

Peningkatan Hasil Belajar Materi Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Siswa Kelas IXE MTs. Negeri 1 Kerinci Melalui Metode Pembelajaran *Index Card Matc*

Sukardi

Guru Mata Pelajaran Penjasorkes, MTs Negeri 1 Kerinci, Indonesia

Email: -

Abstrak

Dari pengalaman mengajar pada mata pelajaran Penjasorkes masih banyak menemukan permasalahan, antara lain : (1) Hasil belajar mata pelajaran Penjasorkes sangat rendah; (2) siswa tidak memperhatikan guru saat menjelaskan materi pembelajaran; (3) guru dalam proses pembelajaran masih bersifat konvensional/ ceramah saja/ tidak menggunakan metode yang bervariasi. pemecahan masalah yang peneliti terapkan yaitu melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran *Index Card Match*, Berdasarkan hasil ulangan siswa terdapat 13 Orang siswa mendapatkan nilai rata-rata dibawah standar dari nilai rata-rata yang telah ditetapkan sekolah yakni 60, serta Ketuntasan belajar siswa secara klasikal sebesar 23,53%. Hal ini menunjukkan bahwa belum mencapai standar minimum ketuntasan belajar yaitu $\geq 73\%$, sehingga perlu adanya tindakan untuk mengatasi masalah tersebut di atas. Pada siklus 1 ketuntasan belajar siswa secara klasikal sebesar 23,53% belum mengalami kenaikan dan belum memenuhi standar minimum ketuntasan belajar, sehingga perlu adanya tindakan selanjutnya pada siklus 2. Pada siklus 2 mengalami kenaikan sebesar 100% dari setelah diterapkannya Metode Pembelajaran tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar pada siklus 2 meningkat dibandingkan dengan siklus 1 setelah Metode Pembelajaran tersebut diterapkan, sehingga dapat disimpulkan melalui Metode Pembelajaran *Index Card Match* dapat meningkatkan hasil belajar materi Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) siswa Kelas IX E MTs Negeri 1 Kerinci.

Kata Kunci: Metode Pembelajaran *Index Card Match*, Hasil Belajar, Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K)

A. Pendahuluan

Penjasorkes merupakan proses pendi dikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional (Depdiknas, 2003:6).



Pembelajaran penjasorkes merupakan sarana membangun pemahaman kepada generasi usia sekolah tentang pentingnya untuk melakukan aktivitas fisik demi kualitas hidup yang lebih baik. Pada titik ini, peran pembelajaran penjasorkes menjadi penting untuk benar-benar dipahami secara substantif oleh para guru yang mengajar di sekolah. Pada dasarnya, penjasorkes memiliki cakupan yang luas dengan titik perhatian pada peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjasorkes juga berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya; hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwa. Namun, fenomena yang terjadi hari ini ialah sebagian besar guru penjasorkes tidak benar-benar memahami esensi dari pembelajaran penjasorkes itu sehingga hanya menempatkan diri mereka sebagai 'guru olahraga' yang hanya memberikan materi mengenai keterampilan dan praktik pada cabang olahraga semata, tanpa menimbang nilai-nilai yang bisa dipahami dalam gerak dan aktivitas fisik dalam sebuah cabang olahraga. Di sisi lain, masih banyak guru penjasorkes yang memberikan pembelajaran hanya sebagai bagian dari rutinitas kerja semata. Mentalitas semacam ini melahirkan kesan bahwa pelajaran penjasorkes dipandang sebagai mata pelajaran 'kelas dua' atau 'kurang penting' di banyak sekolah di Indonesia. Banyak pihak yang beranggapan bahwa pembelajaran penjasorkes ialah pembelajaran yang sepele tanpa perlu persiapan materi yang rumit sebagaimana pelajaran-pelajaran lainnya. Asumsi ini tentu saja keliru karena pada dasarnya pembelajaran penjasorkes tidak hanya merupakan aktivitas pengembangan fisik yang terisolasi, tetapi harus ditempatkan dalam konteks pendidikan secara umum, yang setiap prosesnya mengandung unsur-unsur pedagogis. Melihat pada data dan fakta gaya hidup sedentari yang terjadi saat ini, penting bagi dunia pendidikan untuk dapat mengambil peran dalam meminimalisasi kemungkinan kecenderungan perilaku tidak sehat generasi milenial. Langkah yang dapat dilakukan dunia pendidikan ialah melalui pemberdayaan pembelajaran penjasorkes. Upaya ini setidaknya dapat dimulai dengan meningkatkan kualitas guru penjasorkes, perbaikan metode pembelajaran dan kurikulum penjasorkes, serta penyediaan fasilitas sarana dan prasarana yang memadai bagi pembelajaran penjasorkes. Upaya-upaya ini setidaknya bisa dilakukan sebagai langkah awal menuju generasi yang memiliki dan menghargai gaya dan kualitas hidup yang lebih sehat dan lebih baik di masa mendatang.



Jerrold E. Kemp (dalam Rantoni, 2007) menerapkan bahwa kondisi dan asas untuk belajar yang berhasil meliputi: (1) Susunan bahan ajar, proses belajar dapat ditingkatkan apabila bahan ajar atau tata cara yang akan dipelajari tersusun dalam urutan yang bermakna, (2) Perbedaan individu, siswa belajar dengan kecepatan dan cara-cara yang berbeda-beda sebagian besar siswa dapat mencapai sasaran yang dipersyaratkan dengan menggunakan bahan yang tepat, diperbolehkan belajar menurut kecepatan masing-masing, (3) Motivasi, keinginan untuk belajar mempersyaratkan adanya motivasi, keinginan seperti ini akan timbul apabila pengajaran dipersiapkan dengan baik sehingga dirasakan penting dan menarik oleh siswa, tersedia berbagai pengalaman belajar, siswa mengetahui bahan-bahan yang akan dipelajari akan digunakan segera mungkin dan pengakuan tentang keberhasilan diberikan untuk mendorong upaya belajar selanjutnya, (4) Keikutsertaan, mengikuti kegiatan secara aktif lebih disukai daripada hanya mendengarkan atau menonton secara pasif selama berjam-jam. Keikutsertaan berarti siswa ikut memberikan respon dalam pikiran mereka atau menunjukkan kegiatan jasmani, (5) Penguatan, dengan memperoleh penguatan tentang jawaban dan tindakan yang dipandang berhasil, siswa terdorong untuk meneruskan kegiatan belajar sehingga akan menimbulkan rasa kepuasan dan percaya diri.

Dari pengalaman mengajar pada mata pelajaran Penjasorkes kelas di MTsN 1 Kerinci ternyata masih banyak menemukan permasalahan, antara lain : (1) Hasil belajar mata pelajaran Penjasorkes sangat rendah; (2) siswa tidak memperhatikan guru saat menjelaskan materi pembelajaran; (3) guru dalam proses pembelajaran masih bersifat konvensional/ceramah saja/ tidak menggunakan metode yang bervariasi.

Langkah pemecahan yang peneliti tawarkan yaitu melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan Metode pembelajaran *Index Card Match*, disamping untuk meningkatkan kualitas proses pembelajaran mata pelajaran Penjasorkes maka Metode Pembelajaran yang harus diupayakan oleh guru adalah pembelajaran yang menitikberatkan pada keaktifan dan berorientasi pada siswa, dan diantara Metode Pembelajaran yang lebih banyak melibatkan keikutsertaan siswa dalam proses belajar adalah dengan metode pembelajaran *Index Card Match*.



Oleh karena itu pada penelitian ini penulis mengambil judul “Peningkatan hasil belajar materi Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) siswa kelas IX E MTsN 1 Kerinci melalui metode pembelajaran *Index Card Match*”.

B. Landasan Teori

1. Pengertian Metode pembelajaran *Index Card Match*

Metode pembelajaran *Index Card Match* Menurut Zaini (2008:69) adalah untuk melatih peserta didik agar lebih cermat dan lebih kuat pemahamannya terhadap suatu materi pokok. Metode ini merupakan cara yang menyenangkan dan mengaktifkan siswa saat ingin meninjau ulang materi pembelajaran yang telah diberikan sebelumnya. Langkah-Langkah Metode pembelajaran *Index Card Match*.

Langkah-Langkah Metode pembelajaran *Index Card Match* adalah sebagai berikut:

- a. Buatlah potongan-potongan kertas sejumlah siswa yang ada dalam kelas.
- b. Bagi jumlah kertas-kertas tersebut menjadi dua bagian yang sama.
- c. Tulis pertanyaan tentang materi yang telah diberikan sebelumnya pada pertengahan bagian kertas yang telah disiapkan. Setiap kertas berisi satu pertanyaan.
- d. Pada separoh kertas yang lain, tulis jawaban dari pertanyaan-pertanyaan yang telah dibuat.
- e. Kocoklah semua kertas sehingga akan tercampur antara soal dan jawaban.
- f. Guru memberikan setiap siswa satu kertas. Jelaskan bahwa ini adalah aktivitas yang dilakukan berpasangan. Separoh siswa akan mendapatkan soal dan separohnya yang lain akan mendapatkan jawaban.
- g. Mintalah siswa untuk menemukan pasangan mereka. Jika ada yang sudah menemukan pasangan, mintalah mereka untuk duduk berdekatan. Terangkan juga agar mereka tidak memberitahu materi yang mereka dapatkan kepada teman yang lain.
- h. Setelah siswa menentukan pasangan dan duduk berdekatan, minta setiap pasangan secara bergantian untuk membacakan soal yang diperoleh dengan keras kepada



teman-teman yang lain. Selanjutnya soal tersebut dijawab oleh pasangan-pasangan yang lain.

- i. Akhiri proses ini dengan membuat klarifikasi dan kesimpulan.¹

2. Kelebihan dan Kelemahan Metode pembelajaran *Index Card Match*

Kelebihan Model Pembelajaran TGT Menurut Slavin dalam Mahmuddin (2008), melaporkan beberapa laporan hasil riset tentang pengaruh pembelajaran kooperatif terhadap pencapaian belajar siswa yang secara implisit mengemukakan:

- a. Kelebihan Metode pembelajaran *Index Card Match* antara lain:
 - 1) Dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa, baik secara kognitif maupun fisik.
 - 2) Karena terdapat unsur permainan, metode ini menyenangkan.
 - 3) Meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi yang dipelajari.
 - 4) Efektif sebagai sarana melatih keberanian siswa.
 - 5) Efektif melatih kedisiplinan siswa dalam menghargai waktu untuk belajar.
- b. Kelemahan Metode pembelajaran *Index Card Match*
 - 1) Jika guru tidak merancang dengan baik, maka akan banyak waktu yang terbuang.
 - 2) Jika guru tidak mengarahkan siswa dengan baik, pada saat siswa membacakan kartunya banyak siswa yang kurang memperhatikan yang akan menjadikan suasana menjadi ramai.
 - 3) Menggunakan metode index card match secara terus menerus akan menimbulkan kebosanan.
 - 4) Metode ini akan terkendala jika jumlah siswa tidak genap.

C. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang dalam bahasa Inggris dikenal dengan *Classroom Action Research* (CAR). Kegiatan penelitian ini bertujuan untuk melakukan suatu pendekatan terhadap proses pendidikan dan menganggapnya sebagai suatu kesatuan pelatihan yang memandang seorang guru sebagai hakim terbaik terhadap

¹ Dr. Hj. Helmiati, M.Ag. 2012. *Model Pembelajaran*. Yogyakarta : Aswaja Pressindo. H.98



keseluruhan pengalaman pembelajaran. Dalam penelitian tindakan kelas ini dapat diartikan sebagai proses pengkajian masalah pembelajaran di dalam kelas melalui refleksi diri dalam upaya untuk memecahkan masalah tersebut dengan cara melakukan berbagai tindakan yang terencana dalam situasi nyata serta menganalisis setiap pengaruh dari perlakuan tersebut.

Sumber data dalam penelitian ini adalah peserta didik MTs Negeri 1 Kerinci sedangkan data yang diambil dalam penelitian ini adalah data kuantitatif (nilai tes hasil belajar).

Materi pada penelitian ini adalah materi Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) Kelas IX E MTs Negeri 1 Kerinci pada semester genap dari tanggal 03 sampai dengan tanggal 17 Mei 2018.

Kegiatan penelitian ini dilakukan berdasarkan pra siklus dan siklus. Dalam penelitian ini direncanakan dalam dua siklus, setiap siklus terdiri dari 4 tahap, yaitu : perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah: 1) observasi, 2) dokumentasi dan 3) tes.

Data hasil pengamatan diolah dengan analisis deskriptif untuk menggambarkan keadaan peningkatan indikator keberhasilan setiap siklus dan untuk menggambarkan keberhasilan pembelajaran melalui Metode pembelajaran *Index Card Match* dengan rumus:

1. Data hasil observasi peserta didik

Adapun perhitungan persentase data hasil observasi hasil belajar penjasorkes peserta didik selama mengikuti pembelajaran adalah sebagai berikut: $P = \frac{n}{N} \times 100\%$.

2. Data mengenai hasil tes evaluasi

Data mengenai hasil tes evaluasi diambil dari kemampuan kognitif peserta didik dalam memecahkan masalah dianalisis dengan menghitung rata-rata nilai ketuntasan belajar.

- a. Menghitung rata-rata (mean)

Untuk menghitung nilai rata-rata digunakan rumus:²

$$\bar{x} = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n}$$

² Subana, dkk., *Statistik Pendidikan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2005) h.63



b. Menghitung ketuntasan belajar

1) Ketuntasan belajar individu

Data yang diperoleh dari hasil belajar peserta didik dapat ditentukan ketuntasan belajar individu, untuk menentukan ketuntasan belajar individu (Triato, 2010: 241) dengan perhitungan: $KB = \frac{T}{10} \times 100\%$.

2) Ketuntasan belajar klasikal

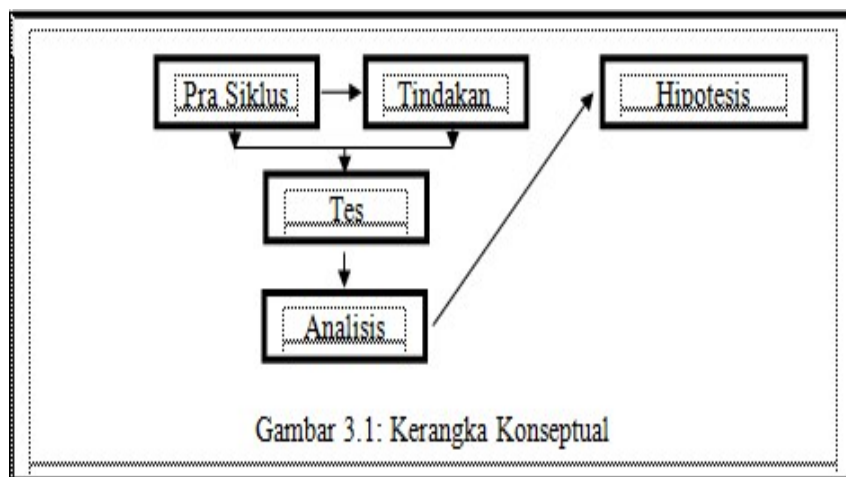
Data yang diperoleh dari hasil belajar dapat ditentukan ketuntasan belajar klasikal menggunakan analisis deskriptif persentase dengan perhitungan:³

$$P = \frac{\sum \text{siswa yang tuntas belajar}}{\sum \text{siswa}} \times 100\%$$

Dalam penelitian ini, peningkatan hasil belajar penjasorkes peserta didik secara optimal ditandai dengan tercapainya ketuntasan belajar tiap individu. Dengan demikian yang menjadi tolak ukur keberhasilan penelitian ini adalah:

1. Hasil belajar penjasorkes peserta didik di atas 60%
2. Nilai rata – rata kelas di atas 70
3. Ketuntasan belajar klasikal minimal 75%.

Kerangka konseptual dalam penelitian ini adalah:



³ (<https://www.slideshare.net/mobile/adeyusupa/rumus-prosentase-ketuntasan-belajar>), Jam:21.33 WIB.

Gambar 1 Kerangka Konseptual

D. Hasil Penelitian dan Pembahasan

3. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil ulangan maka dapat diketahui bahwa pada pra tindakan terdapat 13 Orang siswa mendapatkan nilai rata-rata dibawah standar dari nilai rata-rata yang telah ditetapkan sekolah yakni 60, serta Ketuntasan belajar siswa secara klasikal sebesar 23,53% dari sebelum diterapkannya Metode Pembelajaran tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar pada pra tindakan belum mencapai hasil yang diharapkan dan standar minimum ketuntasan belajar penjasorkes Kelas IX E MTs Negeri 1 Kerinci belum mencapai standar minimum ketuntasan belajar yaitu $\geq 73\%$, sehingga perlu adanya tindakan untuk mengatasi masalah tersebut di atas.

Berdasarkan pada siklus 1 pemerolehan nilai rata-rata masing-masing siswa mengalami peningkatan mendapatkan nilai rata-rata pada standar dari nilai rata-rata yang telah ditetapkan sekolah yakni 60. Untuk ketuntasan belajar siswa secara klasikal sebesar 23,53% belum mengalami kenaikan masih tetap pada 23,53% dari setelah diterapkannya Metode Pembelajaran tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar pada siklus 1 meningkat akan tetapi belum memenuhi standar minimum ketuntasan belajar yaitu $\geq 73\%$. Dari hasil belajar penjasorkes pada siklus 1 tersebut dapat diketahui bahwa penelitian ini berhasil meningkatkan hasil belajar penjasorkes siswa Kelas IX E MTs Negeri 1 Kerinci, akan tetapi belum mencapai standar minimum ketuntasan belajar penjasorkes Kelas IX E MTs Negeri 1 Kerinci yaitu $\geq 73\%$, sehingga perlu adanya tindakan selanjutnya pada siklus 2.

Berdasarkan hasil pada siklus 2 pemerolehan nilai rata-rata secara keseluruhan siswa mengalami peningkatan. Ketuntasan belajar siswa secara klasikal sebesar 23,53% atau mengalami kenaikan sebesar 100% dari setelah diterapkannya Metode Pembelajaran tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar pada siklus 2 meningkat dibandingkan dengan siklus 1 setelah Metode Pembelajaran tersebut diterapkan.

Dari hasil belajar materi pola Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) siswa Kelas IX E MTsN 1 Kerinci pada siklus 2, dapat diketahui bahwa penelitian ini berhasil



meningkatkan hasil belajar siswa Kelas IX E MTs Negeri 1 Kerinci, sehingga tidak perlu melanjutkan pada siklus berikutnya.

4. Pembahasan

Berdasarkan hasil belajar materi pola Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) siswa Kelas IX E MTsN 1 Kerinci sebelum dan setelah diberikan tindakan menunjukkan bahwa hasil tahapan terapan proses pembelajaran siswa mengalami peningkatan dibandingkan dengan hasil belajar sebelumnya.

Kesimpulan akhir dalam penelitian ini adalah hasil akhir nilai rata-rata mengalami peningkatan setelah pelaksanaan tindakan Metode Pembelajaran *Index Card Match*. Ketuntasan belajar siswa secara klasikal sebesar 23,53% pra tindakan Metode Pembelajaran *Index Card Match* atau mengalami kenaikan sebesar 100% setelah pelaksanaan tindakan penelitian Metode Pembelajaran *Index Card Match*. Hasil akhir dari penelitian ini adalah melalui Metode Pembelajaran *Index Card Match* dapat meningkatkan hasil belajar penjasorkes siswa Kelas IX E MTs Negeri 1 Kerinci.

E. Penutup

Penelitian ini berhasil meningkatkan hasil belajar materi Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) siswa Kelas IX E MTs Negeri 1 Kerinci. Hasil akhir nilai rata-rata mengalami peningkatan setelah pelaksanaan tindakan Metode Pembelajaran *Index Card Match*. Ketuntasan belajar siswa secara klasikal sebesar 23,53% pra tindakan Metode Pembelajaran *Index Card Match* atau mengalami kenaikan sebesar 100% setelah pelaksanaan tindakan penelitian Metode Pembelajaran *Index Card Match*. Hasil akhir dari penelitian ini adalah melalui Metode Pembelajaran *Index Card Match* dapat meningkatkan hasil belajar materi Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) siswa Kelas IX E MTs Negeri 1 Kerinci.

Tingkatkan kepercayaan diri dalam mencari solusi didalam pemecahan masalah proses belajar mengajar bidang studi khususnya Penjasorkes, Solusi untuk meningkatkan hasil



belajar siswa adalah dengan menggunakan berbagai bentuk Metode pembelajaran salah satunya seperti Metode Pembelajaran *Index Card Match*.

Daftar Pustaka

- Nana Syaodih Sukmadinata, 1997, Pengembangan Kurikulum, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Departemen Agama R.I., 2002, Metodologi Pendidikan Agama Islam, Jakarta: Direktorat Jenderal Kelembagaan Agama Islam
- Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia, 2010, Undang-Undang SISDIKNAS Sistem Pendidikan Nasional, Bandung: Fokus Media
- E. Mulyasa, 2007, Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan, Bandung: PT.Remaja Rosdakarya
- Erman Suherman, dkk., 2003, Strategi Pembelajaran Penjasorkes Kontemporer, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia
- Drs.Hamdani, M.A., 2011, Strategi Belajar Mengajar, Bandung: CV.Pustaka Setia
- Ahmad Rohani, 2004, Pengelolaan Pengajaran, Jakarta: PT.Rineka Cipta
- Subana, dkk., 2005, Statistik Pendidikan, Bandung: Pustaka Setia
- <https://lenterakecil.com/pembelajaran-pen-jas-orkes-di-sekolah>

