahraga Universitas Airlangga Surabaya (2004) Penjas adalah pendidikan yang mengaktualisasi potensi-potensi aktivitas manusia berupa sikap, tindak dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah untuk menuju kebulatan kepribadian manusia dengan cita-cita kemanusiaan.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat dirumuskan hal-hal seperti tergambar dalam Kurikulum Pendidikan Dasar 2004 bahwa Penjas adalah bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang.

Fungsi Penjas

Siswa pada usia SD diharapkan banyak bergerak dengan aktivitas fisik yang teratur. Rangsangan sensoris pada usia ini penting sekali untuk mengembangkan kemampuan dasar, kemampuan menganalisis, dan bahkan dapat menjadi faktor perantara yang memungkinkan tercapai proses belajar yang cepat pada tahap dewasa.

Penanaman nilai dan hidup sehat perlu dilakukan pada usia dini karena kelak merupakan dasar bagi perkembangan siswa. Hal ini, juga menyangkut kesehatan mental, termasuk perkembangan kepribadiannya.

Banyak siswa merasa rendah diri atau merasa tidak tentram di sekolah atau di rumah karena beberapa sebab seperti kelebihan berat badan yang menyolok. Keadaan ini selalu dianggap gagal dalam Penjas dan mata

pelajaran lainnya. Melalui Penjas terbimbing, rasa hormat diri siswa akan berkembang dan meningkat.

Penjas mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat sehari-hari mempunyai peranan penting dalam pembinaan dan pengembangan individu maupun kelompok dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, serta sosial yang serasi, selaras dan seimbang (Direktorat pendidikan dasar, 2005). Oleh karena itu, dalam kurikulum Pendidikan Dasar Tahun 2004, Penjas dan Kesehatan lebih ditekankan pada: (a) memenuhi hasrat untuk bergerak sesuai dengan keterampilan dasar, (b) merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta perkembangan gerak, (c) memelihara dan meningkatkan kesehatan serta kesegaran jasmani, (d) menanamkan disiplin, kerjasama, sportivitas dan mengikuti peraturan serta ketentuan yang berlaku, dan (e) meningkatkan daya tahan tubuh, mencegah dan menyembuhkan suatu penyakit.

Tujuan Penjas

Penjas di SD bertujuan untuk mempersiapkan pengembangan siswa yang lebih kompleks dan dinamis. Untuk itu, pendidikan gerak memakai pendekatan pemecahan masalah dengan penekanan pada eksplorasi, pilihan dan kreatifitas untuk mengembangkan kemampuan motorik secara efektif dan efisien melalui pemahaman prinsip dasar dari gerak manusia.

Seaton (2004) mengungkapkan bahwa tujuan Penjas di SD meliputi: *physical fitness, motor skill, knowledge*, sosial dan *aesthetic*. Selanjutnya, Gabbard (2003) menyatakan bahwa Penjas dan aktivitas fisik bertanggungjawab juga terhadap perkembangan siswa seutuhnya. Perkembangan ini menyangkut psikomotor, kognitif, maupun afektif adalah sebagai berikut.

- (a) memacu pertumbuhan termasuk bertambahnya tinggi dan berat badan secara harmonis,
- (b) mengembangkan kesehatan dan kesegaran jasmani, keterampilan gerak pada cabang olahraga,
- (c) mengerti pentingnya kesehatan, kesegaran jasmani dan olahraga terhadap perkembangan jasmani dan mental,

- (d) mengerti peraturan dan dapat mewasiti pertandingan berbagai cabang olahraga,
- (e) mengerti dan dapat menerapkan prinsip-prinsip mengutamakan pencegahan penyakit dalam kaitannya dengan kesehatan dan keselamatan dalam kehidupan sehari-hari,
- (f) menumbuhkan sikap positif dan mampu mengisi waktu luang dengan bermain.

Pendekatan Permainan

Pendekatan permainan adalah suatu proses penyampaian pengajaran dalam bentuk bermain tanpa mengabaikan materi inti (Iain Adam, 2001). Permainan yang diberikan kepada siswa adalah permainan kecil yang materinya disesuaikan dengan kurikulum Pendidikan Dasar yang mencakup atletik, senam, cabang olahraga permainan seperti sepakbola, bola voli, basket dan sepaktakraw.

Cholik (2005) mengemukakan bahwa pelajaran Penjas di SD bukan mengejar prestasi (*skill*) tetapi menyalurkan dorongan-dorongan untuk aktif dan bermain. Pendapat Gabbard (2003) Penjas pada siswa harus menekankan kepada aspek permainan dari pada teknik cabang olahraganya karena bermain adalah kebutuhan yang harus dipenuhi.

Pendekatan permainan ini dikonsentrasikan pada pendekatan memahami masalah yang didasarkan atas domein kognitif, dirancang oleh guru untuk mengarahkan siswa memahami kegiatan dan tujuan keterampilan dalam kegiatan tersebut. Pendekatan ini memungkinkan guru untuk membantu kelompok-kelompok kecil atau individu yang kekurangan teknik.

Dengan menyeimbangkan penekanan pada domein kognitif, afektif, dan psikomotor dalam kegiatan fisik berupa bermain diharapkan dapat menarik minat dan menyenangkan bila mereka dibantu dan didorong oleh guru. Dalam bentuk nyata siswa pada usia Pendidikan Dasar bermain akan dipengaruhi oleh kemampuannya untuk melakssiswaan pola-pola gerakan yang efektif dan efisien.

Gabbard (2003) mengemukakan bahwa bermain bagi siswa merupakan aktivitas yang dapat membentuk kepribadian dan penemuan diri siswa. Penekanan pada bermain akan menjadikan mata pelajaran Penjas sesuatu yang menyenangkan dan menarik sehingga selalu ditunggu siswa.

Dengan pendekatan permainan (Iain Adam, 2001) akan mempunyai dampak dalam proses pembelajaran sebagai berikut.

- (1) Menempatkan permainan menjadi fokus pelajaran yang dapat meningkatkan kegembiraan dan kepuasan siswa.
- (2) Memungkinkan siswa yang kurang terampil menyenangi kegiatan jasmani seperti kawan-kawannya yang secara jasmaniah berbakat.
- (3) Mendorong siswa untuk belajar mengambil keputusan sendiri.
- (4) Keterampilan teknik olahraga tidak mutlak harus dimiliki siswa.

Penjas di SD merupakan basis dari pendidikan gerak siswa secara formal, karena gerak merupakan pondasi Penjas yang harus dikembangkan dalam bentuk bermain. Menurut Gabbard (2003) gerakan yang diimplementasikan siswa dalam bermain akan dapat membantu mereka pada hal-hal sebagai berikut.

- (1) Penemuan diri. Gerakan siswa dalam bermain akan membantu mereka menemukan dirinya sendiri sebagai suatu kesatuan yang lahir tersendiri dengan ciri-ciri tubuh dan kapasitas dirinya sendiri. Konsep yang timbul tentang dirinya mempertinggi ego seperti perhatian terhadap ketangkasan dan akalunya.
- (2) Penemuan lingkungan. Siswa dapat bergerak dari suatu tempat ke tempat lain. Hal ini, meletakkan dasar untuk menjelajahi suatu lingkungan yang keunikannya terus meningkat baik sosial maupun fisik. Gerakan membantu siswa terhadap perkembangan tentang konsep waktu dan ruang.
- (3) Keamanan. Dalam hal yang sangat mendasar, gerakan dalam bermain mempunyai nilai mempertahankan hidup. Hal ini akan memungkinkan siswa untuk menghindari situasi situasi yang potensial berbahaya. Suatu gerakan yang cepat, tepat waktu pada arah yang benar merupakan suatu alat pencegah yang sangat penting.
- (4) Hubungan. Siswa mengadakan komunikasi melalui gerakan tubuhnya.

Gerakan tubuh merupakan bahasa yang mengungkapkan gagasan, perasaan, keinginan, juga merupakan bahasa yang menginterpretasikan arti dan maksud orang lain.

- (5) Kegembiraan. Arti yang paling disenangi siswa dalam bermain adalah kegembiraan dan menikmati setiap gerakan yang dilakukan. Siswa berlari, melompat dan berputar sambil menjerit dengan gembira sebagai ungkapan rasa riang dalam hidupnya.
- (6) Unggul, ritmis, dan anggun. Tidak menguasai gerakan dalam bermain adalah kegagalan, kaku, dan malu. Percaya diri, sikap tenang dan inisiatif dapat diruntuhkan oleh kekurangan atau kelemahan penguasaan terhadap gerakan. Siswa yang kaku selalu menjadi pilihan terakhir sebagai anggota regu. Gambaran tentang dirinya adalah salah satu dari kegagalan dan rendah diri, dan rasa malu mereka mempunyai pengaruh yang dapat mengikis kemauan mereka untuk mencoba lagi.

Menurut Gabbard (2003) gerakan dasar dalam bermain harus diberikan pada usia ksiswa-ksiswa. Jika siswa tidak mampu menguasai gerakan dasar pada usia pendidikan dasar, maka Ia akan ditolak sebagai teman bermain oleh temannya dan sebaliknya jika Ia dapat menguasai keterampilan dasar maka Ia akan disenangi oleh teman-temannya serta lebih mudah bergaul.

Pembelajaran Penjas SD

Penjas mempersiapkan siswa untuk pengembangan gerak yang lebih kompleks dan dinamis. Untuk itu pendidikan gerak memakai pendekatan pemecahan masalah dengan penekanan pada eksplorasi, pilihan dan kreatifitas untuk mengembangkan kemampuan motorik secara efektif dan efisien melalui pemahaman prinsip dasar dari gerak manusia. Model ini dikembangkan oleh Rudolf Laban (Iain Adam, 2001) yang mengemukakan bahwa ada empat pokok dalam gerak yakni: (1) apa yang diperbuat tubuh, (b) kemana tubuh bergerak, (c) bagaimana tubuh bergerak, (d) bagaimana hubungan tubuh dengan bagian-bagiannya atau dengan orang lain.

Keempat elemen tersebut digunakan sebagai kerangka dasar dalam membentuk berbagai pengalaman gerak dan memperluas serta mengem-

bangkan kualitas gerak siswa. Disamping elemen tersebut di atas, Rudolf Laban (Iain Adam, 2001) juga mengemukakan bahwa dalam merencanakan Penjas pada Pendidikan Dasar harus mengacu kepada tiga jenis komponen gerak yakni: (1) *locomotor*: kemampuan untuk bergerak dari suatu tempat ketempat lain (jalan, lari, melompat, meluncur), (2) *nonlocomotor*: pola gerak yang dilakukan di tempat (berayun, menarik, menolak, menekuk, meregang, dan memutar), (3) *manipulative*: gerak yang menggunakan alat yang melibatkan koordinasi tubuh (melempar, menangkap, memukul, dan menendang).

Karakteristik Penjas di SD meliputi: (1) Penjas harus berpusat pada siswa (*student centered*). Hal ini menuntut guru senantiasa memodifikasi dan menyesuaikan kegiatan pada kebutuhan siswa, bukan siswa yang menyesuaikan diri dalam kegiatan, (2) Kegiatan yang dilakukan memberi kesempatan pada siswa untuk berbuat maksimal, (3) Siswa aktif terlibat secara langsung, (3) Siswa diberlakukan sebagai pembuat keputusan, dan (4) Penemuan terbimbing dan pemecahan masalah adalah strategi yang digunakan.

Hasil penelitian telah menunjukkan bahwa beberapa keterampilan psikomotor yang sederhana memerlukan ratusan kali latihan sebelum menguasai keterampilan tersebut (Gabbard 2003). Oleh karena itu, terbatasnya waktu yang tersedia untuk setiap kegiatan, terbatasnya fasilitas dan perlengkapan serta jumlah siswa yang sangat banyak dalam satu kelas menyebabkan tidak mungkin siswa menguasai keterampilan tersebut. Kesimpulannya dengan pendekatan keterampilan sering gagal menarik minat siswa karena:

- (1) sebagian besar dari waktu pelajaran dihabiskan hanya untuk menunggu giliran.
- (2) para siswa hanya meniru contoh yang telah dilakukan guru tanpa memperoleh masukan kognitif.
- (3) para siswa tidak akan dapat menguasai keterampilan selama pembelajaran berlangsung.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa urutan yang sistematis dari pelajaran yang berdasarkan keterampilan tidak selalu merupakan metode mengajar Penjas yang terbaik. Diperlukan pendekatan yang dapat

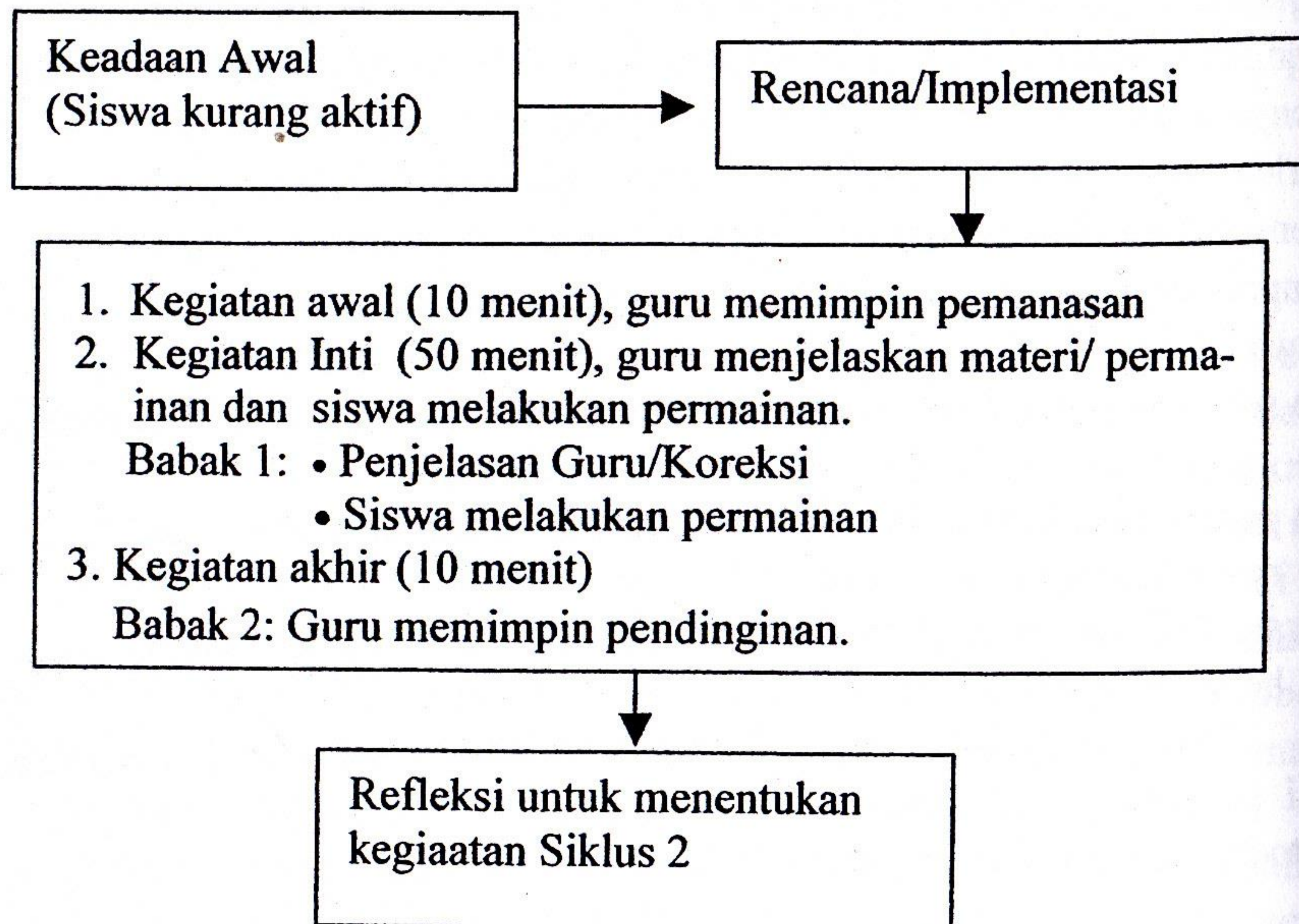
menjembatani kekurangan-kekurangan dalam mengajar dengan keterampilan yang lebih baik.

Pendekatan permainan memberi kesempatan kepada siswa untuk bekerjasama secara koperatif baik berpasangan maupun beregu. Hal ini akan memberikan kesempatan kepada guru untuk membantu siswa untuk mengembangkan keterampilan sosial yang merupakan bagian yang penting dari tujuan Penjas.

Berdasarkan kajian teori dan pengamatan penulis dapat dirumuskan hipotesis tindakan yakni, dengan pendekatan permainan akan meningkatkan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran Penjas dan Kesehatan di SD 59 Palembang.

METODE

Jenis penelitian ini adalah *Clasroom Action Reseach* dengan rancangan model proses tiga siklus. Jumlah sampel sebanyak 45 orang siswa kelas 3 SD 59 Palembang terdiri atas siswa putra 27 orang dan siswa putri 18 orang. Berikut ini rancangan tindakan yang dilakukan.



Pengambilan data berlangsung selama sembilan minggu dengan frekuensi satu kali seminggu dengan rincian, tiga minggu pertama siklus 1, tiga minggu ke dua siklus 2, dan tiga minggu ketiga siklus 3. Refleksi tindakan dilakukan terhadap siswa dengan lembar pengamatan dengan data kualitatif maupun kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari refleksi hasil penelitian, tindakan yang dilakukan didapat data tes awal, data siklus1, data siklus 2 dan data siklus 3 yang meliputi data frekuensi siswa melakukan materi pokok dan data hasil kualitas teknik gerakan serta data siswa yang menyenangi pendekatan permainan yang meliputi data sebelum tindakan dan data setelah tindakan siklus 1, 2 dan siklus 3. Data frekuensi siswa melakukan materi pokok adalah data yang dicatat berapa kali siswa melakukan materi pokok selama pembelajaran berlangsung, sedangkan data hasil kualitas teknik adalah data angka yang dicatat setiap siswa melakukan *passing* ke arah sasaran di setiap akhir siklus. Berikut ini adalah data yang diperoleh pada awal tindakan dibandingkan dengan data yang diperoleh pada siklus 1, siklus 2, dan siklus 3.

Tabel 1 Data Frekuensi Siswa Melakukan Materi

Keterangan	Data Awal	Siklus 1	Siklus 2	Siklus 3
45 orang siswa	1032	1324	1797	2012
Rata-rata	59.1	29.4	39.3	44.7
% Peningkatan	-	28.3 %	74.9 %	95.0 %

Berdasarkan data frekuensi siswa melakukan materi pokok, ternyata dengan menggunakan pendekatan permainan dapat meningkatkan frekuensi siswa melakukan materi pokok, pada siklus 1 terdapat peningkatan 28.3 %, pada siklus 2 meningkat 74.9 %, dan pada siklus 3 meningkat 95.0 %.

Tabel 2 Data Hasil Kualitas Teknik Gerakan

Keterangan	Data awal	Siklus 1	Siklus 2	Siklus 3
45 orang	128	166	593	221
Rata-rata	2.8	3.7	4.3	4.9
% Peningkatan	-	29.7 %	50.8 %	72.7 %

Berdasarkan data hasil kualitas teknik gerakan ternyata dengan menggunakan pendekatan permainan dapat meningkatkan teknik gerakan siswa, pada siklus 1 terdapat peningkatan 29.7% pada siklus 2 meningkat 50.8% dan pada siklus 3 meningkat 72.7%.

Tabel 3 Data Siswa yang Menyenangi Pendekatan Permainan

Keterangan	Data Sebelum Tindakan	Data Setelah Tindakan 1, 2 dan 3.
45 orang	37 orang	44 orang
Mean	-	-
% Peningkatan	-	18.5 %

Berdasarkan data siswa yang menyenangi pendekatan permainan, ternyata dengan menggunakan pendekatan permainan dapat meningkatkan jumlah siswa yang menyenangi mata pelajaran Penjas dan Kesehatan. Sebelum tindakan, 37 orang siswa menyenangi mata pelajaran Penjas dan kesehatan dan 8 orang kurang menyenangi. Setelah tindakan siklus 1, siklus 2 dan siklus 3, ditemukan 44 orang siswa menyenangi mata pelajaran Penjas dan Kesehatan dan 1 orang kurang menyenangi.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, terbukti pendekatan permainan dapat meningkatkan frekuensi siswa melakukan materi pokok dan dapat meningkatkan kualitas teknik gerakan, serta juga dapat meningkatkan kesenangan siswa terhadap mata pelajaran Penjas dan kesehatan di SD 59 Palembang. Hal ini sejalan dengan pendapat Iain Adam (1988) bahwa pendekatan permainan akan mendorong siswa aktif dan bergerak sesuai dengan tuntutan permainan. Sejalan dengan hal itu, Cholik (1997) menyatakan bahwa permainan di sekolah akan dapat menyalurkan dorongan-dorongan siswa untuk aktif bermain sebagai kebutuhan yang harus dipenuhi.

Gabbard (2003) mengemukakan bahwa pendekatan permainan akan menempatkan mata pelajaran Penjas dan kesehatan menjadi mata pelajaran yang disenangi siswa karena dapat mendatangkan kegembiraan dan kepuasan siswa sehingga mendorong siswa yang kurang berbakat olahraga untuk berkompetisi dengan kawan kawannya yang lain yang berbakat. Pendapat di atas sejalan dengan penelitian Fox (1998) siswa yang melakukan aktifitas fisik yang dilakukan secara berulang-ulang dengan gerakan yang sama akan dapat meningkatkan teknik gerakan sehingga dapat melaksanakan pola-pola gerakan yang efektif dan efisien. Gerakan yang dilakukan dengan teknik yang benar akan menghemat enersi siswa.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berpedoman kepada hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa model yang efektif untuk menanggulangi kekurangaktifan siswa dalam pembelajaran Penjas di SD 59 Palembang dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan permainan. Dengan menggunakan permainan dapat: (1) menarik minat siswa untuk aktif bergerak, (2) memungkinkan siswa-siswa yang kurang cakap untuk ikut bergerak karena larut dalam permainan, (3) memupuk rasa kompetitif pada siswa, (4) mencapai tujuan pembelajaran walaupun dengan alat yang sederhana, (5) mengembangkan aspek bermain sambil belajar pada siswa, (6) menimbulkan rasa senang dan gembira dalam pembelajaran.

Saran

Model pendekatan permainan ini dapat dilakukan pada siswa SD bidang studi Penjas terutama pada sekolah-sekolah yang kekurangan alat olahraga. Di samping itu, pendekatan permainan juga dapat diterapkan jika di sekolah siswa kurang berminat pada suatu pokok bahasan tertentu.

Untuk menerapkan model pendekatan permainan ini, guru dapat mempedomani hal-hal: (1) permainan harus bercirikan pokok bahasan yang diajarkan, (2) permainan harus mempunyai aturan yang jelas sehingga

ga mudah dipahami siswa, (3) permainan harus disesuaikan dengan usia dan tingkat perkembangan siswa, dan (5) permainan bukan merupakan tujuan pembelajaran tetapi merupakan alat untuk mencapai tujuan yang diharapkan guru.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, Iain. 2001. *Pendekatan Jasmani Dengan Pendekatan Permainan di SD*. Jakarta: Proyek Pengembangan Tenaga Kependidikan.
- Cholik, Toho. 2005. *Penjas dan Kesehatan*. Jakarta: Proyek Pengembangan Guru SD.
- Depdikbud. 2005. *Kurikulum Pendidikan Dasar Mata pelajaran Penjas dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Depdikbud. 2006. *Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar Penjas di Sekolah Dasar*. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah, Jakarta.
- Dinas Pendidikan Nasional Sumatera Selatan. 2006. Laporan: *Data Guru Sumatera Selatan Tahun 2006*. Palembang.
- Fox, EL., Bowers, RW. 1998. *Physiological Basis Of Physical Education and Athletics*, Philadelphia, 6th.ed. Saunders College Publishing.
- Gabbard, Carl. 2003. *Physical Education For Children*, Prentice Hal Inc. Englewood Cliffs, 4 ed, New Jersey.
- James, Balley. 2002. *Physical Education and The Physical Educator*, Allyn and Bacon, Inc. Boston, 2 ed, Toronto.
- Menpora. 2003. *Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Prestasi*. Jakarta: Kantor Mentri Negara Pemuda dan Olahraga.
- Pusat Penelitian Olahraga. 2004. *Seminar dan Lokakarya, Pendidikan Olahraga Siswa Sekolah Dasar*, Universitas Airlangga, Surabaya.
- Seaton Don Cash. 2004. *Physical Education Hand Books*. New Jersey: Prentice Hall, Inc. Englewood Cliffs.

MISKONSEPSI IPA "TERAPUNG DAN TENGGELAM" YANG DIALAMI SISWA KELAS IV SD DAN PENYELESAIANNYA

Sudirman

Abstract: In teaching a concept, it is able to do as inductive and deductive. The method used in process skills of natural science, should be developed together with internalization of the concept. The comprehension of a concept is important for students because without mastering the concept, students are not able to do many things. In teaching, it is often happen misconception which is caused by the non appropriate strategy and technique used by the teacher, especially the concepts of floating and downing. One of the ways to avoid misconception is by using good teaching structure.

Kata kunci: konsep, miskonsepsi, struktur pembelajaran.

Ilmu pengetahuan alam (IPA) adalah salah satu ilmu murni (*pure science*), ilmu yang sangat menunjang untuk dapat mengikuti dan mengimbangi perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) dewasa ini. IPA diajarkan di sekolah dengan tujuan mempersiapkan siswa agar dapat menerapkan konsep-konsep IPA dalam kehidupan sehari-hari dengan melatih melakukan pengamatan, percobaan (*exsperiment*), diskusi, dan mengambil kesimpulan dari kegiatan-kegiatan tersebut. Dengan siswa dapat menentukan, membuktikan, merealisasikan, dan mengaplikasikan suatu konsep dalam kehidupan sehari-hari. Selain siswa melakukan percobaan, guru dapat mengembangkan ketrampilan-keterampilan proses melalui pertanyaan-pertanyaan (Dahar, 1991:12).