

MENINGKATKAN KREATIVITAS GERAK
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI MELALUI
PERMAINAN KECIL TANPA ALAT PADA SISWA KELAS III

(Studi Penelitian Tindakan Kelas di SDN Jayasakti 02 Muaragembong-Bekasi) 2016

Eko Purwa, Andi Ali Saladin, Edwita

ABSTRAK

Eko Purwa. *Meningkatkan kreativitas gerak dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui permainan kecil tanpa alat pada siswa kelas III SDN Jayasakti 02 Muaragembong Bekasi Skripsi. Jakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, 2016.* Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data tentang peningkatan kreativitas gerak siswa melalui permainan kecil tanpa alat dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas III SD yang berjumlah 25 orang. Penelitian ini dilaksanakan di kelas III SDN Jayasakti 02 dimulai pada bulan September sampai bulan November 2015. Hasil penelitian menunjukkan bahwa diperoleh data pada siklus I kreativitas gerak sebesar 69.4%. siklus II menunjukkan peningkatan yaitu sebesar 82.2%. Sedangkan untuk data pemantauan tindakan pembelajaran dengan permainan kecil pada siklus I memperoleh rata-rata persentase sebesar 68.33% dan pada siklus II mencapai peningkatan rata-rata persentase sebesar 81.66%. Kesimpulannya adalah bahwa pembelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan permainan kecil tanpa alat dapat meningkatkan kreativitas gerak siswa kelas III SDN Jayasakti 02.

Kata Kunci: Kreativitas Gerak, Permainan Kecil

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan suatu bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan umum, karena melalui pembelajaran pendidikan jasmani dapat diupayakan peranan pendidikan untuk mengembangkan kepribadian individu. Hasil nyata dari pendidikan jasmani adalah perkembangan keterampilan (psikomotor).

Pendidikan jasmani merupakan proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi . Pendidikan jasmani memegang peranan penting dalam proses pembelajaran karena mempunyai manfaat bagi perkembangan dan pertumbuhan siswa dalam pelaksanaan pendidikan.

Manfaat dari proses kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani adalah kebugaran jasmani. Hal ini sangat berpengaruh pada proses pembelajaran, karena kebugaran jasmani yang baik bisa membantu siswa untuk melakukan berbagai macam kegiatan belajar. Oleh karena itu, pendidikan jasmani harus lebih diperhatikan karena perannya sangat penting bagi siswa.

Salah satu tujuan dari pendidikan jasmani adalah mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani. Melalui kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, siswa dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya seperti kreativitas gerak.

Untuk dapat mencapai tujuan pendidikan jasmani, diperlukan peran guru yang dapat menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan mengemas pembelajaran menarik sehingga siswa dapat termotivasi dan lebih antusias mengikuti setiap pembelajaran, tetapi sebaliknya apabila dalam proses pembelajaran, guru tidak dapat menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, maka siswa akan merasa jenuh dan tidak lagi memiliki semangat untuk belajar.

Pembelajaran pendidikan jasmani harus lebih diperhatikan karena kebutuhan siswa untuk bergerak harus dipenuhi sebagai landasan untuk mengembangkan

kreativitas yang dimiliki siswa. Kreativitas merupakan suatu kebebasan dalam berekspresi dimana siswa dapat bergerak dan bertindak sesuai dengan kemauan siswa namun harus dalam ruang lingkup pendidikan jasmani.

Pembelajaran pendidikan jasmani dikemas untuk pengembangan fisik melalui kegiatan yang menyenangkan dan nyaman bagi siswa, dengan kegiatan yang menyenangkan, kreativitas siswa dapat meningkat. Rasa aman secara psikologis merupakan suatu persyaratan untuk dapat membuat siswa mau dan mampu mengekspresikan dirinya secara optimal. Melalui kegiatan permainan kecil, siswa akan dapat terlibat langsung dalam pengalaman belajar yang bermakna melalui aktivitas fisik, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana.

Penerapan permainan kecil diharapkan dapat meningkatkan kreativitas gerak siswa melalui kegiatan yang direncanakan dan dilakukan secara efektif. Penerapan permainan kecil dilakukan berdasarkan kebutuhan siswa karena untuk lebih meningkatkan segala potensi yang dimiliki peserta didik dalam hal kreativitas gerak. Kreativitas gerak siswa sangat perlu dikembangkan karena melalui kreativitas siswa akan mendapatkan berbagai pengalaman tidak hanya pada aspek psikomotor saja namun pada aspek kognitif dan afektif siswa akan meningkat.

Anak usia SD merupakan masa emas perkembangan dimana siswa pada usia tersebut mempunyai potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangannya, termasuk kreativitas gerak siswa. Berkaitan dengan pertumbuhan fisik, anak usia SD masih perlu aktif melakukan berbagai aktivitas, ini sangat diperlukan baik bagi pengembangan otot-otot kecil maupun otot-otot besarnya.

Pembelajaran Pendidikan Jasmani sangat mudah dipahami siswa bila situasi atau keadaan belajar siswa diperhatikan. Beberapa situasi belajar siswa perlu diketahui seperti: strategi pembelajaran, pemikiran siswa, tingkah laku siswa, perkembangan motorik dan perkembangan kognitif siswa. Secara psikologis tidak semua siswa dapat menerima pelajaran dengan baik karena perkembangan fisik siswa yang berbeda-beda.

Pelajaran pendidikan jasmani di sekolah sangatlah jarang dilakukan karena jadwal yang ditetapkan di sekolah hanya satu kali dalam seminggu dibandingkan dengan pelajaran yang lain sehingga membatasi keinginan anak untuk bergerak dan dapat mempengaruhi prestasi anak dalam kegiatan belajar yang lainnya. Hal ini menguatkan bahwa pendidikan jasmani dilaksanakan hanya sebatas penguasaan materi. Oleh karena itu, dalam pembelajaran pendidikan jasmani perlu adanya kerjasama yang baik antara guru dengan siswa dalam menciptakan suasana belajar yang bermakna yaitu dengan pemilihan kegiatan pembelajaran yang tepat sehingga mampu mengembangkan segala potensi dan meningkatkan kreativitas gerak siswa.

Melihat kenyataan yang terjadi di SDN Jaya sakti 02 Kabupaten Bekasi selama penyelenggaraan pembelajaran pendidikan jasmani, banyak sekali peserta didik yang belum terlihat kreativitas geraknya, kurang antusias untuk mengikuti proses pembelajaran, hal tersebut terjadi karena siswa belum mendapatkan suatu kebebasan dalam bergerak sehingga pembelajaran pendidikan jasmani menjadi sesuatu yang membosankan bagi siswa. Kreativitas gerak sangatlah penting bagi siswa karena melalui kreativitas gerak, siswa dapat bergerak sesuai kemauan dari dalam dirinya sehingga lebih mudah mengikuti proses pembelajaran. Dalam proses pembelajaran guru harus bisa memadukan kegiatan tersebut dengan sebuah permainan sehingga siswa lebih antusias dan kreativitas gerak siswa lebih meningkat. Hal ini harus dipahami guru agar pembelajaran dapat lebih efektif. Dalam melaksanakan penerapannya, pembelajaran harus sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

Pada penelitian ini peneliti berupaya untuk meningkatkan kreativitas gerak dalam pendidikan jasmani siswa kelas III SDN Jayasakti 02 Kabupaten Bekasi dan mengatasi proses pembelajaran pendidikan jasmani agar pembelajaran lebih efektif. Kegiatan yang akan dilakukan yaitu permainan kecil. Pembelajaran dengan suatu permainan merupakan pembelajaran yang dilakukan dekat dengan dunia anak berbeda dengan pendekatan ataupun metode pembelajaran yang lain. Perbedaan tersebut dapat dilihat dari proses pembelajaran yang lebih menekankan belajar sambil

bermain. Tujuan yang ingin dicapai tidak hanya kemampuan fisik anak atau dalam pengertian penguasaan bahan pelajaran, tetapi juga merupakan aktivitas yang dilakukan dengan suka rela atas dasar rasa senang. Adanya unsur kegembiraan atau senang untuk penguasaan materi tersebut. Inilah yang menjadi ciri khas dari suatu pembelajaran dengan sebuah permainan.

Pembelajaran dengan permainan kecil berdasarkan penggunaan ada dua macam tipe, yaitu permainan menggunakan alat dan permainan tanpa alat, sedangkan berdasarkan kegiatannya ada dua tipe yaitu, sendiri dan beregu. Peneliti dalam hal ini akan menggunakan tipe permainan kecil tanpa alat untuk memaksimalkan proses pembelajaran pendidikan jasmani di SDN Jayasakti 02 Kabupaten Bekasi.

Untuk mengatasi permasalahan dan mendapatkan hasil yang maksimal peneliti menggunakan metode PTK (Penelitian Tindakan Kelas) karena penelitian tindakan kelas merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru atau bersama-sama dengan orang lain (kolaborasi) yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan mutu proses pembelajaran di kelas.

Berdasarkan uraian di atas mengenai pentingnya pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan sebagai upaya peningkatan kreativitas gerak, maka peneliti mencoba mengangkat permasalahan tersebut ke dalam suatu karya ilmiah yang berjudul "Upaya Meningkatkan Kreativitas Gerak dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Permainan Kecil Tanpa Alat di kelas III SDN Jayasakti 02 Kabupaten Bekasi".

KAJIAN TEORITIK

Kreativitas merupakan suatu proses mental individu yang melahirkan gagasan, proses, metode ataupun produk baru yang efektif yang bersifat imajinatif, estetis, fleksibel, integrasi, suksesi, diskontinuitas, dan diferensiasi yang berdaya guna dalam berbagai bidang untuk pemecahan suatu masalah.

Adapun proses kreatif hanya akan terjadi jika dibangkitkan melalui masalah yang memacu pada lima macam perilakukreatif, sebagaimana yang dipaparkan

Parnes dalam Yeni Rachmawati sebagai berikut: 1) *Fluency* (kelancaran), yaitu kemampuan mengemukakan ide yang serupa untuk memecahkan suatu masalah. 2) *Flexibility* (Keluwesannya), yaitu kemampuan untuk menghasilkan berbagai macam ide guna memecahkan suatu masalah di luar kategori yang biasa. Dapat melihat suatu masalah dari sudut pandang yang berbeda-beda, mencari alternatif atau arah yang berbeda, serta mampu menggunakan bermacam-macam pendekatan dan cara pemikiran. Orang yang kreatif adalah orang yang luwes dalam berfikir. 3) *Originality* (keaslian), yaitu kemampuan memberikan respons yang unik atau luar biasa. 4) *Elaboration* (keterperincian), yaitu kemampuan menyatakan pengarahannya ide secara terperinci untuk mewujudkan ide menjadi kenyataan. 5) *Sensitivity* (kepekaan), yaitu kepekaan menangkap dan menghasilkan masalah sebagai tanggapan terhadap suatu situasi.

Gerak secara luas diartikan sebagai suatu perubahan posisi dari suatu objek pada suatu ruang. Sedangkan gerakan manusia merupakan suatu perubahan posisi dalam suatu ruang yang melibatkan sebagian atau seluruh tubuh. Gerak merupakan sesuatu yang ditampilkan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati, namun yang melatar belakangi suatu gerak yang ditampilkan dalam suatu perbuatan yang nyata dalam suatu unjuk kerja sangat beraneka ragam sesuai dengan kebutuhan manusia yang penuh perbedaan gerak dalam konteks aktivitas fisik

Karakteristik Gerak Anak yang pertama Menirukan. Apabila ditunjukkan kepada anak didik suatu action yang dapat diamati (*Observable*), maka ia akan mulai membuat tiruan terhadap action itu pada tingkat otot-ototnya dan dituntun oleh dorongan kata hati untuk menirukannya, **Kedua** Manipulasi. Pada tingkat ini anak didik dapat menampilkan suatu action seperti diajarkan dan juga tidak hanya pada seperti yang diamati. Dia mulai dapat membedakan anatara satu set action dengan yang lain, menjadi mampu memilih action yang diperlukan dan mulai memiliki keterampilan dalam manipulasi implementasi.

Kreativitas Gerak adalah kemampuan perubahan posisi tubuh berdasarkan hasil pemikiran yang mencakup kelancaran, keluwesan, keaslian, keterperincian dan kepekaan.

Kreativitas gerak anak dapat di lihat melalui permainan kecil, permainan kecil adalah suatu bentuk permainan yang tidak mempunyai peraturan tertentu, baik mengenai peraturan permainannya, alat-alatnya yang digunakan, ukuran lapangan, maupun waktu untuk melakukannya, hal ini disesuaikan dengan daerahnya masing-masing selain dari itu belum ada wadahnya atau organisasinya, baik yang bersifat nasional maupun internasional.

Permainan kecil tanpa alat merupakan segala bentuk permainan tanpa alat yang peraturannya fleksibel dan dilakukan dengan kebebasan yang dalam kegiatannya membutuhkan aktivitas gerak sehingga membuat siswa lebih aktif, disiplin dan mampu bekerjasama.

METODE

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas III SDN Jayasakti 02 Muaragembong Bekasi yang berjumlah 25 siswa. Rekan sejawat yang merupakan guru kelas III SDN Jayasakti 02 Kabupaten Bekasi, berperan sebagai observer/pengamat.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (classroom action research). Penelitian tindakan kelas merupakan terjemahan dari classroom action research yaitu satu action research yang dilakukan di kelas. Menurut Carr penelitian tindakan merupakan penelitian dalam bidang sosial, yang menggunakan refleksi diri sebagai metode utama, dilakukan oleh orang yang terlibat didalamnya serta bertujuan untuk melakukan perbaikan dalam berbagai aspek

peneliti membuat rencana program pembelajaran yang akan digunakan selama proses belajar mengajar. Hal tersebut dilakukan agar dalam pelaksanaan tindakan dapat berjalan dengan baik. Didalam perencanaan tindakan yang dibuat oleh peneliti

tertera waktu pelaksanaan, materi pokok, kegiatan dan media yang digunakan selama tindakan berlangsung.

Pada tahap ini yang disebut pelaksanaan tindakan yang merupakan implementasi atau penerapan isi rancangan. Hal yang perlu diingat adalah dalam tahap pelaksanaan tindakan, guru harus ingat dan berusaha mentaati apa yang sudah dirumuskan dalam rancangan. Pelaksanaan proses kegiatan belajar dilakukan 2 kali pertemuan untuk setiap siklusnya. Setiap pertemuan dilakukan 2 jam pelajaran (35 menit), disesuaikan dengan waktu belajar yang sudah ditentukan disekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN BAHASAN

Berdasarkan hasil intervensi tindakan dan catatan lapangan pada siklus I saat pengamatan dilakukan, data yang diperoleh melalui pengamatan dengan 20 butir lembar pengamatan, untuk dijawab dengan empat opsi pilihan jawaban, yaitu sangat baik akan mendapat skor 4, jika baik akan mendapat skor 3, jika cukup akan mendapat skor 2, dan jika kurang baik akan mendapat skor 1. Diketahui bahwa dalam pembelajaran melalui permainan kecil tanpa alat, terlihat proses pembelajaran belum berjalan dengan baik, dari hasil tindakan siklus I tersebut dapat diketahui penyebabnya antara lain, ketika waktu menyelesaikan permainan masih kurang karena waktu guru banyak dipakai untuk mengkondisikan siswa dan mengembalikan konsentrasi siswa terhadap permainan yang akan dilaksanakan, siswa kurang menghargai pendapat temannya dalam diskusi sebelum bermain, siswa belum memiliki sikap kerjasama yang baik dan siswa belum berani mengungkapkan pendapatnya sehingga belum terlihat peningkatan kreativitas gerak siswa.

Pada pertemuan ke 1 dan 2 didapat data dari kreativitas gerak yang telah diperiksa oleh peneliti dan observer maka diperoleh data pada akhir siklus dengan jumlah skor keseluruhan siswa sebanyak 1388, jika dipersentasekan sebesar 69.4%.

Hasil pengamatan Hasil yang diperoleh pada siklus pertama yaitu, masih kurangnya konsentrasi serta keaktifan siswa pada pembelajaran serta ketercapaian kreativitas gerak siswa masih kurang dari hasil yang diharapkan. Proses kegiatan

belajar siswa berjalan dengan baik dan menyenangkan walaupun sedikit terganggu oleh siswa kelas lain yang bermain dilapangan.

Hasil pengamatan yang telah dilakukan diperoleh hasil pengamatan aktivitas guru dan siswa pada pertemuan pertama memperoleh skor sebanyak 19, jika dipersentasekan mencapai 63.33% sedangkan pada pertemuan kedua memperoleh skor sebanyak 22, jika dipersentasekan mencapai 73.33%. Rata-rata persentase pemantauan tindakan mencapai 68.33%.

Pada siklus II ini penelitian sudah terlaksana dengan baik, pelaksanaan penelitian terlihat proses pelaksanaan kegiatan pembelajaran sudah tepat waktu, kemudian siswa sudah tertib melaksanakan proses pembelajaran. Ini terlihat dari antusias siswa dalam proses pembelajaran berlangsung sehingga siswa lebih mudah mendalami materi yang diberikan. Pada pembelajaran siklus II ini siswa secara merata berpartisipasi aktif dan seluruh kelompok dapat menyelesaikan permainan tanpa melakukan kesalahan. Data yang diperoleh pada akhir siklus dengan jumlah skor sebanyak 1640, jika dipersentasekan sebesar 82%.

Berdasarkan hasil pengamatan tindakan yang telah dilakukan oleh 1 orang pengamat terhadap pelaksanaan tindakan pembelajaran dengan menggunakan permainan kecil tanpa alat untuk meningkatkan kreativitas gerak siswa yang dilakukan oleh peneliti pada siklus II, diperoleh hasil pengamatan aktivitas guru dan siswa pada pertemuan pertama memperoleh skor keseluruhan siswa sebanyak 24, jika dipersentasekan mencapai 80% sedangkan pada pertemuan kedua memperoleh skor sebanyak 25, jika dipersentasekan mencapai 83.33%.

Berdasarkan hasil intervensi tindakan yang sudah tercapai, serta pelaksanaan tindakan yang dilaksanakan pada proses pembelajaran telah maksimal, maka peneliti dan pengamat menyimpulkan bahwa kegiatan penelitian ini sudah cukup baik dan tidak perlu dilaksanakan rencana perbaikan penelitian pada siklus berikutnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dapat disimpulkan bahwa, kreativitas gerak siswa dapat meningkat melalui permainan kecil tersebut, terlihat pada saat melakukan permainan siswa sangat bersemangat dalam bermain. Permainan yang disajikan guru dalam satu kali pertemuan sebanyak dua permainan sehingga membuat siswa merasa senang dan memudahkan guru untuk memantau kreativitas siswa. Siswa dapat mengeluarkan seluruh gerakan yang dimilikinya, karena pada setiap permainan guru tidak membatasi ruang gerak siswa untuk berkreasi dalam gerakan.

Pada siklus I variabel kreativitas gerak siswa mendapat skor 1388 dari jumlah keseluruhan siswa dan prosentase keseluruhan sebesar 69.4%. Pada siklus II variabel kreativitas gerak siswa menunjukkan peningkatan dilihat dari pencapaian skor keseluruhan siswa yaitu 1640 dan prosentase sebesar 82%. Sedangkan prosentase rata-rata untuk permainan kecil pada siklus I adalah 68.33% dan prosentase rata-rata pada siklus II sebesar 81.66%.

Dengan demikian penerapan permainan kecil berdampak pada peningkatan kreativitas gerak siswa. Hal ini disadari guru ketika bersama peneliti melakukan refleksi dan diskusi pada pelaksanaan siklus II.

Implikasi

Keberhasilan suatu pembelajaran akan tercapai dengan baik apabila guru dapat memilih dan menentukan pendekatan pembelajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan, karakteristik perkembangan dirinya serta sosial siswa dan mata pelajaran. Penerapan permainan kecil merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kreativitas gerak siswa. Jika nantinya permainan kecil diterapkan secara optimal dalam pembelajaran pendidikan jasmani, maka kreativitas gerak siswa pun menjadi meningkat. Peningkatan itu akan didukung dengan ketersediaan alat-alat bermain olahraga yang lengkap guna menunjang proses pembelajaran. Sehingga kegiatan pembelajaran dengan permainan kecil dapat membuat siswa lebih banyak aktif dan tidak membosankan.

Implikasi terhadap perolehan prosentase kreativitas gerak siswa dalam pendidikan jasmani dengan menerapkan permainan kecil mampu mendorong semangat, gairah, keaktifan, kerjasama serta ketercapaian kurikulum belajar yang diharapkan.

Penerapan permainan kecil dalam pendidikan jasmani siswa kelas III sd menunjukkan efektifitas bagi peningkatan kreativitas gerak siswa khususnya dalam pendidikan jasmani. Efektifitas perolehan siswa tersebut dapat terlihat dari pengaruhnya terhadap kegiatan atau pengalaman yang ditandai dengan adanya ketertarikan dan perhatiann terhadap apa yang telah dipelajarinya, kesenangan, semangat, kesadaran serta kepuasan terhadap penguasaan materi pelajaran maupun dari pengembangan sikap dan keterampilan sosial yang sangat bermanfaat bagi siswa dalam kehidupan bermasyarakat khususnya dalam menghadapi persaingan global.

Berdasarkan hasil penelitian, kesimpulan, dan implikasi dari penelitian yang telah dilakukan, maka penelitian menyampaikan beberapa saran sebagai berikut: 1).Permainan kecil merupakan salah satu pembelajaran yang tepat diterapkan pada mata pelajaran pendidikan jasmani. 2).Guna meningkatkan kreativitas gerak siswa dalam pendidikan jasmani sebaiknya guru menerapkan permainan kecil sehingga pembelajaran akan terasa lebih berguna bagi siswa. 3).Bagi sekolah diharapkan dapat memfasilitasi kegiatan belajar siswa serta mendukung kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani dengan alat-alat olahraga. 4).Diharapkan skripsi hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dan menindaklanjuti karya ilmiah ini dengan melakukan penelitian lanjutan untuk menunjukkan keakuratan data.

DAFTAR PUSTAKA

Cholik, Toho. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1997.

Abdussalam, Amal Alkhalili. *Mengembangkan Kreativitas anak*. Pustaka Al-Kautsar : 2005

Munandar, Utami. Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat. Jakarta: Rineka Cipta, 2009.

Syarifuddin, Aip. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1993.

Wardhani, Igak. Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: Universitas Terbuka, 2007.

Sukintaka. Teori Pendidikan Jasmani. Bandung: Nuansa, 2004.

Husdarata. Manajemen Pendidikan Jasmani. Bandung: Alfabeta, 2012.