

UPAYA TEKNIK TALKING STICK UNTUK MENINGKATKAN KETRAMPILAN KERJA SAMA, RASA TANGGUNG JAWAB, DAN PARTISIPASI PADA PERMAINAN LARI ESTAFET KELAS XI 8 SMA N 9 SEMARANG

Ranu Baskora¹, Christiana D.J.², Bangkit Rizky Hidayat¹

¹Universitas Negeri Semarang, Semarang

² SMA Negeri 9 Semarang, Semarang

[*bangkithidayat79@gmail.com](mailto:bangkithidayat79@gmail.com)

ABSTRAK

Pada masa ini merupakan tantangan tersendiri bagi guru PJOK dimana teknologi digital mendominasi sehingga anak-anak cenderung malas untuk bergerak yang kemudian berakibat obesitas atau penyakit degeneratif. Hal tersebut merupakan tantangan sekaligus peluang untuk mengembangkan proses pembelajaran PJOK menjadi lebih mudah dan menyenangkan yang dilakukan oleh guru. Sebab pada dasarnya PJOK tidak hanya semata-mata terfokus pada kebugaran fisik dan keterampilan motorik, namun juga dapat menunjang kemampuan kognitif di bidang akademik. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas. Penerapan penelitian tindakan kelas dalam penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki proses pembelajaran dikelas XI 8 SMAN 9 Semarang dengan subjek sebanyak 30 orang. Proses penelitian ini dilaksanakan selama dua siklus yaitu siklus I dan siklus II, tiap siklus terdapat empat tahap yang meliputi: (1) tahap perencanaan, (2) tindakan (pelaksanaan), (3) pengamatan, dan (4) refleksi. Proses aktivitas belajar siswa menggunakan teknik talking stick dalam pembelajaran. Hasil dari penerapan teknik *talking stick* pada pelajaran PJOK mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam hal kerjasama, tanggung jawab dan partisipasi siswa. Pada siklus I, 10 siswa masuk dalam kategori sangat baik, 16 siswa dalam kategori cukup, dan 4 siswa dalam kategori kurang. Pada siklus II, terjadi peningkatan yang lebih signifikan, di mana 11 siswa masuk dalam kategori sangat baik dan 19 siswa dalam kategori baik. Hal ini menegaskan bahwa metode teknik talking stick efektif dalam meningkatkan kemampuan pemahaman dasar tentang pentingnya kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi siswa kelas XI 8 di SMAN 9 Semarang.

Kata kunci: Penelitian Tindakan Kelas; PJOK; *Talking Stick*;

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia. Pada saat ini khususnya di Indonesia pendidikan menjadi salah satu peran penting dalam kemajuan suatu Negara. Pendidikan dijadikan sebagai fondasi yang mawadahi perkembangan individu dan masyarakat dalam meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas. Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran yang menyenangkan agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat (Pristiwanti et al., 2022). Peningkatan kualitas pendidikan menjadi perhatian utama dalam upaya mencapai tujuan pendidikan nasional. Proses pendidikan diarahkan untuk mengembangkan potensi dan keterampilan manusia.

Pendidikan yang terlaksana dengan baik juga berdampak baik bagi pembangunan nasional. Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional maka perlu upaya untuk yang matang dalam menyusun perencanaan, pendekatan, dan strategi yang baik. Sistem pendidikan nasional di Indonesia diatur dalam regulasi kurikulum. Dalam kurikulum pendidikan dasar dan menengah wajib memuat pendidikan jasmani (Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 37H). Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan untuk mengembangkan kemampuan melalui gerak sehingga dapat mencapai kesehatan serta tujuan pendidikan yang diharapkan yaitu mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Dengan demikian guru PJOK perlu memahami tujuan dari pendidikan jasmani agar pembelajaran gerak menjadi selaras dengan target yang dicapai (Mustafa & Dwiyojo, 2020). Ruang lingkup pendidikan jasmani di Indonesia diatur dalam Badan Standar Nasional Pendidikan yaitu aktivitas pendidikan jasmani terdiri dari tujuh aspek, yaitu: (1) permainan dan olahraga, (2) aktivitas pengembangan, (3) aktivitas senam, (4) aktivitas ritmik, (5) aktivitas air, (6) pendidikan luar kelas dan (7) kesehatan.

Pada masa ini merupakan tantangan tersendiri bagi guru PJOK dimana teknologi digital mendominasi sehingga anak-anak cenderung malas untuk bergerak yang kemudian berakibat obesitas atau penyakit degeneratif. Hal tersebut merupakan tantangan sekaligus peluang untuk mengembangkan proses pembelajaran PJOK menjadi lebih mudah dan menyenangkan yang dilakukan oleh guru. Sebab pada dasarnya PJOK tidak hanya semata-mata terfokus pada kebugaran fisik dan keterampilan motorik, namun juga dapat menunjang kemampuan kognitif di bidang akademik. Selain itu makna yang terkandung dalam PJOK adalah penanaman nilai-nilai luhur yang diadopsi dari olahraga, seperti: sportif, kerja sama, percaya diri, tanggung jawab, dan kepemimpinan. Guru berperan penting mensukseskan proses pembelajaran melalui rancangan pembelajaran yang dibuatnya. Relasi yang terjalin antara guru dan siswa dalam proses belajar mengajar merupakan sebuah kewajiban sehingga hasil dari relasi tersebut diharapkan mengarah kepada perkembangan siswa yang lebih baik lagi.

Penelitian Tindakan Kelas adalah suatu pencermatan terhadap kegiatan pembelajaran berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersamaan. Secara sederhana berarti penelitian yang dilakukan di sebuah kelas untuk mengetahui hasil tindakan yang diterapkan pada suatu subyek penelitian di kelas tersebut. Penelitian Tindakan Kelas pada dasarnya adalah learning by doing bagi para pendidik, yaitu aktivitas belajar, menambah dan memperbarui pengetahuan dengan langsung melakukan Tindakan (Machali, 2022).

Penelitian tindakan kelas adalah kegiatan ilmiah yang dilakukan oleh guru di dalam kelas dengan menggunakan tindakan-tindakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

Selain itu, penelitian tindakan kelas juga bertujuan untuk meningkatkan profesionalitas seorang guru (Azizah & Fatamorgana, 2021).

Talking stick merupakan model pembelajaran yang interaktif yang dikemas dalam bentuk permainan. Teknik ini menekankan pada keterlibatan aktif siswa selama proses pembelajaran (Rosdiani et al., 2022). Manfaat serta kelebihan yang diperoleh dari talking stick membuat siswa melatih serta memahami materi dengan cepat, menguji kecepatan siswa, dapat memacu siswa agar giat belajar, dan dapat membuat siswa berani mengemukakan pendapat (Ningsih et al., 2023).

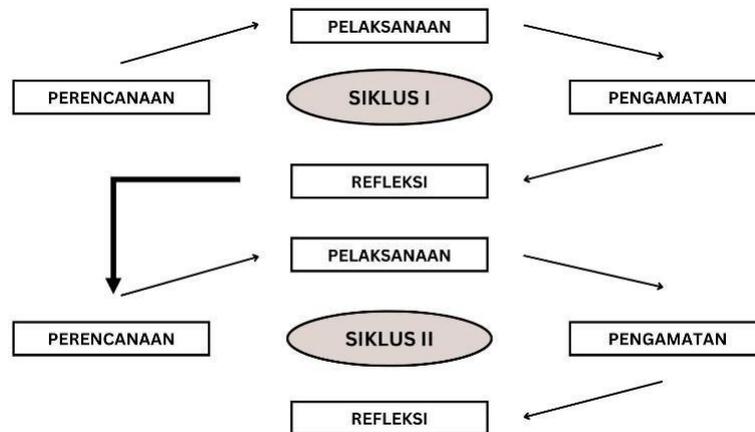
Dalam permasalahan tersebut peneliti menerapkan penelitian tindakan kelas dan teknik *talking stick* pada siswa kelas XI 8 SMAN 9 Semarang untuk meningkatkan ketrampilan kerja sama, rasa tanggung jawab, dan partisipasi pada permainan lari estafet.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas. Penerapan penelitian tindakan kelas dalam penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki proses pembelajaran dikelas XI 8 SMAN 9 Semarang.

Proses penelitian ini dilaksanakan selama dua siklus yaitu siklus I dan siklus II, tiap siklus terdapat empat tahap yang meliputi: (1) tahap perencanaan, (2) tindakan (pelaksanaan), (3) pengamatan, dan (4) refleksi. Proses aktivitas belajar siswa menggunakan teknik talking stick dalam pembelajaran.

Desain PTK diadopsi dari model Stephen Kemmis dan Robin Mc Taggart sebagai pengembangan dari model siklus oleh Kurt Lewin. Model Stephen Kemmis dan Robin Mc Taggart mempunyai empat tahapan yang dimulai dari tahap: *planning* (perencanaan), *acting* (pelaksanaan), *observing* (pengamatan), dan *reflecting* (refleksi) yang membentuk satu kesatuan.



Gambar 1. Alur Model Stephen Kemmis dan Robin Mc Taggart

Bahan

Subjek yang digunakan yaitu siswa kelas XI 8 SMA N 9 Semarang sebagai subjek yang menerima tindakan dengan jumlah siswa sebanyak 30 orang. Penelitian dilakukan bersama dengan Ibu Chistiana S.Pd., guru olahraga di SMA N 9 Semarang. Pelaksanaan Penelitian dilakukan dengan Tahapan Prasiklus, Pelaksanaan Siklus I dan Pelaksanaan Siklus II dengan waktu pelaksanaan pada bulan Maret – April 2024 bertempat di SMA N 9 Semarang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pembahasan PTK (Penelitian Tindakan Kelas) pada siklus I dan siklus II dengan judul "Meningkatkan Permainan Lari Estafet untuk Meningkatkan Ketrampilan Melalui Metode Talking Stick". Sebelum memulai penelitian siklus I dan siklus II, peneliti telah berdiskusi dengan Ibu Chistiana S.Pd., guru olahraga di kelas XI 8 dengan jumlah 30 siswa, untuk membahas persiapan dan perencanaan. Diskusi ini dilakukan pada tanggal 15 Maret 2024 dari pukul 07:30 hingga 09:00 WIB.

1. Gambaran Pelaksanaan Teknik *Talking Stick*

a. Persiapan

Dalam tahap ini, peneliti melakukan persiapan menyeluruh untuk pelaksanaan teknik Talking Stick. Ini mencakup kegiatan seperti:

- 1) Persiapan alat dan materi menyiapkan tongkat atau alat yang akan digunakan sebagai Talking Stick, serta materi informasi yang akan dibagikan atau dibahas selama sesi.
- 2) Penataan ruangan mengatur kursi dan ruang tempat sesi akan dilaksanakan agar sesuai dengan kebutuhan teknik Talking Stick, seperti membentuk lingkaran atau susunan yang memfasilitasi interaksi yang baik antara peserta.
- 3) Mengumpulkan peserta memastikan bahwa peserta atau siswa yang akan menjadi subjek penelitian hadir dan siap untuk mengikuti sesi. Ini mungkin melibatkan pengaturan waktu dan komunikasi sebelumnya dengan peserta.
- 4) Pengaturan logistic memastikan semua logistic dan kebutuhan lainnya tersedia, seperti pena, kertas, atau bahan-bahan lain yang mungkin diperlukan selama sesi.
- 5) Pengenalan Teknik Talking Stick jika diperlukan, peneliti juga dapat memberikan pengantar singkat tentang teknik Talking Stick kepada peserta agar mereka memahami cara kerjanya dan tujuan dari teknik tersebut.

Dengan melakukan persiapan yang matang, peneliti dapat memastikan bahwa pelaksanaan teknik Talking Stick berjalan lancar dan efektif sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan.

b. Pelaksanaan

Pada pertemuan pertama, yang dilaksanakan pada tanggal 15 Maret 2024, fokus utama adalah pengenalan dan pelibatan diri dalam konseling kelompok. Berikut adalah langkah-langkah pelaksanaannya:

- 1) Salam pembuka peneliti memulai pertemuan dengan memberikan salam pembuka, menciptakan suasana yang ramah dan menyambut.
- 2) Perkenalan peneliti melakukan perkenalan dengan siswa untuk membangun hubungan yang lebih akrab dan memperkenalkan diri mereka sendiri.
- 3) Penjelasan partisipasi kelompok peneliti menjelaskan konsep partisipasi kelompok dan tujuan dari kegiatan kelompok (keterampilan kerjasama, rasa tanggung jawab dan partisipasi) yang akan dilaksanakan. Hal ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada siswa tentang kegiatan yang akan mereka ikuti.
- 4) Tanya jawa peneliti mengajukan pertanyaan kepada anggota kelompok untuk memastikan bahwa mereka siap dan memahami kegiatan konseling yang akan dilakukan. Ini juga membuka kesempatan bagi siswa untuk berpartisipasi aktif dan mengekspresikan pendapat mereka.

- 5) Pengakhiran pertemuan diakhiri dengan peneliti memberikan penutup yang sesuai, menegaskan kembali tujuan pertemuan dan memberikan arahan mengenai kegiatan selanjutnya.

Pada awal pertemuan, siswa mungkin merasa bingung tentang kegiatan yang akan dilakukan. Namun, dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti mengenai partisipasi kelompok, ternyata keterampilan kerjasama, rasa tanggung jawab, dan partisipasi peserta didik kurang dalam kegiatan kelompok.

c. Analisis, Refleksi dan Penerapan Lari Estafet .

Berdasarkan hasil observasi yang telah disampaikan, peneliti memutuskan untuk menggunakan lari estafet sebagai metode untuk meningkatkan keterampilan kerjasama, rasa tanggung jawab, dan partisipasi dalam kegiatan kelompok. Peneliti mengklasifikasikan waktu dalam tabel berikut ini:

Tabel 1.1 Uraian waktu pelaksanaan pembelajaran materi permainan Lari Estafet penjasorkes

No	Jenis Kegiatan	Waktu
1.	Kegiatan awal	10 Menit
2.	Kegiatan inti	
	a. Penjelasan materi	20 Menit
	b. Pemberian Tugas	40 Menit
	c. Evaluasi pembelajaran	10 menit
3.	Kegiatan akhir	15 Menit
	Jumlah	90 Menit

Tabel 1.2 Aktivitas dan Perhatian Siswa Terhadap Pembelajaran

No	Indikator	Keterangan
1	Perhatian terhadap penjelasan guru	Kurang
2	Menyebutkan nilai-nilai pada kegiatan lari estafet	Kurang

Tabel 1.3 Skor Ketrampilan Kerja Sama, Rasa Tanggung Jawab, Dan Partisipasi

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi siswa	presentase
1	86-100	Sangat baik	0	0%
2	75-85	Baik	10	40%
3	65-74	Cukup	11	42%
4	65-74	Kurang	9	18%
	Jumlah		30	100%

Tabel 1.4 Kriteria Ketuntasan Minimal KKM Prasiklus

Nilai	Frekuensi siswa	Presentase
Nilai tuntas > 75	10	33%
Nilai tuntas < 75	20	67%

Prasiklus adalah tahap awal dalam kegiatan pembelajaran lari estafet untuk mengetahui pengetahuan siswa yang melibatkan guru dan siswa. Tujuan dari prasiklus ini adalah untuk mengevaluasi pengetahuan siswa kelas XI 9 di SMAN 9 Semarang. Prasiklus dilaksanakan pada tanggal 15 Maret 2024 dari pukul 07:30 hingga 09:00 WIB. Kegiatan prasiklus ini melibatkan pemberian materi kepada siswa sebagai bagian dari evaluasi awal terhadap pengetahuan lari estafet mereka.

2. Pelaksanaan Tindakan Siklus I

a. Persiapan

Siklus pertama dari Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dimulai dengan tahap persiapan yang cermat. Guru merencanakan pembelajaran dengan teliti, menyiapkan materi yang diperlukan tentang teknik lari estafet, serta memilih metode Talking Stick sebagai pendekatan utama. Alat-alat seperti tongkat estafet dan stopwatch disiapkan dengan baik, sementara komitmen peserta dalam pembelajaran dijaga melalui komunikasi yang jelas mengenai tujuan pembelajaran. Guru mempersiapkan lembaran ceklist penilaian siswa yang mencakup aspek keterampilan kerjasama, rasa tanggung jawab, dan partisipasi dalam kegiatan kelompok. Persiapan ini dilakukan pada hari Jumat, 22 Maret 2022, dengan tujuan untuk menilai kualitas pengetahuan siswa mengenai nilai-nilai tersebut dalam konteks kegiatan kelompok. Lembar ceklist ini akan menjadi alat yang penting dalam mengukur kemajuan siswa selama proses pembelajaran. Dengan demikian, guru dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang kebutuhan dan tingkat pemahaman siswa sebelum memulai implementasi metode Talking Stick dalam pembelajaran lari estafet.

b. Pelaksanaan

Dalam pelaksanaan siklus pertama PTK, fokus pada penggunaan teknik Talking Stick dengan topik menceritakan pengalaman menarik. Pertemuan kedua dilakukan pada tanggal 22 Maret 2024. Prosedur pelaksanaannya sebagai berikut:

- 1) Persiapan materi guru merencanakan materi dan aktivitas yang akan dilakukan dalam permainan lari estafet. Hal ini mencakup memilih variasi permainan, menyiapkan peralatan yang diperlukan, dan menetapkan tujuan pembelajaran yang jelas terkait dengan keterampilan yang ingin ditingkatkan, seperti kerjasama tim, tanggung jawab, dan partisipasi.
- 2) Pengenalan materi pada awal pertemuan, guru memperkenalkan materi yang akan dibahas, yaitu pentingnya kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi dalam permainan lari estafet. Guru juga menjelaskan tujuan dan aturan permainan yang akan dilakukan.

- 3) Pembagian kelompok siswa dibagi menjadi kelompok-kelompok kecil untuk melakukan berbagai latihan dan permainan lari estafet. Setiap kelompok mungkin memiliki tugas atau tantangan tertentu yang harus diselesaikan.
- 4) Pelaksanaan permainan siswa mulai melaksanakan permainan lari estafet sesuai dengan instruksi yang diberikan oleh guru. Mereka bekerja sama sebagai tim untuk menyelesaikan tantangan yang diberikan dalam permainan tersebut.
- 5) Pengamatan dan pemantauan guru mengamati dan memantau kemajuan siswa selama pelaksanaan permainan. Guru juga mencatat perilaku siswa terkait dengan keterampilan kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi dalam kelompok.
- 6) Evaluasi setelah permainan selesai, dilakukan evaluasi terhadap kemajuan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Guru memberikan umpan balik kepada siswa mengenai kinerja mereka dan memberikan pujian serta saran untuk perbaikan.

Meskipun teknik Talking Stick digunakan, dalam pelaksanaan siklus pertama PTK ini, siswa belum menunjukkan tingkat antusiasme yang diharapkan dalam mengikuti kegiatan Permainan lari estafet. Siswa terlihat masih merasa malu-malu, canggung, dan terburu-buru dalam berbicara. Hal ini menunjukkan bahwa mungkin diperlukan pendekatan tambahan untuk menciptakan lingkungan yang lebih mendukung agar siswa merasa nyaman dan aktif dalam berpartisipasi. Evaluasi seperti ini akan menjadi dasar untuk perbaikan pada siklus berikutnya dari PTK ini. Dengan demikian, siklus kedua pada permainan lari estafet memberikan kesempatan bagi guru dan siswa untuk terlibat dalam pembelajaran yang aktif dan menyenangkan sambil meningkatkan keterampilan kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi dalam kelompok.

c. Analisis, Refleksi dan Penerapan Lari Estafet

Berdasarkan hasil pengamatan terhadap tindakan pertama dalam siklus pertama PTK, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pembelajaran dengan menerapkan lari estafet belum mencapai tingkat kesesuaian yang diharapkan. Meskipun terdapat sedikit peningkatan, peserta didik belum sepenuhnya memahami bentuk keterampilan kerjasama, rasa tanggung jawab, dan partisipasi dalam kegiatan kelompok. Dalam refleksi terhadap hasil temuan tersebut, langkah selanjutnya yang perlu diambil adalah memfokuskan teori sambil praktik lari estafet kepada peserta didik.

Pada pertemuan kedua siklus pertama, dari 30 responden yang dipilih, belum ada siswa yang memiliki skori sebagai kategori sangat baik. Sebanyak 17 siswa memiliki tingkat 75-85 atau dinilai sebagai kategori baik, sementara 9 siswa memiliki tingkat 65-74 atau dinilai sebagai kategori kurang. Hanya 4 siswa yang memiliki skor 55-64 atau dinilai sebagai kategori kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa masih ada ruang untuk peningkatan dalam kemampuan membaca siswa, terutama untuk mencapai tingkat yang lebih tinggi.

Tabel 2.1 Skor Keterampilan Kerja Sama, Rasa Tanggung Jawab, Dan Partisipasi Siklul 1

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi siswa	presentase
1	86-100	Sangat baik	0	0%
2	75-85	Baik	17	33%
3	65-74	Cukup	9	53%
4	65-74	Kurang	4	14%
Jumlah			30	100%

Tabel 1.4 Kriteria Ketuntasan Minimal KKM Siklus 1

Nilai	Frekuensi siswa	Presentase
Nilai tuntas > 75	17	57%
Nilai tuntas < 75	13	43%

Hal ini menunjukkan perlunya penyesuaian dan peningkatan dalam pendekatan pembelajaran yang telah dilakukan. Fokus pada penerapan teori sambil praktek lari estafet akan membantu memperjelas konsep dan memperkuat pemahaman peserta didik tentang keterampilan kerjasama, rasa tanggung jawab, dan partisipasi dalam kegiatan kelompok. Dengan demikian, guru perlu mengambil langkah-langkah konkret untuk menyediakan lebih banyak kesempatan bagi peserta didik untuk berlatih langsung dalam konteks lari estafet, sambil terus memberikan penjelasan teoritis yang mendukung pemahaman mereka.

Selain itu, refleksi ini juga menegaskan pentingnya pendekatan yang terintegrasi antara teori dan praktik dalam pembelajaran. Melalui kombinasi yang seimbang antara pemahaman konsep dan pengalaman praktis, peserta didik akan lebih mampu menginternalisasi dan mengaplikasikan keterampilan yang diajarkan dalam situasi dunia nyata. Oleh karena itu, refleksi ini menjadi landasan untuk revisi pembelajaran, di mana guru akan menyesuaikan pendekatan dan strategi pembelajaran guna meningkatkan efektivitasnya dalam mencapai tujuan pembelajaran yang ditetapkan.

3. Pelaksanaan Tindakan Siklus II

a. Persiapan

Dalam persiapan untuk siklus kedua PTK, guru akan memfokuskan perhatian pada peningkatan keterampilan siswa dalam permainan lari estafet. Salah satu langkah yang akan diambil adalah mempersiapkan lembaran ceklist penilaian siswa yang akan digunakan untuk mengevaluasi aspek-aspek kunci, seperti keterampilan kerjasama, rasa tanggung jawab, dan partisipasi dalam kegiatan kelompok. Lembaran ceklist ini akan dirancang sedemikian rupa sehingga mencakup indikator-indikator yang jelas dan terukur terkait dengan setiap aspek yang akan dinilai.

Tujuan dari penggunaan lembaran ceklist ini adalah untuk mengetahui secara lebih terperinci kualitas pengetahuan siswa tentang nilai-nilai keterampilan kerjasama,

rasa tanggung jawab, dan partisipasi dalam konteks kegiatan kelompok, khususnya dalam permainan lari estafet. Dengan memiliki lembar ceklist yang terstruktur dengan baik, guru dapat melakukan evaluasi yang lebih sistematis dan objektif terhadap kemajuan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

Selain itu, lembar ceklist juga akan menjadi alat yang berguna dalam memberikan umpan balik kepada siswa tentang kinerja mereka dalam keterampilan kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi dalam kegiatan kelompok. Ini akan membantu siswa untuk lebih memahami area-area di mana mereka telah berhasil dan di mana mereka perlu melakukan perbaikan. Dengan demikian, persiapan ini tidak hanya bertujuan untuk mengukur kualitas pengetahuan siswa, tetapi juga untuk membantu mereka dalam proses pembelajaran dan pengembangan pribadi mereka.

b. Pelaksanaan

Pada pertemuan ini, yang diadakan pada tanggal 5 April 2024, materi diskusi yang dibahas adalah dampak yang mungkin timbul akibat kurangnya kepercayaan diri dalam menyampaikan pendapat. Dalam pelaksanaan siklus akhir pada permainan lari estafet, fokusnya adalah pada peningkatan yang lebih mendalam dan pematapan terhadap keterampilan serta pemahaman siswa terhadap konsep-konsep yang telah diajarkan sebelumnya. Langkah-langkah yang diterapkan dalam pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

- 1) Evaluasi awal guru memulai dengan melakukan evaluasi awal terhadap kemampuan siswa dalam berbagai aspek lari estafet, termasuk keterampilan kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi dalam kelompok. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemajuan siswa sejauh ini.
- 2) Pengenalan materi tambahan guru memperkenalkan materi tambahan yang lebih kompleks atau mendalam terkait dengan lari estafet yaitu dengan teknik talking stick. Ini bisa berupa strategi baru dalam permainan, taktik koordinasi yang lebih kompleks, atau peningkatan fisik yang diperlukan untuk menjalankan permainan dengan lebih baik.
- 3) Latihan yang difokuskan siswa diberikan latihan-latihan yang lebih difokuskan untuk meningkatkan keterampilan tertentu, seperti peningkatan kecepatan, ketepatan, atau ketrampilan dalam menanggapi perubahan situasi dalam permainan.
- 4) Simulasi dan permainan peran siswa melakukan simulasi atau permainan peran yang menggambarkan situasi-situasi dalam permainan lari estafet di mana teknik Talking Stick dapat diterapkan. Siswa terlibat dalam diskusi mendalam tentang pentingnya komunikasi efektif dan kerjasama dalam mencapai tujuan tim dalam permainan lari estafet. Mereka berlatih menggunakan tongkat pembicara untuk menyampaikan pendapat mereka secara bergantian, sambil mempraktikkan keterampilan mendengarkan dan merespons dengan baik.
- 5) Pematapan keterampilan guru memberikan arahan dan umpan balik yang lebih spesifik dan individual kepada siswa untuk membantu mereka memperbaiki keterampilan mereka dalam lari estafet, di mana siswa harus menerapkan teknik Talking Stick dalam berkomunikasi dan berkolaborasi. Ini bisa melibatkan pengamatan langsung guru terhadap kinerja siswa atau analisis video rekaman permainan.

- 6) Evaluasi akhir setelah serangkaian latihan dan permainan, guru melakukan evaluasi akhir terhadap kemampuan siswa dalam lari estafet. Hal ini bertujuan untuk menilai peningkatan yang telah dicapai oleh siswa selama siklus ini.

Guru dan siswa bersama-sama merefleksikan proses pembelajaran selama siklus ini. Mereka membahas pencapaian siswa, hambatan yang dihadapi, serta strategi yang efektif. Guru memberikan umpan balik yang konstruktif kepada siswa untuk membantu mereka terus berkembang. Dengan demikian, siklus akhir 2 pada permainan lari estafet dengan menerapkan teknik Talking Stick memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengasah keterampilan komunikasi dan kerjasama mereka dengan lebih mendalam, sambil meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam menyampaikan pendapat secara efektif. Ini membantu mereka untuk menjadi lebih kompeten dan percaya diri dalam berpartisipasi dalam permainan lari estafet.

c. Analisis, Refleksi dan Penerapan Lari Estafet

Dalam tahap Analisis, Refleksi, dan Penerapan pada siklus akhir 2 PTK dengan menggunakan teknik Talking Stick dalam permainan lari estafet, langkah-langkahnya mencakup evaluasi mendalam terhadap proses pembelajaran, refleksi atas pengalaman yang dialami, dan penerapan pembelajaran yang telah diperoleh ke dalam konteks kehidupan sehari-hari.

Tahap ini melibatkan evaluasi menyeluruh terhadap hasil pembelajaran dan efektivitas penggunaan teknik Talking Stick dalam permainan lari estafet. Guru menganalisis data yang telah dikumpulkan selama proses pembelajaran, termasuk pengamatan langsung, catatan lapangan, dan hasil evaluasi siswa. Fokus analisis adalah pada pencapaian tujuan pembelajaran, perubahan perilaku siswa, dan efektivitas teknik komunikasi yang digunakan. Data hasil penilaian keterampilan estafet siklus II siswa yang berada pada kategori sangat baik.

Tabel 2.1 Skor Keterampilan Kerja Sama, Rasa Tanggung Jawab, Dan Partisipasi Siklus II

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi siswa	presentase
1	86-100	Sangat baik	11	37%
2	75-85	Baik	18	60%
3	65-74	Cukup	1	3%
4	65-74	Kurang	0	0%
Jumlah			30	100%

Tabel 2.2 Kriteria Ketuntasan Minimal KKM Siklus 1

Nilai	Frekuensi siswa	Presentase
Nilai tuntas > 75	30	100%
Nilai tuntas < 75	0	0%

Hasil penilaian keterampilan lari estafet pada siklus II menunjukkan peningkatan yang signifikan. Dari data yang diperoleh, terdapat 11 siswa yang masuk dalam kategori sangat baik, yang mewakili 37% dari total siswa. Selain itu, terdapat 18 siswa yang masuk dalam kategori baik, dengan presentase sebesar 60%. Hanya ada 1 siswa yang tergolong dalam kategori cukup, yang menyumbang 3% dari total siswa. Dengan demikian, terlihat bahwa kemampuan membaca siswa telah mengalami peningkatan yang cukup signifikan setelah menerapkan metode teknik Talking Stick dalam pembelajaran. Hal ini menunjukkan efektivitas metode tersebut dalam meningkatkan keterampilan membaca siswa kelas XI 8 SMAN 9 Semarang. Dengan melakukan analisis yang mendalam, refleksi yang jujur, dan penerapan yang sistematis, tahap ini memungkinkan guru dan siswa untuk mengambil manfaat maksimal dari pengalaman pembelajaran mereka dengan menggunakan teknik Talking Stick dalam permainan lari estafet. Hal ini juga membantu mereka untuk terus berkembang dan meningkatkan keterampilan komunikasi dan kerjasama mereka dalam berbagai konteks kehidupan.

Berdasarkan data hasil yang diuraikan di atas, penelitian tentang peningkatan keterampilan lari estafet dengan teknik talking stick pada siswa kelas XI 8 SMAN 9 Semarang dapat dinyatakan bahwa siswa yang mengikuti pembelajaran selama penelitian berjumlah 30 orang. Hasil analisis kualitatif dan kuantitatif menunjukkan bahwa pada dasarnya pelaksanaan pembelajaran keterampilan membaca memindai dengan teknik talking stick pada siswa kelas XI 8 SMAN 9 Semarang mengalami peningkatan hasil belajar dari siklus I dan siklus II.

Pada siklus I, pembahasan cenderung lebih fokus pada pengenalan konsep dan implementasi awal teknik Talking Stick dalam konteks permainan lari estafet. Langkah-langkah pembelajaran mungkin lebih sederhana, dengan penekanan pada pemahaman dasar tentang pentingnya kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi dalam tim. Siswa mungkin membutuhkan waktu untuk memahami dan terbiasa dengan teknik komunikasi baru ini. Hasil yang dicapai pada siklus I mungkin menunjukkan peningkatan awal, tetapi mungkin juga terdapat kendala atau hambatan yang perlu diatasi. Siswa mungkin masih belajar bagaimana cara terbaik untuk berkomunikasi menggunakan teknik Talking Stick, dan mungkin masih mengalami kesulitan dalam mengekspresikan diri dengan percaya diri.

Di siklus II, pembahasan menjadi lebih mendalam dan terfokus pada pematapan keterampilan yang telah diajarkan sebelumnya. Guru dan siswa mungkin lebih terampil dalam menggunakan teknik Talking Stick, dan pembelajaran dapat menjadi lebih terstruktur dan efektif. Siswa mungkin lebih percaya diri dalam berkomunikasi dan lebih aktif dalam berpartisipasi dalam permainan lari estafet. Hasil dari siklus II mungkin menunjukkan peningkatan yang lebih signifikan dalam keterampilan kerjasama, rasa tanggung jawab, dan partisipasi siswa. Siswa mungkin telah menginternalisasi konsep-konsep ini dengan lebih baik dan mampu menerapkannya dalam berbagai konteks, bukan hanya dalam permainan lari estafet tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari.

Kepercayaan diri merupakan faktor kunci yang sangat esensial bagi setiap individu. Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih mampu meraih sukses dalam kehidupannya. Keyakinan akan kemampuan diri sangat berpengaruh dalam mencapai berbagai tujuan hidupnya. Dengan demikian, kepercayaan diri memainkan peran penting dalam membentuk sikap dan perilaku seseorang dalam menghadapi tantangan hidup. Ini menunjukkan bahwa pembangunan kepercayaan diri

yang positif merupakan hal yang sangat penting dalam pengembangan potensi individu dan pencapaian kesuksesan dalam kehidupan mereka.

Salah satu metode yang efektif dalam membantu meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat adalah teknik Talking Stick, yang sering diterapkan dalam sesi konseling kelompok. Teknik Talking Stick di konseling kelompok merupakan suatu strategi yang bertujuan untuk melatih dan membiasakan siswa dalam mengungkapkan pendapat mereka dengan lebih percaya diri. Dalam teknik Talking Stick, setiap siswa diberi kesempatan yang sama untuk berbicara atau menyampaikan pendapat mereka. Hal ini memberikan rasa inklusi dan merangsang partisipasi aktif dari setiap individu dalam kelompok. Melalui latihan yang berulang menggunakan teknik ini, diharapkan siswa akan menjadi lebih terbiasa dan nyaman dalam berbicara di depan kelas, mengemukakan gagasan mereka, dan berinteraksi dengan orang lain.

Hal ini sejalan dengan apa yang saya temukan di lapangan bahwa keterampilan merupakan ketrampilan kerja sama, rasa tanggung jawab, dan partisipasi aktivitas yang sangat penting oleh setiap siswa agar dapat meningkatkan keterampilan ketrampilan kerja sama, rasa tanggung jawab, dan partisipasi yang lebih baik, dan menambah wawasan yang lebih luas oleh setiap orang yang di peroleh melalui teknik ini. Siswa menunjukkan kemajuan yang pesat pada setiap siklus jumlah siswa yang peroleh nilai KKM juga mengalami peningkatan yang secara otomatis mengurangi jumlahsiswa yang tidak mencapai KKM. Berikutnya merupakan perbandingan nilai siswa yang mencapai KKM dan belum mencapai KKM dari prasiklus hingga siklus II.

Tabel 2.3 Perbandingan Nilai Siswa Berdasarkan KKM

No	Tindakan	Jumlah Siswa	Skor Rata-Rata	Mencapai KKM		Belum Mencapai KKM	
				Jumlah	Persen	Jumlah	Persen
1	Prasiklus	30	62	10	33%	20	67%
2	Siklus 1	30	63	17	57%	13	43%
3	Siklus 2	30	85	30	100%	0%	0%

Dari table tersebut, dapat disimpulkan bahwa peningkatan yang terlihat pada setiap siklus menandakan keberhasilan peneliti dalam menerapkan Teknik Talking Stick melalui kegiatan membaca memindai dengan teks berita. Siswa mengalami peningkatan yang signifikan dari satu siklus ke siklus berikutnya, yang menunjukkan dampak positif dari metode pembelajaran yang digunakan.

Peningkatan keterampilan pemahaman dasar tentang pentingnya kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi dari prasiklus hingga siklus II menunjukkan bahwa implementasi Teknik Talking Stick dalam pembelajaran berhasil meningkatkan kualitas hasil pemahaman dasar tentang pentingnya kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi siswa secara bertahap. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang diterapkan memiliki efek positif terhadap kemajuan siswa dari awal sampai akhir penelitian. Dengan demikian, hasil tersebut mengindikasikan bahwa metode pembelajaran yang digunakan efektif dalam meningkatkan keterampilan membaca siswa dari waktu ke waktu.

KESIMPULAN

Implementasi teknik talking stick dalam pembelajaran PJOK, khususnya dalam kegiatan pemahaman dasar tentang pentingnya kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi, terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan membaca siswa kelas XI 8 SMAN 9 Semarang. Pengamatan guru, aktivitas siswa, dan hasil tes selama 2 kali pertemuan menunjukkan peningkatan yang sesuai dengan tujuan pembelajaran dan indikator yang ditetapkan. Hasil penggunaan teknik talking stick dalam pembelajaran menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kemampuan pemahaman dasar tentang pentingnya kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi siswa, seperti terlihat dari tes dan observasi aktivitas siswa selama pembelajaran. Pada siklus I, terdapat peningkatan dalam kategori kemampuan pemahaman dasar tentang pentingnya kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi siswa, dengan 10 siswa masuk dalam kategori sangat baik, 16 siswa dalam kategori cukup, dan 4 siswa dalam kategori kurang. Meskipun terjadi peningkatan, belum mencapai tingkat maksimal, sehingga dilanjutkan ke siklus II untuk hasil yang lebih optimal. Pada siklus II, terjadi peningkatan yang lebih signifikan, di mana 11 siswa masuk dalam kategori sangat baik dan 19 siswa dalam kategori baik, menunjukkan peningkatan yang cukup besar dalam kemampuan pemahaman dasar tentang pentingnya kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi siswa. Hal ini menegaskan bahwa metode teknik talking stick efektif dalam meningkatkan kemampuan pemahaman dasar tentang pentingnya kerjasama, tanggung jawab, dan partisipasi siswa kelas XI 8 di SMAN 9 Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, A., & Fatamorgana, F. R. (2021). Pentingnya Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru dalam Pembelajaran. *Auladuna : Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 3(1), 15–22. <https://doi.org/10.36835/au.v3i1.475>
- Machali, I. (2022). Bagaimana Melakukan Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru? *Indonesian Journal of Action Research*, 1(2), 315–327. <https://doi.org/10.14421/ijar.2022.12-21>
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438. <https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>
- Ningsih, R. S., Mazhud, N., & Rahmat. (2023). Peningkatan Keterampilan Membaca Memindai Dengan Teknik Talking Stick Pada Kelas XI IPS 2 SMA Negeri 5 Barru. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(6), 8507–8521.
- Pristiwanti, D., Badariah, B., Sholeh, H., & Dewi, R. S. (2022). Pengertian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 7911–7915.
- Rosdiani, R., Muh. Nasir, & Nurfathurrahmah, N. (2022). Penerapan Model Pembelajaran Talking Stick Untuk Meningkatkan Aktivitas Bertanya Siswa Kelas VIII SMPN 2 Donggo Tahun Pelajaran 2021/2022. *JUPEIS : Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1(1), 8–11. <https://doi.org/10.57218/jupeis.vol1.iss1.20>