

## **PENINGKATAN HASIL BELAJAR PENJASORKES MELALUI MODIFIKASI PERMAINAN LARI ESTAFET PADA SISWA KELAS VI SDN KALANGANYAR KABUPATEN SIDOARJO**

**Mei Mintriarti**

SDN Kalanganyar, Sidoarjo  
E-mail: meimintriarti@gmail.com

### ***Abstract***

*This study aims to determine the improvement of physical education learning outcomes through the modification of the relay running game for the sixth grade students of Kalanganyar Elementary School. The research method used is Classroom Action Research (CAR). The research subjects used were 35 students. The data collection techniques used test techniques, observation, documentation, and field notes. Data analysis techniques were carried out quantitatively and qualitatively. The results showed that the learning outcomes of students in the pre-cycle run was 34% with an average value of 64 increased in the first cycle to 74% with an average value of 74 and increased very significantly in the second cycle to 91% with an average value of 90. Based on these results it can be concluded that the modification of the relay running game can improve the learning outcomes of Physical Education for the sixth grade students of Kalanganyar Elementary School.*

**Keywords:** *Learning Outcomes, Physical Education, Modification of the Relay Running Game*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar penjasorkes melalui modifikasi permainan lari estafet pada siswa kelas VI SDN Kalanganyar. Metode penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Subyek penelitian yang digunakan berjumlah 35 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes, observasi, dokumentasi, dan catatan lapangan. Teknik analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil belajar lari estafet siswa pada prasiklus sebesar 34% dengan nilai rata-rata 64 meningkat pada siklus I menjadi 74% dengan nilai rata-rata 74 dan meningkat sangat signifikan pada siklus II menjadi 91% dengan nilai rata-rata 90. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa modifikasi permainan lari estafet dapat meningkatkan hasil belajar Penjasorkes siswa kelas VI SDN Kalanganyar.

**Kata Kunci:** Hasil Belajar, Penjasorkes, Modifikasi Permainan Lari Estafet

### **I. PENDAHULUAN**

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran,

penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Sebagaimana dalam

pernyataan tersebut, guru harus mengembangkan mata pelajaran Penjasorkes agar siswa dapat terlibat langsung dan lebih aktif mengikuti proses pembelajaran sehingga siswa memperoleh bekal dalam mengembangkan aktivitas fisik atau keterampilan juga mengembangkan aktivitas pengetahuan dan sikap (Depdiknas, 2006). Fungsi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut Suherman (2010) meliputi berbagai aspek, yaitu: aspek organik, aspek neuromuskuler, aspek perseptual, aspek kognitif, aspek sosial, dan aspek emosional.

Dalam penyelenggaraan program Penjasorkes hendaknya mencerminkan karakteristik program pendidikan jasmani itu sendiri yaitu "*Developmentally Appropriate Practice*" (DAP) artinya tugas belajar yang diberikan harus memperhatikan perubahan kemampuan anak dan dapat membantu mendorong perubahan tersebut. Dengan demikian tugas ajar tersebut harus sesuai dengan tingkat perkembangan anak didik yang sedang belajar. Tugas ajar yang sesuai ini harus mampu mengakomodasi setiap perubahan yang lebih baik (Suherman & Bahagia, 2012). Oleh karena itu guru dalam melaksanakan proses pembelajaran Penjasorkes sebaiknya memperhatikan karakteristik dan sesuai dengan tingkat perkembangan siswa. Dengan memperhatikan karakteristik dan sesuai dengan tingkat perkembangan siswa akan lebih mudah menangkap materi pelajaran/teknik yang disampaikan guru. Selain itu dengan memodifikasi pembelajaran Penjasorkes, siswa tidak cepat bosan sehingga siswa bergairah dan dapat termotivasi untuk mengikuti pembelajaran Penjasorkes.

Berdasarkan studi awal penelitian pada mata pelajaran Penjasorkes materi lari

estafet di kelas VI SDN Kalanganyar Kabupaten Sidoarjo, ditemukan fakta bahwa hasil belajar siswa pada mata pelajaran penjasorkes materi lari estafet masih rendah. Terbukti dari 35 siswa hanya berkisar 34% atau ada 12 siswa yang tuntas, sedangkan yang belum tuntas ada 66% atau 23 siswa yang belum tuntas dengan nilai rata-rata kelas 64, padahal KKM mata pelajaran Penjasorkes sebesar 75. Kesulitan yang dialami siswa pada mata pelajaran penjasorkes materi lari estafet dapat diidentifikasi beberapa kelemahan antara lain: 1) Catatan lari estafet sebagian besar siswa masih lambat, hal ini dikarenakan siswa belum memahami teknik lari dengan benar; 2) Sebagian besar siswa masih salah dalam melakukan sikap awalan/ start lari, hal ini dikarenakan belum memahami teknik sikap awalan/ start lari dengan benar; 3) Siswa mengalami kesulitan dalam memberi dan menerima tongkat estafet pada saat lari estafet, hal ini dikarenakan tongkat estafet dirasakan berat oleh siswa sehingga pada saat pergantian dan membawa tongkat estafet sering terjatuh; 4) Sebagian besar siswa tidak kuat lari, hal ini dikarenakan lintasan lari estafet standar terlalu jauh sehingga siswa merasa capek.

Kecenderungan tersebut disebabkan pembelajaran yang diterapkan tidak memperhatikan karakteristik dan sesuai dengan tingkat perkembangan siswa sehingga membuat anak merasa bosan, sehingga anak tidak bergairah untuk melakukan pembelajaran. Padahal karakteristik siswa sekolah dasar lebih suka dengan olahraga yang bersifat *games* atau kompetisi. Dalam menerapkan pembelajaran masih didominasi oleh guru (*teacher centered*) sehingga pembelajaran kurang melibatkan siswa dan komunikasi antar siswa dengan siswa atau guru dengan siswa kurang terbangun. Padahal guru

seharusnya menerapkan pembelajaran melibatkan keaktifan siswa (*student centered*). Selain itu masih minimnya sarana prasarana olahraga yang ada di sekolah seperti tidak dimilikinya lintasan untuk lari estafet dan tongkat estafet yang dirasa berat oleh siswa sehingga siswa merasa kesulitan dalam memberi dan menerima tongkat estafet pada saat lari estafet.

Salah satu alternatif yang akan penulis lakukan dalam meningkatkan hasil belajar Penjasorkes materi lari estafet pada siswa kelas VI SDN Kalanganyar yang sesuai KKM, yakni dengan menerapkan modifikasi permainan lari estafet.

Modifikasi merupakan salah satu usaha yang harus dilakukan oleh para guru agar pembelajaran mencerminkan DAP "*Developmentally Appropriate Practice*". Untuk itu DAP yang didalamnya memperhatikan ukuran tubuh siswa harus selalu menjadi prinsip utama dalam memodifikasi pembelajaran pendidikan olahraga dan kesehatan. Inti dari modifikasi adalah menganalisa dan mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar potensial yang dapat memperlancar siswa dalam belajarnya (Suherman & Bahagia, 2012).

Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan, dan membelajarkan siswa dari yang tadinya tidak bisa menjadi bisa, dari tingkat yang rendah ketingkat yang lebih tinggi, yang tadinya kurang terampil menjadi terampil (Samsudin, 2011). Sebagaimana pernyataan tersebut, melalui modifikasi pembelajaran lari estafet diharapkan siswa yang tadinya belum tuntas menjadi tuntas dan pada akhirnya hasil belajar siswa dapat meningkat.

Beberapa komponen yang dapat dimodifikasi sebagai pendekatan dalam

pembelajaran pendidikan jasmani menurut Aussie (dalam Suherman & Bahagia, 2012) diantaranya adalah: ukuran berat atau peralatan yang digunakan, lapangan permainan, waktu bermain, peraturan permainan dan jumlah pemain.

Selain komponen yang dapat dimodifikasi, dalam memodifikasi pembelajaran penjasorkes harus memperhatikan beberapa pertimbangan menurut Aussie (dalam Suherman & Bahagia, 2012), antara lain: 1) Anak-anak belum memiliki kematangan fisik dan emosional seperti orang dewasa; 2) Berolahraga dengan peralatan dan peraturan yang dimodifikasi akan mengurangi cedera pada anak; 3) Olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibanding dengan peralatan standar untuk orang dewasa, dan; 4) Olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak dalam situasi kompetitif.

Dalam pembelajaran lari estafet yang perlu dimodifikasi yaitu lintasan dan tongkat estafet. Lintasan yang digunakan memanfaatkan halaman sekolah dan tongkat estafet dimodifikasi dengan menggunakan bendera. Pembelajaran lari estafet yang digunakan dalam bentuk permainan yang bersifat edukatif, namun tidak menghilangkan teknik lari estafet standar. Permainan yang dikembangkan meliputi: estafet memberi dan menerima bendera, menyusun kubus hingga membentuk piramida, dan menrangkai huruf menjadi kata.

Permainan ini hampir sama dengan lari estafet standar, hanya saja menggunakan lintasan halaman sekolah dengan ukuran 28 m x 14 m dan tongkat dimodifikasi terbuat dari bendera. Ukuran lintasan dan peralatan yang dimodifikasi akan mampu

mengembangkan keterampilan siswa lebih cepat dibanding dengan peralatan standar.

Dengan memperhatikan beberapa pertimbangan tersebut, pengembangan pembelajaran lari estafet melalui modifikasi sangatlah tepat dilakukan, karena selain variasi mengajarnya banyak, lintasan dan alat pelajaran yang digunakan disesuaikan dengan karakteristik dan kemampuan siswa sehingga mereka tidak kesulitan dalam mempraktekkan lari estafet. Pembelajarannya pun juga dimodifikasi melalui *games* atau kompetisi sehingga siswa tidaklah terlalu bosan mengikuti pembelajaran, termotivasi dan bergairah dalam menguasai materi/ teknik lari estafet dengan bermain sambil belajar.

Tujuan modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani menurut Lutan (dalam Suherman & Bahagia, 2012) antara lain: siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, dan siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Dengan modifikasi permainan lari estafet diharapkan siswa tidak mengalami kesulitan dalam menguasai materi/ teknik lari estafet khususnya teknik berlari maupun teknik memberi dan menerima tongkat estafet. Sebagaimana menurut Munasifah (2012) bahwa suksesnya lari estafet sangat tergantung dari kelancaran pergantian tongkat dari pelari satu ke pelari lainnya. Waktu yang dicapai akan lebih baik (lebih cepat) jika pergantian tongkat estafet berlangsung dengan baik pula.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui peningkatan hasil belajar penjasorkes melalui modifikasi permainan lari estafet pada siswa kelas VI SDN Kalanganyar Kabupaten Sidoarjo.

## II. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Wardani dan Wihardit (2016), penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di dalam kelasnya sendiri melalui refleksi diri, dengan tujuan untuk memperbaiki kinerjanya sebagai guru sehingga hasil belajar siswa menjadi meningkat. Model PTK yang dipilih yaitu model Kemmis & Mc Taggart, ada empat langkah meliputi perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi (Arikunto, 2010).

Pada tahap perencanaan ini penulis melakukan kegiatan perencanaan antara lain: 1) Berkoordinasi dengan mitra kolaborator untuk menentukan jadwal penelitian dan alternatif pemecahan masalah; 2) Menyusun RPP mata pelajaran Penjasorkes materi lari estafet dengan menerapkan modifikasi permainan lari estafet; 3) Menyiapkan alat peraga modifikasi permainan lari estafet (lintasan, tongkat estafet, kun, bendera, balok); 4) Menyusun lembar hasil belajar siswa dan pedoman penskoran serta tabel rekapitulasinya; 5) Menyusun lembar observasi aktivitas guru beserta rubrik penilaiannya dan tabel rekapitulasinya.

Pada tahap pelaksanaan tindakan dalam penelitian ini dengan melaksanakan perencanaan yang telah dibuat, yakni dengan melaksanakan proses pembelajaran Penjasorkes materi lari estafet dengan menerapkan modifikasi permainan lari estafet. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, masing-masing siklus terdiri dari kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup.

Pada tahap pengamatan dalam penelitian ini dilaksanakan secara kolaboratif untuk mengamati proses pembelajaran Penjasorkes materi lari estafet

dengan menerapkan modifikasi permainan lari estafet. Pada saat pengamatan peneliti bersama mitra kolaborator mengamati hasil belajar siswa dan observasi aktivitas guru serta mencocokkannya dengan instrumen yang sudah dibuat secara objektif dan transparan.

Pada tahap refleksi dalam penelitian ini, peneliti mengkaji peningkatan hasil belajar siswa pada mata pelajaran Penjasorkes materi lari estafet melalui modifikasi permainan lari estafet. Peneliti juga mengkaji hasil penelitian sudah berjalan efektif atau belum dengan mencatat kelebihan dan kelemahan yang muncul selama pelaksanaan tindakan dan memberikan saran perbaikan hasil pengamatan. Setelah itu, peneliti dan mitra kolaborator membuat perencanaan tindak lanjut untuk siklus berikutnya berdasarkan daftar permasalahan tersebut, dalam rangka perbaikan untuk mencapai indikator yang ditetapkan.

Subyek penelitian yaitu siswa kelas VI Tahun Pelajaran 2016-2017 dengan jumlah 35 siswa yang terdiri dari 13 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan. Tempat penelitian berada di SDN Kalanganyar yang berlokasi di Jalan Kalanganyar No. 35 Kecamatan Sedati Kabupaten Sidoarjo. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan Maret 2017.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik tes, observasi, dokumentasi, dan catatan lapangan. Teknik analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Teknik kuantitatif digunakan untuk menganalisis hasil belajar siswa pada mata pelajaran Penjasorkes melalui modifikasi permainan lari estafet pada tiap siklus. Hasil penghitungan tes tulis dan praktik lari estafet seluruh siswa dikategorikan dengan pedoman penskoran dan ketuntasan belajar

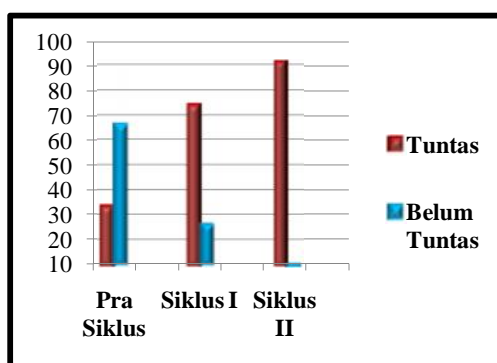
yang sudah ditetapkan. Teknik kuantitatif diperoleh dari analisis hasil observasi, dokumentasi, dan catatan lapangan. Data kualitatif tersebut dibandingkan dan dideskripsikan tiap siklus. Dari hasil perbandingan tersebut akan diketahui peningkatan hasil belajar afektif siswa dan aktivitas guru dalam proses pembelajaran Penjasorkes materi lari estafet melalui modifikasi permainan lari estafet dengan dianalisis secara deskriptif kualitatif.

### **III. HASIL DAN DISKUSI**

Secara umum hasil belajar siswa pada pembelajaran Penjasorkes materi lari estafet mulai dari prasiklus, siklus I, dan siklus II terjadi peningkatan. Peningkatan dari prasiklus ke siklus I sangat signifikan yaitu pada prasiklus memperoleh persentase ketuntasan belajar sebesar 34% dengan nilai rata-rata 64 meningkat pada siklus I menjadi 74% dengan nilai rata-rata 74. Sedangkan peningkatan dari siklus I ke siklus II juga sangat signifikan yaitu pada siklus I memperoleh persentase ketuntasan belajar sebesar 74% dengan nilai rata-rata 74 meningkat pada siklus II menjadi 91% dengan nilai rata-rata 90. Terbukti ada peningkatan persentase ketuntasan belajar sebesar 57%. Peningkatan hasil belajar lari estafet siswa antara pra siklus sampai dengan siklus II dapat dilihat pada gambar berikut.

Hal ini dikarenakan pada siklus I dan II guru menerapkan pembelajaran Penjasorkes melalui modifikasi permainan lari estafet dengan sangat baik. Siswa terlihat mampu melakukan gerakan start, pergantian tongkat estafet dan melakukan gerakan permainan yang diberikan guru. Terbukti pada siklus I dan II nilai rata-rata siswa secara klasikal sudah mencapai ketuntasan belajar, hal ini dikarenakan peralatan pembelajaran lari estafet dimodifikasi

sesuai karakteristik dan perkembangan siswa sehingga siswa lebih mudah melakukan gerakan lari estafet dengan sangat baik. Siswa merasa tertarik dengan pembelajaran lari estafet yang modifikasi melalui permainan. Terbukti siswa merasa senang mengikuti pembelajaran yang diterapkan dengan pendekatan permainan. Situasi pembelajaranpun lebih tertata sehingga materi yang diberikan terarah dan mudah dipahami dan diaplikasikan bagi siswa dalam pembelajaran.



**Gambar 1.** Peningkatan Hasil Belajar Siswa Pada Pra Siklus Sampai Siklus II

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Aussie (dalam Suherman & Bahagia, 2012) bahwa olahraga yang dimodifikasi akan mampu mengembangkan keterampilan anak lebih cepat dibanding dengan peralatan standar untuk orang dewasa dan olahraga yang dimodifikasi menumbuhkan kegembiraan dan kesenangan pada anak-anak dalam situasi kompetitif.

Hasil belajar siswa pada aspek kognitif melalui modifikasi permainan lari estafet pada siklus I memperoleh persentase rata-rata sebesar 63%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian siswa sudah mampu menyerap penjelasan guru mengenai materi maupun konsep gerak lari estafet dengan baik, meskipun masih ada sebagian siswa yang kurang fokus dalam mengikuti pelajaran. Setelah dilakukan pembelajaran

pada siklus II, berdasarkan perbaikan hasil refleksi siklus I melalui modifikasi permainan lari estafet pada aspek kognitif memperoleh persentase rata-rata sebesar 94%. Hal ini secara keseluruhan siswa sudah mampu menguasai materi maupun konsep gerak lari estafet yang sudah diajarkan guru dengan sangat baik. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Suherman & Bahagia (2012) menyatakan bahwa modifikasi permainan memenuhi tuntutan mengajar menjadi anak yang cerdas. Pendapat tersebut juga diungkapkan Depdiknas (2006) bahwa fungsi penjasorkes adalah mengembangkan kemampuan menggali, menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan dan membuat keputusan, meningkatkan pengetahuan peraturan permainan, keselamatan dan etika, meningkatkan pengetahuan bagaimana fungsi tubuh dan hubungannya dengan aktivitas jasmani.

Pada aspek afektif siswa melalui modifikasi permainan lari estafet siklus I memperoleh persentase rata-rata sebesar 66%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa sudah memiliki sikap positif seperti disiplin, sportif, dan bekerjasama dengan kelompok dalam mengikuti permainan lari estafet, meskipun masih ada sebagian siswa yang sering bergurau/ tertawa dengan teman lainnya, curang dalam bertanding, dan kurang kompak dalam mengatasi rintangan pada saat permainan berlangsung. Setelah dilakukan pembelajaran pada siklus II, berdasarkan perbaikan hasil refleksi siklus I melalui modifikasi permainan lari estafet pada aspek afektif memperoleh persentase rata-rata sebesar 89%. Hal ini secara keseluruhan siswa menunjukkan sikap ke arah yang lebih baik, terbukti siswa sudah menunjukkan sikap disiplin mendengarkan guru maupun mengikuti permainan, sportif dalam bertanding, dan

kompak bekerjasama dengan kelompok dalam melakukan permainan lari estafet. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Suherman & Bahagia (2012) bahwa dengan modifikasi permainan dapat meningkatkan perkembangan emosional dan sosial. Pendapat tersebut juga diungkapkan Depdiknas (2006) bahwa fungsi penjasorkes adalah untuk mengembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan dalam situasi kelompok, mengembangkan kemampuan bertukar pikiran dan mengevaluasi ide dalam kelompok, mengembangkan kepribadian, sikap dan nilai, mengembangkan sifat-sifat kepribadian yang positif, dan mengembangkan sikap yang mencerninkan karakter moral yang baik.

Pada aspek psikomotor siswa melalui modifikasi permainan lari estafet siklus I memperoleh persentase rata-rata sebesar 69%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian siswa sudah mampu melakukan teknik start, pergantian tongkat, maupun gerakan permainan lari estafet dengan baik, meskipun masih ada sebagian siswa yang tidak memperhatikan contoh dari guru dan tidak serius mengikuti pelajaran dan bergurau dengan temannya. Setelah dilakukan pembelajaran pada siklus II, berdasarkan perbaikan hasil refleksi siklus I melalui modifikasi permainan lari estafet pada aspek psikomotor memperoleh persentase rata-rata sebesar 94%. Hal ini secara keseluruhan siswa sudah terampil melakukan teknik start dan pergantian tongkat dalam permainan lari estafet dengan sangat baik, hal ini dikarenakan siswa memperhatikan penjelasan dan contoh gerakan lari estafet yang diberikan guru. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Lutan (dalam Suherman & Bahagia, 2012) menyatakan bahwa modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan

agar siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, siswa dapat melakukan pola gerak secara benar. Pendapat tersebut juga diungkapkan Depdiknas (2006) bahwa fungsi penjasorkes adalah untuk mengembangkan keterampilan lokomotor seperti: berjalan, berlari, melompat dan mengembangkan faktor-faktor gerak seperti: ketepatan, rasa gerak, power, waktu reaksi, kelincahan.

Hal ini menunjukkan kesesuaian hasil penelitian yang dilakukan oleh Zulfasari (2013) menunjukkan bahwa modifikasi permainan lari estafet dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran Penjasorkes. Penelitian lain yang dilakukan oleh Susilo (2015) menunjukkan bahwa modifikasi permainan dapat meningkatkan hasil belajar lari estafet siswa.

Berdasarkan hasil dan diskusi tersebut, pada tindakan siklus II sudah mencapai kriteria ketuntasan minimal dan juga melebihi pencapaian ketuntasan belajar secara klasikal yang dikehendaki. Hal ini terbukti bahwa dengan menggunakan modifikasi permainan lari estafet dapat meningkatkan hasil belajar Penjasorkes pada siswa kelas VI SDN Kalanganyar. Hal ini berarti penelitian tindakan kelas ini sudah dapat dikatakan berhasil dan dihentikan sampai pada siklus II.

#### **IV. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dan diskusi di atas, dapat disimpulkan bahwa penerapan modifikasi permainan lari estafet dapat meningkatkan hasil belajar Penjasorkes pada siswa kelas VI SDN Kalanganyar. Peningkatan dari prasiklus sampai siklus II sangat signifikan yaitu pada prasiklus memperoleh persentase ketuntasan belajar

sebesar 34% dengan nilai rata-rata 64 meningkat pada siklus I menjadi 74% dengan nilai rata-rata 74 dan meningkat sangat signifikan pada siklus II menjadi 91% dengan nilai rata-rata 90. Terbukti ada peningkatan persentase ketuntasan belajar sebesar 57%. Hal ini dikarenakan peralatan pembelajaran lari estafet dimodifikasi sesuai karakteristik dan perkembangan siswa sehingga siswa lebih mudah melakukan gerakan lari estafet dengan sangat baik. Siswa merasa tertarik dan senang dengan pembelajaran lari estafet yang modifikasi melalui permainan. Situasi pembelajaranpun lebih tertata sehingga materi yang diberikan terarah dan mudah dipahami dan diaplikasikan oleh siswa dalam pembelajaran.

## V. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Penelitian Pendekatan Praktek-Cet.14*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Depdiknas. 2006. *Standar Isi Untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: BSNP, Departemen Pendidikan Nasional.
- Munasifah. 2012. *Atletik Cabang Lari*. Semarang: Aneka Ilmu.
- Samsudin. 2011. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Litera.
- Suherman, Adang. 2010. *Dasar-dasar Penjaskes*. Jakarta: Dirjen Dikdasmen, Departemen Pendidikan Nasional.
- Suherman, Adang & Bahagia, Yoyo. 2012. *Prinsip-prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Dirjen Dikdasmen, Departemen Pendidikan Nasional.
- Susilo, Ardi. 2015. *Peningkatan Hasil Belajar Lari Estafet Dengan Menggunakan Modifikasi Permainan Pienjong Pada Siswa Kelas 6 SDN 1 Kemiriombo Kecamatan Gemawang Kabupaten Temanggung*. ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations, Unnes Semarang, Vol. 4, No. 3, September 2015, pp. 1680-1685.
- Wardani, I.G.A.K & Wihardit, K. 2016. *Penelitian Tindakan Kelas-Cet.23;Ed.1*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.
- Zulfasari, Rina. 2013. *Penerapan Modifikasi Permainan Lari Estafet Untuk Meningkatkan Motivasi Siswa dan Hasil Belajar Dalam Pembelajaran Penjaskes (Studi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tembelang Jombang)*. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Unesa Surabaya, Vol. 01, No. 02, Desember 2013, pp. 387-391.