

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teoritis**

##### **1. Hakikat Pendidikan Jasmani**

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani atau yang disingkat penjas, diharapkan guru mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik, strategi permainan/olahraga, internalisasi nilai-nilai seperti: sportivitas, kerjasama, disiplin, kejujuran, tanggung jawab dan pembiasaan hidup sehat yang didalam pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun yang melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosi dan sosial. Sebagaimana Mulyanto (2013, hlm. 25) menjelaskan bahwa "Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan". Adapun lebih jelasnya Suherman (2011, hlm. 45) menyatakan bahwa,

Pendidikan jasmani merupakan salah satu alat yang sangat penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, khususnya pertumbuhan dan perkembangan gerak manusia yaitu gerak yang dibutuhkan manusia dalam aktivitas kesehariannya baik untuk belajar mengenal alam sekitar maupun belajar mengenal dirinya sebagai makhluk individu dan makhluk sosial dalam usaha mengatasi dan menyesuaikan perubahan yang terjadi di lingkungannya.

Penjas pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Penjas memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Pada kenyataannya, penjas adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas.

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan upaya agar dapat mengaktualisasikan seluruh potensi aktivitasnya sebagai manusia berupa sikap, tindakan dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai cita-cita kemanusiaan. Dalam hal ini Rosdiani (2012, hlm. 23) mengatakan bahwa,

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perspektual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikatakan oleh *Nixom dan Cozens* (Safari, 2011, hlm. 8) bahwa ‘pendidikan jasmani adalah fase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktivitas berat yang mencakup sistem otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktivitas tersebut’. Sedangkan menurut Lutan (2001, hlm. 15) secara sederhana mengatakan “pendidikan jasmani itu tak lain adalah proses belajar untuk bergerak”. Dengan demikian, pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan termasuk nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Jadi selain belajar dan di didik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam pendidikan jasmani itu anak diajarkan untuk bergerak. Melalui pengalaman itulah akan terbentuk perubahan dalam aspek jasmani dan rohaninya.

#### **a. Pengertian Pendidikan Jasmani**

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

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat (Depdikbud, dalam BSNP, 2007, hlm. 1).

Pendidikan jasmani adalah terjemahan dari “*physical education*”. Makna inti dari pendidikan jasmani itu sendiri ialah pendidikan. Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok dalam usaha untuk mendewasakan anak melalui upaya pengajaran dan latihan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dalam usaha mencapai tujuan pendidikan. Hal tersebut sejalan dengan Husdarta (2011, hlm. 3) yang mengemukakan bahwa, “Pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khususnya lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antar gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya”.

Selain itu ada pula pendapat lain yang mengemukakan tentang pengertian pendidikan jasmani yaitu menurut Lutan (2001, hlm. 15) bahwa “Pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak”. Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan upaya agar dapat mengaktualisasikan seluruh potensi aktivitasnya sebagai manusia berupa sikap, tindakan dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai cita-cita kemanusiaan. Sedangkan pendapat lain yang disampaikan oleh Rosdiani D. (2012, hlm. 23) bahwa,

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perspektual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikatakan oleh *Nixom dan Cozens* (Safari, 2012, hlm. 8) bahwa “Pendidikan jasmani adalah fase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktifitas berat yang mencakup sistem otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktifitas tersebut.”

Dari beberapa pengertian pendidikan jasmani di atas, bisa dibuat kesimpulan bahwasannya pendidikan jasmani itu merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan termasuk nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Jadi, selain belajar siswapun di didik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran tujuan pembelajaran, dalam pendidikan jasmani itu anak diajarkan untuk bergerak.

Melalui pengalaman bergerak itulah, siswa akan terbentuk perubahan yang positif dalam aspek jasmani dan rohaninya.

### **b. Tujuan Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar**

Tujuan umum pendidikan jasmani di Sekolah Dasar (SD) adalah memacu kepada pertumbuhan pada perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap, dan membiasakan hidup sehat.

Melalui pembelajaran penjas, siswa dapat melakukan berbagai kegiatan permainan dan olahraga tanpa mengesampingkan aspek kompetisi dan prestasi yang mungkin bisa diraih didalamnya. Hal tersebut tercantum dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan 2006 (BSNP, 2006, hlm. 62) yaitu sebagai berikut:

- 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga terpilih.
- 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- 4) Meletakkan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung didalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
- 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif.

Tujuan pendidikan jasmani selaras dengan tujuan umum pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Tujuan pendidikan yang begitu luhur akan dicapai, setelah mencapai masa yang cukup lama. Hal ini disebut tujuan jangka panjang. Boleh jadi, masa yang ditempuh untuk mencapai tujuan tersebut, selama berpuluh-puluh tahun. Selanjutnya, untuk mencapai tujuan jangka panjang itu, ada seperangkat tujuan antara, yang menjadi penengah antara tujuan jangka panjang dan tujuan jangka pendek atau tujuan seketika (Lutan, 2001, hlm. 15). Selain itu, Muhadi (2001, hlm. 5) menjelaskan bahwa,

Tujuan umum Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar adalah memacu kepada 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. Diantara tujuan-tujuan tersebut ialah sebagai berikut.

- 1) Memacu perkembangan dan aktivitas sistem: peredaran darah, pencernaan dan pernapasan.
- 2) Memacu pertumbuhan jasmani seperti bertambahnya tinggi dan berat badan.
- 3) Menanamkan nilai-nilai disiplin, kerjasama, sportivitas, tenggang rasa.
- 4) Meningkatkan keterampilan melakukan kegiatan aktivitas jasmani dan memiliki sikap yang positif terhadap pentingnya melakukan aktivitas jasmani.
- 5) Meningkatkan kesegaran jasmani.
- 6) Meningkatkan pengetahuan pendidikan jasmani.
- 7) Menanamkan kegemaran untuk melakukan aktivitas jasmani.

Selain itu, ada juga yang berpendapat mengenai tujuan pendidikan jasmani diantaranya Mahendra (2004, hlm. 14) yang mengemukakan beberapa tujuan pendidikan jasmani yaitu sebagai berikut ini.

- 1) Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- 2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- 3) Memperoleh dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- 4) Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- 5) Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.
- 6) Menikmati kesenangan dan keriangannya melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Sedangkan menurut Rosdiani D. (2012, hlm. 34) secara sederhana mengatakan bahwa “Tujuan pembelajaran pendidikan jasmani itu harus mencakup tujuan dalam domain psikomotorik, domain kognitif, dan tak kalah pentingnya adalah domain afektif”.

Berdasarkan uraian tentang beberapa tujuan pendidikan jasmani yang dikemukakan oleh para ahli, bisa disimpulkan bahwa tujuan pendidikan jasmani pada dasarnya adalah ingin mengembangkan potensi-potensi atau kemampuan yang ada pada seluruh peserta didik khususnya dari aspek kognitif, motorik dan

afektifnya, sehingga peserta didik dapat memberikan kontribusi terhadap berbagai aspek kehidupan secara positif dimasyarakat. Baik itu secara kognitifnya, motoriknya maupun afektifnya.

### c. Manfaat Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar

Beban belajar di sekolah begitu berat dan menekan kebebasan anak untuk bergerak. Kebutuhan gerak bagi mereka tidak bisa terpenuhi karena keterbatasan waktu dan kesempatan. Hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya budaya, ekonomi sosial, rangsangan dari lingkungan. Sejalan dengan itu, pengetahuan dan kebiasaan makan yang buruk pun semakin memperparah masalah kesehatan yang mengancam.

Pendidikan jasmani tampil untuk mengatasi masalah tersebut, melalui program yang direncanakan dengan baik, anak-anak dilibatkan dalam kegiatan fisik yang tinggi intensitasnya. Pendidikan jasmani pun menyediakan ruang belajar menjelajahi lingkungan yang ada disekitarnya. Lewat pendidikan jasmanilah anak-anak menemukan saluran yang tepat untuk bergerak bebas dan meraih kembali keceriaannya.

Secara umum manfaat pendidikan olahraga jasmani bagi siswa dijelaskan oleh Miroslaf (2013) ssebagai berikut ini.

- 1) Mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas jasmani, perkembangan estetika, dan perkembangan sosial.
- 2) Mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menguasai keterampilan gerak dasar yang akan mendorong partisipasinya dalam aneka aktivitas jasmani.
- 3) Mendapatkan dan mempertahankan derajat kebugaran jasmani yang optimal untuk melaksanakan tugas sehari-hari secara efisien dan terkendali.
- 4) Mengembangkan nilai-nilai pribadi melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani baik secara kelompok maupun perorangan.
- 5) Berpartisipasi dalam aktivitas jasmani yang dapat mengembangkan keterampilan sosial yang memungkinkan siswa berfungsi secara efektif dalam hubungan antar orang.
- 6) Menikmati kesenangan dan kerianggan melalui aktivitas jasmani, termasuk permainan olahraga.

Adapun pendapat lain mengenai manfaat pendidikan jasmani di sekolah dasar menurut Rosdiani (2012, hlm. 37-39) adalah sebagai berikut ini.

- 1) Memenuhi kebutuhan anak akan gerak
- 2) Mengenalkan anak pada lingkungan dan potensi dirinya

- 3) Menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna
- 4) Menyalurkan energi yang berlebihan
- 5) Merupakan proses pendidikan secara serempak baik fisik, mental, maupun emosional.

Menurut Mahendra (dalam Sudirjo, 2013, hlm. 17) mengenai manfaat pendidikan jasmani di sekolah mencakup sebagai berikut ini.

- 1) Memenuhi kebutuhan anak-anak bergerak pendidikan jasmani memang merupakan dunia anak-anak dan sesuai dengan kebutuhan anak-anak. Di dalamnya anak-anak dapat belajar sambil bergembira melalui penyaluran hasratnya untuk bergerak. Semakin terpenuhinya kebutuhan anak-anak bergerak dalam masa-masa pertumbuhannya, kian besar kemasa-lahatannya sebagai kualitas pertumbuhan itu sendiri.
- 2) Mengenalkan anak pada lingkungannya dan potensi dirinya. Pendidikan jasmani adalah waktu untuk "berbuat". Sesuatu dari padanya harus melihat atau mendengarkan orang. Suasana kebahasaan yang di tawarkan di lapangan atau gedung olahraga karena sekian lama terkurung di antar batas-batas ruang kelas. Keadaan ini benar-benar tidak sesuai dengan dorongan nalurinya. Dengan bermain dan bergerak anak benar-benar belajar tentang potensinya dan dalam kegiatan ini anak-anak mencoba mengenali lingkungan sekitarnya.
- 3) Menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna. Peranan pendidikan jasmani di Sekolah Dasar cukup unik, karena turut mengembangkannya dasar-dasar keterampilan yang diperlukan anak untuk menguasai berbagai keterampilan dalam kehidupan di kemudian hari. Pada usia SD tingkat pertumbuhan sedang lambat-lambatnya, maka pada usia-usia inilah kesempatan anak untuk mempelajari kesempatan gerak sedang tibam asakritisnya. Konsekuensi, keterlambatan pembinaan pada masa ini sangat dipengaruhi terhadap perkembangan anak pada masa berikutnya.
- 4) Menyalurkan energi yang berlebihan. Anak adalah makhluk yang sedang berada dalam masa kelebihan energi. Kelebihan energi ini perlu disalurkan agar tidak mengganggu keseimbangan perilaku dan mental anak secepat setelah kelebihan energi tersalurkan, anak-anak memperoleh kembali keseimbangan dirinya, karena setelah istirahat, anak-anak kembali memperbaiki dan memulihkan energi secara optimal.
- 5) Merupakan proses pendidikan secara serempak baik fisik, mental maupun emosional. Pendidikan jasmani yang benar-benar memberikan sumbangan yang nyata yang di peroleh dari pendidikan jasmani adalah perkembangan yang lengkap, meliputi aspek fisik, mental, emosional dan moral.

Menurut para ahli pendidikan jasmani merupakan wahana yang paling tepat untuk membentuk manusia seutuhnya.

Pendidikan jasmani yang benar akan memberikan sumbangan yang nyata yang di peroleh dari pendidikan jasmani adalah perkembangan yang lengkap, meliputi aspek fisik, mental, emosional dan moral. Menurut para ahli pendidikan jasmani merupakan wahana yang paling tepat untuk membentuk manusia seutuhnya (Rosdiani, 2012, hlm. 37-39).

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai manfaat pendidikan jasmani, maka dapat dibuat kesimpulan bahwa melalui pendidikan jasmani siswa dapat mengembangkan nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani serta siswa dapat menyalurkan hasrat dalam kebutuhan bergeraknya yang tentunya dapat membuat dampak positif bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa tersebut.

#### **d. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar**

Setelah membahas pengertian pendidikan jasmani dan tujuan pendidikan jasmani, maka ruang lingkup pendidikan jasmani diperlukan sebagai pedoman untuk menyusun program penjas. Namun ruang lingkup penjas masih dibatasi dan sifatnya masih umum.

Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani berdasarkan (KTSP) Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (BSNP, 2007, hlm. 2) adalah sebagai berikut:

- 1) Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepakbola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis dan bela diri serta aktivitas lainnya.
- 2) Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- 3) Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat dan senam lantai serta aktivitas lainnya.
- 4) Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
- 5) Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan di air, keterampilan bergerak di air dan renang serta aktivitas lainnya.
- 6) Pendidikan luar kelas: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
- 7) Kesehatan meliputi: penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap



sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3k dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk kedalam semua aspek.

Terdapat pendapat lain yang mengenai ruang lingkup pendidikan jasmani yaitu Mahendra (2004, hlm.57-59) yang mengatakan bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar haruslah meliputi:

- 1) Kemampuan pengelolaan tubuh.
- 2) Keterampilan-keterampilan Dasar
- 3) Keterampilan-keterampilan khusus yang terspesialisasi

Berbeda halnya dengan apa yang dikatakan Muhadi (2001, hlm. 5) yang mengemukakan pendapatnya tentang ruang lingkup pendidikan jasmani, yaitu:

Ruang lingkup program pengajaran Pendidikan Jasmani yang diajarkan di Sekolah Dasar, mulai dari kelas I sampai kelas VI pada setiap semesternya ditekankan pada usaha memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional dan sosial.

Jenis-jenis kegiatan yang diajarkan di Sekolah Dasar meliputi atas:

- 1) Kegiatan pokok yang terdiri atas:
  - a) Pengembangan Kemampuan Jasmani (PKJ)
  - b) Atletik
  - c) Senam
  - d) Permainan
- 2) Kegiatan pilihan

Yang dimaksud dengan kegiatan pilihan disini adalah suatu bentukkegiatan jasmani yang ditunjukkan untuk meningkatkan prestasi optimal murid-murid Sekolah Dasar (SD) sesuai dengan bakat dan kegemarannya. Jadi disini sudah menjurus kepada kegiatan olahraga.

Jenis kegiatan olahraga pilihan ini mulai diberikan pada murid-murid SD kelas III sampai kelas VI, yang terdiri atas:

- a) Pencak silat
- b) Renang
- c) Bulu tangkis
- d) Tenis meja
- e) Sepak takraw
- f) Permainan tradisional

Berdasarkan pendapat di atas mengenai ruang lingkup pendidikan jasmani, maka dapat dijelaskan bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani haruslah dirancang dengan baik terlebih dahulu, agar tujuan pembelajaran pendidikan jasmani akan tercapai secara keseluruhan.

## **2. Perkembangan Keterampilan Gerak**

### **a. Pengertian Perkembangan**

Perkembangan dapat dikatakan sebagai suatu urutan-urutan perubahan yang bertahap dalam suatu pola yang teratur dan saling berhubungan. Perubahan-perubahan yang terjadi dalam perkembangan ini bersifat tetap, menuju ke suatu arah, yaitu ke suatu tingkat yang lebih tinggi. Menurut Husdarta JS. dan Kusmaedi (2010, hlm. 2) menjelaskan bahwa “Perkembangan adalah serangkaian perubahan progresif yang terjadi sebagai akibat dari proses kematangan dan pengalaman”.

Perkembangan menghasilkan bentuk-bentuk dan ciri-ciri kemampuan baru yang berlangsung secara bertahap yang sederhana ke tahap yang lebih tinggi. Hal serupa dikemukakan oleh Yusuf (2011, hlm. 15) yang mengatakan bahwa “Perkembangan adalah perubahan yang progresif dan kontinyu (berkesinambungan) dalam diri individu dari mulai lahir sampai mati”.

Berdasarkan pendapat para ahlimengenai pengertian perkembangan, maka dapat disimpulkan bahwa perkembangan merupakan hasil dari pertumbuhan seseorang serta pematangan fungsi-fungsi fisiknya yang mampu merubah seseorang menuju kedewasaan yang berlangsung secara sistematis, progresif dan berkesinambungan.

### **b. Teori Perkembangan Gerak Anak Sekolah Dasar**

Pembelajaran pendidikan jasmani di SD lebih banyak ditekankan pada proses penguasaan keterampilan gerak sebelum dicapai hasil, maksudnya yang lebih diutamakan adalah proses pengembangan keterampilan. Pada dasarnya pendidikan jasmani harus memusatkan pada proses penguasaan keterampilan gerak dasar. Oleh karena itu, keterampilan gerak dasar harus didukung oleh pola gerak. Menurut Lutan (2001, hlm. 40) yang dimaksud dengan pola gerak adalah “Serangkaian gerak terkait yang terorganisir”. Jadi berdasarkan pola gerak inilah terbentuk gerak dasar. Keterampilan gerak itu dibagi menjadi beberapa kategori.

Keterampilan gerak itu dapat dibagi menjadi beberapa kategori. Sebuah kategori gerak adalah sebuah kerangka penggolongan, berdasarkan pada unsur-unsur yang sama. Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (Mithayani, 2012) menjelaskan pembagian kategori gerak meliputi tiga macam yaitu gerak lokomotor, manipulatif, dan stabilitas. Adapun penjelasan mengenai ketiga keterampilan gerak yaitu sebagai berikut ini.

### 1) Gerak lokomotor

Gerak lokomotor adalah setiap gerak yang dilakukan dalam keadaan tubuh dipindahkan posisinya ke arah mendatar atau ke arah gerak vertikal, dari satu titik ke titik lainnya dalam sebuah ruang. Hal tersebut sejalan dengan penjelasan Mithayani (2012) bawa, “Kemampuan locomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti lompat dan loncat”. Yang termasuk kedalam gerak lokomotor adalah lari, melompat dengan tumpuan satu kaki (*hopping*), melompat dengan tumpuan dua kaki (*skipping*), dan melompat sejauh mungkin dengan satu kaki atau dua kaki.

### 2) Gerak manipulatif

Gerak manipulatif yang melibatkan otot-otot besar adalah aktivitas jasmani yang melibatkan pengerahan daya yang diarahkan pada suatu obyek dan upaya menerima daya dari obyek. Menurut Mithayani (2012) bawa, “Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan”. Contoh gerak manipulatif yaitu melempar, menendang, memukul, dan menangkap.

### 3) Gerak stabilitas (non-lokomotor)

Gerak itu dikatakan stabil, karena badan seseorang menetap pada satu posisi, namun bergerak pada sumbu horisontal dan vertikal. Misalnya, mendorong, menarik, mengangkat beban dan gerak berguling juga termasuk pada kategori gerak non-lokomotor atau gerak stabil. Karena tujuan utamanya adalah untuk tetap menjaga keseimbangan selama tugas dilakukan (Lutan, 2001, hlm. 40-43). Sedangkan menurut Husdarta dan Kusmaedi (2010, hlm. 104) berpendapat bahwa,

Periode anak kecil dapat dianggap sebagai “masa belajar keterampilan”. Apabila anak-anak tidak diberi kesempatan mempelajari keterampilan tertentu, mereka akan kurang memiliki dasar keterampilan yang telah dipelajari oleh teman-teman sebayanya, dan akan kurang memiliki motivasi untuk mempelajari berbagai keterampilan ketika diberi kesempatan.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli mengenai teori perkembangan siswa SD, bisa dikatakan bahwa kategori gerak ini harus dikembangkan dan diperhalus hingga taraf tertentu yang memungkinkan anak mampu untuk melaksanakan kegiatan dengan tenaga yang hemat dan sesuai dengan keadaan lingkungan.

### c. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Usia rata-rata anak Indonesia saat masuk sekolah dasar adalah enam tahun dan selesai pada usia 12 tahun. Anak-anak usia sekolah ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak-anak yang usianya lebih muda atau lebih tua. Menurut Desmita (2011, hlm. 35) mengatakan bahwa karakteristik anak sekolah dasar adalah “Senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung”. Maka dari itu guru pada saat mengajar pendidikan jasmani hendaknya mengembangkan suatu proses pembelajaran yang mengandung unsur permainan, mengusahakan untuk bergerak, belajar dalam kelompok, dan memberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran. Melalui bermain dapat dikembangkan kestabilan dan pengendalian emosi yang sangat penting bagi keseimbangan mental. Melalui bermain juga dapat dikembangkan kecepatan proses hubungan hidup antar individu, antar kelompok, antara individu dengan kelompok, antara kelompok dengan negara atau bahkan antara negara dan bangsa sedunia.

Menurut Yusuf (2002, hlm. 24-25) bahwa karakteristik siswa sekolah dasar dibagi menjadi dua, yaitu:

- 1) Masa kelas rendah (6 atau 7 tahun sampai 9 atau 10 tahun)
  - a) Adanya hubungan positif yang tinggi antara keadaan jasmani dengan prestasi.
  - b) Sikap tunduk kepada peraturan-peraturan permainan tradisional.
  - c) Adanya kecenderungan memuji diri sendiri.
  - d) Suka membanding-bandingkan dirinya dengan anak yang lain.
  - e) Apabila tidak dapat menyelesaikan suatu soal, maka soal itu dianggap tidak penting.
  - f) Pada masa ini (terutama usia 6 sampai 8 tahun) anak menghendaki nilai (nilai rapor) yang baik, tanpa mengingat apakah prestasinya memang pantas diberi nilai baik atau tidak.
- 2) Masa kelas tinggi (9 atau 10 tahun sampai 12 atau 13 tahun)
  - a) Adanya minat terhadap kehidupan praktis sehari-hari yang konkret, hal ini menimbulkan adanya kecenderungan untuk membandingkan pekerjaan-pekerjaan yang praktis.
  - b) Amat realistis, ingin mengetahui, ingin belajar.
  - c) Menjelang akhir masa ini telah ada minat kepada hal-hal dan mata pelajaran khusus.
  - d) Pada masa ini, anak memandang nilai (angka rapor) sebagai ukuran yang tepat (sebaik-baiknya) mengenai prestasi sekolah.
  - e) Anak-anak pada usia ini gemar membentuk kelompok sebaya biasanya untuk bermain bersama.

Dari keterangan para ahli mengenai karakteristik siswa SD, bisa dikatakan bahwa karakteristik siswa SD dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu masa kelas rendah (6 atau 7 tahun sampai 9 atau 10 tahun) dan masa kelas tinggi (9 atau 10 tahun sampai 12 atau 13 tahun).

### **3. Teori Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Belajar adalah perubahan perilaku sebagai hasil dari pengalaman. Terdapat pendapat mengenai makna dari belajar itu sendiri, yakni pendapat dari Mulyanto (2013, hlm. 1) yang mengatakan bahwa:

Belajar secara formal dilakukan oleh siswa dengan bantuan guru sebagai fasilitator dalam lingkungan yang sengaja diciptakan sedemikian rupa agar kondusif melalui kegiatan kompleks untuk menghasilkan kapabilitas atau kemampuan, keterampilan, pengetahuan sikap dan nilai yang semakin berkembang.

Sedangkan pendapat lain mengenai belajar dikemukakan oleh Rogers (Mulyanto, 2013, hlm. 8) yang mengatakan bahwa ‘belajar harus berpusat pada anak, proses belajar harus sesuai dengan perkembangan potensi anak secara fisik, mental, dan sosial’. Dalam proses pembelajaran tidak dapat dipisahkan dari beberapa pandangan mengenai teori belajar. Penjelasan mengenai beberapa teori belajar sebagai berikut ini.

#### **a. Teori Behavioris**

Teori ini berdasarkan pada perubahan perilaku. *Behavioris* menekankan pada pola perilaku baru yang diulang-ulang sampai menjadi otomatis. Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikatakan Pavlov (Yulaelawati, 2007, hlm. 63) yang mengatakan bahwa ‘*behavioris* menekankan perhatian pada perubahan tingkah laku yang dapat diamati setelah seseorang diberi perlakuan’

Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa teori *behavioris* lebih menekankan pada tingkah laku apa yang harus dikerjakan siswa bukan pada pemahaman siswa terhadap sesuatu.

#### **b. Teori Kognitif**

Pelopor teori ini adalah Jean Piaget. Menurut Piaget (Yulaelawati, 2007, hlm. 64) mengemukakan gagasan utama dalam teori *kognitif* adalah ‘perwakilan mental’.

Menurut Yulaelawati (2007, hlm. 64) mengatakan beberapa hal mengenai teori *kognitif*, di antaranya adalah sebagai berikut.

- 1) Semua gagasan dan citraan diwakili oleh skema.
- 2) Jika semua informasi sesuai dengan skema akan diterima, jika tidak maka akan disesuaikan atau skema yang disesuaikan.
- 3) Belajar merupakan pelibatan penguasaan atau penataan kembali struktur kognitif dimana seseorang memproses dan menyimpan informasi.

Jadi teori *kognitif* ini adalah sebuah teori yang berdasarkan proses berpikir dibelakang perilaku. Dimana perubahan perilaku ini diamati dan digunakan sebagai indikator terhadap apa yang terjadi pada siswa.

#### **c. Teori Konstruktivis**

Bertitik tolak dari teori *kognitif* maka lahirlah pandangan baru tentang teori belajar yaitu *konstruktif*. Teori ini mengatakan bahwa pengetahuan dibina secara aktif oleh seseorang yang berpikir. Menurut Schuman (Yulaelawati, 2007, hlm. 65) bahwa '*konstruktif* dikemukakan dengan dasar pemikiran bahwa semua orang membangun pandangannya terhadap dunia melalui pengalaman individual'.

Jadi berdasarkan pendapat tersebut bahwa teori *konstruktif* menekankan pada pembangunan pengetahuan berdasarkan pengalaman atau pengetahuan yang telah ada sebelumnya.

### **4. Hakikat Model Pembelajaran Kooperatif**

#### **a. Pengertian Model Pembelajaran kooperatif**

Pembelajaran kooperatif dianggap sebagai suatu strategi alternatif yang mampu memberikan dampak positif bagi perkembangan siswa, baik dari aspek intelektual maupun emosional. Pembelajaran kooperatif merujuk pada berbagai macam metode pengajaran dimana para siswa belajar melalui kelompok-kelompok kecil untuk saling membantu satu sama lainnya dengan mempelajari materi pelajaran.

Menurut Johnson, et al., (Safari, 2012, hlm. 3) mengemukakan bahwa '*kooperatif* adalah pemanfaatan kelompok kecil dalam pengajaran yang memungkinkan siswa bekerja sama untuk memaksimalkan belajar mereka dan belajar anggota lainnya dalam kelompok tersebut'. Sedangkan menurut Subroto, Juliantine dan Yudiana (2011, hlm. 57) mengatakan bahwa,

Pembelajaran kooperatif merupakan suatu strategi pembelajaran yang mulai berkembang di Amerika Serikat sekitar tahun 1980-an. Strategi ini berupaya untuk merubah persepsi masyarakat yang terlanjur menganggap bahwa guru berkewajiban untuk mengajar dan menyodori siswa dengan muatan-muatan pengetahuan dan informasi, selain itu guru dianggap sebagai satu-satunya sumber belajar.

Dengan model pembelajaran kooperatif siswa dapat termotivasi untuk melakukan kegiatan pembelajaran, mulai dari keterampilan dasar sampai pemecahan masalah yang kompleks. Model pembelajaran kooperatif bisa menciptakan perubahan dalam pembelajaran di kelas. Tidak ada lagi sebuah kelas yang sunyi selama proses pembelajaran karena para siswa di bentuk atas kelompok-kelompok kecil yang saling bekerja sama untuk belajar satu sama yang lainnya.

Jadi bila dikaitkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, pembelajaran dengan menerapkan model kooperatif para siswa diharapkan dapat saling membantu, saling mendiskusikan dan berargumentasi untuk mengasah keterampilan dan pengetahuan yang mereka kuasai saat itu dan menutup kesenjangan dalam pemahaman masing-masing.

#### **b. Macam-macam Model Pembelajaran Kooperatif**

Ada beberapa model pembelajaran kooperatif yang telah diteliti secara luas. Menurut Slavin (Yusron N. 2005, hlm. 11) mengatakan beberapa model pembelajaran kooperatif yang dapat diadaptasi pada sebagian besar mata pelajaran dan tingkat kelas, diantaranya adalah sebagai berikut:

(STAD) *Student Team-Achievment Division* (Pembagian Pencapaian Tim Siswa), (TGT) *Team- Games-Tournament* ( Turnamen Game Tim), dan JIGSAW II (Teka-teki II). Dua yang lain adalah kurikulum komprehensif yang dirancang untuk digunakan dalam mata pelajaran khusus pada tingkat kelas tertentu : yaitu (CIRC) *Cooperative Integrated Reading and Composition* (Mengarang dan Membaca Terintegrasi yang Kooperatif) digunakan untuk pelajaran membaca pada kelas II-VI, dan (TAI) *Team Accelerated Instruction* (Percepatan Pengajaran Tim) untuk pelajaran matematika pada kelas III-VI.

Hal tersebut sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Nur (2011, hlm. 5) ada tiga model pembelajaran kooperatif yang cocok untuk semua mata pelajaran dan tingkat kelas, diantaranya adalah:

*Student Team-Achievment Division (STAD)*, *Team- Games-Tournament (TGT)*, *JIGSAW II*. Dan dua model lain yang merupakan kurikulum komprehensif yang dirancang untuk digunakan pada mata pelajaran tertentu dan tingkat kelas tertentu, diantaranya adalah, *Cooperative Integrated Reading and Composition (CIRC)* yang digunakan untuk pengajaran membaca dan menulis pada kelas II-VI. Dan *Team Accelerated Instruction (TAI)* digunakan untuk mata pelajaran matematika pada kelas III-VI.

Model-model pembelajaran di atas seluruhnya menerapkan penghargaan tim, tanggung jawab individual, dan kesempatan yang sama untuk berhasil, namun dilakukan dengan cara yang berbeda.

### c. Tujuan Pembelajaran Kooperatif

Secara umum tujuan pembelajaran kooperatif tersebut adalah menciptakan situasi keberhasilan seseorang yang ditentukan atau dipengaruhi oleh keberhasilan kelompok. Menurut Subroto, Juliantine dan Yudiana (2011, hlm. 59-60) secara garis besar tujuan penerapan model pembelajaran kooperatif adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk lebih menyiapkan siswa dengan berbagai keterampilan baru agar dapat ikut berpartisipasi dalam dunia yang selalu berubah dan terus berkembang.
- 2) Membentuk kepribadian siswa agar dapat mengembangkan kemampuan berkomunikasi dan bekerjasama dengan orang lain dalam berbagai situasi sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kebutuhan akan sumber daya manusia yang memiliki kesadaran dan keberagaman sehingga dapat mewujudkan hubungan kerjasama dalam segala bidang.
- 3) Mengajak siswa untuk membangun pengetahuan secara aktif karena dalam pembelajaran dengan model kooperatif, siswa tidak hanya menerima pengetahuan dari guru, tetapi siswa juga menyusun pengetahuan yang terus menerus sehingga menempatkan siswa sebagai siswa yang aktif.
- 4) Memantapkan interaksi pribadi antar siswa, dan juga antara guru dengan siswa. Hal ini bertujuan untuk membangun suatu proses sosial yang akan membangun pengertian dan pengetahuan bersama.
- 5) Mengajak siswa untuk menemukan, membentuk dan mengembangkan pengetahuan. Maksudnya adalah siswa diharapkan mampu mengembangkan makna dari materi-materi pelajaran melalui suatu proses belajar dan menyimpannya agar dapat diproses dan dikembangkan lagi.
- 6) Meningkatkan hasil belajar, meningkatkan hubungan antar kelompok, menerima teman yang mengalami kendala akademik, dan meningkatkan harga diri (*self esteem*).

Menurut Slavin (dalam Yusron, 2005, hlm. 33) mengatakan tujuan yang paling penting dari pembelajaran kooperatif adalah 'untuk memberikan para siswa



pengetahuan, konsep, kemampuan dan pemahaman yang mereka butuhkan supaya bisa menjadi anggota masyarakat yang bahagia dan memberikan kontribusi’.

Berdasarkan kutipan di atas mengenai tujuan kooperatif, bisa disimpulkan bahwa tujuan pembelajaran kooperatif dapat memberi keuntungan kepada siswa di tiap kelompoknya yang bekerja sama dalam menyelesaikan tugas-tugas akademiknya, serta dalam pembelajaran kooperatif dapat pula memberi peluang bagi siswa untuk saling berinteraksi dengan teman dalam timnya dengan berbagai perbedaan latar belakang.

#### **d. Manfaat Model Pembelajaran Kooperatif**

Penerapan model pembelajaran kooperatif dapat memberikan manfaat besar jika dilaksanakan secara terencana dengan baik. Menurut Subroto, Juliantine dan Yudiana (2011, hlm. 63-65) manfaat dari model pembelajaran kooperatif jika diterapkan dalam proses pembelajaran adalah sebagai berikut:

- 1) Pembelajaran dengan model kooperatif mampu mengembangkan aspek moralitas dan interaksi sosial peserta didik, siswa memperoleh kesempatan yang lebih besar untuk berinteraksi dengan siswa lain.
- 2) Pembelajaran dengan model kooperatif mampu mempersiapkan siswa untuk belajar bagaimana caranya mendapatkan berbagai pengetahuan dan informasi sendiri, baik dari guru, teman, bahan-bahan pelajaran ataupun sumber-sumber belajar yang lain.
- 3) Pembelajaran dengan model kooperatif mampu meningkatkan kemampuan siswa untuk bekerjasama dengan orang lain dalam sebuah tim, karena kemampuan individu bukanlah yang penting dalam mencapai tujuan dan keberhasilan suatu usaha. Dengan demikian, model pembelajaran kooperatif dapat membiasakan siswa untuk berkomunikasi dan bekerjasama dengan orang lain dalam berbagai situasi sosial.
- 4) Pembelajaran dengan model kooperatif dapat membentuk pribadi yang terbuka dan menerima perbedaan yang terjadi karena dalam pembelajaran kooperatif, kerjasama yang dilakukan tidak memandang perbedaan ras, agama, ataupun status social.
- 5) Pembelajaran dengan model kooperatif membiasakan siswa untuk selalu aktif dan kreatif dalam mengembangkan analisisnya.

Menurut Slavin (dalam Yusron 2005, hlm. 5) mengatakan bahwa ‘manfaat penggunaan pembelajaran kooperatif adalah untuk menumbuhkan kesadaran bahwa siswa perlu belajar berpikir dalam menyelesaikan masalah, mengintegrasikan serta mengaplikasikan kemampuan dan pengetahuan siswa’.

Berdasarkan kutipan di atas bahwa manfaat pembelajaran kooperatif dapat membiasakan siswa untuk mampu berinteraksi dengan siswa lain, dapat

mengembangkan siswa dalam bekerjasama dengan siswa lainnya, serta dapat membiasakan siswa untuk selalu aktif dan kreatif dalam setiap pembelajaran.

## **5. Hakikat TAI( Team-Assisted-Individualization )**

### **a. Pengertian TAI**

Menurut Slavin (1984, hlm .200) “TAI (*Team Assisted Individualization*) merupakan sebuah program pedagogic yang berusaha mengadaptasikan pembelajaran dengan perbedaan individual siswa secara akademik. Pengembangan TAI dapat mendukung praktik-praktik ruang kelas, seperti pengelompokan siswa, pengelompokan kemampuan di dalam kelas, pengajaran terprogram, dan pengajaran berbasisi computer”. Tujuan TAI adalah untuk meminimalisasi pengajaran individual yang terbukti kurang efektif; selain juga di tunjukan untuk meningkatkan pengetahuan, kemampuan, serta motivasi siswa dengan belajar kelompok

### **b. Langkah-langkah Penerapan TAI**

Langkah-langkah model pembelajaran tipe TAI(*Team Assisted individualization*) menurut Slavin (dalam Huda,2005, hlm.200) terdiri dari 7 langkah tahapan yaitu:

- 1) Tim - Dalam TAI, siswa dibagi ke dalam tim-tim yang beranggotakan 4-5 orang, sebagaimana dalam STAD dan TGT.
- 2) Tes penerapan – Siswa diberikan *pre-test*. Mereka ditempatkan pada tingkatan yang sesuai dalam program individu berdasarkan kinerja mereka pada tes ini.
- 3) Materi – siswa mempelajari materi peajaran yang akan didiskusikan.
- 4) Belajar kelompok – siswa melakukan belajar kelompok bersama rekan-rekannya dalam satu tim.
- 5) Skor dan rekognisi – Hasil kerja siswa di-*score* di akhir pengajaran, dan setiap tim yang memenuhi kriteria sebagai “tim super” harus memperoleh penghargaan (*recognition*) dari guru.
- 6) Kelompok pengajaran – Guru memberi pengajaran kepada setiap kelompok tentang materi yang sudah didiskusikan.
- 7) Tes fakta –Guru meminta siswa untuk mengerjakan tes-tes untuk membuktikan kemampuan mereka yang sebenarnya.

### **c. Tujuan TAI**

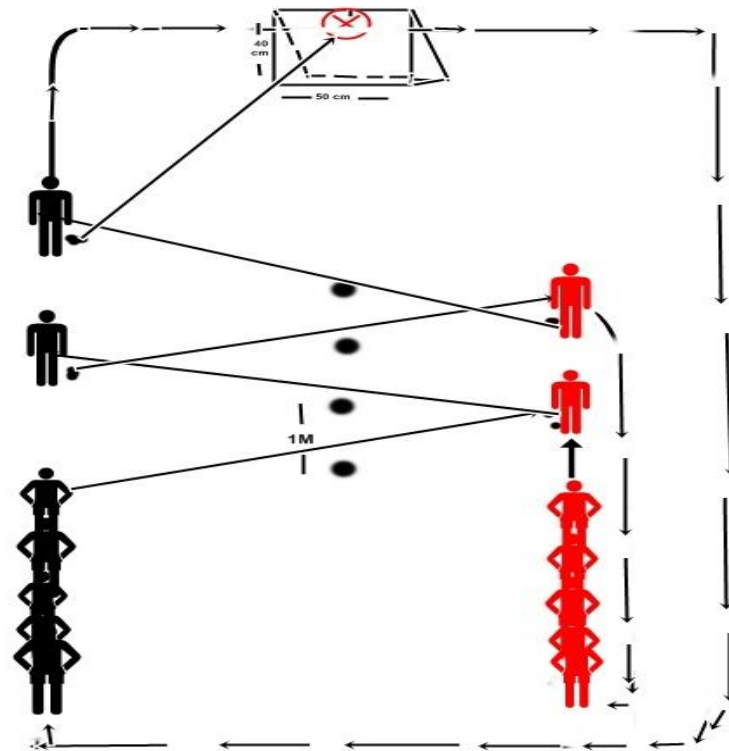
Tujuan TAI adalah untuk meminimalisasi pengajaran individual yang terbukti kurang efektif; selain juga di tunjukan untuk meningkatkan pengetahuan, kemampuan, serta motivasi siswa dengan belajar kelompok.

Ada beberapa manfaat TAI yang memungkinkannya memenuhi kriteria pembelajaran efektif. Di antaranya adalah 1) meminimalisasi keterlibatan guru dalam pemeriksaan dan pengelolaan rutin; 2) melibatkan guru untuk mengajar kelompok-kelompok kecil yang heterogen; 3) memudahkan siswa untuk melaksanakannya karena teknik operasional yang cukup sederhana; 4) memotivasi siswa untuk mempelajari materi-materi yang di berikan dengan cepat dan akurat, tanpa jalan pintas; dan 5) memungkinkan siswa untuk bekerja dengan siswa-siswalain yang berbeda sehingga tercipta sikap positif di antara mereka.

#### **6. TAI Dalam Pembelajaran Penjas**







Penerapan sasaran *passing* adalah suatu penerapan yang bertujuan untuk meningkatkan *passing* kaki bagian dalam dengan cara tembak sasaran kaleng yang dimana mampu membuat siswa dengan mudah memperbaiki *passing* kaki bagian dalamnya, dengan cara siswa berbaris dua jajar lurus kemudian melakukan 1-2 selanjutnya siswa menembak sasaran kaleng gantung tersebut. Adapun prosedurnya sebagai berikut:

- a. Menjelaskan materi yang akan diajarkan yaitu gerak dasar sepakbola *passing* kaki bagian dalam.
- b. Mendemonstrasikan gerakan teknik dasar *passing* kaki bagian dalam, teknik 1-2 dan teknik menembak.
- c. Membagi siswa menjadi dua kelompok
- d. Menjelaskan aturan sasaran tembak *passing*
- e. Melaksanakan materi yang telah dijelaskan








**Gambar 2.1 Sasaran Tembak *passing***

Keterangan :

-  = Siswa penembak sasaran
-  = Siswa mengoper dengan menggunakan 1-2
-  = Tiang/Patok
-  = Arah Lari siswa
-  = Gawang futsal mini
-  = Kaleng sasaran tembak

**Cara Bermain :**

- a. Siswa dibagi ke dalam 2 kelompok A dan B, dimana kelompok A siswa dengan rangking genap dan kelompok B dengan rangking ganjil.
- b.  adalah siswa paling pertama menembak sasaran kaleng dan  bertugas untuk mengoper/*passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam melalui cara 1-2.

- c. Siswa harus segera di mulai setelah ada aba-aba dari guru.
- d. Pertama Siswa melakukan *passing* menggunakan kaki bagian dalam dengan menggunakan 1-2
- e. Setelah melakukan 1-2 siswa  bertugas untuk menembak sasaran ke kaleng.
- f. Begitupun setelah semua siswa  habis, bergantian sama siswa  untuk menembak sasaran kaleng.
- g. Setelah kedua kelompok semua sudah melakukan tembak sasaran di hitung olehguru kelompok mana yang lebih banyak mengenai kaleng tembak sasaran tersebut.
- h. Pada saat perlombaan berlangsung, guru mengamati siswa untuk bahan evaluasi.

## **B. Penelitian Yang Relevan**

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan berdasarkan pada studi kepustakaan, disamping melakukan mengenai kegiatan-kegiatan yang terjadi dilapangan serta hasil-hasil penelitian tindakan kelas yang sesuai dengan fokus kajian dalam penelitian ini. Penelitian ini dilakukan dengan merujuk pada penelitian yang pernah dilakukansebelumnya mengenai penerapan model kooperatif tipe TAI (*Team-Assisted-individualization*), diantaranya sebagai berikut.

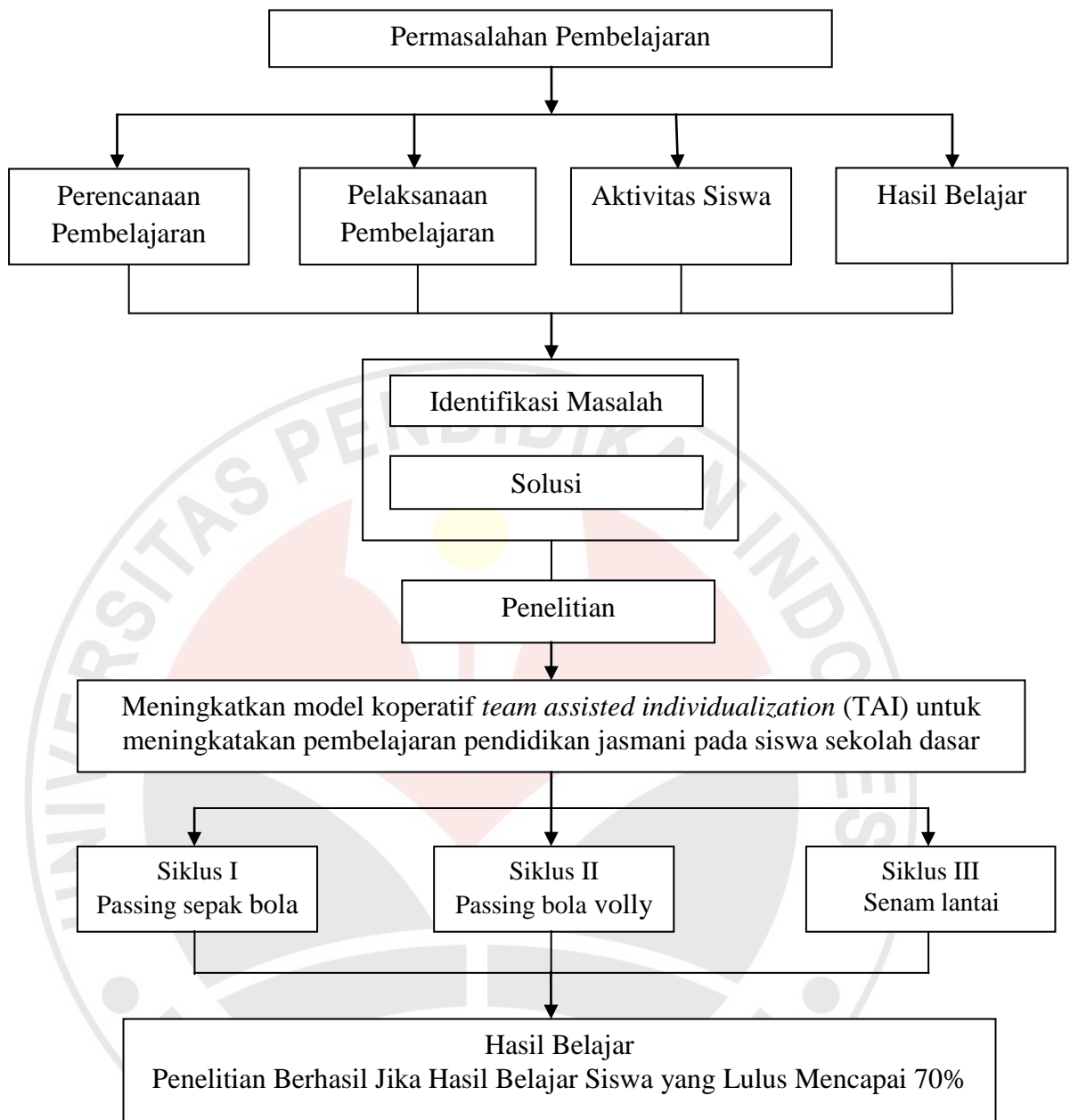
- 1) IGede Agus Redite Ariawan, I Wayan Rai dan Adnyana Putra (2014) dengan judul penelitian yaitu “Penerapan Pembelajaran Kooperatif *TAI* Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar *Passing* Bola Voli”. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu aktivitas belajar *passing* bola voli meningkat dari observasi awal siklus I ke siklus II, yaitu 7,95 pada siklus I menjadi 8,83 pada siklus II. Hasil belajar teknik dasar *passing* bola voli meningkat dari observasi awal siklus I ke siklus II, yaitu dari 69% pada siklus I menjadi 100% pada siklus II. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola voli meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe TAI pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 2 Kubu tahun pelajaran 2013/2014.

- 2) Edi Agus Triyanto (2014) dengan judul penelitian yaitu “Kualitas Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Team Assisted Individualization (TAI) dalam Peningkatan Hasil Belajar Tolak Peluru di MAN Purwodadi Kabupaten Grobogan”. Hasil penelitian ini yaitu terdapat peningkatan pada aspek kognitif (70.57%) menjadi (94.11%), pada aspek psikomotor menunjukkan ketuntasan belajar siswa dari (70.58%) menjadi (88.23%), sedangkan pada aspek afektif menunjukkan ketuntasan belajar siswa dari (88.22%) menjadi (100%). Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran menggunakan model TAI dapat meningkatkan hasil belajar siswa.
- 3) Gede Agus Siwiara (2012) dengan judul “Model Kooperatif TAI untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar *Passing* Bola Voli”. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa aktivitas belajar *passing* bola voli mengalami peningkatan sebesar 2,5 dari 7 pada siklus I menjadi 9,5 pada siklus II yang dimana tergolong kategori Sangat aktif. Sedangkan untuk hasil belajar mengalami peningkatan sebesar 10% dari 83,33% pada siklus I menjadi 93,33% pada siklus II yang dimana tergolong kategori sangat baik. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa aktivitas dan hasil belajar *passing* bola voli (*passing* bawah dan *passing* atas) meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe TAI pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 2 Kubutambahan tahun pelajaran 2012/2013.
- 4) Lubis Ihsan (2013/2014) dengan judul “Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Team Assisted Individualization* (TAI) untuk Meningkatkan Hasil Belajar Teknik *Dribbling* dengan Kaki Bagian Luar dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Kelas VIII di SMP Swasta Tamora 2 Tahun Ajaran 2013/2014”. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar siswa pada setiap siklusnya terbukti dari hasil analisis data yang diperoleh: (1) Dari tes awal diperoleh 13 orang siswa (37,14%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 22 orang siswa (62,86%) belum mencapai ketuntasan belajar. Dengan (2) Dari tes hasil belajar 1 siklus 1 diperoleh 21 orang siswa (50%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 12 orang siswa (50%) belum mencapai tingkat ketuntasan

belajar, dengan rata-rata hasil belajar siswa adalah 74.60%. (3) Dari tes hasil belajar 2 siklus 2 diperoleh 28 orang siswa (82,22%) yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar, sedangkan 5 orang siswa (14,24%) belum mencapai tingkat ketuntasan belajar, dengan rata-rata hasil belajar siswa 82,22%. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata hasil belajar siswa dari data awal ke siklus 1 sebesar 11,11 %, sedangkan peningkatan nilai rata-rata siklus 1 ke siklus 2 yaitu sebesar 14,58%.



### C. Kerangka Berpikir



**Bagan 2.1 Kerangka berpikir**

Kerangka berpikir yang dilaksanakan dalam penelitian ini adalah dalam bentuk siklus. Pada akhir pertemuan diharapkan tercapainya tujuan yang ingin dicapai yaitu meningkatkan kemampuan pembelajaran pendidikan jasmani melalui pembelajaran TAI

Dalam penelitian ini penulis menggunakan model Spiral Kemmis dan Mc Taggart (dalam Wiraatmadja, 2005, hlm. 66), yaitu model siklus yang dilakukan



secara berulang-ulang dan berkelanjutan, artinya semakin lama diharapkan semakin meningkat perubahan atau pencapaian hasilnya.

Maka dalam penelitian ini terdiri dari beberapa siklus yaitu sebagai berikut.

- a. Siklus 1, memperbaiki permasalahan yang ditemukan pada saat observasi
- b. Siklus 2, memperbaiki permasalahan yang timbul pada proses perbaikan pembelajaran siklus 1 yang telah dilaksanakan, sehingga permasalahan yang ditemukan dapat diperbaiki pada siklus ini.
- c. Siklus 3, memperbaiki permasalahan yang timbul pada proses perbaikan pembelajaran siklus 2 yang telah dilaksanakan, dengan maksud agar permasalahan yang ditemukan pada pembelajaran di siklus 2 dapat diperbaiki, sehingga semua permasalahan yang timbul pada proses pembelajaran dapat diperbaiki sampai hasilnya sesuai dengan harapan.

#### **D. Asumsi**

Asumsi merupakan titik tolak dari semua kegiatan penelitian yang dilakukan. Dalam penelitian ini yang menjadi titik tolak yaitu apa yang dilakukan untuk memecahkan sebuah permasalahan pada pembelajaran pendidikan jasmani yaitu pembelajaran dengan menggunakan model TAI. Menurut Slavin (1984, hlm .200) “TAI (*Team Assisted Individualization*) merupakan sebuah program pedagogic yang berusaha mengadaptasikan pembelajaran dengan perbedaan individual siswa secara akademik. Pengembangan TAI dapat mendukung praktik-praktik ruang kelas, seperti pengelompokan siswa, pengelompokan kemampuan di dalam kelas, pengajaran terprogram, dan pengajaran berbasis computer”. Tujuan TAI adalah untuk meminimalisasi pengajaran individual yang terbukti kurang efektif, selain juga di tunjukan untuk meningkatkan pengetahuan, kemampuan, serta motivasi siswa dengan belajar kelompok.

Sedangkan menurut Rosdiani (2013, hlm. 5) “Model pembelajaran merupakan sebuah rencana yang dimanfaatkan untuk merancang”. Model pembelajaran digunakan untuk menunjang kelancaran proses belajar mengajar secara efektif dan efisien agar tujuan pembelajaran dapat tercapai.

Wawasan guru memungkinkan proses pembelajaran berlangsung lebih efektif dan optimal, hal ini selaras dengan pernyataan Howard (dalam Mulyasa, 2007, hlm. 267) ‘seorang guru sebaiknya memiliki rasa ingin tahu, mengapa dan bagaimana anak belajar dan menyesuaikan dirinya dengan kondisi-kondisi belajar dalam lingkungannya’. Tak hanya itu, dalam setiap pembelajaran gurudiharapkan menggunakan media dalam proses pembelajarannya. Menurut National Education

Association (NEA) “Media adalah bentuk-bentuk komunikasi baik tercetak maupun audiovisual serta peralatannya” (dalam Sadiman, dkk.,2006, hlm. 34).

Menurut Safari (2012, hlm. 8) bahwa “Pendidikan jasmani adalah fase dari proses pendidikan keseluruhan yang berhubungan dengan aktifitas berat yang mencakup sistem otot serta hasil belajar dari partisipasi dalam aktifitas tersebut.”

Dari pemaparan data tersebut tadi, bisa diartikan bahwa secara langsung model kooperatif *team assisted individualization* (TAI) dapat meningkatkan hasil pembelajaran pendidikan jasmani karena siswa akan mendapatkan tindakan-tindakan yang bertujuan menjadikan mata pelajaran bermakna dan sukar untuk dilupakan.

#### **E. Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan landasan teori dan kerangka berfikir maka dapat diajukan hipotesis tindakan pada penelitian ini sebagai berikut :

1. “Jika model kooperatif *team assisted individualization* (TAI) diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada siswa kelas V di SDN Sindangheula, maka perencanaan kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani akan lebih baik”.
2. “Jika model kooperatif *team assisted individualization* (TAI) diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada siswa kelas V di SDN Sindangheula, maka kinerja guru penjas dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani akan meningkat”.
3. “Jika model kooperatif *team assisted individualization* (TAI) diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada siswa kelas V di SDN Sindangheula, maka aktivitas siswa dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani akan meningkat”.
4. “Jika model kooperatif *team assisted individualization* (TAI) diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada siswa kelas V di SDN Sindangheula, maka hasil belajar siswa pada kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani akan meningkat”.

