



Jurnal Multidisiplin Indonesia

Journal homepage: <https://jmi.rivierapublishing.id/>

ISSN 2963-2900 E-ISSN 2964-9048

PENERAPAN METODE PEMBELAJARAN PART AND WHOLE UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA MATERI KEBUGARAN JASMANI

Tedy Friyadi

SMK Negeri 7 Baleendah, Bandung, Indonesia

friyaditedy@gmail.com

Riwayat Artikel:

Received: 12-03-2023

Revised: 24-03-2023

Accepted: 29-03-2023

Keywords: the part and whole method, the results of learning physical fitness, the percentage of activity

Kata Kunci: metode part and whole, hasil belajar kebugaran jasmani, persentase keaktifan

Abstract

This research is a type of quantitative research through the Part and Whole Method learning approach which aims to find out; The effect of the part and whole method on learning outcomes in class XII RPL students at SMK Negeri 7 Baleendah Kab.Bandung. The sample used was students of class XII RPL as many as 36 people. Data collection techniques in this study using tests. The instrument used in this study was a test of physical fitness material. The data analysis technique uses the analysis of the results of the practice questions. Based on the analysis of the results of the research and discussion, it can be concluded that: there is a significant effect of the part and whole method on student learning outcomes whose cycles have achieved an increase in learning improvements where in the pre-cycle 58.75%, in cycle I it becomes 72.63%, cycle II increases by 82.08% is said to be complete because according to the Ministry of National Education (2006) learning is said to be complete if classically students who score 7 and above reach 85%. This is indicated by the increasing percentage of students' activeness, attention, concentration, interest, and motivation in learning in each cycle. In this case the researcher is trying to solve the problems from the pre-then to cycle II learning activities by applying the Part and Whole learning method in learning Physical Education Sports and Health can improve student learning outcomes in class XII RPL SMK Negeri 7 Baleendah Kab.Bandung so that students can be motivated to follow learning

Abstrak

Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif melalui pendekatan Pembelajaran Metode Keseluruhan (Part and Whole Method) yang bertujuan untuk mengetahui; Pengaruh metode part and whole terhadap hasil belajar pada siswa kelas XII RPL SMK Negeri 7 Baleendah Kab.Bandung. Sampel yang digunakan adalah siswa kelas XII RPL sebanyak 36 orang. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan tes. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes latihan materi kebugaran jasmani. Teknik analisis data menggunakan analisis hasil pengerjaan latihan soal. Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa: ada pengaruh yang signifikan metode part and

whole terhadap hasil belajar siswa yang telah dicapai persiklusnya mengalami peningkatan perbaikan pembelajaran dimana pada pra siklus 58.75%, pada siklus I menjadi 72.63%, siklus II meningkat sebesar 82.08% ini sudah dikatakan tuntas karena menurut Depdiknas (2006) bahwa pembelajaran dikatakan tuntas apabila secara klasikal siswa yang mendapat nilai 7 keatas mencapai 85 %. Hal ini ditandai dengan meningkatnya persentase keaktifan, perhatian, konsentrasi, minat, dan motivasi siswa dalam pembelajaran di setiap siklusnya. Dalam hal ini peneliti berusaha memecahkan permasalahan dari kegiatan pembelajaran pra maka sapa dengan siklus II dengan menerapkan metode pembelajaran Part and Whole dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas XII RPL SMK Negeri 7 Baleendah Kab.Bandung sehingga siswa dapat termotivasi untuk mengikuti pembelajaran.

Corresponding Author: Tedy Friyadi
E-mail: friyaditedy@gmail.com



PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Pentingnya suatu pendidikan menjadikan prioritas suatu negara untuk meningkatkan kualitas pendidikan, salah satu komponen yang meningkatkan kualitas pendidikan adalah guru. Guru pendidikan jasmani dituntut untuk kreatif, disiplin, dan cerdas dalam mengajar agar mampu membawa siswa kesituasi yang menyenangkan serta tidak membosankan dalam proses pembelajaran. Adapun komponen yang menentukan keberhasilan dalam proses belajar mengajar antara lain: guru, siswa, sarana dan prasarana, pembelajaran, materi pembelajaran, media pembelajaran, dan lingkungan pembelajaran.

Pendidikan Jasmani dilaksanakan dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional yang mencakup aspek fisik, intelektual, emosional, sosial dan moral. Salah satu upaya untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas dilakukan melalui jalur pendidikan formal, nonformal maupun informal melalui jalur pendidikan tersebut, kualitas sumber daya manusia dapat dipersiapkan untuk perkembangan zaman dari waktu ke waktu. Selain itu, manusia berkualitas juga dituntut untuk memiliki prestasi pada bidang-bidang profesi yang ditekuninya termasuk dalam bidang olahraga.

Dalam tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang utama yaitu ranah kognitif, afektif, dan psikomotor serta fisik selama ini sering terabaikan sehingga tujuan penyerta atau dampak pengiring justru sering diutamakan. Dalam rangka pelaksanaan pendidikan di sekolah yang sangat berperan adalah seorang guru, sebab gurulah yang secara langsung membina dan mengembangkan kemampuan siswa melalui proses pembelajaran yang dilakukan, upaya pembinaan itulah yang dapat menentukan siswa menjadi cerdas, terampil dan bermoral tinggi seperti yang diharapkan bangsa pada generasi mudanya.

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan

penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan / olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur kerjasama, dan lain-lain) dari pembiasaan pola hidup sehat. Pelaksanaannya bukan melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, namun melibatkan unsur fisik mental, intelektual, emosional dan sosial. Aktivitas yang diberikan dalam pengajaran harus mendapatkan sentuhan didaktik-metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan pengajaran. Melalui pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Sesuai dengan karakteristik siswa SMK, usia 16 – 18 tahun kebanyakan dari mereka cenderung masih suka bermain. Untuk itu guru harus mampu mengembangkan pembelajaran yang efektif, disamping harus memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan siswa. Pada masa usia tersebut seluruh aspek perkembangan manusia baik itu kognitif, psikomotorik dan afektif mengalami perubahan. Perubahan yang paling mencolok adalah pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikologis.

Agar standar kompetensi pembelajaran pendidikan jasmani dapat terlaksana sesuai dengan pedoman, maksud dan juga tujuan sebagaimana yang ada dalam kurikulum, maka guru pendidikan jasmani harus mampu membuat pembelajaran yang efektif dan menyenangkan. Untuk itu perlu adanya pendekatan, variasi maupun modifikasi dalam pembelajaran.

Untuk mencapai keberhasilan diatas metode pembelajaran memiliki peran penting dalam proses belajar mengajar, dengan menggunakan dan memanfaatkan metode belajar dengan sebaik-baiknya, agar kegiatan belajar mengajar dapat terlaksana dengan baik dan efektif. Siswa tidak hanya menerima pengetahuan tetapi juga kecakapan dan keterampilan – keterampilan. Namun kecakapan dan keterampilan-keterampilan tidak lepas dari peran pendidik dalam proses pembelajaran, reaksi yang positif terhadap reaksi yang diberikan dalam hal ini siswa berhasil dalam kegiatan belajarnya.

Hasil pengamatan peneliti yang dilakukan di SMK Negeri 7 Baleendah Kab.Bandung pada pembelajaran kebugaran jasmani siswa kelas XII masih mengalami kesulitan dalam memahami materi pembelajaran. Adapun yang menjadi penyebab dalam kesukaran belajar siswa dapat bersumber dari faktor eksternal dan internal, faktor internal atau dari dalam diri individu dapat berupa kurangnya motivasi atau antusiasme terhadap pelajaran tersebut, sedangkan faktor eksternal disini dapat berupa materi, metode atau media yang digunakan guru yang tidak dapat membangkitkan semangat siswa untuk aktif dalam mengikuti pelajaran tersebut.

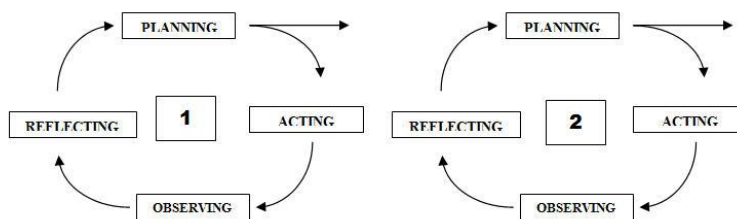
Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, peneliti dapat merumuskan masalah yang akan diteliti yakni: Apakah melalui model pembelajaran Part and Whole dapat meningkatkan hasil belajar pada siswa kelas XII RPL 2 SMK Negeri 7 Baleendah

Kab.Bandung Tahun Ajaran 2019-2020.

METODE PENELITIAN

Penelitian tindakan kelas ini menggunakan PTK bersiklus dimana proses investigasi terkendali untuk menemukan dan memecahkan masalah pembelajaran di kelas, dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan hasil pembelajaran tertentu.

Penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dengan mengikuti procedure penelitian berdasarkan pada prinsip Kemmis dan Mc. Taggart (1990) dengan menggunakan prosedur kerja yang dipandang sebagai siklus spiral yang mencakup kegiatan perencanaan (planning), pelaksanaan (action), pengamatan (observation) dan refleksi (reflection).



Upaya meningkatkan kompetensi guru untuk menyelesaikan masalah pembelajaran yang dihadapi saat menjalankan tugasnya dapat dilakukan melalui kegiatan penelitian. Pendekatan penelitian yang dirasa cocok dan strategis dilakukan guru adalah penelitian tindakan kelas (Classroom Action research). melalui pendekatan penelitian ini permasalahan-permasalahan yang dirasakan dan ditemukan guru dan siswa langsung didapatkan solusinya. Penelitian tindakan kelas sangat strategis dilakukan oleh guru sebagai karya tulis yang fungsinya sangat berguna dan aplikatif, dengan kegiatan ini guru dapat memperoleh teori yang dibangunnya sendiri, bukan yang diberikan oleh pihak lain guru menjadi the theorizing practitioner. (Tim Pelatih Proyek PGSM,1999).

Rancangan penelitian tindakan kelas dipusatkan pada situasi dalam proses sosial belajar di kelas juga melibatkan siswa dan guru, sehingga penelitian tindakan kelas berlangsung secara kolaborasi. Dalam pelaksanaan proses pembelajaran di kelas, bahwa rancangan penelitian ini dilakukan atas dasar empiris yang mendukung program penelitian tindakan kelas.

Sumber Data

Data hasil penelitian ini bersumber dari siswa dan guru. Data dari siswa adalah hasil test, baik test awal maupun test akhir yang dapat diamati langsung oleh peneliti, dan aktifitas dalam proses pembelajaran. Data dari guru adalah hasil observasi yang dilakukan peneliti saat proses belajar mengajar sedang berlangsung sebagai data tambahan dalam penelitian ini.

Teknik dan Alat Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dan lembar observasi. Tes diberikan kepada siswa untuk mendapatkan pemahaman siswa dalam pembelajaran bahasa Inggris. Lembar Pengamatan digunakan untuk mencatat informasi dari

semua kegiatan yang sedang berlangsung. Lembar pengamatan terdiri dari aktivitas siswa, waktu, respon siswa, situasi kelas, dan catatan lainnya yang terjadi saat proses tindakan berlangsung.

Alat yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah hasil dari test, questionnaire dan lembar observasi.

Analisis Data

Data yang diperoleh dalam setiap tindakan akan dianalisis secara kuantitatif dan kualitatif untuk mengetahui hasil akhir dari suatu tindakan. Data kualitatif hasil belajar siswa akan dianalisis secara deskriptif dengan cara mencari nilai rata-rata keberhasilan siswa baik dalam pre tes dan post tes. Data hasil evaluasi akan dianalisis menggunakan analisis deskriptif dengan cara mencari nilai rata-rata keberhasilan siswa baik dalam pre tes dan post tes. Yaitu dengan menggunakan langkah-langkah berikut:

1. Nilai dari setiap siswa menjawab test dalam setiap pertemuan.
2. Data dihitung dengan rumus sebagai berikut:

$$X = \frac{\sum X}{N}$$

Dimana:

X = Nilai rata-rata yang dicapai siswa pada test.

$\sum X$ = Jumlah keseluruhan nilai.

N = Jumlah siswa.

Sedangkan, Data kualitatif yang didapat melalui lembar observasi dianalisis sehingga dapat memberikan gambaran tentang tingkat pemahaman terhadap pelajaran, sikap atau pandangan siswa terhadap metode belajar yang diterapkan, aktivitas siswa dalam mengikuti pelajaran, perhatian, antusias dalam belajar, kepercayaan diri, motivasi belajar, dan yang sejenisnya dianalisis secara kualitatif

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Tindakan

Pada bagian ini akan diuraikan hasil yang diperoleh selama pemberian tindakan. Terutama pada setiap siklus yang dilaksanakan. Pembahasan difokuskan pada peningkatan keterampilan materi Program latihan kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan secara pribadi pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Sebelum dideskripsikan hasil pelaksanaan tindakan, berikut diuraikan proses pelaksanaan tindakan dalam penelitian ini. Instrumen tes yang digunakan adalah tes kesegaran jasmani dengan tes lari 2,4 km yang sering disebut juga Cooper test. Berikut ini adalah tabel tingkat kesegaran jasmani yang diambil dari Cooper test untuk umur 13 – 19 tahun.

Waktu tempuh Tingkat kesegaran jasmani putra:

1. Kurang dari 09,37 menit Istimewa
2. 8.38 – 09.40 menit Sangat baik
3. 09.41 – 10.48 menit Baik
4. 10.49 – 12.10 menit Sedang

5. 12.10 – 15.30 menit Kurang
6. Lebih dari 15.31 menit Sangat kurang

Waktu tempuh Tingkat kesegaran jasmani putri:

1. Kurang dari 11.50 menit Istimewa
2. 11.50 – 14.30 menit Sangat baik
3. 13.30 – 14.30 menit Baik
4. 14.31 – 16.34 menit Sedang
5. 16.35 – 18.30 menit Kurang
6. Lebih dari 18.31 menit Sangat kurang

Deskripsi Pra Tindakan

Kondisi Awal (Pra Tindakan)

Sebelum melaksanakan Penelitian Tindakan kelas (PTK) dengan sebelum menerapkan metode pembelajaran, terlebih dulu peneliti melakukan observasi awal melakukan pra siklus untuk mengidentifikasi permasalahan – permasalahan yang ada pada saat berlangsungnya proses pembelajaran olahraga. Observasi dilaksanakan dengan memperhatikan guru mengajar, keaktifan siswa dan hasil belajar siswa. Temuan awal hasil belajar siswa pada kegiatan Pra Siklus dapat dilihat pada table dibawah ini:

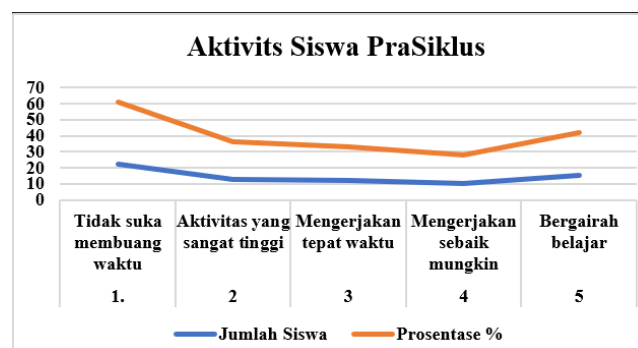
Tabel 1. Hasil Nilai Prasiklus

Nama Siswa	Nilai
Adenda Jaya Swara	70
Akmal Abdussyukur	50
Alfi Algani	55
Andri Priyandi	60
Annissa Rachma Gustiyanti	55
Ari Mukti Wibawa	50
Awaludin Naufal	50
Aziz Naufal Bagaskara S	50
Cahya Dika Prasetyo	50
Dandi Agustian	60
Dendi Kusumah	50
Dimas Aditya	55
Dzikri Faza Hauna Kusnadi	55
Fadly Rifky	75
Fajri Hijrian	55
Gina Destiviani	55
Helmi Pratama Putra	60
Intan Ramadani	70
Januar Suyadi	55
Lutfhiadi Marwan	75

Nama Siswa	Nilai
M. Finuary Renggalih	60
Mardhiyyah Rahadatul Aisyi	70
Mochamad Saeful Ikhsan	50
Muhamad Ridwan	75
Muhammad Dava Algifari	55
Muhammad Reza Fahrozy S	75
Radja Adiguna Putra	55
Rafli Dwi Apriliant	50
Reihan Fahrul Rozy	60
Reva Doni Aprilio	50
Riz Pefa Meviani	50
Ropikoh Nur 'Asiah	75
Setio Fadil Mochamad	50
Siti Algisna Alfiari	50
Taufik Hidayat	60
Yogas Destariansyah	75
Nilai Rata - Rata	58,75

Tabel 2. Aktivits Siswa PraSiklus

Indikator	Jumlah Siswa	Prosentase %
Tidak suka membuang waktu	22	61,11
Aktivitas yang sangat tinggi	13	36,11
Mengerjakan tepat waktu	12	33,33
Mengerjakan sebaik mungkin	10	27,77
Bergairah belajar	15	41,66



Hasil data siswa pada siklus I yang memperoleh nilai 70 keatas sebanyak 9 orang, sebagian besar siswa masih mendapatkan nilai dibawah atau kurang dari 70. Hasil tersebut belum mencapai standar ketuntasan belajar secara klasikal, maka peneliti akan melakukan rencana perbaikan pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran Part and Whole

pada pembelajaran olah raga dikelas XII RPL SMK Negeri 7 Baleendah Kab.Bandung.

Deskripsi Tindakan Siklus I

Pada pelaksanaan kegiatan penelitian Siklus I ini meliputi tahapan – tahapan sebagai berikut:

Perencanaan Siklus I

Tahap ini diawali dengan kegiatan observasi awal untuk mengidentifikasi masalah sehingga diperoleh permasalahan. Adapun perencanaan yang akan disusun pada kegiatan ini meliputi: a.) Menyusun rencana perbaikan pembelajaran (RPP) pada mata pelajaran pendidikan jasmani. b.) Menyusun lembar pengamatan guru dan siswa. c.) Menyiapkan media yang akan digunakan dalam perbaikan pembelajaran. d.) Membuat alat evaluasi berupa tes dan kunci jawabannya

Pelaksanaan Tindakan Siklus I

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah melaksanakan pembelajaran sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah disusun sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah dirumuskan. Langkah – langkah pembelajaran pada siklus I sebagai berikut:

Kegiatan awal

- Membuka pelajaran
- Menyampaikan tujuan pembelajaran
- Mengadakan tanya jawab

Kegiatan inti

- a. Memberikan motivasi kepada siswa dalam pelaksanaan metode pembelajaran yang baru pada materi pelajaran Program latihan kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan secara pribadi
- b. Dengan pengawasan guru setiap siswa melakukan latihan gerakan kebugaran jasmani

Kegiatan akhir

Dengan pengawasan guru setiap siswa mengulang kembali gerakan kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan.

Tahap pengamatan / Observasi Siklus I

Pada pelaksanaan siklus I dilaksanakan pengamatan terhadap kegiatan aktivitas guru dan siswa yang sedang berlangsung dengan menggunakan lembar pengamatan yang telah dibuat. Pengamat memberikan tanda (√) terhadap aspek yang diamati (lembar observasi terlampir)

Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I Berdasarkan observasi yang telah dilakukan oleh pengamat terhadap proses pembelajaran yang dilakukan oleh Guru dan Siswa pada Siklus I di peroleh data-data berikut:

Tabel 3. Aktivitas Siswa Siklus I

Indikator	Jumlah Siswa	Prosentase %
Tidak suka membuang waktu	15	41,66
Aktivitas yang sangat tinggi	20	55,55
Mengerjakan tepat waktu	18	50
Mengerjakan sebaik mungkin	17	47,22
Bergairah belajar	22	61,11



Dari hasil posttes yang dilakukan oleh peneliti terhadap kemampuan siswa pada siklus I diperoleh hasil nilai sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Nilai Siswa Siklus I

Nama Siswa	Nilai
Adenda Jaya Swara	75
Akmal Abdussyukur	75
Alfi Algani	70
Andri Priyandi	75
Annissha Rachma Gustiyanti	70
Ari Mukti Wibawa	75
Awaludin Naufal	70
Aziz Naufal Bagaskara S	75
Cahaya Dika Prasetyo	70
Dandi Agustian	75
Dendi Kusumah	70
Dimas Aditya	70
Dzikri Faza Hauna Kusnadi	70
Fadly Rifky	70
Fajri Hijrian	70
Gina Destiviani	70
Helmi Pratama Putra	80
Intan Ramadani	75
Januar Suyadi	70

Nama Siswa	Nilai
Lutfhiadi Marwan	75
M. Finuary Renggalih	75
Mardhiyyah Rahadatul Aisyi	75
Mochamad Saeful Ikhsan	70
Muhamad Ridwan	70
Muhammad Dava Algifari	70
Muhammad Reza Fahrozy S	75
Radja Adiguna Putra	70
Rafli Dwi Apriliant	70
Reihan Fahrul Rozy	75
Reva Doni Aprilio	70
Riz Pefa Meviani	70
Ropikoh Nur 'Asiah	70
Setio Fadil Mochamad	75
Siti Algisna Alfiari	75
Taufik Hidayat	75
Yogas Destariansyah	80
Nilai Rata - Rata	72,63

Dari tabel data diatas diperoleh kesimpulan bahwa pada kegiatan penelitian siklus I ini sudah mengalami peningkatan, dilihat dari hasil nilai siswa yang didapat hasil nilai tertinggi mencapai 80 dan nilai terendah mencapai 70 dengan nilai rata-rata diperoleh 72.63%, kondisi tersebut masih kurang dari pencapain hasil nilai yang sesuai dengan standar ketuntasan minimum yang harus dicapai yaitu 85%.

Refleksi siklus I

Tahap refleksi adalah mengingat dan merenungkan kembali suatu tindakan persis seperti yang telah dicatat dalam observasi. Lewat refleksi penulis berusaha: memahami proses, masalah, persoalan, dan kendala yang nyata dalam tindakan strategis, dengan mempertimbangkan ragam perspektif yang mungkin ada dalam situasi pembelajaran di kelas, dan memahami persoalan pembelajaran dan keadaan kelas di mana pembelajaran dilaksanakan.

Observer yang hadir memberikan evaluasi berdasarkan catatan dan pendapatnya mengenai proses pembelajaran yang telah dilaksanakan. Hasil refleksi analisis data siswa yang memperoleh nilai 70 keatas meningkat jumlahnya. Hal ini belum mencapai ketuntasan secara klasikal maka peneliti harus memperbaiki pembelajaran pada siklus selanjutnya.

Deskripsi Tindakan Siklus II

Rencana tindakan siklus ke 2 mengacu pada hasil refleksi yang dilakukan pada siklus

pertama. Melalui tahapan-tahapan yang sama pada siklus sebelumnya, diantaranya adalah:

Perencanaan Tindakan Siklus II

Perencanaan tindakan dimulai dari tahap perencanaan program pengajaran yang dilakukan oleh peneliti berkonsultasi dengan guru sebagai observer dalam menjalankan skenario pembelajaran siklus kedua.

Perencanaan pada siklus 2 (dua) ini sama pada siklus 1 (satu) guru menyiapkan rencana pembelajaran dengan menyusun skenario pembelajaran dengan memberi pengarahannya secara umum kepada semua siswa untuk lebih aktif lagi dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran.

Proses pembelajaran pada tindakan II tidak jauh berbeda dari pelaksanaan tindakan sebelumnya yaitu menyusun rencana, membuat LKS, pedoman observasi untuk membantu guru dalam menentukan aktivitas belajar siswa, daftar cek, dll.

Pelaksanaan Siklus II

Tahap ini juga masih menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran yaitu menyusun skenario pembelajaran, membuat rencana pelaksanaan perbaikan, membuat lembar observasi, membuat alat evaluasi, menyiapkan media dan alat yang dibutuhkan dalam pembelajaran. Adapun langkah-langkah yang dipersiapkan:

Kegiatan awal

- a. Membuka pelajaran
- b. Menyampaikan tujuan pembelajaran
- c. Mengadakan tanya jawab

Kegiatan inti

- a. Memberikan motivasi kepada siswa dalam pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran yang baru diterapkan pada materi pelajaran latihan kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan secara pribadi
- b. Dengan pengawasan guru setiap siswa melakukan latihan kebugaran jasmani

Kegiatan akhir

Dengan pengawasan guru setiap siswa mengulang kembali gerakan kebugaran jasmani terkait kesehatan dan keterampilan yang sudah diajarkan.

Tahap Pengamatan / observasi siklus II

Pada tahap pelaksanaan siklus II dilaksanakan pengamatan terhadap kegiatan dan aktivitas guru dan siswa yang sedang berlangsung dengan menggunakan lembar pengamatan yang telah dipersiapkan.

Aktivitas siswa pada tindakan II dapat dilihat pada tabel dibawah ini demikian juga hasil skor nilai siswa dapat dilihat pada tabel berikut. Peneliti menutup pelajaran dengan membagikan angket untuk mengetahui respon siswa terhadap penerapan model pembelajaran ini.

Tabel 5. Aktivits Siswa Siklus II

Indikator	Jumlah Siswa	Prosentase %
Tidak suka membuang waktu	8	22,22
Aktivitas yang sangat tinggi	28	77,77

Mengerjakan tepat waktu	25	69,44
Mengerjakan sebaik mungkin	30	83,33
Bergairah belajar	32	88,88



Tabel 6. Hasil Nilai Siswa Siklus II

Nama Siswa	Nilai
Adenda Jaya Swara	90
Akmal Abdussyukur	85
Alfi Algani	70
Andri Priyandi	85
Annissa Rachma Gustiyanti	75
Ari Mukti Wibawa	80
Awaludin Naufal	75
Aziz Naufal Bagaskara S	80
Cahya Dika Prasetyo	80
Dandi Agustian	75
Dendi Kusumah	85
Dimas Aditya	70
Dzikri Faza Hauna Kusnadi	80
Fadly Rifky	90
Fajri Hijrian	85
Gina Destiviani	85
Helmi Pratama Putra	90
Intan Ramadani	80
Januar Suyadi	75
Lutfhiadi Marwan	80
M. Finuary Renggalih	90
Mardhiyyah Rahadatul Aisyi	85
Mochamad Saeful Ikhsan	85

Nama Siswa	Nilai
Muhamad Ridwan	80
Muhammad Dava Algifari	80
Muhammad Reza Fahrozy S	90
Radja Adiguna Putra	75
Rafli Dwi Apriliant	85
Reihan Fahrul Rozy	90
Reva Doni Aprilio	80
Riz Pefa Meviani	75
Ropikoh Nur 'Asiah	75
Setio Fadil Mochamad	90
Siti Algisna Alfiari	85
Taufik Hidayat	85
Yogas Destariansyah	90
Nilai Rata - Rata	82,08

Berdasarkan tabel diatas bahwa siswa yang melakukan aktivitas menunjukan peningkatan selama pembelajaran dibandingkan dengan aktivitas tindakan I, perolehan hasil pengerjaan tes siswa dalam bentuk skor pada tindakan II memperlihatkan adanya peningkatan dibanding pada tindakan sebelumnya. Skor hasil pengerjaan LKS pada tindakan II ini lebih tinggi dibanding hasil pada tindakan I, peningkatan skor siswa disebabkan karena siswa aktif melaksanakan kegiatan pembelajaran dan instruksi yang diarahkan oleh guru / peneliti, kemudian guru / peneliti telah memberikan bimbingan lebih intensif dan adil pada setiap siswa.

Refleksi Siklus II

Setelah melakukan analisis data dari hasil observasi yang dilakukan melalui penilaian proses dan test, peneliti dan para obeserver melaksanakan refleksi. Refleksi ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan pembelajaran yang dilakukan oleh peneliti setelah melakukan tindakan siklus ke 2. Pada tampilan tindakan II proses pembelajaran meningkat disebabkan oleh karena guru dapat memahami kendala yang dihadapinya pada tampilan tindakan sebelumnya. Siswa lebih aktif dan kreatif dalam menyelesaikan tugas-tugas. Selain adanya peningkatan terbukti pada pencapaian nilai rata-rata pretest dan posttest. Data akhir hasil dari pengolahan data dan analisis menunjukkan peningkatan yang signifikan siswa (85%) terlihat aktif dalam proses pembelajaran.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data yang telah dicapai persiklusnya mengalami peningkatan perbaikan pembelajaran dimana pada pra siklus 58.75%, pda siklus I menjadi 72.63%, siklus II meningkat sebesar 82.08% ini sudah dikatakan tuntas karena menurut Depdiknas (2006) bahwa pembelajaran dikatakan tuntas apabila secara klasikal siswa yang mendapat nilai 7 keatas mencapai 85 %.

Dalam hal ini peneliti berusaha memecahkan permasalahan dari kegiatan

pembelajaran pra maka sampai dengan siklus II dengan menerapkan metode pembelajaran Part and Whole dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas XII RPL SMK Negeri 7 Baleendah Kab.Bandung sehingga siswa dapat termotivasi untuk mengikuti pembelajaran.

KESIMPULAN

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani seseorang, salah satunya yaitu melalui aktivitas jasmani. Dengan demikian pendidikan jasmani dapat digunakan sebagai bentuk kegiatan siswa dalam upaya menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani sangat diperlukan adanya model dan variasi pelajaran. Untuk itu pengajar sebaiknya dapat membuat model ataupun modifikasi pembelajaran, salah satunya adalah model pembelajaran dengan pendekatan part and whole method.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti menyimpulkan bahwa metode part and whole method dapat diterapkan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu ahmadi, 2004, Psikologi Belajar, Jakarta, Rinike Cipta Agus Mahendra 2001 Pembelajaran Senam Disekolah Dasar Depdiknas Jakarta.
- Arikunto 2007, Media Pendidikan Jakarta PT Bumi Aksara Arman, 2002, Pengantar Ilmu dan Metodologi Pendidikan Islam, Jakarta, Ciputat Press.
- Azhar, 1995, Media Pembelajaran, PT. Raja Grafindo Persada Bandung PT. Rosdakarya: Bandung- Jakarta.
- Depdiknas, 2003, Kurikulum 2004, Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani SMP/MTs, Jakarta: Depdiknas.
- Depdiknas, 2003, Undang-Undang R.I Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Jakarta: Depdiknas
- Ngalim Purwanto. M, 2003, Ilmu Pendidikan Teori dan Praktik, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Winata Putra Udin, 1994, Strategi Belajar Mengajar, Jakarta: Universitas T Depdiknas. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Edisi IV. Jakarta: Gramedia Utama.
- Ahmad Riva'I dan Nana Sudjana, 1990 Media Pengajaran Sinar Baru Bandung
- Wahyudi. (2006). *Tingkatkan Pemahaman siswa terhadap materi pembelajaran*.

- Retno, 2003 *Media Pendidikan dan Model Pembelajaran, Pengertian Pengembangan dan Pemanfaatan* Rajawali Jakarta
- Sudikin, 2002 *Manajemen Penelitian Tindakan Kelas Insan Cendikia* Jakarta
- Udin SW 1992 *Strategi Belajar Mengajar* Depdikbud Jakarta
- Depdiknas. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Edisi IV. Jakarta: Gramedia Utama.
- Sudikin, 2002 *Manajemen Penelitian Tindakan Kelas Insan Cendikia* Jakarta
- Gilkey, R.et al. (1996) *Definisi Teknologi Pendidikan* diterjemahkan oleh Hikmat, H (2001) *Strategi Pemberdayaan Masyarakat Bandung: Humaniora* Utama.
- Arikunto, Suharsimi, 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta PT. Rineksa Cipta
- Husni, Agusta, dkk. 1987. *Buku pintar Olahraga*. Jakarta; CV Mawar Gempita
- Muhajir, 1998, *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, Untuk SMU Kelas 2, Jakarta; Erlangga
- Suharno. 1986, *Ilmu Kepelatihan Olah Raga* Yogyakarta; IKIP Yogyakarta.
- Syarifuddin, Aib. 1997, *Penjaskes 1,2,3*, Jakarta; PT. Gramedia Widiasmara Indonesia
- Sudirman 2003, *Standar Kopetensi mata Pelajaran Penjas Kes*. Jakarta.
- Sumantri, dkk 2010, *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta, Universitas Terbuka. Sudjana, 2008 *Penelitian Hasil Belajar Mengajar*, Jakarta.
- Remaja Rosda Karya Wardani, 2009 *Penelitian Tindakan kelas*. Jakarta
- Universitas Terbuka Winarno Surakhmad 2006, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta. Rineka Cipta
- Zain dan Djamara 2002. *Strategi Belajar Mengajar*, Rineka Cipta.