



## MENINGKATKAN PEMBELAJARAN ROLL DEPAN DENGAN ALAT BANTU BOLA LONCENG PADA SISWA KELAS V SD MUHAMMADIYAH 2 KOTA TEGAL

Novan Dwi Pringgadi Cahyo ✉

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*  
Diterima Agustus 2013  
Disetujui Desember 2013  
Dipublikasikan Januari 2014

*Keywords:*  
*Learning: roll forward; the ball bells*

### Abstrak

*Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya meningkatkan pembelajaran roll depan dengan alat bantu bola lonceng pada siswa kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Tegal tahun 2013. Metode penelitian yang digunakan adalah class action research (penelitian tindakan kelas).*

*Hasil penelitian yang diperoleh pada siswa kelas V SD Muhammadiyah 2 kota Tegal yang berjumlah 28 siswa adalah, (1) Pada pembelajaran pra siklus aktivitas siswa selama mengikuti proses pembelajaran senam lantai roll depan adalah siswa tuntas sebanyak 16 siswa dengan prosentase 57,14%, dan siswa belum tuntas sebanyak 12 siswa dengan prosentase 42,86%. (2) Pada pembelajaran dengan menggunakan alat bantu bola lonceng pada siklus I menjadi siswa tuntas sebanyak 25 dengan prosentase 89,29%, siswa yang belum tuntas sebanyak 3 dengan prosentase 10,71%. (3) Hasil penelitian pada siklus 2 siswa tuntas menjadi 28 dengan prosentase 100%.*

*Dari data yang ada maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan alat bantu bola lonceng dalam pembelajaran senam lantai roll depan dapat meningkatkan hasil belajar yang signifikan bagi siswa kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Tegal, Siswa terlihat tertarik, aktif, antusias, memperhatikan dan dapat mengikuti proses pembelajaran roll depan*

### Abstract

*The purpose of this study was to determine the effort to improve the learning aids roll the ball forward with bells on fifth grade students of SD Muhammadiyah 2 Tegal in 2013. The research method used is a class action research (action research)*

*The results obtained in class V SD Muhammadiyah 2 Tegal, amounting to 28 students are, (1) In the pre-cycle of learning activities of students during the learning process gymnastics floor front was roll students completed as many as 16 percent of students with 57.14%, and students have not completed as much as 12 percent of students with 42.86%. (2) In the study by using a ball tool bells in the first cycle to be completed by 25 students with a percentage of 89.29%, students who have not completed as much as 3 percentage with 10.71%. (3) The results of research on students completed 2 cycles to 28 with a percentage of 100%.*

*From the available data it can be concluded that the use of a bell ball aids in learning gymnastics floor front roll can significantly improve learning outcomes for students of classes V SD Muhammadiyah 2 Tegal, students looked interested, active, enthusiastic, pay attention and be able to follow the learning process roll*

© 2013 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:  
Gedung F1 Lt. 2 FIK Unnes  
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229  
E-mail: kandaksatriasurya@yahoo.com

## PENDAHULUAN

Upaya meningkatkan pembelajaran pada dasarnya merupakan bentuk pembelajaran guna memperbaiki kemampuan peserta didik dalam pembelajaran penjasorkes dari awal sampai akhir yang disajikan secara khas oleh guru. Salah satu masalah utama dalam Penjasorkes di Indonesia dewasa ini ialah belum efektifnya pengajaran Penjasorkes di sekolah-sekolah. Hal ini disebabkan beberapa faktor diantaranya terbatasnya sarana dan prasarana yang digunakan untuk mendukung proses pembelajaran Penjasorkes dan terbatasnya kemampuan guru Penjas untuk melakukan pembelajaran Penjasorkes. Salah satu keterbatasan guru Penjasorkes dalam mengajar adalah dalam hal menciptakan situasi lingkungan yang memungkinkan siswa berinteraksi sehingga terjadi perubahan atau perkembangan pada diri siswa.

Fenomena itulah yang saat ini terjadi pada siswa kelas V di SD Muhammadiyah 2 Kota Tegal dalam pembelajaran materi roll depan. Untuk mengatasi masalah tersebut, maka kami sebagai guru penjasorkes mencoba melaksanakan kegiatan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan judul "Upaya Meningkatkan Pembelajaran Roll Depan dengan Alat Bantu Bola Lonceng pada Siswa Kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Tegal Tahun 2013".

Suatu penelitian tentu mempunyai permasalahan yang perlu diteliti, dianalisis, dan diusahakan pemecahannya. Dalam penelitian ini permasalahan yang perlu dirumuskan adalah Bagaimana Upaya Meningkatkan Pembelajaran Roll Depan dengan Alat Bantu Bola Lonceng pada Siswa Kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Tegal Tahun 2013?

## METODE

Penelitian ini dilaksanakan dengan metode perlakuan proses pembelajaran senam ketangkasan roll depan dalam penjasorkes dengan alat bantu bola lonceng melalui pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Sebagai subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Tegal, dengan jumlah siswa sebanyak 28 anak. Sebagai obyek dalam penelitian senam ketangkasan roll depan pada siswa kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Tegal. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) akan dilaksanakan pada bulan Mei tahun 2013. Siklus I dilaksanakan pada tanggal 24 Mei tahun 2013 dan siklus II akan dilaksanakan pada tanggal 1 Juni 2013. Dalam satu minggu akan dilaksanakan satu kali pertemuan sesuai dengan jadwal mata pelajaran Penjasorkes kelas V SD Muhammadiyah 02 Kec. Tegal Timur Kota Tegal.

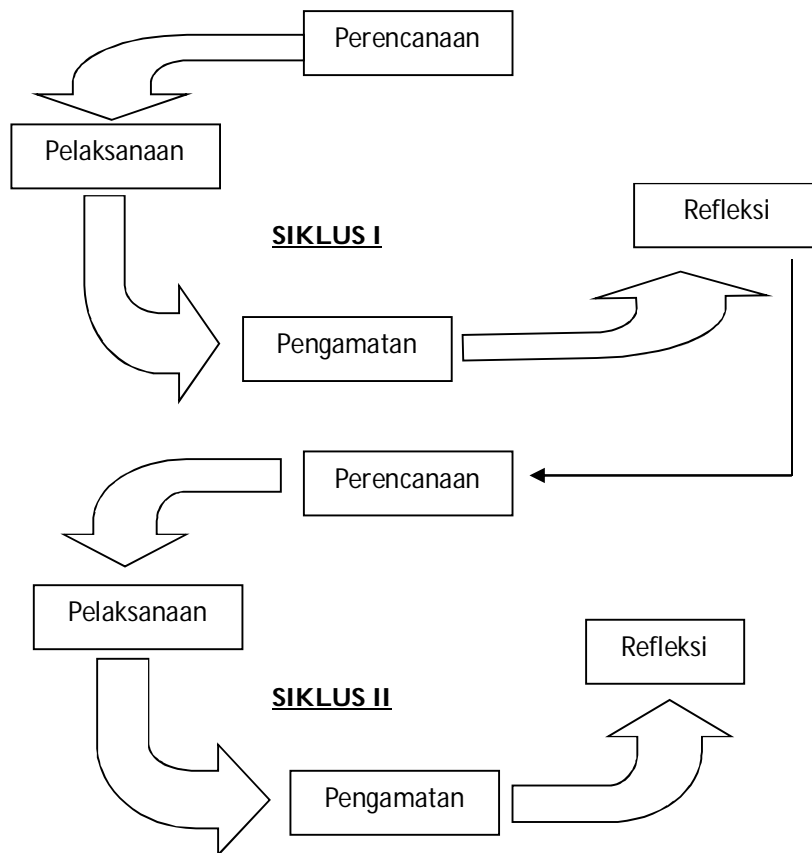
**Tabel 1.** Rencana Waktu Kegiatan Penelitian

No.	Rencana Kegiatan	Tahun 2013			
		Maret	April	Mei	Juni
1.	Persiapan				
	a. Observasi	V			
	b. Identifikasi Masalah	V			
	c. Penentuan Tindakan	V			
	d. Pengajuan Judul	V			
	e. Penyusunan Proposal		V		
	f. Pengajuan Ijin Penelitian		V		
2.	Pelaksanaan Siklus 1				
	a. Pembuatan RPP			V	
	b. Pelaksanaan Tindakan			V	
	c. Pengumpulan Data			V	

	d. Analisis dan Refleksi		V
3.	Pelaksanaan Siklus 2		
	a. Pembuatan RPP	V	
	b. Pelaksanaan Tindakan		V
	c. Pengumpulan Data		V
	d. Analisis dan Refleksi		V
4.	Penyusunan Laporan		
	a. Penulisan Laporan		V

Pelaksanaan penelitian senam ketangkasan roll depan, dilaksanakan di halaman SD Muhammadiyah 2 Kota Tegal. Di dalam penelitian ini, pengambilan data dilaksanakan sebanyak dua kali yaitu siklus I dan siklus II. Adapun data tentang proses belajar mengajar pada saat dilaksanakan tindakan kelas dengan lembar observasi. Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah tes dan observasi. Kegiatan ini digunakan untuk mengumpulkan data sebagai bahan refleksi dan analisis. Observasi dilakukan sendiri oleh guru dan peneliti untuk

mendapatkan data yang rinci dan akurat. Instrumen pengumpulan data dengan metode tes, dokumentasi, kuesioner. Analisis data yang digunakan dalam meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Prosedur penelitian Penelitian tindakan kelas terdiri atas dua siklus. Penelitian tindakan kelas ditujukan untuk meningkatkan hasil belajar siswa materi pokok roll depan. Setiap siklus mencakup empat tahapan yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses penelitian dilaksanakan dalam 2 siklus yang masing-masing siklus terdiri dari 4 tahapan, yakni: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Data yang diperoleh dari hasil penelitian berupa data

### Ketuntasan Belajar Siswa Pada Siklus 1

No	Tahapan siklus	Jumlah siswa	Jumlah Ketuntasan			
			Tuntas (siswa)	Prosentase (%)	Belum tuntas (siswa)	Prosentase (%)
1	Pra Siklus	28	16	57,14	12	42,86
2	Siklus 1	28	25	89,29	3	10,71

Pada pembelajaran pra siklus aktivitas siswa selama mengikuti proses pembelajaran senam lantai roll depan adalah siswa tuntas sebanyak 16 siswa dengan prosentase 57,14%, dan siswa belum tuntas sebanyak 12 siswa dengan prosentase 42,86%. (2) Pada

### Ketuntasan Belajar Siswa Pada Siklus 2

No	Tahapan siklus	Jumlah siswa	Jumlah Ketuntasan			
			Tuntas (siswa)	Prosentase (%)	Belum tuntas (siswa)	Prosentase (%)
1	Siklus	28	25	89,29	3	10,71
2	Siklus	28	28	100	0	0

Pada pembelajaran dengan menggunakan alat bantu bola lonceng pada siklus I menjadi siswa tuntas sebanyak 25 dengan prosentase 89,29%, siswa yang belum tuntas sebanyak 3 dengan prosentase 10,71%. (3) Hasil penelitian pada siklus 2 siswa tuntas menjadi 28 dengan prosentase 100%.

Pembahasan siklus 1 dari hasil pengamatan dan hasil angket respon siswa terhadap proses pembelajaran yang telah berlangsung, diperoleh hasil penilaian yang meliputi aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif mengalami peningkatan dari sebelum diadakan penelitian tindakan kelas (pra siklus), yaitu semula 16 siswa atau sebesar 57,14% yang sudah dinyatakan tuntas menjadi 25 siswa atau 89,29% sudah dinyatakan tuntas belajar.

*numeric* (angka) yang kemudian dianalisis untuk membuktikan hipotesis yang diajukan. Adapun data yang diperoleh meliputi hasil belajar siswa mencakup ranah psikomotorik, kognitif, dan afektif, serta hasil angket siswa tentang tingkat kepuasan siswa terhadap proses pembelajaran di setiap siklusnya.

pembelajaran dengan menggunakan alat bantu bola lonceng pada siklus I menjadi siswa tuntas sebanyak 25 dengan prosentase 89,29%, siswa yang belum tuntas sebanyak 3 dengan prosentase 10,71%.

Berdasarkan masih ada kekurangan yang diperoleh pada siklus 1, maka peneliti sebagai sumber belajar melakukan perbaikan pada siklus 2. Perbaikan-perbaikan tersebut antara lain :

- a. Siswa diharapkan menikmati proses pembelajaran roll depan dengan alat bantu bola lonceng
- b. Penambahan media matras kecil diletakkan dibawah matras besar dibagian depan guna lebih memudahkan untuk mengguling.
- c. Diharapkan pembelajaran roll depan dengan alat bantu bola lonceng merupakan pembelajaran yang menarik dan menyenangkan bagi siswa

- d. Memberi *reward* atau penguatan kepada siswa agar tertarik dan menyukai pembelajaran.

Pembahasan siklus 2 dari hasil pengamatan dan hasil angket respon siswa terhadap proses pembelajaran yang telah berlangsung, diperoleh hasil penilaian yang meliputi aspek Psikomotorik, kognitif, dan afektif mengalami peningkatan dari siklus 1, yaitu semula 25 siswa atau sebesar 89,29 % yang sudah dinyatakan tuntas menjadi 28 siswa atau 100 % sudah dinyatakan tuntas belajar. Selama proses pembelajaran pada siklus 2, siswa terlihat serius mengikuti petunjuk dan arahan dari guru, siswa terlihat disiplin, bersemangat, percaya diri dan berani selama proses pembelajaran berlangsung. Sehingga hasil pembelajaran pada siklus 2 sudah maksimal sesuai dengan tujuan pembelajaran yang diharapkan. Keberhasilan peningkatan hasil belajar senam ketangkasan roll depan pada siswa kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Tegal menggunakan alat bantu bola lonceng sebagai berikut :

- a. Media pembelajaran yang dilakukan merupakan suatu media pembelajaran yang tergolong baru bagi siswa dan belum pernah didapat sebelumnya sehingga memberi pengalaman baru bagi siswa.
- b. Pendekatan pembelajaran dengan media alat bantu merupakan model pembelajaran yang menarik bagi siswa.
- c. Minat siswa untuk belajar roll depan bertambah karena siswa menganggap belajar roll depan dengan menggunakan alat bantu bola lonceng merupakan pembelajaran yang menarik dan menambah wawasan serta pengalaman.

## SIMPULAN

Upaya yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan aplikasi model pembelajaran menggunakan media alat bantu bola lonceng untuk meningkatkan motivasi pembelajaran roll depan pada siswa kelas V SD

Muhammadiyah 2 Kota Tegal. Hal tersebut dapat dilihat pada kesimpulan hasil penelitian berikut ini.

- 1) Siswa terlihat tertarik, aktif dan antusias dalam mengikuti proses pembelajaran roll depan Hal ini ditunjukkan pada siklus I 89,29%, siklus II 100%,
- 2) Siswa terlihat memperhatikan pelajaran dengan serius dan terlihat aktif dalam kegiatan belajar mengajar. Hal ini ditunjukkan pada siklus I 89,29%, siklus II 100%.
- 3) Siswa yang dapat melakukan tes kemampuan gerak dasar dengan baik. Hal ini ditunjukkan pada siklus I 89,29%, siklus II 100%,.
- 4) Siswa tertarik dengan media pembelajaran menggunakan alat bantu. Hal ini ditunjukkan pada siklus I 89,29%, siklus II 100%

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra, 2003. *Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar*. Sebuah Pendekatan Pembinaan Pola Gerak Dominan. Jakarta : Direktorat Jenderal Olahraga, Depdikdas.
- Arif Sadiman, ciri-ciri media pendidikan, (Online), (<http://www.asraraspia.web.id/2012/12/ciri-ciri-media-pembelajaran.html>), diakses 25 Maret 2013.
- Dadan Heryana, Giri Verianti 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SD Kelas V*. Jakarta : PT. Adhi Aksara Abadi Indonesia.
- Deni Kurniadi, Suro Prapanca 2010. *Penjas Orkes untuk Sekolah Dasar Kelas VI*. Jakarta : PT. Adhi Aksara Abadi Indonesia.
- Deny Setiawan, dkk. 2010. *Komputer dan Media Pembelajaran*. Universitas Terbuka.
- Fattakhy, *Pengertian Analisis Data*, (Online), (<http://fattakhy.blogspot.com/2011/01/pengertian-analisis-data.html>), diakses 6 April 2013.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia, Pengertian Dokumentasi, (Online), (<http://wawan-junaidi.blogspot.com/2011/12/pengertian-dokumentasi.html>), diakses 6 April 2013.
- Kartono (1980: 142), Pengertian Observasi, (Online), (<http://definisi.org/search/pengertian->

- [observasi-menurut-para-ahli](#), diakses 6 April 2013.
- M. Zaenal Muttaqin, 2012, Skripsi PTK Model Pembelajaran Bermain Lompat Katak Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas V SDN Kertabesuki 01 Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2011/2012.
- Nazir, Pengertian Kuesioner, (Online), <http://infosetyawan.blogspot.com/2012/06/kuesioner.html>, diakses 6 April 2013.
- Riduwan ( 2006: 37), Pengertian Tes, (Online), [8/pengertian-tes-pengukuran-evaluasi-dan-assessment/](http://rohadicqbs.wordpress.com/2012/01/08/pengertian-tes-pengukuran-evaluasi-dan-assessment/), diakses 6 April 2013.
- Rencana pelaksanaan pembelajaran, KTSP, tahun 2006
- Sanjaya, hal. 24, dkk. Penelitian Tindakan Kelas, (Online), [http://id.wikipedia.org/wiki/Penelitian\\_tindakan\\_kelas](http://id.wikipedia.org/wiki/Penelitian_tindakan_kelas), diakses 25 Maret 2013.
- Trisnowati Tamat, Moekarto Mirman, 2007. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta : Universtas Terbuka.