

**IMPLEMENTASI METODE PEMBELAJARAN *THE POWER OF TWO* UNTUK  
MENINGKATKAN KETERAMPILAN PERMAINAN BOLA BESAR SISWA  
KELAS VIII SMP NEGERI 2 PEUDADA  
TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

**Zulfahri**  
SMP Negeri 2 Peudada

**ABSTRAK**

*Penelitian ini dengan judul “Implementasi Metode Pembelajaran The Power of Two Untuk Meningkatkan Keterampilan Dasar Lempar Dan Tangkap Bola Dalam Permainan Bola Besar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Peudada Tahun Pelajaran 2020/2021.” yang dilatar belakangi oleh pentingnya penggunaan model pembelajaran PJOK dalam menyampaikan materi. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pengaruh penerapan model pembelajaran kooperatif tipe The Power of Two dalam meningkatkan hasil belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Peudada pada materi Permainan Bola Besar Tahun Pelajaran 2020/2021. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian tindakan kelas, dengan dua siklus penelitian yang masing-masing siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan, observasi, hasil wawancara, dan refleksi. Instrumen penelitian berupa tes dan lembar observasi. Penelitian ini menggunakan 1 kelas yaitu siswa kelas VIII/1 SMP Negeri 2 Peudada Tahun Ajaran 2020/2021 yang berjumlah 28 siswa. Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan pre-test pada siswa untuk mengetahui kemampuan awal siswa sebelum pembelajaran, selanjutnya dikenakan perlakuan model pembelajaran kooperatif tipe The Power Of Two pada materi Permainan Bola Besar selama 6 jam pelajaran dengan 2 kali pertemuan. Pembelajaran PJOK materi permainan bola besar dengan metode pembelajaran the power of two memiliki dampak positif dalam meningkatkan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola pada permainan bola besar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu siklus I (64,29%), siklus II (82,14%), siklus III (100%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran kooperatif tipe The Power of Two dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada materi Permainan bola besar di kelas VIII/1 SMP Negeri 2 Peudada.*

**Kata Kunci:** *Implementasi Metode Pembelajaran the Power of Two dan Keterampilan Permainan Bola Besar.*

**PENDAHULUAN**

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang begitu pesat, serta globalisasi yang melanda dunia termasuk bangsa Indonesia pada zaman modern ini, mengakibatkan perubahan besar pada berbagai aspek kehidupan di masyarakat. Masyarakat benar-benar dituntut untuk menjadi manusia yang berpotensi, tidak tertinggal serta mampu bersaing di zaman yang semakin maju ini. Dan untuk menciptakan masyarakat yang benar-benar berpotensi dan berkualitas serta menjadi subjek yang semakin berperan menampilkan keunggulan dirinya yang tangguh, kreatif, mandiri, dan profesional pada bidangnya masing-masing merupakan tanggung jawab pendidikan.

Dalam pembelajaran PJOK banyak guru yang mengeluhkan rendahnya kemampuan siswa dalam lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar. Hal ini terlihat dari banyaknya kesalahan siswa dalam melakukan lempar dan tangkap bola sehingga mengakibatkan rendahnya prestasi belajar siswa, padahal dalam pelaksanaan proses pembelajaran di kelas biasanya guru memberikan tugas (pemantapan) secara kontinu berupa praktik. Kondisi riil dalam pelaksanaannya latihan yang diberikan tidak sepenuhnya dapat meningkatkan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar. Rendahnya mutu pembelajaran dapat diartikan kurang efektifnya proses pembelajaran. Penyebabnya dapat berasal dari siswa, guru maupun sarana dan prasarana yang ada, minat dan motivasi siswa yang rendah, kinerja guru yang rendah, serta sarana dan prasarana yang kurang memadai akan menyebabkan pembelajaran

menjadi kurang efektif.

Adapun mayoritas tenaga pendidik kita, dalam hal ini guru di SMP Negeri 2 Peudada tidak sedikit diantara mereka yang kurang mempersiapkan materi pelajaran. Berkaitan dengan cara-cara yang mereka pakai, banyak dari mereka yang menggunakan cara mengajar yang kurang tepat, sehingga prestasi belajar peserta didik kurang maksimal dan masih jauh jauh dari yang diharapkan. Materi pelajaran yang disajikan dengan metode pembelajaran yang monoton menjadikan siswa lebih jenuh dan malas mendengar apa yang disampaikan guru. Selain itu penyampaian materi yang lebih banyak mengharuskan siswa untuk menghafal, seperti materi pada mata pelajaran PJOK, akan sangat menjenuhkan bila metode pembelajaran yang digunakan monoton. Oleh karena itu, agar siswa dapat menguasai keterampilan dasar lempar dan tangkap bola dengan baik, guru haruslah mempunyai metode pembelajaran yang menjadikan siswa lebih termotivasi dalam mempelajari pelajaran PJOK ini, meskipun dalam mata pelajaran PJOK siswa cenderung diharuskan menguasai keterampilan dasar pada cabang olah raga.

Metode pembelajaran mempunyai andil yang cukup besar dalam kegiatan belajar mengajar. Kemampuan yang diharapkan dapat dimiliki oleh anak didik akan ditentukan oleh korelevansian penggunaan suatu metode pembelajaran yang sesuai dengan tujuan. Itu berarti tujuan pembelajaran akan dapat dicapai dengan penggunaan metode pembelajaran yang tepat, sesuai dengan standar keberhasilan yang terpatri dalam suatu tujuan. Metode pembelajaran yang dapat digunakan dalam kegiatan belajar mengajar bermacam-macam. Penggunaannya tergantung dari rumusan tujuan.

Untuk dapat menimbulkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran, pemilihan metode pembelajaran yang tepat merupakan salah satu cara yang perlu diperlukan. salah satu alternatif yang memungkinkan siswa terlibat aktif dalam pembelajaran adalah dengan menggunakan pembelajaran kooperatif (*cooperative learning*). *Cooperative learning* ini sangat memungkinkan untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK. selain siswa dapat menyelesaikan tugas dari guru secara bekerja sama, siswa juga berkesempatan aktif dalam proses pembelajaran. Salah satu metode dalam *cooperative learning* ini adalah Metode pembelajaran *The Power of Two*.

Menurut Mafatih, "Metode belajar *The Power of Two* (kekuatan berdua) termasuk bagian dari belajar kooperatif adalah belajar dalam kelompok kecil dengan menumbuhkan kerja sama secara maksimal melalui kegiatan pembelajaran oleh teman sendiri dengan anggota dua orang di dalamnya untuk mencapai kompetensi dasar. Lebih lanjut Muqowin mengatakan, "Metode belajar *The Power of Two* adalah kegiatan dilakukan untuk meningkatkan belajar kolaboratif dan mendorong munculnya keuntungan dari sinergi itu, sebab dua orang tentu lebih baik dari pada satu".

Dari kedua pendapat di atas dapat disimpulkan Metode pembelajaran *The Power of Two* pada prinsipnya menggabungkan kekuatan dua kepala. Menggabungkan dua kepala dalam hal ini adalah membentuk kelompok kecil, yaitu masing-masing siswa berpasangan. Kegiatan ini dilakukan agar munculnya suatu sinergi yakni dua kepala lebih baik dari satu.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merasa perlu dan termotivasi untuk meneliti suatu metode baru, berupa Metode pembelajaran *The Power of Two* dalam setting pembelajaran kelompok, untuk meningkatkan hasil belajar PJOK melalui penelitian yang kami beri judul "Implementasi Metode Pembelajaran *The Power of Two* Untuk Meningkatkan Keterampilan Dasar Lempar Dan Tangkap Bola Dalam Permainan Bola Besar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Peudada Tahun Pelajaran 2020/2021".

## METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Dikatakan pendekatan kualitatif karena penelitian ini berusaha mengungkapkan gejala secara menyeluruh sesuai dengan konteks melalui pengumpulan data berlatar alami (natural setting) dengan peneliti sebagai instrumen utama serta lebih menonjolkan proses dan makna dari sudut pandang subyek terteliti.

Adapun jenis penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian kualitatif ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian tindakan (Action research) bisa memiliki makna bermacam-macam, bergantung pada referensi yang digunakan sebagai acuan. Namun diantara berbagai literatur yang membahas tentang *action research* dapat diatarik suatu persamaan komponen, bahwa *action research* merupakan upaya untuk meningkatkan kinerja sistem organisasi atau masyarakat agar lebih efektif dan efisien.

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Peudada. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa siswi kelas VIII/1 SMP Negeri 2 Peudada berjumlah 28 siswa. Penelitian subyek ini dilakukan berdasarkan pertimbangan bahwa kelas VIII/1 memiliki jumlah siswa yang potensial untuk dilakukan penelitian, dan siswa kelas VIII/1 memiliki minat belajar yang cukup tinggi dibanding kelas lainnya. Diharapkan dengan adanya model pembelajaran kooperatif tipe *the power of two* (kekuatan berdua) ini dapat meningkatkan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar kelas VIII/1 SMP Negeri 2 Peudada

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Siklus I

Rekapitulasi Hasil Tes Keterampilan Dasar Lempar dan tangkap Bola pada Siklus I, dapat diterangkan sebagai berikut:

1. Pada studi awal nilai rata-rata kelas 67,46 setelah dilakukan perbaikan mengalami kenaikan menjadi 73,81. rata-rata kelas naik 6,35.
2. Jumlah siswa yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar pada siklus I sebesar 18 anak (64,29%)
3. Pada aspek Keputusan yang diambil (decision making), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,45
4. Pada aspek Melaksanakan keterampilan (skill execution), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,48
5. Pada aspek Memberikan dukungan (support), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,52

Hasil observasi pada siklus I diperoleh gambaran tentang Aktivitas siswa selama proses pembelajaran. Perhatian siswa tidak semuanya terpusat pada pelajaran, keterlibatan siswa juga terlihat tidak begitu teras, siswa terlihat pasif dan hanya beberapa siswa yang terlihat mampu mengkomunikasikan materi yang diajarkan. Hasil yang didapat bisa digambarkan pada nilai rata-rata siswa yang meningkat dari 67,46 menjadi 73,81. Angka tersebut menunjukkan adanya peningkatan kemampuan dasar siswa dalam lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar siswa selama pembelajaran.

Meningkatnya hasil belajar siswa yang terlihat dari hasil tes formatif menunjukkan tingkat ketuntasan siswa pada siklus I melalui implementasi metode pembelajaran *the power of two* sebesar 64,29% dan nilai rata-rata baru mencapai 73,81. Nilai tersebut belum mencapai tujuan yang diharapkan guru sebagaimana tertuang dalam kriteria

keberhasilan minimal 71 dan ketuntasan klasikal sebesar 85% dari jumlah siswa yang telah mencapai ketuntasan belajar, sehingga perlu dilaksanakan siklus II.

## Siklus II

Rekapitulasi Hasil Tes Keterampilan Dasar Lempar dan tangkap Bola pada Siklus II, dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Pada siklus I nilai rata-rata kelas 73,81 setelah dilakukan perbaikan mengalami kenaikan menjadi 78,97. Rata-rata kelas naik 5,16
2. Jumlah siswa yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar 23 anak (82,14%) atau naik sebesar 5 anak (17,86%) dibanding siklus I.
3. Pada aspek Keputusan yang diambil (*decision making*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,72 atau naik sebesar 0,28 dari siklus I
4. Pada aspek Melaksanakan keterampilan (*skill execution*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,76 atau naik sebesar 0,28 dari siklus I
5. Pada aspek Memberikan dukungan (*support*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 4,86 atau naik sebesar 0,34 dari siklus I

Hasil observasi pada siklus kedua diperoleh gambaran tentang keaktifan siswa selama proses pembelajaran. perhatian siswa sudah terpusat pada pelajaran. Keterlibatan siswa baik secara individu maupun kelompok cukup terlihat baik, ada beberapa siswa yang berani mempraktekkan lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar tanpa disuruh. Pembentukan kelompok belajar untuk melakukan Aktivitas *the power of two* cukup memberikan warna keaktifan dan keterlibatan bagi siswa selama proses pembelajaran.

Adapun tingkat ketuntasan siswa pada siklus kedua meningkat dan mencapai ketuntasan siswa 82,14%. Artinya dengan penerapan implementasi metode pembelajaran *the power of two* telah mampu meningkatkan kemampuan dasar siswa melakukan gerakan senam lantai lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar. Sedangkan hasil rata-rata juga meningkat mencapai 78,97. Melihat presentase ketuntasan yang belum mencapai kriteria yang diharapkan yakni sebesar 85%, maka peneliti bersama observer sepakat untuk melanjutkan perbaikan pembelajaran ke siklus III.

## Siklus III

Rekapitulasi Hasil Tes Keterampilan Dasar Lempar dan tangkap Bola pada Siklus I, diterangkan sebagai berikut:

1. Pada siklus II nilai rata-rata kelas 78,97 setelah dilakukan perbaikan mengalami kenaikan menjadi 86,11. Rata-rata kelas naik 7,14.
2. Jumlah siswa yang telah mencapai tingkat ketuntasan belajar 28 anak (100%) atau naik sebesar 5 anak (17,86%) dibanding siklus II
3. Pada aspek Keputusan yang diambil (*decision making*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 5,24 atau naik sebesar 0,52 dari siklus II
4. Pada aspek Melaksanakan keterampilan (*skill execution*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 5,03 atau naik sebesar 0,28 dari siklus II
5. Pada aspek Memberikan dukungan (*support*), rata-rata yang diperoleh siswa sebesar 5,31 atau naik sebesar 0,45 dari siklus II

Hasil observasi pada siklus kedua diperoleh gambaran tentang keaktifan siswa selama proses pembelajaran. perhatian siswa sudah terpusat pada pelajaran. Keterlibatan siswa baik secara individu maupun kelompok cukup terlihat baik, ada beberapa siswa

yang berani mempraktekkan lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar tanpa disuruh. Pembentukan kelompok belajar untuk melakukan metode pembelajaran *the power of two* cukup memberikan warna keaktifan dan keterlibatan bagi siswa selama proses pembelajaran.

Adapun tingkat ketuntasan siswa pada siklus ketiga meningkat dan mencapai ketuntasan siswa 100%. Artinya dengan penerapan implementasi metode pembelajaran *the power of two* telah mampu meningkatkan kemampuan dasar siswa melakukan gerakan senam lantai lempar dan tangkap bola dalam permainan bola besar. Sedangkan hasil rata-rata juga meningkat mencapai 86,11. Melihat presentase ketuntasan yang cukup signifikan dan memenuhi kriteria ketuntasan klasikal sebesar 85% tersebut maka peneliti bersama observer sepakat untuk mengakhiri pelaksanaan perbaikan pembelajaran.

Rekapitulasi Ketuntasan Belajar Siswa pada Setiap Siklus Kegiatan Perbaikan Pembelajaran, dapat diperoleh keterangan sebagai berikut:

1. Pada siklus I, angka ketuntasan siswa naik menjadi 64,29% (bertambah 7 siswa dari studi awal)
2. Pada siklus II, angka ketuntasan siswa naik menjadi 82,14% (bertambah 5 siswa dari siklus I)
3. Pada siklus III, angka ketuntasan siswa naik menjadi 100% (bertambah 5 siswa dari siklus II)
4. Pada siklus I, nilai rata-rata kelas mengalami kenaikan sebesar menjadi 73,81 (bertambah 6,35 dari studi awal)
5. Pada siklus II, nilai rata-rata kelas mengalami kenaikan sebesar menjadi 78,97 (bertambah 11,51 dari studi awal)
6. Pada siklus III, nilai rata-rata kelas mengalami kenaikan sebesar menjadi 86,11 (bertambah 18,65 dari studi awal)

## **Pembahasan**

Siklus I, keaktifan siswa juga Belum terlihat dengan sendirinya, karena masih harus dibimbing dan diarahkan serta peneliti lebih aktif dibanding siswa. Peningkatan memang ada tapi karena adanya dorongan dan bantuan dari peneliti, tergambar dari nilai rata-rata di akhir siklus pertama mencapai 73,81.

Siklus II, penerapan implementasi metode pembelajaran *the power of two* yang dilakukan peneliti baik dengan memberikan contoh (modelling) secara langsung dan dibentuknya kelompok belajar, telah menunjukkan hasil belajar siswa dalam menerima materi lebih baik, keaktifan dan keterlibatan dalam melakukan *metodo* pembelajaran *the power of two* dalam permainan bola besar meningkat. Ketuntasan belajar telah menunjukkan peningkatan maksimal 100% di akhir siklus kedua. Walaupun nilai rata-rata siswa masih bisa lebih tinggi, akan tetapi belum seluruh siswa mendapatkan hasil di atas 71. kondisi ini setidaknya telah memberikan gambaran bahwa penerapan implementasi metode pembelajaran *the power of two* dapat meningkatkan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola pada permainan bola besar siswa kelas VIII/1 SMP Negeri 2 Peudada. Dikarenakan ketuntasan klasikal yang ditetapkan belum terpenuhi, maka dilanjutkan pada tindakan siklus III.

Siklus III, keberanian siswa dalam bertanya dan berinteraksinya siswa dalam melakukan metode pembelajaran *the power of two* telah memberikan tingkat keaktifan siswa bertambah. Hal ini digambarkan dalam kenaikan nilai rata-rata siswa yang mencapai 86,11. Melihat hasil yang dicapai pada siklus ketiga ini, membuktikan bahwa



belajar akan lebih bermakna jika anak “mengalami” secara langsung apa yang dipelajarinya bukan hanya mengetahuinya.

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Dari hasil kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama tiga siklus, dan berdasarkan seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pembelajaran PJOK materi permainan bola besar dengan metode pembelajaran *the power of two* memiliki dampak positif dalam meningkatkan keterampilan dasar lempar dan tangkap bola pada permainan bola besar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu siklus I (64,29%), siklus II (82,14%), siklus III (100%).
2. Penerapan metode pembelajaran *the power of two* mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan motivasi belajar siswa yang ditunjukkan bahwa siswa tertarik dan berminat dengan metode pembelajaran *the power of two* sehingga mereka menjadi termotivasi untuk belajar.

### **Saran**

Dari hasil penelitian yang diperoleh dari uraian sebelumnya agar proses belajar mengajar PJOK lebih efektif dan lebih memberikan hasil yang optimal bagi siswa, maka disampaikan saran sebagai berikut:

1. Untuk melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran *the power of two* memerlukan persiapan yang cukup matang, sehingga guru harus mampu menentukan atau memilih topik yang benar-benar bisa diterapkan dengan metode pembelajaran *the power of two* dalam proses belajar mengajar sehingga diperoleh hasil yang optimal.
2. Dalam rangka meningkatkan prestasi belajar siswa, guru hendaknya lebih sering melatih siswa dengan berbagai metode pembelajaran, walau dalam taraf yang sederhana, di mana siswa nantinya dapat menemukan pengetahuan baru, memperoleh konsep dan keterampilan, sehingga siswa berhasil atau mampu melaksanakan gerakan-gerakan di dalam pembelajaran PJOK.
3. Perlu adanya penelitian yang lebih lanjut, karena hasil penelitian ini hanya dilakukan di SMP Negeri 2 Peudada.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmadi, Abu dan Widodo Supriyanto. 2018. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Reneka Cipta.
- Akbar, Sa'dun. 2018. *Penelitian Tindakan Kelas*. Malang: Surya Pena Gemilang.
- Akhyak. 2015. *Profil Pendidik Sukses*. Surabaya: elKAF.
- Aqib, Zainal. 2018) *Penelitian Tindakan Kelas*, cet. V. Bandung: Yrama Widya.
- Arikunto, Suharsimi. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta, 2016.
- Arkunto, Suharimi, et all. 2018. *Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: PT Bumi Aksara.
- Basrow, Sukidin dan Suranto. 2012. *Menajemen Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Insan Cendekia.

- Bungin, Burhan. 2017. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Djamarah, Syaiful Bahri, Aswani 2016. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Midjiono, Dimiyati. 2016. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purwanto. 2018. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rusman. 2011. *Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sanjaya, Wina. 2016. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sardiman, 2017. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT R aja Grafindo Persada
- Slavin, Robert. 2018. *Cooperative Learning Teori Riset dan Praktik*. Terjemahan oleh Nurlita. Bandung: Nusa Media.
- Sulistiyorini. 2018. *Evaluasi Pendidikan: dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan*. Yogyakarta: TERAS.
- Taufik, Imam. 2015. *Menjadi Guru Profesional: Menciptakan Pembelajaran Kreatif dan Menyenangkan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zaini, Hisyam. et all 2018. *Strategi Pembelajaran Aktif*. Yogyakarta: Insan Madani.