

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR GULING DEPAN MELALUI MEDIA  
PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL PADA KELAS VIII SMP NEGERI 5  
SEMARANG TAHUN 2013****Riski Amanuloh** ✉

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

**Info Artikel***Sejarah Artikel:*

Diterima Februari 2014  
Disetujui April 2015  
Dipublikasikan Mei 2015

*Keywords:*

*audio-visual medium of  
learning; motivation to  
learn; learning outcomes*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan adalah untuk meningkatkan hasil belajar siswa melalui media audio visual pada pembelajaran senam guling depan di kelas VIII SMP Negeri 5 Semarang. Metode yang digunakan penelitian deskriptif kuantitatif dan jenis penelitian tindakan kelas yang terdiri dari empat tahapan yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes, lembar observasi, dan angket. Pada siklus I diperoleh rerata skor hasil belajar 70,2 kategori (baik) diambil dari 3 aspek kriteria penilaian yaitu psikomotor nilai rerata (71,8), afektif nilai rerata (68,5) dan kognitif nilai rerata (70,4), disimpulkan bahwa hasil belajar siswa sudah cukup baik akan tetapi perlu di tingkatkan lagi. Siklus II diperoleh rerata skor hasil belajar 85,8 kategori (baik) diambil dari 3 aspek kriteria penilaian yaitu psikomotor nilai rerata (88,3), afektif nilai rerata (85,0) dan kognitif nilai rerata (84,2), disimpulkan bahwa hasil belajar siswa sudah baik (Tuntas Semua) sesuai dg KKM yang ditetapkan yaitu (80,00). Disimpulkan terjadi peningkatan skor hasil belajar siswa. Dengan demikian pemanfaatan media pembelajaran audio visual pada pembelajaran senam guling depan dapat meningkatkan motivasi, pemahaman dan hasil belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Semarang.

***Abstract***

*The purpose of this research is to improve student learning outcomes through audio-visual media in teaching gymnastics at the front of the class bolsters SMP Negeri 5 Semarang. This study used a descriptive quantitative research methods and types of research is a class action consisting of four stages : planning , action , observation , and reflection. Data collection techniques used were tests , observation sheets and questionnaires. In the first cycle of learning outcomes obtained a mean score of 70.2 category ( good ) taken from three aspects, namely psychomotor assessment criteria a mean value ( 71.8 ) , affective a mean value ( 68.5 ) and cognitive the mean value ( 70.4 ) , the results it can be concluded that student learning outcomes are good enough but needs to be improved. While in Cycle II study results obtained mean score of 85.8 category ( good ) taken from three aspects , namely psychomotor assessment criteria with a mean value ( 88.3 ) , affective with a mean value ( 85.0 ) and cognitive with the mean value ( 84.2 ) , of the results can be concluded that student learning outcomes have been good ( Completed All) in keeping with KKM in the set , namely ( 80.00 ) . Can be summed scores increased student learning outcomes . Thus the use of audio-visual media in teaching learning gymnastics forward roll can increase motivation , comprehension and learning outcomes eighth grade students of SMP Negeri 5 Semarang .*

© 2015 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:

Gedung F2 Lantai 2 FIK Unnes  
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229  
E-mail: amanuloh@gmail.com

## PENDAHULUAN

Perkembangan pendidikan dewasa ini semakin dirasakan kemajuannya dalam menunjang pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi sekarang ini, yang menimbulkan perubahan-perubahan besar dalam bidang tata kehidupan manusia. Hal ini memberi pengaruh besar bagi negara-negara yang sedang berkembang untuk mengejar ketinggalan guna menyesuaikan dengan negara-negara lain.

Pemerintah berusaha menyempurnakan sistem pendidikan nasional guna mengimbangi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dimana pendidikan diharapkan dapat menghasilkan tenaga-tenaga yang terdidik, terlatih dan kreatif untuk dapat mengembangkan prestasinya sesuai dengan tujuan pendidikan. Salah satu upaya dan kebijakan pemerintah untuk mencapai tujuan pendidikan, diantaranya wajib belajar 9 tahun, peningkatan mutu pendidikan guru-guru yang dimaksud sebagai usaha dalam peningkatan kualitas guru dan potensi belajar siswa dalam mencerdaskan kehidupan bangsa.

Suatu kegiatan belajar mengajar akan lebih baik bila ditunjang oleh kemampuan guru dalam menciptakan suatu interaksi yang dinamis yang mengacu pada pencapaian instruksional khusus merupakan salah satu kriteria keberhasilan dalam proses pembelajaran.

Guru dalam proses pembelajaran harus mampu merencanakan, menetapkan tujuan, mempersiapkan materi, memilih metode dan alat bantu yang tepat dalam proses pembelajaran agar proses pembelajaran berjalan efektif, serta tercapainya tujuan pembelajaran.

Ukuran keberhasilan siswa, disatu pihak membantu guru untuk dapat memahami seberapa jauh pencapaian tujuan, tetapi kesulitan lainnya adalah ukuran itu berlaku secara merata bagi setiap siswa. Padahal seperti diketahui bahwa para siswa bersifat spesifik sesuai dengan kemampuannya masing-masing bahkan penetapan tujuan dan ukuran keberhasilan yang terlampaui sukar dapat mengakibatkan kesan para siswa gagal ketika

menyelesaikan tugas-tugas ajar tersebut. Maka tidak heran apabila dalam pemberian pembelajaran senam lantai para siswa dituntut untuk mampu melakukan gerakan tersebut dengan baik seperti pada kompetensi dasar yang ada yaitu (1) mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerja sama, disiplin, keberanian, dan keselamatan, dan (2) mempraktikkan beberapa rangkaian senam lantai, serta nilai keberanian, kedisiplinan, keluwesan dan estetika. Depdiknas (2005:13).

Senam yang dikenal dalam bahasa Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris *Gymnastics*, atau Belanda *Gymnastiek*. *Gymnastics* sendiri dalam bahasa aslinya merupakan serapan kata dari bahasa Yunani, *gymnos* yang berarti telanjang (Agus Mahendra, 2000:7-8). Pembelajaran senam lantai yang sering diajarkan di sekolah adalah guling depan (*Forward roll*), guling belakang (*backward roll*), gerakan lenting, sikap kayang, sikap lilin, berdiri tangan (*handstand*), dan berdiri kepala (*kopstand*).

Dalam hal ini peneliti mengambil satu pokok bahasan saja yaitu guling depan (*Forward roll*), menurut peneliti siswa masih banyak belum menguasai guling depan dengan baik. Untuk itu peneliti tertarik untuk mengambil materi ini dengan menggunakan media pembelajaran audio visual di kelas VIII SMP Negeri 5 Semarang. Media pembelajaran audio visual ini belum pernah diberikan pada saat pembelajaran senam khususnya pada materi guling depan. Selama ini peneliti mengajarkan pembelajaran guling depan dengan metode komando atau metode demonstrasi sehingga siswa kurang terbantu dalam memahami setiap gerakan *Forward roll* (guling depan).

Salah satu media yang dapat menampilkan gambar bergerak adalah media video. Video yang dapat menghasilkan tayangan gambar bergerak sekaligus menghasilkan suara sehingga diklasifikasikan pula sebagai media audio-visual. Lebih dari itu, tayangan dengan video dapat menampilkan format pembesaran gambar atau zoom, dapat mengendalikan

penayangan seperti mempercepat, memperlambat, memperbesar, menghentikan tayangan, atau mengulang-ulang tayangan yang dianggap perlu. Hal ini menjadikan media video sebagai pilihan alat bantu yang efektif serta dapat meningkatkan pemahaman belajar siswa dalam proses belajar mengajar.

Berdasarkan hal tersebut diatas, peneliti ingin mengetahui bagaimana Peningkatan Hasil Belajar Guling Depan Melalui Media Pembelajaran Audio Visual Pada Kelas Viii Smp Negeri 5 Semarang Tahun 2013

## METODE

Kemmis dan Mc. Taggart (1988) PTK adalah suatu bentuk refleksi diri kolektif yang dilakukan oleh peserta-pesertanya dalam situasi sosial untuk meningkatkan penalaran dan keadilan praktik-praktik itu dan terhadap situasi tempat dilakukan praktik-praktik tersebut. Penelitian tindakan kelas menurut Kemmis dan Mc. Taggart ini terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi.

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) didefinisikan sebagai suatu penelitian tindakan (*action research*) yang dilakukan oleh guru yang sekaligus sebagai peneliti di kelasnya atau bersama-sama dengan orang lain (kolaborasi) dengan jalan merancang, melaksanakan, dan merefleksikan tindakan secara kolaboratif dan partisipatif yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan mutu (kualitas) proses pembelajaran di kelasnya melalui tindakan (*treatment*) tertentu didalam suatu siklus (Kunandar, 2008: 45). Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 5 Semarang Kelas VIII C yang berjumlah 25 siswa tahun ajaran 2013/2014. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes, lembar observasi, dan angket.

Untuk mengumpulkan data, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, yaitu: (1) Uji Keterampilan, untuk mengetahui kemampuan siswa secara psikomotor. Terdiri dari 4 aspek penilaian pada siklus pertama, dan 4 aspek penilaian pada

siklus kedua. (2) Tes Tertulis, untuk mengetahui kemampuan siswa secara kognitif (pemahaman konsep gerak). Terdiri dari 1 soal pada siklus pertama, dan 1 soal pada siklus kedua. (3) Lembar penilaian Afektif, untuk mengetahui sikap siswa selama proses pembelajaran, lembar ini digunakan peneliti untuk menilai siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Lembar penilaian ini terdiri dari 4 aspek/kriteria penilaian afektif siswa. (4) Lembar Observasi Guru, untuk memperoleh data tentang kemampuan guru (peneliti) dan keefektifan media pembelajaran proses pembelajaran (KBM). (5) Angket Siswa, untuk memperoleh data mengenai respon siswa tentang penggunaan media audio visual pada materi guling depan. Dari beberapa data yang telah dikumpulkan melalui teknik pengumpulan data, maka data tersebut diolah sehingga menjadi data sebenarnya dengan pengolahan melalui analisis data.

Analisis data yang digunakan adalah analisis kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif yaitu mendeskripsikan data-data yang terkumpul secara verbal. Sedangkan analisis kuantitatif yaitu menganalisis data dengan menggunakan rumus-rumus.

Dengan telah dilaksanakan pembelajaran yang menggunakan media audio visual, rangkaian gerakan guling depan kemudian di ujikan kepada siswa dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar. Batas ketercapaian hasil belajar siswa didasarkan pada KKM yang terdapat di sekolah, yaitu 80. Siswa yang memperoleh nilai diatas 80 dinyatakan lulus. Kriteria kelas dinyatakan tuntas belajar jika 100% hasil belajar siswa melebihi batas KKM dan rata-rata kelas mencapai 80% yang telah ditentukan.

Data yang diperoleh dari hasil tes kemudian diolah dan dihitung melalui penyekoran dan menilai setiap siswa dan menghitung rata-rata kelas. Untuk menghitung rata-rata kelas adalah :

$$\text{Rata-rata} = \frac{\sum X}{N}$$

( $\sum X$  = Jumlah seluruh nilai siswa, N= Banyaknya Siswa (Sumber: Arikunto: 2009))

Kemudian mencari ketuntasan belajar siswa dengan rumus sebagai berikut:

Menghitung ketuntasan belajar:

$TB = \frac{\sum N}{N} \times 100\%$  (TB= Ketuntasan Belajar Siswa (%),  $\sum N$  = Jumlah siswa yang mendapat nilai di atas KKM, N= Jumlah Siswa)

Untuk mengetahui sejauh mana peningkatan hasil belajar siswa, maka dilakukan dengan cara perhitungan seperti dibawah ini:  
Presentasi Peningkatan

$= \frac{(\text{Jumlah Siswa yang Tuntas (siklus selanjutnya-siklus sebelumnya)} / (\text{Jumlah Siswa})) \times 100\%$

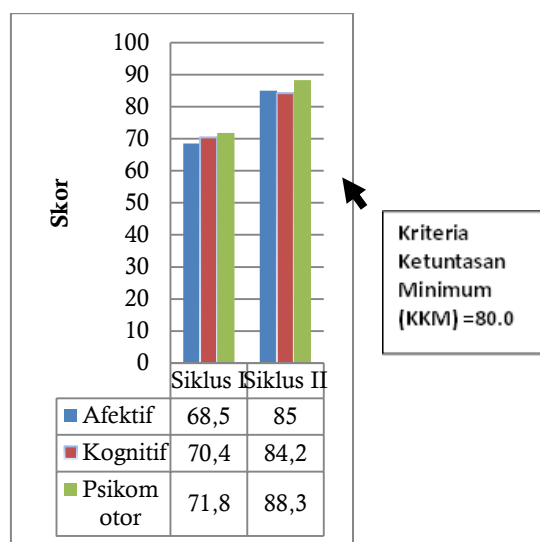
### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada siklus I diperoleh rerata skor hasil belajar sebesar 70,2 kategori (baik) yang diambil dari 3 aspek kriteria penilaian yaitu psikomotor dengan nilai rerata (71,8), afektif dengan nilai rerata (68,5) dan kognitif dengan nilai rerata (70,4), dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa sudah cukup baik akan tetapi perlu di tingkatkan lagi karena batas minimal KKM yang di tetapkan oleh SMP N 5 Semarang adalah 8,00 maka 6 siswa dinyatakan tuntas dan 19 siswa dinyatakan belum tuntas.

Sedangkan pada Siklus II diperoleh rerata skor hasil belajar sebesar 85,8 kategori (baik) yang diambil dari 3 aspek kriteria penilaian yaitu psikomotor dengan nilai rerata (88,3), afektif dengan nilai rerata (85,0) dan kognitif dengan nilai rerata (84,2), dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa sudah baik (Tuntas Semua) sesuai dg KKM yang di tetapkan yaitu (80,00).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran dengan menggunakan pemanfaatan media pembelajaran audio visual pada siklus I dan siklus II dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa. Hal tersebut sejalan dengan pengujian yang menunjukkan perbedaan yang signifikan antara sebelum intervensi tindakan dilakukan dan setelah dilakukan berbagai desain-desain tindakan dalam pembelajaran.

Setelah kegiatan pembelajaran dengan menggunakan media pembelajaran audio visual pada mata pelajaran penjasorkes materi guling depan, hasil belajar siswa mengalami peningkatan siklus II yakni sebesar 15,6%. Hal ini menunjukkan pemanfaatan media pembelajaran audio visual dapat meningkatkan pemahaman dan hasil belajar siswa.



Grafik.1 Hasil Belajar Siswa

Terdapat peningkatan hasil belajar siswa pada materi guling depan yang terjadi pada siklus I ke siklus II. Hal ini dapat dilihat dari hasil belajar siswa dari yang sebelumnya siklus I hanya 24% siswa yang mencapai KKM meningkat menjadi 100% siswa mencapai KKM pada siklus yang ke II.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan pada penelitian ini adalah

Setelah kegiatan pembelajaran dengan menggunakan media pembelajaran audio visual pada mata pelajaran penjasorkes materi guling depan, hasil belajar siswa mengalami peningkatan siklus II yakni sebesar 15,1%. Hal ini menunjukkan pemanfaatan media pembelajaran audio visual dapat meningkatkan pemahaman belajar siswa.

Terdapat peningkatan hasil belajar siswa pada materi guling depan yang terjadi pada

siklus I ke siklus II. Hal ini dapat dilihat dari hasil belajar siswa 100% siswa mencapai KKM. Hal ini menunjukkan pemanfaatan media konsep gerak yang lebih detail dan konkret sehingga siswa mudah untuk memahami setiap gerakan guling depan yang pada akhirnya dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

Terdapat pengaruh pemahaman belajar terhadap hasil belajar siswa. Yakni semakin tinggi pemahaman belajar siswa semakin tinggi hasil belajarnya, begitupun sebaliknya. Hal ini dapat dilihat dari siklus I dan II bahwa hasil siklus I yang motivasinya rendah hasil belajar siswanya hanya mencapai KKM 24%, dan hasil belajar siswa pada siklus II yang motivasinya tinggi hasil belajarnya mencapai KKM sebesar 100%.

pembelajaran audio visual pada pembelajaran senam guling depan memperikan pemahaman

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra. 2000. *Senam*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Kemmis, S & McTaggart, R. 1998. *The Action Research Planner*, Third Edition. Victoria: Deakin University.
- Suharsimi Arikunto. 2009. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Kunandar. 2010. *Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Guru*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang SISDIKNAS, tersedia di <http://balitbang.depdiknas.go.id>, diunduh tanggal 22 juni 2010, h.4.