

**ANALISIS HASIL PEMBELAJARAN SENAM LANTAI GULING DEPAN DAN GULING BELAKANG MELALUI PERMAINAN DAN MEDIA AUDIOVISUAL PADA PESERTA DIDIK MATA PELAJARAN PENJASKES MATERI KELAS VII DI SMPN 17 BANJARMASIN TAHUN 2018/2019**

M. Mahdi Anwar, Nurdiansyah, Said Abdillah  
Pendidikan Jasmani PJKR JPOK FKIP  
Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru  
mwilda18@gmail.com, Nurdiansyah@ulm.ac.id, said.abdillah@ulm.ac.id

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Penjaskes materi senam lantai dengan menggunakan pendekatan melalui permainan dan media audiovisual. Sampel pada penelitian ini sebanyak 27 peserta didik. Penelitian ini hanya dilakukan dalam satu siklus dengan dua kali pertemuan. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Hasil dari pembelajaran materi senam lantai guling depan dan guling belakang yaitu baik. Cara guru mengajar sesuai dengan apa yang telah dituliskan di rpp dan tingkat kepuasan peserta didik dengan cara guru mengajar sangat memuaskan. Selain itu, media yang diberikan sangat membantu dan sangat berkontribusi terhadap kegiatan pembelajaran, sehingga peserta didik sangat antusias dan bersemangat terhadap media yang diberikan yaitu media audiovisual yang berupa video pembelajaran dan video pendekatan melalui permainan.

**Kata Kunci:** Guling Depan, Guling Belakang, Media Audiovisual

**Abstract**

The purpose of this study is to analyze the results of roll and back roll gymnastic learning through playing and audiovisual media. The sample in this study was 27 students. This research was only conducted in one cycle with two meetings. the research method used is classroom action research (CAR). The results of learning material on the roll and back roll gymnastics are good. The way teachers teach according to what has been written in the rpp and the level of satisfaction of students with the way teachers teach is very satisfying. in addition, the media provided is very helpful and very contributing to ongoing learning activities. in learning activities students are very enthusiastic and enthusiastic about the media provided, namely audiovisual media in the form of learning videos and approach videos through games.

**Keywords:** Roll, Backroll, Audiovisual Media

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting untuk kemajuan suatu Negara untuk mencerdaskan bangsa. Oleh sebab itu, pendidikan harus dilaksanakan dan dikelola secara maksimal. Berkaitan dengan hal tersebut, pemerintah Indonesia telah mengupayakan berbagai cara untuk memperbaiki sistem pendidikan nasional, salah satunya dengan mengubah kurikulum dari kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) menjadi kurikulum 2013.

Kurikulum 2013 mengharapkan peserta didik agar terlibat aktif dalam pembelajaran, sehingga guru penjaskes harus semakin inovatif dan kreatif dalam melakukan pembelajaran, serta mengacu pada pembelajaran tematik. Pendidikan yang berkualitas tidak terlepas dari pembelajaran inovatif. Sasaran dalam pembelajaran Kurikulum 2013 telah memenuhi tiga ranah yang sesuai dengan Standar Kompetensi Lulusan, yaitu ranah kognitif (pengetahuan), ranah psikomotorik (keterampilan), serta ranah afektif (sikap).

Berdasarkan hasil pengamatan, sistem pengajaran di SMPN 17 Banjarmasin masih menggunakan metode pembelajaran konvensional. Hal tersebut terlihat selama proses belajar mengajar berlangsung. Ilmu yang diberikan masih bersumber dari guru yang berperan sebagai subjek pendidikan. Guru kurang menggunakan media sebagai alat bantu, sehingga peserta didik kurang tertarik untuk mencoba. Hal tersebut terlihat ketika proses pembelajaran yang masih belum efektif dan efisien, sehingga hasil belajar peserta didik masih di standar kriteria ketuntasan minimal (KKM). Oleh karena itu, untuk menunjang keberhasilan belajar maka peneliti memilih menggunakan media audiovisual dalam pembelajaran. Peneliti juga menggunakan media audiovisual dengan anggapan bahwa pembelajaran akan menjadi lebih mudah untuk diterima oleh peserta didik. Pendekatan dengan permainan tertuju dengan konsep berguling. Dengan demikian, diharapkan peserta didik akan tertarik dan termotivasi serta dapat melakukan gerakan konsep berguling dengan baik dan benar.

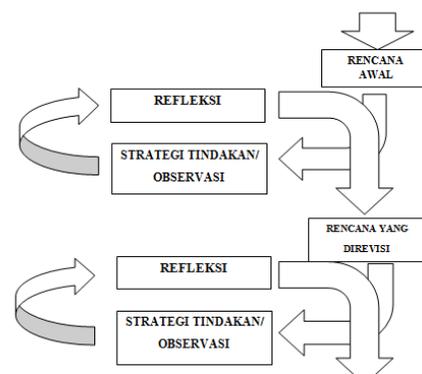
Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas maka masalah yang teridentifikasi adalah peserta didik kurang berani mencoba atau mempraktekkan gerakan senam lantai konsep

berguling sehingga diperlukan upaya untuk mengatasinya. Selain itu, pendekatan melalui permainan dan penggunaan media audiovisual dalam proses pembelajaran perlu dimaksimalkan agar hasil belajar peserta didik juga maksimal. Tujuan penelitian untuk menganalisis hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran penjaskes materi senam lantai dengan menggunakan pendekatan melalui permainan dan media audiovisual.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang terdiri dari siklus. Satu siklus sama dengan 3 x 40 menit atau satu kali tatap muka. Selain itu, penelitian ini menggunakan model dasar penelitian tindakan kelas secara kolaborasi atau bekerja sama dengan guru pendidikan jasmani kesehatan dari sekolah. Menurut Pardjono (2007: 21), model penelitian tindakan ini terdiri dari 4 komponen kegiatan yang dipandang sebagai 1 siklus, yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflecting*). Banyaknya siklus tergantung pada masih atau tidaknya tindakan tersebut diperlukan.

Tindakan dianggap cukup jika permasalahan pembelajaran telah dipecahkan. Dengan demikian, proses pembelajaran dapat berjalan lancar dan tujuan pembelajaran dapat tercapai secara efektif dan efisien. Rangkaian siklus penelitian tindakan dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Model Penelitian

Pada penelitian ini peneliti melakukan pengamatan dan menganalisis kegiatan tindakan kelas pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 17 Banjarmasin yang masih mencapai KKM pada

pembelajaran senam lantai. Data yang didapat dari penelitian ini berupa data kualitatif. Data kualitatif yaitu data yang berupa hasil observasi dan dokumentasi yang diperoleh dari aktivitas peserta didik dan guru.

Subjek penelitian ini adalah peserta didik di SMPN 17 Banjarmasin. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh kelas VII di SMPN 17 Banjarmasin tahun ajaran 2018/2019 yang berjumlah 195 orang. Sampel yang digunakan adalah kelas VII E yang berjumlah 29 peserta didik.

Teknik pemilihan sampel pada penelitian ini yaitu dengan cara *purposive Sampling* (sampel pertimbangan). Pemilihan teknik sampel tersebut berdasarkan pertimbangan bahwa dari kelas VII A sampai dengan kelas VII G, nilai penjasokes di kelas VII E adalah yang terendah. sehingga peneliti akan berusaha meningkatkan nilai peserta didik di kelas tersebut pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 17 Banjarmasin dan dimulai saat keluarnya surat ijin penelitian.

### INSTRUMEN PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan instrumen lembar keterlaksanaan pembelajaran, angket tingkat kepuasan peserta didik dalam pembelajaran dan tes soal pilihan ganda, serta dokumentasi yang digunakan sebagai bukti autentik pelaksanaan tindakan kelas. Dokumentasi tersebut berupa foto-foto dan video kegiatan peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung. Selain itu, juga dilakukan observasi terhadap proses pembelajaran.

### HASIL PENELITIAN

Hasil dari pembelajaran materi senam lantai yaitu baik. Cara guru mengajar sesuai yang telah dituliskan pada RPP. Tingkat kepuasan peserta didik dengan cara guru mengajar sangat memuaskan. Adapun hasil ketuntasan peserta didik dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Lembar Penilaian Penjasokes Guling Depan dan Guling Belakang  
KKM Pembelajaran Penjasokes : 75

No	Nama peserta didik	Performa			jumlah Skor	nilai	Tuntas
		Kognitif	Afektif	psikomotor			Tidak tuntas
1	Abdurrahman Siddiq	80	75	90	245	82	Tuntas
2	Adi Putra Dharmawana A	80	75	85	240	80	Tuntas
3	Ahmad Bukhari Husin	73	75	80	228	76	Tuntas
4	Akhmad Ramadhan	80	75	80	235	78	Tuntas
5	Alifia Nur Husna	80	73	75	228	76	Tuntas
6	Azrina Nur Fadilla	87	80	95	262	87	Tuntas
7	Daffa Najwan	73	75	90	238	79	Tuntas
8	Dealova Oktavana	80	75	75	230	77	Tuntas
9	Esti yuliana	87	73	80	240	80	Tuntas
10	Ferianur	73	78	95	246	82	Tuntas
11	Hafizah Nur Haliza	93	80	75	250	83	Tuntas
12	Herlina	80	75	75	230	77	Tuntas
13	Khairul Paijin	80	75	90	245	82	Tuntas
14	Myhammad Randy	93	75	85	253	84	Tuntas
15	Muhammad Afriza	73	78	90	241	80	Tuntas
16	Muhammad Hafidzi	80	78	75	233	78	Tuntas
17	Muhammad Maulana	73	75	80	228	76	Tuntas
18	Muhammad Reza	80	78	95	253	84	Tuntas
19	Muhammad Zaini Has	93	78	85	256	85	Tuntas

20	Nawaf basalama	73	75	80	228	76	Tuntas
21	Nazima Fithria	73	80	75	228	76	Tuntas
22	Noor Hasna	93	78	75	246	82	Tuntas
23	Rizka Annisa	80	78	75	233	78	Tuntas
24	Rizky Salsabila Putri	73	78	75	226	75	Tuntas
25	Salfani Khairussalim	80	75	75	230	77	Tuntas
26	Tiara Nadia	73	80	80	233	78	Tuntas
27	Titania Arika Putri	73	80	80	233	78	Tuntas
<b>Jumlah nilai</b>						2146	
<b>Nilai rata-rata</b>						79,5	
<b>Peserta didik yang mencapai KKM</b>							100%
<b>Peserta didik yang belum mencapai KKM</b>							0%

## PEMBAHASAN

Penelitian ini hanya dilakukan satu siklus yang terdiri dari dua kali pertemuan. Pertemuan pertama diawali dengan literasi tentang materi yang akan dipraktikkan. Peserta didik membaca dan memahami isi dari literasi sesuai dengan pemahaman masing-masing atau mengidentifikasi materi yang diberikan oleh guru. Kemudian dilanjutkan dengan pemanasan dimulai dari gerakan pasif hingga gerakan aktif.

Setelah itu, peserta didik diminta untuk mencoba melakukan gerakan guling depan yang dibimbing oleh guru. Terlihat bahwa masih banyak peserta didik yang belum berani melakukan praktek gerakan guling depan dan guling belakang. Namun, juga ada beberapa peserta didik yang mau mencoba meskipun gerakan yang dilakukan masih kurang tepat.

Untuk mengatasi keraguan peserta didik dalam melakukan praktek, maka digunakan media audiovisual yang dibuat sendiri oleh peneliti sehingga peserta didik dapat melihat secara langsung bagaimana cara melakukan gerakan guling depan dan guling belakang yang benar. Selain itu, didalam video juga memuat beberapa permainan yang akan dilakukan. Permainan tersebut bertujuan untuk membentuk sikap tubuh peserta didik agar lebih mudah melakukan gerakan konsep berguling dan permainan mengacu kemateri ajar. Pada saat penayangan video peserta didik sangat antusias dan sangat memperhatikan video dari awal penayangan sampai berakhirnya video. Setelah video berakhir peserta didik dibawa kelapangan untuk melakukan permainan yang

mengarah ke pembelajaran. Peneliti mengharapkan permainan yang telah ditampilkan dapat membuat peserta didik senang, semangat dan berani, karena permainan tersebut mengarah ke pembelajaran guling depan dan belakang.

Setelah peserta didik menonton video, mereka kemudian mempraktekkan permainan tersebut lalu memperbaiki gerakan yang kurang benar dari sikap awal, pelaksanaan dan sikap akhir. Berdasarkan analisa pada pertemuan pertama, ditemukan bahwa:

1. Peserta didik sangat antusias dengan media audiovisual yang diberikan kepada peserta didik.
2. Sebagian peserta didik terutama yang perempuan masih takut melakukan guling belakang, namun untuk guling depan semua peserta didik telah mampu untuk mempraktekkan.
3. Pada saat pendekatan guling depan dan belakang melalui permainan peserta didik sangat antusias dan sangat bersemangat.

Saat pengambilan nilai, peserta didik putra mampu melakukan gerakan guling depan dan guling belakang dengan baik,. Sedangkan untuk peserta didik putri masih ada beberapa yang belum mampu melakukan gerakan konsep berguling dengan baik. Hal ini disebabkan karena mereka sudah pesimis terlebih dahulu sebelum melakukan gerakan berguling. Oleh karena itu, peserta didik tersebut perlu diberikan motivasi ataupun dorongan lebih dari guru. Dengan demikian, hasil belajar selama dua kali pertemuan peserta didik

memperoleh nilai baik. dan analisa menunjukkan bahwa media yang diberikan berupa video pembelajaran dan video pendekatan melalui permainan dinyatakan berhasil dan mampu memberikan kontribusi positif terhadap peserta didik di SMPN 17 Banjarmasin.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan analisis data ditemukan bahwa dalam dua kali pertemuan dengan menggunakan media audiovisual yang berupa video tentang pembelajaran dan video pendekatan melalui permainan pada peserta didik kelas VII E SMPN 17 Banjarmasin menunjukkan bahwa media yang diberikan berhasil serta dengan motivasi dan dorongan dari guru peserta didik berhasil dan mampu mendapatkan nilai yang baik. Dengan demikian penerapan media audiovisual akan menambah tingkat penguasaan dan motivasi peserta didik dalam pembelajaran senam lantai guling depan dan guling belakang.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmad, S. Y. (2009). *Senam*. Bandung :PT Indahjaya Adipratama.
- Gunarto. (2013). *Model dan metode pembelajaran di sekolah*. Semarang: UNISSULA Press.
- Iskandarwassid dan Suhendar, D. (2008). *Strategi pembelajaran Bahasa*. Bandung: Rosda.
- Jakni. (2016). *Penelitian tindakan kelas*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian dan pengetahuan reseach and development*. Bandung: Alfabeta.
- Sukanti, E. R. (2017) *Pemanduan Bakat Senam Artistic Usia Dini*. Yogyakarta.: UNY Press.
- Suprijono, A. (2009). *Cooperative learning teori dan aplikasi*. Surabaya. <http://history22education.wordpress.com>, diakses 27 Desember 2018.