

MODEL PEMBELAJARAN *ROLE PLAYING* IPA KONSEP FLEKSIBILITAS DI SMP NEGERI 2 WERU TAHUN PELAJARAN 2019/2020

Endang Widhi Hastuti

SMP Negeri 2 Weru

ABSTRAK

Tujuan Pembelajaran Role playing dengan konsep fleksibilitas antara lain adalah agar siswa dapat menghayati dan menghargai perasaan orang lain. Selain itu agar siswa belajar bagaimana membagi tanggung jawab dan bagaimana mengambil keputusan dalam situasi kelompok di depan kelas secara spontan, serta merangsang kelas untuk berpikir dan menyelesaikan masalah. Pembelajaran dengan konsep fleksibilitas ini merupakan bentuk aktivitas siswa dalam proses pembelajaran yang dilakukan dengan model pembelajaran Role Playing pada siswa SMP Negeri 2 Weru. Fleksibilitas adalah kunci cegah cedera dan pikiran jadi rileks dan dapat diartikan sebagai perubahan relatif dari salah satu faktor yang mempengaruhinya secara rileksasi. Dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar guru dapat memilih model pembelajaran yang sesuai kondisi dan situasi. Hal itu dikomunikasikan secara fleksibel sehingga siswa terhindar dari kebosanan dan tercipta kondisi belajar yang interaktif, dengan kebiasaan di SMP yang didampingi. Dalam upaya meningkatkan mutu pendidikan salah satunya adalah dengan menerapkan model pembelajaran yang tepat sesuai dengan pembelajaran IPA yang diajarkan serta diterapkan dalam proses belajar dengan melihat alam. Pembelajaran IPA tidak lagi mengutamakan pada penyerapan melalui pencapaian informasi, tetapi lebih mengutamakan pada pengembangan kemampuan dan pemrosesan secara alamiah. Untuk itu aktivitas siswa perlu ditingkatkan melalui latihan-latihan atau tugas dengan bekerja kelompok kecil dan menjelaskan ide-ide kepada orang lain. Komponennya difokuskan pada kenyataan-kenyataan yang terjadi di lingkungan masyarakat, dengan demikian permintaan akan lebih mudah dijelaskan kepada siswa dengan siswa mengamati perilaku manusia secara langsung.

Kata Kunci: *Fleksibilitas; IPA; Role Playing*

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah pilar utama dalam pembentukan mental/karakter seorang siswa. Pendidikan merupakan proses pengembangan daya pikir, nalar, kecerdasan dan keterampilan manusia. Pendidikan memberikan kontribusi yang sangat besar bagi masyarakat Indonesia, dengan pendidikan masyarakat Indonesia dapat terbebas dari kebodohan, dapat mengembangkan sumber daya alam dan sumber daya manusia, dan dapat mengembangkan keterampilan serta pengetahuan, sehingga masyarakat Indonesia dapat memiliki rasa percaya diri untuk bersaing dengan bangsa-bangsa lain di dunia. Kegiatan belajar mengajar diharapkan mampu menciptakan suatu kondisi belajar yang mengarahkan siswa melakukan aktivitas belajar secara efektif dan efisien. Peranan guru sangatlah penting dalam menumbuhkan dan memberikan motivasi serta dorongan agar tercipta proses belajar mengajar yang baik. Kesempatan belajar siswa dapat ditingkatkan dengan cara melibatkan siswa secara aktif dalam belajar. Hasil yang kurang maksimal dalam

prestasi belajar dapat diakibatkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar (Slameto, 2010:65).

Menurut Hadfield (dalam Silberman, 2009:217) bermain peran (*Role playing*) adalah sejenis permainan gerak yang didalamnya ada tujuan, aturan dan sekaligus melibatkan unsur senang. Dalam *Role playing* murid dikondisikan pada situasi tertentu di luar kelas, meskipun saat itu pembelajaran terjadi di dalam kelas. Selain itu, menurut Uno (2009:25) bermain peran sebagai suatu model pembelajaran bertujuan untuk membantu siswa menemukan makna diri (jati diri) di dunia sosial dan memecahkan dilema dengan bantuan kelompok. Prosedur pembelajaran bermain peran (*Role playing*) menurut Uno ada sembilan langkah, yaitu: (1) pemanasan, (2) memilih partisipan, (3) menyiapkan pengamat, (4) menata panggung, (5) memainkan peran, (6) diskusi dan evaluasi, (7) memainkan peran ulang, (8) diskusi dan evaluasi kedua, (9) berbagi pengalaman dan kesimpulan.

Menurut (Roestiyah, 2008:90-93) langkah-langkah dalam melaksanakan *Role playing* agar dapat berhasil dan efektif adalah sebagai berikut: (1). Guru harus menerangkan kepada siswa, (2). Guru harus mencari masalah yang urgen (3). Agar siswa memahami peristiwanya. (4). Bila ada kesediaan sukarela (5). Menjelaskan pada pemeran-pemeran itu sebaik-baiknya.(6). Siswa yang tidak turut bermain harus menjadi penonton yang aktif, (7). Bila siswa belum terbiasa, (8). Setelah proses bermain peran itu sudah mencapai klimaks, (9). Sebagai tindak lanjut dari hasil diskusi, walau mungkin masalahnya belum terpecahkan, maka perlu dibuka tanya jawab, diskusi atau membuat refleksi.

Berdasarkan uraian di atas, maka dilakukan penulis dengan judul Pembelajaran IPA dengan Konsep Fleksibilitas melalui Model Pembelajaran *Role Playing* di SMP Negeri 2 Weru Tahun Pelajaran 2019/2020. Permasalahan yang muncul dalam pembelajaran adalah tentang bagaimana model pembelajaran *role playing* IPA konsep fleksibilitas di SMP Negeri 2 Weru tahun pelajaran 2019/2020.

KAJIAN PUSTAKA

Belajar dan Hasil Belajar

Belajar dapat diartikan sebagai perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan yang merupakan hasil dari pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungan (Darsono, 2000:3). Sedangkan menurut (Hamdani, 2011:21) "belajar merupakan perubahan tingkah laku atau penampilan, dengan serangkaian kegiatan, misalnya dengan membaca, mengamati, mendengar, meniru, dan sebagainya". Belajar membantu seseorang memperoleh pengalaman sebagai bekal menjalani hidup dan mengeksistensikan diri dalam masyarakat. "Belajar merupakan proses penting bagi perubahan perilaku setiap orang dan belajar itu mencakup segala sesuatu yang dipikirkan dan dikerjakan oleh seseorang" (Rifa'I dan Chatarina, 2011:82). Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan belajar adalah suatu proses penting bagi perubahan perilaku baru secara keseluruhan yang merupakan hasil dari pengalaman individu melalui serangkaian kegiatan dalam interaksi dengan lingkungan, dan belajar itu mencakup segala sesuatu yang dipikirkan dan dikerjakan oleh seseorang.

Keberhasilan suatu kegiatan belajar dapat dilihat dari hasil belajar setelah mengikuti usaha belajar, hasil belajar merupakan dasar yang digunakan untuk menentukan tingkat keberhasilan siswa menguasai suatu materi pelajaran. Manusia melakukan kegiatan belajar

dengan bermacam cara, sesuai dengan keadaan. Bila seseorang telah melakukan kegiatan belajar, maka dalam dirinya akan terjadi perubahan-perubahan yang merupakan pernyataan perbuatan belajar. Perubahan tersebut disebut hasil belajar. Selanjutnya Hamalik (2006:30) menyatakan bahwa "Tingkah laku manusia terdiri dari sejumlah aspek. Hasil belajar akan tampak pada setiap perubahan pada setiap aspek-aspek tersebut. Adapun aspek-aspek itu adalah pengetahuan, pengertian, kebiasaan, ketrampilan, apresiasi, emosional, hubungan social, jasmani, etis atau budi pekerti dan sikap. Hasil belajar, menurut Dimiyati dan Mudjiono (2011: 251) merupakan "tingkat perkembangan mental" yang lebih baik bila dibanding pada saat pra-belajar. Berdasarkan pengertian ini, hasil belajar adalah suatu perolehan dari suatu proses dengan ditandai dengan perubahan. Menurut Sudjana (2009: 22), hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya. Hasil belajar biasanya mengikuti pelajaran tertentu yang harus dikaitkan dengan pencapaian tujuan yang telah ditetapkan. Hasil belajar siswa pada mata pelajaran matematika merupakan hasil kegiatan dari hasil belajar matematika dalam bentuk pengetahuan sebagai akibat dari perlakuan atau pembelajaran yang dilakukan siswa. "Hasil belajar merupakan perubahan perilaku yang diperoleh siswa setelah mengalami kegiatan belajar" (Anni.2007:5). Bloom, dkk (dalam Chatarina, 2007:7-13) membagi hasil belajar menjadi tiga ranah, yaitu sebagai berikut: Ranah *kognitif*, berkaitan dengan hasil berupa pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis, dan penilaian. Ranah *afektif*, berkaitan dengan penerimaan, penanggapan, penilaian, pengorganisasian, dan pembentukan pola hidup. Ranah *psikomotorik*, berkaitan dengan persepsi, kesiapan, gerakan terbimbing, gerakan terbiasa, gerakan kompleks, penyesuaian, dan kreativitas. Dalam hal ini hasil belajar yang diharapkan adalah siswa memiliki pengetahuan, keterampilan, dan kecakapan berpikir yang baik. Jadi dapat disimpulkan bahwa prestasi atau hasil belajar adalah nilai yang dicapai oleh seseorang dengan kemampuan maksimal.

Menurut Slameto (2010:54-72) ada beberapa faktor yang mempengaruhi hasil belajar, antara lain:

Faktor-faktor Intern;

Faktor intern merupakan faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar meliputi faktor jasmaniah, psikologis, dan kelelahan., Faktor Jasmaniah; Faktor kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajarnya. Proses belajar seseorang akan terganggu jika kesehatan seseorang terganggu. Cacat tubuh; Cacat tubuh adalah sesuatu yang menyebabkan kurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh/badan sehingga mempengaruhi dalam belajar. Faktor Psikologis. (a) Intelegensi. (b) Perhatian (c) Minat. (d) Bakat (e) Kematangan. (f) Kesiapan. (g) Motif. (h) Faktor Kelelahan.

Faktor-faktor ekstern;

Faktor ekstern adalah faktor yang ada di luar individu, yaitu faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor masyarakat. (a) Faktor Keluarga, (b) Faktor Sekolah, Menciptakan relasi yang baik antar siswa adalah perlu, agar dapat memberikan pengaruh yang positif terhadap belajar siswa. (a) Disiplin siswa; (b) Alat pelajaran; (c) Waktu sekolah. (d) Standar pelajaran (e) Keadaan gedung; (f) Metode belajar. (g) Tugas rumah

Faktor Masyarakat Kegiatan siswa dalam masyarakat

Kegiatan siswa dalam masyarakat dapat menguntungkan terhadap perkembangan pribadinya. Jika mungkin memilih kegiatan yang mendukung belajar. Kegiatan itu misalnya kursus bahasa Inggris, PKK Remaja, kelompok diskusi. (1) Mass Media Yang termasuk dalam mass media adalah bioskop, radio, TV, surat kabar, majalah, buku-buku, komik-komik, dan lain-lain. (2) Teman bergaul Pengaruh-pengaruh dari teman bergaul siswa lebih cepat masuk dalam jiwanya daripada yang kita duga. (3) Bentuk kehidupan masyarakat.

Fleksibilitas Tubuh

Hakikat Fleksibilitas

Fleksibilitas atau kelenturan adalah satu komponen penting yang harus dimiliki oleh tubuh setiap orang. Karena terlihat mudah gerakan-gerakan kelenturan sering disepelekan. Padahal ketika diujicobakan tidak semua orang bisa melakukannya. Fleksibilitas Tubuh adalah kemampuan tubuh untuk melakukan gerakan melalui ruang gerak sendi secara maksimal. Kemampuan gerak sendi ini berbeda di setiap persendian dan bergantung pada struktur anatomi di sekitarnya. Seberapa jauh persendian itu digunakan secara normal, ada tidaknya cedera, dan ketegangan otot serta faktor-faktor lainnya yang dapat mempengaruhi fleksibilitas.

Fleksibilitas tubuh yang baik dapat memudahkan seseorang dalam menjalankan berbagai aktivitas sehari-hari serta mengurangi kemungkinan terjadinya cedera atau sakit di area tubuh-tubuh tertentu seperti punggung. Fleksibilitas yang kurang memadai kegiatan sehari-hari akan sulit dilakukan. Fleksibilitas tubuh dapat dilakukan sejak usia anak-anak hingga dewasa, dan dengan semakin bertambahnya umur maka akan semakin kurang tingkat fleksibilitas tubuh seseorang. Fleksibilitas ini bisa dilatih dengan melakukan gerakan-gerakan *stretching* tertentu secara rutin. Dengan itulah maka akan membuat ruang gerak sendi menjadi semakin semakin luas. Canada's Physical Activity Guide menyarankan untuk melakukan latihan fleksibilitas setidaknya 4x seminggu dengan durasi 5 sampai 10 menit. Perlu diingat bahwa peregangan yang dilakukan tidak harus menimbulkan rasa sakit, fokusnya terletak pada otot. Saat otot merasa sakit tegang maka peregangan tersebut sudah cukup.

Gerakan peregangan dinamis akan meningkatkan perluasan pergerakan sendi. Peregangan dinamis mengembangkan ROM aktif melalui proses timbal balik, di mana otot agonis adalah kontraktor sedangkan antagonis atau yang berlawanan akan menghambat relaksasi kelompok *hamstring*. Gerakan ini sangat berguna bagi para atlet, terutama jenis olahraga yang membutuhkan ROM yang lebar dan mempertimbangkan kecepatan. Kombinasi latihan dengan dengan peregangan statis dan dinamis dapat memaksimalkan latihan fleksibilitas tubuh. Hanya saja untuk peregangan dinamis harus lebih diperhatikan karena jika salah dalam melakukan latihan atau gerakan harus hati-hati karena rentan akan cedera.

Manfaat Fleksibilitas bagi Tubuh

Memudahkan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, memiliki fleksibilitas yang baik tentunya memiliki manfaat yang banyak, antara lain: Fleksibilitas yang baik membuat otot dan sendi menjadi lebih sehat. (a) Mengurangi stress pada otot dan melepaskan ketegangan berolahraga dikembangkan selama latihan. (b) Membantu postur dengan menyeimbangkan

ketegangan otot-otot di seluruh tubuh. (c) Mengurangi resiko cedera selama kegiatan olahraga dan sehari-hari karena otot lebih lentur.

Faktor yang mempengaruhi fleksibilitas:

- (a) Umur; (b) Jenis Kelamin; (c) Jenis Sendi; (d) Latihan Fisik; (e) Kehamilan (f) Jumlah Lemak Tubuh;

Tinjauan Tentang Pembelajaran *Role playing*

Pengertian *Role playing*

Menurut Hadfield (dalam Silberman, 2009:217) bermain peran (*Role playing*) adalah sejenis permainan gerak yang didalamnya ada tujuan, aturan dan sekaligus melibatkan unsur senang. Dalam *Role playing* murid dikondisikan pada situasi tertentu di luar kelas, meskipun saat itu pembelajaran terjadi di dalam kelas. Menurut Uno (2009:25) bermain peran sebagai suatu model pembelajaran bertujuan untuk membantu siswa menemukan makna diri (jati diri) di dunia sosial dan memecahkan dilema dengan bantuan kelompok. Artinya, melalui bermain peran siswa belajar menggunakan konsep peran, menyadari adanya peran-peran yang berbeda dan memikirkan perilaku dirinya dan perilaku orang lain. Proses bermain peran ini juga berguna sebagai sarana bagi siswa untuk menggali perasaannya, memperoleh inspirasi dan pemahaman yang berpengaruh terhadap sikap, nilai, dan persepsinya, mengembangkan keterampilan dan sikap dalam menyelesaikan masalah, serta siswa dapat mendalami mata pelajaran dengan berbagai macam cara.

Tujuan Pembelajaran *Role playing*

Tujuan yang diharapkan dengan menggunakan model pembelajaran *Role playing* ini antara lain adalah: Agar siswa dapat menghayati dan menghargai perasaan orang lain; Agar siswa belajar bagaimana membagi tanggung jawab; Dapat belajar bagaimana mengambil keputusan dalam situasi kelompok di depan kelas secara spontan; Merangsang kelas untuk berpikir dan menyelesaikan masalah.

Alasan menggunakan model pembelajaran *Role playing* sehingga siswa lebih termotivasi untuk mencari tahu sendiri informasi mengenai topik permasalahan yang terjadi. Ketiga, dengan menggunakan model pembelajaran *Role playing* dapat menumbuhkan keaktifan dan kreatifitas siswa dalam kegiatan belajar mengajar karena ada kegiatan memainkan peran. Keberhasilan model pembelajaran melalui bermain peran tergantung pada kualitas permainan peran (*enactment*) yang diikuti dengan analisis terhadapnya. Di samping itu, tergantung pula pada persepsi siswa tentang peran yang dimainkan terhadap situasi yang nyata (*real life situation*). Uno (2009: 26) juga menyebutkan prosedur bermain peran terdiri atas sembilan langkah, yaitu Pemanasan (*warming up*) yaitu guru memperkenalkan permasalahan kepada siswa serta memberikan penjelasan mengenai permasalahan tersebut dengan menggunakan contoh.

PEMBAHASAN

Berdasarkan pada kajian pustaka di atas maka pembahasan yang perlu mendapat prioritasnya adalah tentang faktor utama yang menyebabkan siswa bosan, tidak kreatif dan pasif adalah guru belum memanfaatkan model pembelajaran yang menyenangkan. Aktivitas belajar dengan *Role playing* yang dirancang dalam pembelajaran aktif memungkinkan siswa dapat belajar lebih rileks disamping menumbuhkan tanggung jawab, kerja sama, persaingan

sehat, dan keterlibatan belajar. Selain itu Fleksibilitas tubuh yang baik dapat memudahkan seseorang dalam menjalankan berbagai aktivitas sehari-hari serta mengurangi kemungkinan terjadinya cedera atau sekit di area tubuh-tubuh tertentu seperti punggung. Fleksibilitas yang kurang memadai kegiatan sehari-hari akan sulit dilakukan. Fleksibilitas tubuh dapat dilakukan sejak usia anak-anak hingga dewasa, dan dengan semakin bertambahnya umur maka akan semakin kurang tingkat fleksibilitas tubuh seseorang. Fleksibilitas ini bisa dilatih dengan melakukan gerakan-gerakan *stretching* tertentu secara rutin.

Menurut Roestiyah, (2008:90-93), langkah-langkah dalam melaksanakan *Role playing* agar dapat berhasil dan efektif adalah sebagai berikut: (a) Guru harus menerangkan kepada siswa, untuk memperkenalkan teknik ini, bahwa dengan menggunakan teknik ini diharapkan siswa dapat memecahkan masalah yang aktual, lalu guru menunjuk beberapa siswa yang akan berperan, masing-masing akan mencari pemecahan masalah sesuai dengan perannya. (b) Guru harus mencari masalah yang urgen, sehingga menarik minat anak. Bila ada kesediaan sukarela dari siswa untuk berperan, harap ditanggapi tapi guru harus mempertimbangkan apakah ia tepat untuk peranan itu. Jelaskan pada pemeran-pemeran itu sebaik-baiknya, sehingga mereka tahu tugas perannya, menguasai masalahnya pandai bermimik maupun berdialog. Siswa yang tidak turut bermain harus menjadi penonton yang aktif, disamping mendengar dan melihat, mereka harus memberi saran dan kritik pada apa yang akan dilakukan setelah *Role playing* selesai.

Keberhasilan model pembelajaran melalui bermain peran tergantung pada kualitas permainan peran (*enactment*) yang diikuti dengan analisis terhadapnya. Di samping itu, tergantung pula pada persepsi siswa tentang peran yang dimainkan terhadap situasi yang nyata (*real life situation*). Uno (2009: 26) juga menyebutkan prosedur bermain peran terdiri atas sembilan langkah, yaitu: Pemanasan (*warming up*) yaitu guru memperkenalkan permasalahan kepada siswa serta memberikan penjelasan mengenai permasalahan tersebut dengan menggunakan contoh. Memilih partisipan yaitu guru dan siswa membahas karakter dari setiap pemain dan menentukan siapa yang akan memainkannya. Menyiapkan pengamat (*observer*). Menata panggung yaitu guru mendiskusikan dengan siswa mengenai setting tempat dan kebutuhan apa saja yang diperlukan dalam bermain peran. Memainkan peran (*manggung*) yaitu siswa. Diskusi dan evaluasi yaitu guru dan siswa bersama-sama berdiskusi dan mengevaluasi jalannya bermain peran sehingga usulan untuk perbaikan akan muncul. Memainkan peran ulang yaitu mengulangi bermain peran agar lebih sesuai dengan skenario. Diskusi dan evaluasi ke dua yaitu diskusi dan evaluasi yang diarahkan kepada realitas.

Penerapan model pembelajaran *Role playing* ini peran guru akan menjadi fasilitator dan sumber kegiatan belajar mengajar di dalam kelas. Guru memperhatikan kegiatan pembelajaran yang berlangsung yaitu peran yang dimainkan oleh siswa dan membantu setiap permasalahan yang di hadapi. Pembelajaran dengan model *Role playing* dilaksanakan dengan beberapa tahap, yaitu sebagai berikut: (1) Pemanasan (*warming up*), (2) Memilih partisipan, (3) Menyiapkan Pengamat (*Observer*), (4) Menata Panggung, (5) Memainkan Peran (*Manggung*), (6) Diskusi dan Evaluasi, (7) Memainkan Peran Ulang, (8) Diskusi Dan Evaluasi Ke Dua, (9) Berbagi Pengalaman Dan Kesimpulan (Uno, 2009: 26).

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas selanjutnya dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berbagi pengalaman yaitu siswa diajak untuk berbagi pengalaman tentang tema permainan peran yang telah dilakukan dan dilanjutkan dengan membuat kesimpulan dengan model pembelajaran *Role playing* dapat meningkatkan tingkat fleksibilitas tubuh.
2. Aktivitas tubuh dapat berfungsi dengan baik dipengaruhi berbagai factor. Faktor yang mempengaruhi Fleksibilitas adalah Umur, Jenis Sendi, Latihan Fisik, Kehamilan; dan Jumlah Lemak Tubuh;
3. Melalui model pembelajaran *Role playing* ini peran guru akan menjadi fasilitator dan sumber kegiatan belajar mengajar di dalam kelas.

DAFTAR PUSTAKA

- Alim, Abdul. 2012. *Latihan Fleksibilitas dengan Metode PNF*, 1 (1): hlm.1-9
- Astuti, P. P. (2013). *Efektivitas Metode Bermain Peran (Role Play) untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi pada Anak*. Yogyakarta: Journal Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, volume 2 (1), halaman 110-121.
- Endang, Mulyatiningsih, 2013. *Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Rusman. 2013. *Metode-Metode Pembelajaran: Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Sanjaya, W. 2006. *Strategi Pembelajaran*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Arikunto, Suharsimi., Suhardjono, Supardi. 2007. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Angkasa. Departemen Pendidikan Nasional.
- Syah, Muhibbin. 2007. *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Wiriaatmadja, Rochiati, 2006, *Metode Penelitian Tindakan Kelas: untuk Meningkatkan Kinerja Guru dan Dosen*, Bandung: Remaja Rosdakarya.

