



# **Penerapan Model Pembelajaran *Part and Whole* untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Pada Materi Pencak Silat Siswa SMK Negeri 2 Merangin Provinsi Jambi**

**EFRIWALDI**

SMK Negeri 2 Merangin Jambi

**Kata Kunci:** Pembelajaran Part, Whole, Pencak Silat

**Abstrak:** permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya hasil belajar sisw. Tujuan dari penelitian tindakan kelas ini adalah untuk mengetahui Penerapan model pembelajaran *Part and Whole* untuk meningkatkan hasil belajar PJOK pada materi pembelajaran Pencak Silat. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) sebanyak dua siklus. Setiap siklus terdiri dari empat tahap yaitu: perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, refleksi. Subjek yang dimaksud tindakan dalam penelitian ini adalah peserta didik Kelas X TSM 2 SMK Negeri 2 Merangin yang berjumlah 29 orang, tahun pelajaran 2018-2019, sedangkan partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah teman sejawat (Priyoga jaya Saputra,S.Pd). Data yang diperoleh adalah data kuantitatif dan kualitatif. Data dikumpulkan dengan menggunakan lembar observasi, soal tes formatif dan dokumentasi, selanjutnya data dianalisis dengan menggunakan reduksi data dan persentasi. Dari hasil kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama dua siklus, dan berdasarkan seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan Pembelajaran PJOK dengan model pembelajaran *Part and Whole* memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar peserta didik dalam setiap siklus. Didukung oleh peningkatan hasil belajar pada siklus I 48% meningkat menjadi 90% pada siklus II.

**Keywords:** *Learning Part, Whole, Pencak Silat*

**Abstract:** *The problem in this research is the low learning outcomes of students. The purpose of this classroom action research is to determine the application of the Part and Whole learning model to improve learning outcomes of PJOK in Pencak Silat learning material. This type of research is a classroom action research (PTK) in two cycles. Each cycle consists of four stages, namely: planning, implementing, observing, reflecting. The subjects referred to as action in this study were 29 students of Class X TSM 2 SMK Negeri 2 Merangin, 2018-2019 academic year, while the participants involved in this study were peers (Priyoga jaya Saputra, S.Pd.). The data obtained are quantitative and qualitative data. Data were collected using observation sheets, formative test questions and documentation, then the data were analyzed using data reduction and percentage. From the results of the learning activities that have been carried out for two cycles, and based on all the discussions and analyzes that have been carried out, it can be concluded that PJOK learning with the Part and Whole learning model has a positive impact in improving student learning outcomes which is marked by an increase in students' learning completeness in each cycle. Supported by an increase in learning outcomes in cycle I 48% increased to 90% in cycle II.*

## **PENDAHULUAN**

Menurut UU No 20 tahun 2003, tujuan pendidikan di Indonesia adalah untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman bertakwa kepada tuhan YME, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab kepada bangsa dan negara. Pemerintah berusaha meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia dengan jalan menyempurnakan kurikulum yang berlaku di Indonesia.

Untuk dapat menyesuaikan pengajarannya dengan perubahan itu, guru harus dapat mengikuti perkembangan itu". Prinsip sains merupakan dasar dalam pengembangan teknologi, sedangkan hasil teknologi akan membantu para ahli untuk melakukan proses sains sehingga ditemukan produk-produk sains yang baru. Menurut Ahmadi (2005:121) bahwa pengembangan kemampuan siswa dalam bidang sains merupakan salah satu kunci keberhasilan peningkatan kemampuan konseptual dan prosedural.

Kegiatan belajar yang berlangsung di sekolah yang bersifat formal, disengaja direncanakan dengan bimbingan guru dan bentuk pendidik lainnya. Apa yang hendak dicapai dan dikuasai oleh siswa dituangkan dalam tujuan belajar, dipersiapkan bahan yang harus dipelajari, dipersiapkan juga metode pembelajaran yang sesuai dan dilakukan evaluasi untuk mengetahui kemajuan belajar siswa. Pencak Silat merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang termasuk dalam materi pokok mata pelajaran PJOK. Banyak manfaat yang diperoleh dengan bermain Pencak Silat diantaranya dapat membentuk sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis,

kesehatan dan kemampun jasmani. Manfaatnya bagi rohani yaitu kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah yang sesuai dengan tuntutan masyarakat.

Berdasarkan observasi serta kejadian yang ada dilapangan pada semester ganjil tahun ajaran 2017/2018 ditemukan pada materi pembelajaran Pencak Silat masih banyak nilai siswa kelas X TSM 2 SMKN 2 Merangin yang berada di bawah KKM, hal ini disebabkan karena siswa banyak yang belum memahami gerakan-gerakan dasar pada materi pembelajaran Pencak Silat. Dari 29 jumlah siswa yang ada hanya 10 orang (34,5%) saja yang tuntas belajar atau melewati KKM (60), Selebihnya 19 orang (65,5%) belum tuntas belajar.

Dalam proses pembelajaran penjas, guru harus selalu memperhatikan dan melaksanakannya sesuai dengan tujuan dan kedudukan pendidikan jasmani dalam pembelajaran (Lutan, 2001:9). Proses pembelajaran pendidikan jasmani tidak terlepas dari beberapa unsur seperti tujuan, metode dan gaya mengajar, substansi tugas ajar (materi ajar) serta evaluasi. Dengan demikian dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani tidak terlepas dari unsur-unsur yang saling terkait, yaitu (1) adalah adanya rumusan tujuan pembelajaran yang mengandung harapan tentang perubahan perilaku siswa yang diharapkan. Tujuan pembelajaran merupakan titik awal dari keseluruhan proses. (2) adalah materi ajar atau substansi pembelajaran. Materi ini berisi tugas-tugas gerak yang berupa aktivitas jasmani yang direncanakan untuk dilaksanakan oleh siswa. (3) terdapat metode atau gaya mengajar yang diselerasikan dengan materi. Melalui metode atau gaya mengajar, materi disajikan dan siswa

diharapkan mengalami perubahan perilaku yang diharapkan dalam tujuan pembelajaran. (4) adanya evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui seberapa banyak perubahan yang terjadi pada siswa. Selanjutnya, perubahan yang terjadi dalam diri siswa harus melekat dan mantap, artinya perubahan perilaku itu tahan lama dan dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Semua perubahan perilaku itu tidak sekedar ditampilkan dalam proses pembelajaran, tetapi dapat digunakan oleh siswa dalam situasi pertandingan yang sebenarnya. Bahkan beberapa nilai positif, seperti kemampuan memecahkan masalah dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, acuan dalam memperbaiki dan mengembangkan gaya mengajar terutama ditekankan pada hasil belajar yang diakibatkannya dan teori yang melandasinya. Dalam proses pembelajaran di sekolah, gaya mengajar merupakan salah satu cara untuk mencapai keberhasilan terhadap hasil pembelajaran.

Oleh karena itu untuk mengatasi permasalahan tersebut salah satu upaya guru penjas dalam mendorong siswa agar memperoleh hasil belajar yang efektif diperlukan gaya mengajar dengan model pembelajaran yang tepat salah satunya dengan model pembelajaran *Part and Whole*. Dengan menggunakan model pembelajaran *Part and Whole* ini guru pendidikan jasmani harus cerdas dalam mengelola lingkungan belajar serta memilih atau menggunakan gaya mengajar yang paling tepat sesuai dengan situasi dan kondisi selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung, hal ini bertujuan agar dalam belajar siswa aktif sesuai dengan keadaan dan kebutuhannya, sehingga potensi dan kemampuan yang dimiliki siswa akan berkembang secara

maksimal serta tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dan tujuan nasional akan tercapai dengan baik.

## TINJAUAN PUSTAKA

### Hasil Belajar PJOK

Belajar merupakan akibat adanya interaksi antara stimulus dan respons (Nahar, 2016:65). Seseorang dianggap telah belajar apabila dapat menunjukkan perubahan perilakunya. Menurut teori ini dalam belajar yang penting adalah input yang berupa stimulus dan *output* yang berupa *respons*. Stimulus adalah sesuatu yang diberikan guru kepada siswa, sedangkan *respons* berupa reaksi atau tanggapan siswa terhadap stimulus yang diberikan oleh guru tersebut. Proses yang terjadi antara stimulus dan *respons* tidak penting untuk diperhatikan karena tidak dapat diamati dan tidak dapat diukur. Yang dapat diamati adalah stimulus dan *respons*, oleh karena itu, apa yang diberikan oleh guru (stimulus) dan apa yang diterima oleh siswa (*respons*) harus dapat diamati dan diukur.

Proses belajar merupakan bentuk perilaku manusia yang sangat penting dan utama bagi kelangsungan hidup manusia. Proses belajar membantu manusia menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitarnya agar ia dapat mempertahankan kelangsungan hidupnya. Banyak pengertian belajar yang dikemukakan oleh para ahli, salah satunya sebagai suatu proses di mana suatu organisme berubah perilakunya sebagai akibat pengalaman (Rukmana, 2006:5) belajar dapat didefinisikan sebagai suatu proses di mana suatu organisme berubah akibat pengalaman.

Berdasarkan uraian dan beberapa teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan belajar adalah proses perubahan tingkah laku dan perubahan

pemahaman, yang pada mulanya seorang anak tidak dibekali dengan potensi, kemudian dengan terjadinya proses belajar maka seorang anak berubah tingkah laku dan pemahamannya semakin bertambah dan belajar merupakan suatu perubahan tingkah laku. Proses belajar akan menghasilkan sejumlah perubahan pada kemampuan peserta didik. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan belajar adalah terjadinya perubahan dalam diri seseorang terhadap cara berfikir, mentalitas dan perilakunya yang meliputi aspek kognitif (pengetahuan), afektif (pemahaman) dan psikomotorik (keterampilan).

### **Pembelajaran**

Belajar secara aktif berarti keterlibatan siswa dalam aktivitas pembelajaran sangat dominan. Keaktifan siswa selama proses belajar tergantung pada interaksi siswa dengan lingkungannya. Pembelajaran pada pokoknya merupakan tahapan-tahapan kegiatan guru dan siswa dalam menyelenggarakan program pembelajaran, yaitu rencana kegiatan yang menjabarkan kemampuan dasar dan teori pokok yang secara rinci memuat alokasi waktu, indikator pencapaian hasil belajar, dan langkah-langkah kegiatan pembelajaran untuk setiap materi pokok mata pelajaran.

Dari berbagai pendapat pengertian pembelajaran di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pembelajaran merupakan usaha pendidik untuk mewujudkan terjadinya proses pemerolehan pengetahuan, penguasaan kemahiran, dan pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses yang memfasilitasi peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Sehingga dengan demikian

untuk dapat menghasilkan proses pembelajaran yang efektif sebagaimana yang diharapkan, maka pendidik perlu memahami teori-teori belajar yang dapat menjadi landasan pelaksanaan pembelajaran.

### **Hasil Belajar**

Wulandari (2013:183) Hasil belajar adalah ukuran atau tingkat keberhasilan yang dapat dicapai oleh seorang siswa berdasarkan pengalaman yang diperoleh setelah dilakukan evaluasi berupa tes dan biasanya diwujudkan dengan nilai atau angkaangka tertentu serta menyebabkan terjadinya perubahan kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Lestari (2013:118) Hasil belajar merupakan akibat dari proses belajar seseorang. Hasil belajar terkait dengan perubahan pada diri orang yang belajar. Bentuk perubahan sebagai hasil dari belajar berupa perubahan pengetahuan, pemahaman, sikap dan tingkah laku, keterampilan dan kecakapan. Perubahan dalam arti perubahan-perubahan yang disebabkan oleh pertumbuhan tidak dianggap sebagai hasil belajar. Perubahan sebagai hasil belajar bersifat relatif menetap dan memiliki potensi untuk dapat berkembang. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan Arikunto (2010:7) yang menyatakan bahwa "Tujuan penilaian hasil belajar adalah untuk mengetahui apakah materi yang sudah dipahami oleh peserta didik dan apakah metode yang digunakan sudah tepat atau belum".

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah suatu penilaian akhir dari proses dan pengenalan yang telah dilakukan berulang-ulang serta akan tersimpan dalam jangka waktu lama atau bahkan tidak akan hilang selama-lamanya karena hasil belajar turut

serta dalam membentuk pribadi individu yang selalu ingin mencapai hasil yang lebih baik lagi sehingga akan merubah cara berpikir serta menghasilkan perilaku kerja yang lebih baik.

### **Mata pelajaran PJOK**

Mata pelajaran PJOK pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional (Pambudi,2019:115). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik. Lingkungan belajar diatur diatut secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seuruh ranah yaitu, jasmani, psikomotor, kognitif dan afektif. Materi pelajaran jasmani meliputi pengalaman teori dan mempraktekkan keterampilan dasar, (Saputra,2019:400). Berdasarkan konsep *learning by moving*, Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki tujuan dan fungsi yang berbeda dengan ilmu pengetahuan lain.

Maulana (2018:3) selain dalam bidang olahraga prestasi pencak silat juga masuk ke dalam mata pelajaran pendidikan jasmani atau pendidikan olahraga. Pendidikan jasmani dan pendidikan olahraga adalah dua macam pendidikan yang saling berhubungan sehingga pada saat ini nama dari pendidikan tersebut telah digabung menjadi pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan atau disingkat PJOK. Mata pelajaran ini sangat berperan dalam dunia pendidikan dilihat

dari manfaat dan kegunaan pembelajaran PJOK yang tidak hanya mengembangkan kawasan organik, neuromuskule, intelektual dan sosial siswa, melainkan juga pembangunan mental dan spiritual siswa.

### **Metode Pembelajaran *Part and Whole* (bagian dan keseluruhan)**

Erman (2008:11) untuk membelajarkan siswa sesuai dengan cara-gaya belajar mereka sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan optimal ada berbagai model pembelajaran. Dalam prakteknya, kita (guru) harus ingat bahwa tidak ada model pembelajaran yang paling tepat untuk segala situasi dan kondisi. Oleh karena itu, dalam memilih model pembelajaran yang tepat haruslah memperhatikan kondisi siswa, sifat materi bahan ajar, fasilitas-media yang tersedia, dan kondisi guru itu sendiri.

Model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu, dan berfungsi sebagai pedoman bagi para perancang pembelajaran dan para pengajar dalam merencanakan aktivitas belajar mengajar, (Shoimin, 2014).

Irwandani (2015:167) model pembelajaran adalah suatu perencanaan atau suatu pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran di kelas atau pembelajaran dalam tutorial. Model pembelajaran bisa diartikan sebagai kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu, dan berfungsi sebagai pedoman bagi para perancang pembelajaran dan para pengajar dalam merencanakan aktivitas belajar mengajar.

Berdasarkan uraian di atas penulis menyimpulkan model pembelajaran sebagai kerangka konseptual yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan pembelajaran. Dengan demikian, model pembelajaran merupakan kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar. Jadi model pembelajaran cenderung preskriptif, yang relatif sulit dibedakan dengan strategi pembelajaran. Model pembelajaran yang dapat diterapkan pada bidang studi hendaknya dikemas koheren dengan hakikat pendidikan bidang studi tersebut. Namun, secara filosofis tujuan pembelajaran adalah untuk memfasilitasi siswa dalam penumbuhan dan pengembangan kesadaran belajar, sehingga mampu melakukan olah pikir, rasa, dan raga dalam memecahkan masalah kehidupan di dunia nyata. Model-model pembelajaran yang dapat mengakomodasikan tujuan tersebut adalah yang berlandaskan pada paradigma konstruktivistik sebagai paradigma alternatif.

Kelebihan pembelajaran dengan *metode Part and Whole* antara lain: (1) Siswa dapat menguasai bagian-bagian teknik gerakan dengan baik dan benar. (2) Siswa dapat terhindar dari kesalahan teknik, karena masing-masing teknik gerakan diajarkan secara detail. (3) Siswa tidak merasa takut untuk melakukan teknik gerakan, karena diajarkan dari bagian-bagian yang paling mudah baru kemudian secara keseluruhan. (4) Siswa termotivasi untuk dapat melakukan teknik gerakan dengan baik dan benar. Kelemahan *metode Part and Whole* antara lain: (1) Dibutuhkan waktu yang lebih lama, jika tiap-tiap bagian teknik sulit dimengerti dan

dikuasai siswa. (2) Dapat menimbulkan rasa bosan atau jenuh.

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian kualitatif, dengan jenis Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Jenis penelitian yang dilakukan merupakan Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Penelitian ini berkenaan dengan perbaikan atau peningkatan proses belajar siswa dalam pembelajaran Penjasorkes menggunakan metode pembelajaran pendekatan saintifik. Penelitian ini dilakukan secara kolaboratif, artinya dalam penelitian ini peneliti bersama dengan guru berkolaborasi sejak perenungan untuk menentukan masalah, perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), observasi (*observing*), serta refleksi (*reflecting*).

Penelitian ini dilaksanakan di Kelas XI TKR 2 SMKN 2 Merangin, dipilihnya sekolah ini sebagai tempat meneliti karena peneliti adalah guru mata pelajaran PJOK di SMK tersebut. Adapun waktu penelitian ini dilaksanakan pada semester ganjil tahun pelajaran 2018/2019 dari bulan September-Oktober 2018. Subjek yang dimaksud tindakan dalam penelitian ini adalah peserta didik Kelas X TSM 2 SMK Negeri 2 Merangin yang berjumlah 29 orang, tahun pelajaran 2018-2019, sedangkan partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah teman sejawat (Priyoga jaya Saputra,S.Pd.). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini meliputi tes, observasi, dan dokumentasi. Dan dianalisis dengan menggunakan presentasi dan reduksi data.

## **HASIL PENELITIAN**

### **Siklus I**

Penelitian pada siklus I ini dilaksanakan dua kali pertemuan. Masing-masing pertemuan diawali dengan perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, pengamatan dan refleksi.

### **Tahap Perencanaan**

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri dari RPP, silabus, media pembelajaran, dokumentasi dan observasi, lembar observasi hasil belajar peserta didik, panduan wawancara responden siswa. langkah-langkah perencanaan tindakan sebagai berikut: (1) Peneliti dengan observer mengadakan pertemuan untuk menentukan langkah- langkah yang harus dilaksanakan dalam penelitian ini. (2) Peneliti merencanakan skenario pembelajaran yang sesuai dengan kurikulum dan tingkat kemampuan awal peserta didik berdasarkan hasil kesepakatan bersama dengan observer untuk menyusun skenario pembelajaran. Adapun skenario pembelajaran sebagai berikut: (a) Menyiapkan rencana pembelajaran sesuai dengan tujuan yang akan dicapai dalam mata pelajaran PJOK. (b) Menyampaikan tujuan pembelajaran PJOK yang ingin dicapai. (c) Perencanaan kegiatan inti pembelajaran dengan menggunakan format penilaian yang sudah ditentukan. (3) Merancang LKS yang akan digunakan saat peserta didik mengikuti kegiatan pembelajaran. (4) Menyiapkan materi pembelajaran yang diperlukan saat berlangsungnya pembelajaran. (5) Merencanakan metode pembelajaran yang akan digunakan saat berlangsungnya penelitian. (6) Menyiapkan format pengamatan proses pembelajaran saat

berlangsungnya penelitian. (7) Menyiapkan format penilaian hasil belajar.

### **Tahap Kegiatan dan Pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus I pertemuan pertama dilaksanakan pada hari kamis tanggal 4 September 2018 dan pertemuan dua di laksanakan pada hari kamis tanggal 11 September 2018 di Kelas X TSM 2 dengan jumlah peserta didik 29 orang dengan materi Pencak Silat pada kompetensi dasar Menerapkan keterampilan gerak salah satu teknik cabang bela diri untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik terdiri dari indikator 4.4.1 Menganalisis keterampilan gerakan memukul (3.4.2). Menganalisis keterampilan menendang, Dan (3.4.3) Menganalisis keterampilan menangkis. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelajaran yang telah dipersiapkan. Pengamatan (observasi) dilaksanakan bersamaan dengan pelaksanaan belajar mengajar. Adapun kegiatan dan pelaksanaan pembelajaran sebagai berikut:

Kegiatan pendahuluan terdiri dari Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan. Dilanjutkan dengan Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan melalui pencak silat. Kegiatan Inti terdiri dari (1) Meminta salah satu peserta didik yang dikategorikan mampu untuk memperagakan gerak atau contoh dari guru atau melihat tayangan dan peserta didik yang lain mengamatinya, atau peserta didik ditugaskan untuk menonton pertandingan pencaksilat melalui CD dan membuat catatan tentang keterampilan gerak pencaksilat. (2). Memotivasi peserta didik untuk bertanya, dengan cara guru mengajukan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan keterampilan gerak.

Mengapa dalam melakukan kuda kuda lutut harus ditekuk?, (3). Menemukan jawaban atas pertanyaan di atas melalui kegiatan eksplorasi gerak secara individual, berpasangan atau berkelompok dengan menunjukkan sikap kerjasama dan disiplin sehingga ditemukan gerak yang efektif dan efisien sesuai kebutuhan masing-masing peserta didik. (4). Menemukan hubungan keterampilan gerak kuda-kuda dengan tingkat keseimbangan. (5). Menerapkan berbagai keterampilan gerak bela diri menggunakan pencaksilat dalam bermain secara beregu dengan menunjukkan sikap kerjasama, disiplin, dan sportifitas. Setiap keterampilan gerak gerak bela diri menggunakan pencaksilat dikembangkan dengan cara seperti di atas.

Adapun pembelajaran pencaksilat dengan Penugasan (a). Informasikan kepada seluruh peserta didik agar pada pertemuan berikut setiap peserta didik mempersiapkan satu gerakan pencaksilat, gerakan dapat di cari melalui internet atau sumber lain. (b). Bariskan peserta didik menjadi 3 bersyaf. (c). Tiap peserta didik memperagakan gerakan yang sudah di dapat. (d). Peserta didik yang lain mengikuti gerakan tersebut. (e). Demikian sampai seluruh peserta didik memperagakan gerakan yang sudah di lakukannya. (f). Rangkaikan gerakan seluruh peserta didik menjadi sebuah rangkaian gerak. (g). Lakukan berulang-ulang dan secara bersama sampai seluruh peserta didik menguasai rangkaian gerak tersebut. (h). Setiap peserta didik memperagakan rangkaian gerak pencaksilat di depan temannya dan di depan Guru.

Selanjutnya Pembelajaran variasi dan kombinasi gerak dasar kuda-kuda, pukulan depan dan sikutan terdiri dari (a). Persiapan, Berdiri posisi awal, kedua lengan mengepal

di depan dada dan kedua tumit dirapatkan dan ujung kaki dibuka membentuk sudut 450. (b). Pelaksanaan terdiri dari (1) Rendahkan kedua lutut ke samping bersamaan kedua lengan dipukulkan ke depan. (2) Langkahkan kaki kanan ke samping bersamaan lengan kanan menyikut ke samping kanan, lakukan dengan gerakan yang sama ke samping kiri. (c). Kegiatan akhir terdiri dari (1) Kembali pada posisi awal. (2) Lakukan keterampilan gerak untuk menemukan jawaban pertanyaan. Kegiatan penutup pembelajaran terdiri dari : Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, refleksi, evaluasi proses pembelajaran, dan berdoa.

### Observasi

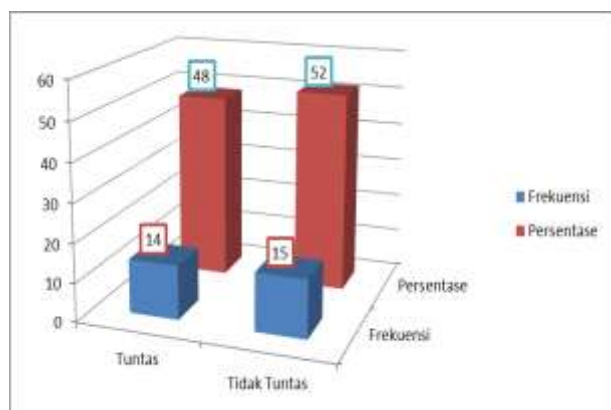
Pada tahap siklus I ini Hasil Belajar peserta didik dengan persentase ketuntasan peserta didik pada siklus I yaitu 48% tuntas dan 52% belum tuntas. Masih ada sebahagian peserta didik yang belum mengetahui topik serta penjelasan dari apa yang telah diterangkan guru didalam kelas, sehingga siswa masih banyak yang tidak menguasai materi ketika sudah melakukan praktek dilapangan. Mengenai bentuk gerakan-gerakan yang dilakukan oleh guru siswa masih banyak membayangkan, karena kurangnya pengetahuan siswa akan gerakan-gerakan dasar dalam olahraga, terutama dalam materi pembelajaran Pencak Silat. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat tabel nilai siswa pada siklus 1.

Tabel 1. Nilai Siswa Siklus I

Kesimpulan Hasil Belajar PJOK Siklus I		
Keterangan	Frekuensi	Persentase (%)
Tuntas	14	48
Tidak Tuntas	15	52
Jumlah	29	100
<b>Rata-rata</b>	<b>64</b>	



Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa Pada siklus I ini di peroleh nilai rata-rata hasil tes 64 dengan jumlah peserta didik yang tuntas dalam belajar yaitu 48% atau 14 peserta didik dari 29 orang yang tuntas belajar. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada siklus I secara klasikal peserta didik sudah banyak yang tuntas belajar atau memenuhi KKM (60) namun masih belum memenuhi target yang diinginkan sebesar 80% . Sehingga, masih terdapat 15 dari 29 peserta didik yang belum tuntas belajar atau sebanyak 48%. Hasil ini masih kurang dari target yang diinginkan yaitu sebesar 80%. Berdasarkan tabel nilai dan penjelasan nilai dari siklus I diatas dapat dilihat lebih jelas pada diagram dibawah ini:



Grafik 1. Nilai Siswa Siklus I

### Refleksi

Dalam tahap refleksi ini dilakukan pada hari jum'at tanggal 12 September 2018 pada saat jam istirahat guru mata pelajaran PJOK sebagai peneliti dibantu oleh observer (Priyoga Jaya Saputra, S.Pd), menyampaikan bahwa guru kurang mempersiapkan diri dengan alat-alat/ media dalam rangka melengkapi bahan yang dibutuhkan seperti alat peraga yang dibutuhkan, buku sumber, media seperti video dan lainnya yang berguna untuk menambah wawasan siswa

dalam memahami materi Pencak Silat dan nanti akan berguna bagi siswa dalam melakukan praktek saat berada dilapangan.

Guru juga kurang membimbing ulang siswa siswa yang melakukan pergerakan yang salah saat berada dilapangan, Seharusnya guru harus mempersiapkan bahan , alat, sumber belajar saat berada didalam kelas sehingga siswa bisa memahami gerakan-gerakan yang belum ia mengerti dirumah sebelum kegiatan pratikum langsung dimulai. Guru harus mampu membimbing siswa yang mempunyai kemampuan rendah dalam berolahraga dan kurang dalam menguasai gerakan saat berda dilapangan, dan harus memberikan pengulangan pada gerakan-gerakan yang mungkin sulit dilakukan siswa setelah praktek, selalu memberikan motivasi atau semangat kepada siswa untuk selalu siap saat praktek langsung kelapangan. Dari masalah diatas perlu dilakukan ke siklus II.

### Siklus II

#### Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti mempersiapkan perangkat pembelajaran yang terdiri dari rencana pelajaran 2, soal tes formatif II, dan alat-alat pengajaran yang mendukung.

#### Tahap Kegiatan dan Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar untuk siklus II pertemuan satu dilaksanakan pada hari kamis tanggal 25 September 2018 dan pertemuan dua di laksanakan pada hari kamis tanggal 2 Oktober 2018 di Kelas X TSM 2 dengan jumlah peserta didik 29 orang. Dalam hal ini peneliti bertindak sebagai guru. Adapun proses belajar mengajar mengacu pada rencana pelajaran yang telah dipersiapkan. Adapun materi pembelajaran pada siklus dua dengan kompetensi dasar 4.4

Mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak salah satu teknik cabang bela diri menghasilkan koordinasi gerak yang baik. Dan indikator 4.4.1 Mempraktikkan keterampilan gerakan memukul, 4.4.2. Mempraktikkan keterampilan menendang. Dan 4.4.3. Mempraktikkan keterampilan menangkis.

### Observasi

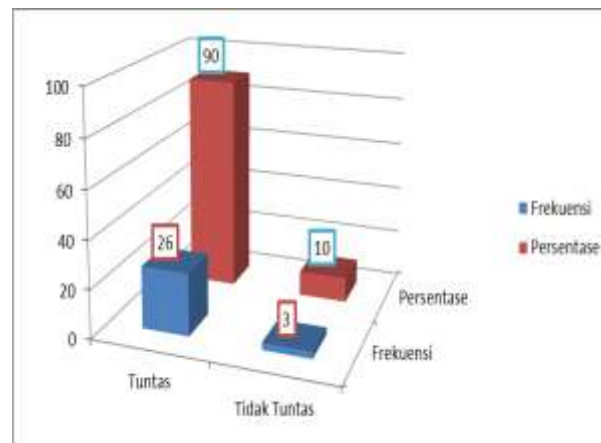
Pada tahap siklus II ini Hasil Belajar peserta didik dengan persentase ketuntasan peserta didik pada siklus II yaitu 90% tuntas dan 10% belum tuntas. Pada tahun kedua ini siswa sudah mengerti dan paham akan materi dan praktek yang dilakukan mengetahui topik serta penjelasan dari apa yang telah diterangkan guru didalam kelas maupun dilapangan, Mengenai bentuk gerakan-gerakan yang dilakukan oleh guru siswa sudah mengerti. Berikut ini adalah tabel nilai siswa pada siklus II:

Tabel 2. Nilai Siswa Siklus II

Kesimpulan Hasil Belajar PJOK Siklus II		
Keterangan	Frekuensi	Persentase (%)
Tuntas	26	90
Tidak Tuntas	3	10
Jumlah	29	100
<b>Rata-rata</b>	<b>74</b>	

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa Pada siklus II ini di peroleh rata-rata nilai peserta didik 74 dengan jumlah peserta didik yang tuntas belajar sebesar 90% atau 26 peserta didik dari 29 orang yang tuntas belajar. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada siklus II secara klasikal sudah baik, karena hanya 3 peserta didik yang memperoleh nilai kurang dari KKM (60) atau hanya sebesar 10% yang belum tuntas.

Berdasarkan tabel nilai dan penjelasan nilai dari siklus II untuk lebih jelas pada diagram dibawah ini:



Grafik 2. Nilai Siswa Siklus II

### Refleksi

Dalam tahap refleksi ini guru mata pelajaran dibantu oleh observer (Priyoga Jaya Saputra, S.Pd) menyampaikan bahwa guru sudah memperbaiki apa kekurangan dan masalah yang ditemukan pada siklus I seperti mempersiapkan diri dengan alat-alat/ media dalam rangka melengkapi bahan yang dibutuhkan seperti buku sumber, media pembelajaran serta alat yang dibutuhkan selama pembelajaran maupun praktek dan lainnya yang berguna untuk menambah wawasan siswa dalam memahami materi Pencak Silat dan nanti akan berguna bagi siswa dalam melakukan praktek saat berada dilapangan.

Guru juga sudah membimbing ulang siswa siswa yang melakukan pergerakan yang salah saat berada dilapangan, guru sudah mempersiapkan bahan, alat, sumber belajar saat berada didalam kelas sehingga siswa bisa memahami gerakan-gerakan yang belum ia mengerti dirumah sebelum kegiatan pratikum langsung dimulai. Guru sudah membimbing siswa yang mempunyai

kemampuan rendah dalam berolahraga dan kurang dalam menguasai gerakan saat berada dilapangan, dan harus memberikan pengulangan pada gerakan-gerakan yang mungkin sulit dilakukan siswa setelah praktek, selalu memberikan motivasi atau semangat kepada siswa untuk selalu siap saat praktek langsung kelapangan. Dari masalah diatas maka siklus ini tidak perlu dilanjutkan kesiklus berikutnya.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan tindakan yang dilakukan selama proses pembelajaran telah terjadi peningkatan hasil belajar PJOK siswa dalam materi pembelajaran Pencak Silat dengan menggunakan model pembelajaran *Part and Whole* pada setiap siklus. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan berolahraga. Menurut Nana Sudjana (2005:76) "Metode pembelajaran ialah cara yang dipergunakan guru dalam mengadakan hubungan dengan siswa pada saat berlangsungnya pengajaran". Sedangkan menurut Sutikno (2009:88) "Metode pembelajaran adalah cara-cara menyajikan materi pelajaran yang dilakukan oleh pendidik agar terjadi proses pembelajaran pada diri siswa dalam upaya untuk mencapai tujuan". Adapun tujuan proses pembelajaran menurut Beny Pribadi (2009:11) adalah "agar siswa dapat mencapai kompetensi seperti yang diharapkan. Untuk mencapai tujuan proses pembelajaran perlu

dirancang secara sistematis dan sistemik". Metode pembelajaran yang tepat juga sangat berpengaruh terhadap perhatian siswa terhadap materi yang diajarkan sehingga dapat membangkitkan semangat siswa dan tercapainya tujuan pembelajaran. Juhanis (2019:104) Hasil belajar dapat diidentifikasi dari adanya kemampuan melakukan sesuatu secara permanen, dapat diulang-ulang dengan hasil yang sama". Hasil belajar yang diperoleh siswa tentu saja dipengaruhi oleh berbagai situasi dalam kegiatan pembelajaran, karena hasil belajar merupakan perubahan yang terjadi akibat proses pembelajaran.

Dewi (2016:82) metode *Part and Whole* yang merupakan gabungan antara metode bagian dan metode keseluruhan merupakan cara pendekatan dimana mula-mula mahasiswa diarahkan untuk menghafal dan memahami sebagian demi sebagian dari keseluruhan bab kemudian menghafal dan memahami secara keseluruhan materi pada tiap bab. Metode *Part and Whole* akan mempermudah siswa dalam menghafal dan memahami berbagai nama, bentuk, dan letak struktur tubuh manusia karena materi struktur tubuh manusia diajarkan bagian perbagian yang memudahkan siswa dalam menghafal dan memahami materi.

Berdasarkan uraian di atas penulis menyimpulkan, penjasorkes disekolah memiliki peranan sangat penting yaitu memberikan kesempatan kepada semua siswa untuk melakukan pembelajaran melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan secara sistematis. Pembelajaran penjas diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Penjasorkes merupakan media untuk

mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai karakter (sikap-mental- emosional-sportifitasosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Kegiatan belajar mengajar penjasorkes dimulai sejak usia dini hingga perguruan tinggi, diantaranya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Menengah Atas.

## KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama dua siklus, dan berdasarkan seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan Pembelajaran PJOK dengan model pembelajaran *Part and Whole* memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar peserta didik dalam setiap siklus. Didukung oleh peningkatan hasil belajar pada siklus I 48% meningkat menjadi 90% pada siklus II.

## DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi Dan Prasetyo (2005). (Sbm) Strategi Belajar Mengajar. Bandung: Pustaka Setia Amung,  
Arikunto, Suharsimi. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.  
Dewi, Putu Citra Permana. 2016. Pengaruh Metode *Part and Whole* Terhadap Prestasi Belajar Anatomi Manusia Pada Mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Ikip Pgri Bali.

*Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*  
Volume 2, No.1 : 81 – 85, Agustus 2016

Erman. 2008. Model Belajar Dan Pembelajaran Berorientasi Kompetensi Siswa. *Educare Vol 5, No. 2 2008*

Irwandani. 2015. Pengaruh Model Pembelajaran Generatif Terhadap Pemahaman Konsep Fisika Pokok Bahasan Bunyi Peserta Didik Mts Al-Hikmah Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Fisika Al-Biruni 04 (2) (2015) 165-177*

Juhanis. 2019. Pengaruh Metode *Part and Whole* Terhadap Hasil Belajar Headstand Senam Lantai Pada Siswa Smp Negeri 1 Pomalaa. *Prosiding Seminar Nasional Lp2m Unm – 2019 Prosiding Seminar Nasional Lp2m Unm – 2019*

Lestari, Indah. 2013. Pengaruh Waktu Belajar Dan Minat Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika. *Jurnal Formatif 3(2): 115-125 (2013).*

Lutan, R. (2001). Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori Dan Metode. Jakarta: P2lptk Depdikbud Ri.

Maulana, Dedy Putranto. 2018. Pengaruh Media Cardboard Animated Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Tendangan T Pada Materi Bela Diri Pencak Silat Siswa Kelas X Sman 1 Puding Besar. *Jurnal Ilmu Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Dan Rekreasi Vol 1 No 1 (2018)*

Nahar, Novi Irwan. 2016. Penerapan Teori Belajar Behavioristik Dalam Proses Pembelajaran. *Nusantara ( Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial ) Volume 1 Desember 2016.*

Nana Sudjana, 2005. Dasar- Dasar Proses Belajar Mengajar. Bandung: Sinar Baru Algensindo.

- Pambudi, Muhammad Iqbal. 2019. Perencanaan Dan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jurnal Pendidikan*, Vol. 4, No1. Bln Januari, Thn 2019, Hal 110-116
- Rukmana, A Dan Suryana, A. (2006). *Pengelolaan Kelas*. Bandung: Upi Press
- Saputra, Rizal Adi, 2019. Penerapan Pendekatan Saintifik Terhadap Hasil Pembelajaran Lompat Jauh Dalam Mata Pelajaran Pjok Pada Siswa Kelas X. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Volume 07 Nomor 03 Tahun 2019*, 391-396.
- Shoimin, Aris. (2014). 68 Model Pembelajaran Inovatif Dalam Kurikulum 2013. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Sutikno, M.S (2009). Belajar Dan Pembelajaran "Upaya Kreatif Dalam Mewujudkan Pembelajaran Yang Berhasil". Cetakan Kelima, Bandung: Prospect.
- Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2003 Nomor 78. Dokumen Kurikulum 2013... Ha. 1-7
- Wulandari, Bekti. 2013. Pengaruh Problem-Based Learning Terhadap Hasil Belajar Ditinjau Dari Motivasi Belajar Plc Di Smk. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, Vol 3, Nomor 2, Juni 2013.