

PENINGKATAN KEAKTIFAN DAN KETERAMPILAN BERMAIN BOLA VOLI MELALUI METODE DEMONSTRASI DENGAN *JUMP ROPE* (LOMPAT TALI) PADA SISWA KELAS IX A SEMESTER 1 SMP NEGERI 1 KEDUNGBANTENG.

Christiana Sri Ratnawati

SMP Negeri I Kedungbanteng - Tegal

E-mail: christ.sriratnawati@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah: 1) untuk mengetahui peningkatan keaktifan bermain bola voli siswa kelas IX A SMP N 1 Kedungbanteng semester 1 tahun pelajaran 2016/2017 dengan diterapkannya metode demonstrasi *jump rope* (lompat tali), 2) untuk mengetahui peningkatan keterampilan bermain bola voli siswa kelas IX A SMP N 1 Kedungbanteng semester 1 tahun pelajaran 2016/2017 dengan diterapkannya metode demonstrasi *jump rope* (lompat tali), dan 3) untuk mengetahui peningkatan keaktifan dan keterampilan bermain bola voli siswa kelas IX A SMP N 1 Kedungbanteng semester 1 tahun pelajaran 2016/2017 dengan diterapkannya metode demonstrasi *jump rope* (lompat tali). Subyek penelitian disini adalah siswa kelas IX A yang berjumlah 33 siswa, terdiri dari 15 laki-laki dan 18 perempuan. Teknik pengumpulan data penelitian ini adalah tes, observasi, dan dokumentasi. Analisis data penelitian ini adalah: analisis data deskriptif. Kesimpulan dari hasil penelitian tindakan kelas adalah 1) pembelajaran bermain bola voli melalui metode demonstrasi dengan *jump rope* pada siswa kelas IX A SMPN 1 Kedungbanteng selama 2 siklus dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli, 2) pembelajaran melalui permainan pada siswa kelas IX A SMPN 1 Kedungbanteng meningkatkan keterampilan belajar siswa bermain bola voli melalui metode demonstrasi dengan *jump rope*, dan 3) keaktifan belajar siswa pada siklus 1 72,46% meningkat menjadi 82,01% pada siklus 2. Hal ini menunjukkan terjadi peningkatan keaktifan belajar siswa sebesar 9,55%. Hasil keterampilan belajar siswa juga menunjukkan peningkatan sebesar 33,34%, yaitu dari 45,45 % pada siklus 1 menjadi 78,79% pada siklus 2.

Kata Kunci: keaktifan; keterampilan bermain bola voli; metode demonstrasi

Abstract

The objectives of this study are: 1) to find out the improvement of the activeness of playing volleyball on the ninth grade students class A at SMP N 1 Kedungbanteng in the first semester in the academic year 2016/2017 by applying the jump rope demonstration method, 2) to find out the skill improvement in playing volleyball on the ninth grade students class A at SMP

N 1 Kedungbanteng in the first semester in the academic year 2016/2017 by applying the jump rope demonstration method, and 3) to find out the improvement of the activeness and skill in playing volleyball on the ninth grade students class A at SMP N 1 Kedungbanteng in the first semester in the academic year 2016/2017 by applying the jump rope demonstration method. The research subjects are the ninth grade students, class A which consist of thirty-three students, (fifteen boys and eighteen girls). The data collection techniques of this study are tests, observations, and documentation. The technique of data uses descriptive analysis. It can be concluded from the results of classroom action research that: 1) the learning of playing volleyball through demonstration method with jump rope on the ninth grade students class A at SMP N 1 Kedungbanteng for two cycles can increase the activeness of students in participating in volleyball learning, 2) the learning of playing volleyball through games on the ninth grade students class A at SMP N 1 Kedungbanteng improve the students' learning skills in playing volleyball through the jump rope demonstration method, and 3) the students' learning activities in the first cycle (72.46%) improve to (82.01%) in the second cycle. It shows that there is an improvement in students' learning activeness (9.55%). The results of the students' learning skills also show an improvement (33.34%), from (45.45%) in the first cycle to (78.79%) in the second cycle.

Keywords: *activeness; volleyball skills; demonstration method*

PENDAHULUAN

Menurut para ahli pendidikan jasmani seperti Beley dan Field dalam Hem Suranto dick. (2011: 22), mendefinisikan bahwa pendidikan jasmani sebagai proses yang menguntungkan dalam penyesuaian diri belajar gerak, neuro-muscullar, intelektual, sosial, kebudayaan, baik emosional dan etika sebagai akibat yang timbul melalui pilihannya yang baik yaitu aktifitas fisik yang menggunakan sebagian besar otot tubuh.

Namun kenyataan yang terjadi pada pembelajaran penjasorkes di kelas IX A Semester 1 SMP Negeri 1 Kedungbanteng siswa cenderung kurang terampil dan aktif, mereka hanya bermain sebisanya saja. Hal ini terjadi pada permainan bola voli, minat siswa putra maupun putri dalam mengikuti pembelajaran rendah sehingga hasil pembelajaran bola voli kurang berhasil. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah kurangnya tinggi lompatan pada saat melakukan *smash* dan servis atas. Keadaan semacam ini menjadi masalah, maka perlu usaha perbaikan agar hasil pembelajaran meningkat. Fakta di lapangan menunjukkan dalam praktek selama tiga kali berturut-turut hasilnya masih rendah dan presentase ketercapaian sesuai KKM juga rendah. Setelah melakukan pengamatan, pembelajaran yang monoton atau pembelajaran yang berorientasi pada pembelajaran teknik, serta tidak adanya unsur bermain dalam penyajian materi pembelajaran.

Untuk itu perlu alternatif penyelesaian masalah di atas dengan menerapkan model pembelajaran yang inovatif dan menyenangkan siswa yang salah satunya adalah penerapan model pembelajaran konsep. Model pembelajaran konsep melalui aktivitas permainan bola voli dengan teknik *jump rope* dimaksudkan menjadi kebiasaan guru yang bersifat komando menjadi partisipator, mengubah kegiatan pembelajaran tugas mandiri menjadi tugas bersama, sehingga proses pembelajaran lebih efektif serta dapat: meningkatkan minat siswa untuk belajar menemukan sendiri; bekerjasama mengkomunikasikan hasil belajarnya; dan siswa semakin aktif dan kooperatif.

Wujud atau aplikasi model pembelajaran konsep mapel penjasorkes adalah dengan menggunakan permainan, diantaranya penggunaan *jump rope* (lompat tali) sebagai media pembelajaran kebugaran jasmani. *Jump rope* termasuk olahraga sederhana yang sering digunakan dicabang olahraga termasuk bola voli. *Jump rope* (lompat tali) melibatkan banyak otot tubuh sehingga lebih efektif dari olahraga lainnya. *Jump rope* memerlukan otot paha, betis, bahu dan bisep. Kita harus bisa menggerakkan bagian tubuh secara bersamaan. Selain itu *jump rope* juga membuat tangan lebih kuat. Meningkatkan koordinasi, mengontrol kecepatan dan membuat badan sehat dan fit.

Penerapan permainan bola voli dilihat dalam melakukan *smash* dan blocking. Cara melakukan *smash* adalah sebagai berikut. Persiapan: Berdiri rileks dan mengambil ancang-ancang sekitar 3 meter dari net. Konsentrasi penuh terhadap bola yang dioper melambung ke atas dekat net oleh rekan yang lain. Pelaksanaan: Berlari dan meloncatlah sambil mengayunkan tangan ke belakang yang secara berkesinambungan diayunkan ke depan (ke arah bola). Lakukan *smash* dengan gerakan memantul sehingga tangan pelaku *smash* tidak menyentuh net. Penutup: Lakukan gerakan tarikan tangan ke belakang untuk menghindari sentuhan dengan net. Bersamaan dengan gerakan tersebut, tubuh diturunkan ke tanah.

Pembelajaran penjaskes menggunakan metode demonstrasi. Pengertian metode menurut Winarno Surachmad (2006: 96) "Metode adalah cara yang didalam fungsinya merupakan alat untuk mencapai suatu tujuan". Menurut Soekartawi (2005: 18-20) mengemukakan bahwa, "Demonstrasi adalah cara pengajaran yang memerlukan alat bantu tertentu agar ilmu pengetahuan yang diberikan oleh pengajar dapat segera dipahami oleh siswa".

Berdasarkan latar belakang masalah di atas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: 1) Apakah melalui metode demonstrasi dengan *jump rope* (lompat tali) dapat meningkatkan keaktifan bermain bola voli siswa kelas IX A SMP N 1 Kedungbanteng semester 1 tahun pelajaran 2016/2017?, 2) Apakah melalui metode demonstrasi dengan *jump rope* (lompat tali) dapat

meningkatkan keterampilan bermain bola voli siswa kelas IX A SMP N 1 Kedungbanteng semester 1 tahun pelajaran 2016/2017?, dan 3) seberapa besar peningkatan keaktifan dan keterampilan bermain bola voli siswa kelas IX A SMP N 1 Kedungbanteng semester 1 tahun pelajaran 2016/2017 dengan diterapkannya metode demonstrasi *jump rope* (lompat tali)?

METODE PENELITIAN

Prosedur pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dilaksanakan melalui proses pengkajian berdaur yang terdiri dari 4 tahap, yaitu: merencanakan (*Planing*), melakukan tindakan (*Acting*), mengamati (*Observing*), dan refleksi (*Reflecting*). obyek tindakan dalam penelitian tindakan kelas ini adalah penerapan metode demonstrasi dengan *jump rope* untuk meningkatkan keaktifan dan keterampilan bermain bola voli pada siswa kelas IX A SMP Negeri 1 Kedungbanteng Kabupaten Tegal semester 1 tahun Pelajaran 2016/2017. Subyek penelitian disini adalah siswa kelas IX A yang berjumlah 33 siswa, terdiri dari 15 laki-laki dan 18 perempuan. Teknik pengumpulan data penelitian ini adalah tes, observasi, dan dokumentasi. Analisis data penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Data Keterampilan Bermain Bola Volly

Untuk menghitung nilai keterampilan siswa yang diperoleh melalui pengamatan selama proses pembelajaran pada siklus 1 dan siklus 2 menggunakan rumus: $P = \frac{B}{N} \times 100\%$

Keterangan:

P = Nilai Prosentase

N = Jumlah Siswa

B = Skor Maksimal

Sedangkan rata-rata kelas dihitung untuk mengetahui kemampuan rata-rata pada suatu kelas. Melalui rata-rata kelas ini, maka dapat diketahui kemampuan siswa secara keseluruhan dalam suatu kelas. Untuk menghitung rata-rata kelas, peneliti menggunakan rumus sebagai berikut: $M = \frac{\sum X}{\sum N}$

Keterangan:

$\sum X$ = jumlah nilai yang diperoleh siswa

$\sum N$ = jumlah siswa

M = rata-rata kelas

(Sudjana, 2010: 125)

2. Data Keaktifan

Data keaktifan belajar siswa diperoleh melalui pengamatan selama proses pembelajaran pada siklus 1 dan siklus 2. Untuk menghitung perolehan nilai keaktifan belajar siswa menggunakan rumus: $M = \frac{\sum a}{N \times B} \times 100\%$

Keterangan:

P = Persentase

a = Skor keaktifan

N = jumlah siswa

B = Skor maksimal

(Sudjana, 2010: 125)

Hasil perolehan nilai keaktifan belajar siswa dianalisis dengan pedoman berdasarkan (Yonny, 2012: 176), sebagai berikut:

Tabel. 1. Kualifikasi Persentase Keaktifan Belajar Siswa

Prosentase	Kriteria
75% - 100%	Sangat Tinggi
50% - 74,99%	Tinggi
25% - 49,99%	Sedang
0% - 24,99%	Rendah

Dalam PTK ini juga dilakukan teknis analisis data dengan membandingkan kesesuaian rencana pembelajaran yang telah didiskusikan antara peneliti dengan kolabolator dengan pelaksanaan di lapangan dengan cara dicatat dalam Lembar Obsevasi Guru (LOG). Menganalisis hasil rekaman vidio/kamera, dan menganalisis hasil pengamatan tentang keterampilan siswa dalam melakukan permainan bola voli.

PEMBAHASAN

Siklus 1

Tindakan pembelajaran pada siklus 1 dilaksanakan melalui tiga pertemuan, yakni pertemuan 1 pada tanggal 10 Oktober 2016, pertemuan 2 pada tanggal 17 Oktober 2016 dan pertemuan 3 pada tanggal 24 Oktober 2016. Pada siklus ini, materi yang disampaikan guru adalah bermain bola voli dengan *jump rope*. Pengamatan dilaksanakan selama pembelajaran baik pada proses tindakan, maupun hasil tindakan. Data yang diperoleh dari hasil tindakan ini adalah:

1. Keaktifan Belajar

Observasi keaktifan belajar siswa meliputi enam aspek yang diamati, yaitu: kesiapan siswa untuk mengikuti pelajaran; kegiatan siswa dalam kegiatan eksplorasi; keterlibatan siswa dalam memecahkan masalah menggunakan media skipping (lompat tali); sikap dan cara siswa dalam mempraktekkan di depan teman-temannya, keterlibatan siswa dalam kegiatan konfirmasi, dan keterlibatan siswa dalam kegiatan akhir pelajaran. Pemberian skor pengamatan keaktifan siswa didasarkan pada jumlah deskriptor yang ditunjukkan siswa saat mengikuti kegiatan pembelajaran. Prosentase perolehan skor pada lembar observasi diakumulasikan untuk menentukan seberapa tinggi

keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran untuk siklus 1. Prosentase diperoleh dari rata-rata prosentase keaktifan belajar siswa pada tiap pertemuan. Hasil observasi terhadap keaktifan belajar siswa pada siklus 1 dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel. 2. Hasil Observasi Keaktifan Belajar Siswa Pada Siklus 1

No.	Aspek yang Diamati	Persentase Keaktifan Belajar			Kriteria
		Pertemuan 1	Pertemuan 2	Ketercapaian Siklus 1	
1.	Kesiapan siswa untuk mengikuti pembelajaran.	84,03	66,67	75,55	Sangat Tinggi
2.	Keterlibatan siswa dalam kegiatan eksplorasi.	44,44	77,08	60,76	Tinggi
3.	Keterlibatan siswa dalam memecahkan masalah menggunakan alat skipping (lompat tali).	71,53	77,08	74,31	Tinggi
4.	Sikap dan cara siswa dalam mempraktekkan di depan teman-temannya.	70,83	71,53	71,18	Sangat Tinggi
5.	Keterlibatan siswa dalam kegiatan konfirmasi.	76,39	76,39	76,39	Tinggi
6.	Kegiatan siswa dalam kegiatan akhir pembelajaran	76,39	77,08	76,74	Sangat Tinggi
	Rata-Persentase Keaktifan Belajar Siswa	70,60	74,31	72,46	Tinggi

Dari tabel 2 di atas menunjukkan bahwa penggunaan metode demonstrasi dengan *jump rope* pada siklus 1 sudah ada peningkatan keaktifan belajar siswa. Persentase keaktifan siswa menunjukkan bahwa aspek pertama, yaitu kesiapan siswa untuk mengikuti pembelajaran, mengalami penurunan dari pertemuan 1 ke pertemuan 2, yakni dari 84,03% menjadi 66,67%. Namun demikian, ketercapaian siklus 1 pada aspek tersebut sudah mencapai kriteria sangat tinggi, yaitu 75,35%. Selain itu, persentase tetap pada pertemuan 1 dan 2 terjadi pada aspek ke lima, yaitu keterlibatan siswa dalam kegiatan konfirmasi, yakni 76,39%. Dengan demikian, aspek tersebut telah mencapai kriteria sangat tinggi.

Selain kedua aspek di atas, keempat aspek yang lain mengalami peningkatan dari pertemuan 1 ke pertemuan 2. Dari rata-rata persentase keaktifan siswa 70,60% pada pertemuan 1 meningkat menjadi 74,31% pada pertemuan 2, sehingga didapatkan persentase keaktifan belajar siswa selama siklus 1 sebesar 72,46%. Besarnya persentase tersebut telah menunjukkan kriteria tinggi pada keaktifan belajar siswa dalam pembelajaran menerapkan metode demonstrasi dengan *jump rope*. Namun, hal itu masih belum mencapai indikator keberhasilan yang ditetapkan, yaitu rata-rata persentase adalah lebih dari atau sama dengan 75% dengan kriteria sangat tinggi.

2. Keterampilan Belajar

Data Keterampilan siswa pada siklus 1 sebagaimana pada Tabel 3 berikut ini:

Tabel. 3. Nilai Test siswa Siklus 1

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Tuntas Belajar	15	45,45
Belum Tuntas Belajar	18	54,55
Jumlah	33	100

Berdasarkan tabel 3 di atas, diperoleh nilai pre-test pada siklus 1 sebagai berikut: siswa yang telah tuntas belajar atau memiliki nilai sama atau di atas KKM adalah 15 siswa dari 33 siswa atau 45,45%, dan siswa yang belum tuntas belajar atau memiliki nilai kurang dari KKM adalah 18 siswa dari 33 siswa atau sebesar 54,55%.

Kemampuan keterampilan siswa dalam melakukan proses bermain bola voli melalui metode demonstrasi dengan *jump rope* pada siklus 1 sudah mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa sebelum diberikan tindakan 68,45 meningkat menjadi 73,81 pada siklus pertama, walaupun demikian hasil tersebut belum berhasil mencapai KKM yang ingin dicapai, yaitu 77.

Siklus 2

Kegiatan pembelajaran yang dilakukan pada siklus 2 dilaksanakan melalui tiga pertemuan, yakni pertemuan 1 pada tanggal 31 Oktober 2016, pertemuan 2 pada tanggal 7 November 2016 dan pertemuan 3 pada tanggal 14 November 2016. Pada siklus ini, materi yang disampaikan guru adalah bermain bola voli. Pengamatan dilaksanakan selama pembelajaran baik pada proses tindakan, maupun hasil tindakan. Pengamatan dilakukan oleh observer untuk mencatat semua keaktifan siswa dengan menggunakan lembar observasi maupun proses pembelajaran yang dilakukan oleh peneliti selaku guru mata pelajaran. Data yang diperoleh dari hasil tindakan ini adalah:

1. Keaktifan Belajar

Observasi terhadap keaktifan siswa dilakukan pada tiap pertemuan seperti yang dilakukan pada siklus 1. Observasi ini dilakukan oleh guru mitra di SMPN 1 Kedungbanteng selama pembelajaran berlangsung. Hasil observasi terhadap keaktifan siswa pada siklus 2 dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini.

Tabel. 4. Hasil Observasi Keaktifan Belajar Siswa Pada Siklus 2

No	Aspek yang Diamati	Persentase Keaktifan Belajar			Kriteria
		Pertemuan 1	Pertemuan 2	Ketercapaian Siklus 2	
1.	Kesiapan siswa untuk mengikuti pembelajaran.	78,47	79,92	72,92	Tinggi
2.	Keterlibatan siswa dalam kegiatan eksplorasi.	87,50	95,83	91,67	Sangat Tinggi
3.	Keterlibatan siswa dalam	87,50	69,44	78,47	Sangat Tinggi

	memecahkan masalah menggunakan alat skiping (lompat tali).				
4.	Sikap dan cara siswa dalam mempraktekkan di depan teman-temannya.	78,47	77,08	77,78	Sangat Tinggi
5.	Keterlibatan siswa dalam kegiatan konfirmasi.	93,75	90,28	92,02	Sangat Tinggi
6.	Kegiatan siswa dalam kegiatan akhir pembelajaran	60,42	97,92	79,17	Sangat Tinggi
	Rata-Persentase Keaktifan Belajar Siswa	81,02	82,99	82,01	Sangat Tinggi

Dari tabel 4 menunjukkan bahwa penggunaan metode demonstrasi dengan *jump rope* pada siklus 2 tampak adanya peningkatan keaktifan belajar siswa yang berarti. Persentase aktivitas siswa menunjukkan bahwa hasil observasi keaktifan siswa pada siklus 2 telah mencapai hasil memuaskan. Namun demikian, masih terdapat satu aspek yang termasuk dalam kriteria tinggi, yaitu aspek kesiapan siswa untuk mengikuti pembelajaran. Terlepas dari kekurangan tersebut, kelima aspek lainnya sudah masuk dalam kriteria sangat tinggi, sehingga rata-rata persentase keaktifan belajar siswa pada siklus 1 telah melampaui indikator keberhasilan yang telah ditetapkan, yaitu keaktifan siswa berada pada kualifikasi sangat tinggi dengan rata-rata persentase adalah lebih dari atau sama dengan 75%.

2. Keterampilan Belajar

Data Keterampilan siswa pada siklus 2 dapat dilihat pada Tabel 5 berikut ini:

Tabel. 5. Nilai Test Siswa Siklus 2

Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Tuntas Belajar	26	78,79
Belum Tuntas Belajar	7	21,21
Jumlah	33	100

Berdasarkan Tabel 5 di atas, diperoleh nilai test pada siklus 2 sebagai berikut: siswa yang telah tuntas belajar atau memiliki nilai sama atau di atas KKM adalah 26 siswa dari 33 siswa atau 78,79%, dan siswa yang belum tuntas belajar atau memiliki nilai kurang dari KKM adalah 7 siswa dari 33 siswa atau sebesar 21,21%.

Pembelajaran bermain bola voli melalui metode demonstrasi dengan *jump rope* sudah semakin baik. Hal ini terlihat dari peningkatan rata-rata kemampuan keterampilan bola voli siswa 45,45% pada siklus I meningkat menjadi 78,79% pada siklus 2. Dari jumlah 33 siswa yang diteliti dengan tindakan kelas 26 siswa berhasil memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM) yaitu mencapai skor atau nilai 77.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Pembelajaran bermain bola voli melalui metode demonstrasi dengan *jump rope* pada siswa kelas IX A SMPN 1 Kedungbanteng selama 2 siklus dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli dimana siswa menjadi aktif dan tidak cepat jenuh dalam pembelajaran. Keaktifan belajar siswa menunjukkan peningkatan dari 72,46% pada siklus 1 menjadi 82,01% pada siklus 2. Meningkatnya persentase keaktifan belajar siswa pada siklus 2 ditunjukkan dengan meningkatnya keterlibatan siswa selama proses pembelajaran.
2. Pembelajaran melalui permainan pada siswa kelas IX A SMPN 1 Kedungbanteng meningkatkan keterampilan belajar siswa bermain bola voli melalui metode demonstrasi dengan *jump rope*. Berdasarkan hasil test keterampilan pada siklus 1 rata-rata nilai siswa 73,82 meningkat dibanding sebelum diberikan tindakan yaitu 68,45. Siklus 2 rata-rata nilai siswa meningkat menjadi 83,06, sehingga telah melampaui KKM 77. Sedangkan jumlah siswa yang tuntas saat siklus 1 sebanyak 16 orang (48%) ke siklus 2 menjadi 26 orang (79%) maka telah melampaui ketuntasan klasikal hampir sebesar 80% sehingga siklus dapat dihentikan.
3. Keaktifan belajar siswa pada siklus 1 72,46% meningkat menjadi 82,01% pada siklus 2. Hal ini menunjukkan terjadi peningkatan keaktifan belajar siswa sebesar 9,55%. Hasil keterampilan belajar siswa juga menunjukkan peningkatan sebesar 33,34%, yaitu dari 45,45 % pada siklus 1 menjadi 78,79% pada siklus 2.

UCAPAN TERIMA KASIH

Keberhasilan dalam penyusunan PTK ini adalah atas bantuan, bimbingan dan dorongan semangat dari beberapa pihak. Oleh karena itu sudah selayaknya, diucapkan banyak terimakasih pada semua pihak khususnya kepada: *Bapak Indit Undiarto, S.Pd. MM*, selaku Kepala SMP Negeri 1 Kedungbanteng yang telah mengizinkan siswanya dan menyediakan sarana dan prasarannya sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar; *suami tercinta dan anak-anak tersayang* yang telah menemani penulis dengan setia dan penuh kesabaran sampai selesai penelitian; *Sodayo, S.Pd*; selaku observer, yang telah meluangkan waktu bekerjasama dalam penelitian ini sampai dengan selesainya penelitian ini; *Bapak Ibu Guru-guru dan Staf TU SMP Negeri 1 Kedungbanteng* yang telah membantu memberikan dorongan semangat dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian; dan semua pihak

yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang juga telah memberikan dorongan serta bantuan selama penyusunan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Muhammad. 2010. *Guru Dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Budiharti, Rini. 2009. *Strategi Belajar Mengajar Bidang Studi*. Surakarta: UNS Press.
- Daryanto. 2010. *Demonstrasi Sebagai Metode Belajar*. Jakarta: Depdikbud.
- Deni Dwi. P. Laman: <http://omdompet.blogspot.com/2011/07/pendidikan-jasmani-di-sekolah-sebagai-media-pembelajaran-gerak.html> Beley dan Field dalam Hem Suranto dick.
- Dunnette. 2006. *Ketrampilan Mengaktifkan Siswa*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Endang, Poerwati. 2007. *Perkembangan Peserta Didik*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Hamalik, Oemar. 2009. *Metode Belajar dan Kesulitan-Kesulitan Belajar*. Bandung: Tarsito.
- Hasibuan, B. Simanjuntak. 2006. *Didaktik dan Metodik*. Bandung: Tarsito.
- Kosasih, Engkos. 2003. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: CV. Akademi Pressindo.
- Majid, Abdul. 2015. *Perencanaan Pembelajaran, Mengembangkan Standar Kompetensi Guru*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Permen Diknas RI Nomor 23. 2006. *Standar Kompetensi Kelulusan untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Mendiknas.
- Soekartawi. 2005. *Meningkatkan Efektifitas Mengajar*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Sriyono. 2002. *Teknik Belajar Mengajar dalam CBSA*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Sudaryono, Margono dan Rahayu. 2012. *Pengembangan Instrumen Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sudjana, Nana. 2010. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Sugiyanto. 2007. *Model-Model Pembelajaran Inovatif: Modul Pendidikan dan Latihan Profesi Guru (PLPG)*. Surakarta: Panitia Sertifikasi Guru Rayon 13 Surakarta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Suharsini, Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sunyoto, Lithon. 2007. *Perencanaan dan Pengembangan Program Pengajaran Bidang Studi*. Surakarta: UNS Press.
- Syarifuddin, Aip dan Muhadin. 2003. Pendidikan Jasmani dan kesehatan. Jakarta: Dirjen Dikti, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Yonny, Asep. 2012. *Menyusun Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Familia.