

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar dengan Menggunakan Metode Bermain dalam Pembelajaran Guling Depan Senam Artistik pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR DENGAN MENGGUNAKAN METODE BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN GULING DEPAN SENAM ARTISTIK PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 1 JUNGKE KARANGANYAR TAHUN 2017

**Oleh : Yudi Karisma Sari
Dwi Retno Sari**

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar dengan menggunakan sistem metode bermain dalam memberikan pembelajaran guling depan (roll depan) pada cabang olahraga senam artistik siswa kelas IV SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017. Penggunaan metode dalam penelitian ini yaitu dengan Metode Penelitian Tindakan Kelas, yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan – tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan meningkatkan pembelajaran di kelas. Pada Penelitian Tindakan Kelas ini terdapat tahapan dalam sebuah proses siklus yang terdiri dari empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017, dengan jumlah 28 siswa. Teknik pengumpulan data pada penelitian menggunakan tes formatif dan melalui observasi. Teknik analisis data yang digunakan dengan cara deskriptif komparatif.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan hasil pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan modifikasi ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata siswa. Nilai rata-rata siswa pada tahap awal sebesar 50 dengan persentase ketuntasan sebesar 21,43%. Pada tahap tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu 66,79 dan persentase ketuntasan sebesar 50%. Pada tahap selanjutnya yaitu siklus II nilai rata-rata kemampuan melakukan guling depan pada siswa mengalami peningkatan sebesar 79,29 dengan persentase ketuntasan sebesar 100%.

Kata Kunci : *Hasil Belajar, Metode Bermain, Guling Depan,, Senam Artistik*

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar dengan Menggunakan Metode Bermain dalam Pembelajaran Guling Depan Senam Artistik pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR DENGAN MENGGUNAKAN
METODE BERMAIN DALAM PEMBELAJARAN GULING DEPAN SENAM
ARTISTIK PADA SISWA KELAS III SD NEGERI 1 JUNGKE
KARANGANYAR TAHUN 2017**

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan investasi manusia yang tidak dapat dibeli. Pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Pendidikan dapat mempengaruhi perkembangan manusia dalam seluruh aspek kepribadian dan kehidupannya. Hal ini sesuai dengan isi Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 1 yang menyatakan bahwa : “Pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan bagi peranannya di masa yang akan datang”. Pendidikan bukan hanya sebagai sarana untuk menyiapkan individu bagi kehidupannya di masa depan, tetapi juga untuk kehidupan anak masa sekarang yang sedang mengalami perkembangan menuju ke tingkat kedewasaan. Pendidikan berupaya menciptakan kondisi yang kondusif bagi perkembangan anak agar mampu berkembang secara optimal. Pada proses pendidikan, anak aktif mengembangkan diri dan guru aktif membantu menciptakan kemudahan untuk perkembangan yang optimal tersebut.

Pendidikan anak sangat penting dan perlu diperhatikan secara serius, karena pendidikan anak merupakan tonggak atau fondasi di masa mendatang. Pendidikan yang diterapkan dengan benar akan mengembangkan anak dengan baik, sebaiknya apabila pendidikan diterapkan tidak sesuai dengan perkembangan anak, maka anak akan mengalami kesulitan belajar. Salah satu faktor penunjang pendidikan dan membantu anak dalam pertumbuhan dan perkembangannya adalah pendidik. Seorang pendidik perlu memahami tentang kondisi belajar siswa, mengorganisasikan konsep, dan proses pembelajaran yang dapat mengembangkan kemampuan dan membentuk

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

watak siswa. Kondisi belajar adalah suatu yang diharapkan terjadi pada diri anak, berupa perubahan perilaku dalam aspek cipta, rasa, dan karya yang berlandaskan dan bermuatan nilai-nilai kemanusiaan dan agama yang dianut. Sekolah Dasar merupakan bagian dari sistem pendidikan, yang merupakan bagian terpadu dari sistem pendidikan nasional. Hal tersebut sesuai dengan tujuan pendidikan Sekolah Dasar yang senantiasa dikaitkan dengan pendidikan wajib 9 tahun. Sekolah Dasar bertujuan untuk mengembangkan kemampuan dasar siswa secara optimal dalam aspek intelektual, sosial, personal yang terintegrasi, dan sesuai dengan karakteristik perkembangannya.

Salah satu cara untuk mengoptimalkan perkembangan kemampuan dasar peserta didik adalah dengan pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas jasmani. Dengan berpartisipasi dalam aktivitas fisik, peserta didik dapat menguasai keterampilan dan pengetahuan, mengembangkan apresiasi estetis, mengembangkan keterampilan generik serta nilai dan sikap yang positif dan memperbaiki kondisi fisik. Pendidikan jasmani diajarkan kepada siswa secara teori maupun praktik. Bennet, Howell, dan Simri dalam Samsudin (2008: 7) mengatakan bahwa ruang lingkup pendidikan jasmani di Sekolah Dasar kelas IV meliputi beberapa hal diantaranya adalah : 1) Gerak dasar yang meliputi jalan, lari, lompat/loncat, menendang, menarik, mendorong, menangkap, memukul, mengguling (*roll*), keseimbangan, dan bergulir; 2) Permainan (*games*) dengan organisasi rendah; 3) Aktivitas-aktivitas berirama, tari-tarian rakyat (*folk dance*), bernyanyi, dan permainan musik (*musical games*); dan dasar-dasar keterampilan untuk berbagai cabang olahraga dan *games*. Salah satu ruang lingkup tersebut di atas adalah gerak dasar dengan salah satu cakupannya adalah mengguling (*roll*).

Mengguling (*roll*) yang dipelajari di Sekolah Dasar diantaranya adalah guling depan (*forward roll*) dan guling belakang (*back roll*). Salah satu materi yang diajarkan di kelas IV (empat) adalah senam lantai guling depan. Senam lantai guling

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

depan dituangkan dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) yang terdapat dalam Standar Kompetensi (SK) dan dijabarkan dalam Kompetensi Dasar (KD), yakni : Standar Kompetensi (SK) di kelas IV (empat) adalah mempraktikkan berbagai bentuk latihan senam lantai yang lebih kompleks dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Sedangkan Kompetensi Dasar (KD) di kelas IV (empat) adalah mempraktikkan kombinasi gerak senam lantai tanpa alat dengan memperhatikan faktor keselamatan, dan nilai disiplin serta keberanian, mempraktikkan kombinasi gerak dasar senam lantai dengan alat dengan memperhatikan faktor keselamatan, dan nilai disiplin serta keberanian(Samsudin, 2008: 101).

Dari Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar tersebut di atas, siswa kelas IV diperkenalkan tentang senam lantai guling depan beserta nilai yang terkandung didalamnya. Salah satunya nilai yang terkandung di dalamnya adalah keaktifan dalam pembelajaran. Menurut Sriyono, (1992: 77-78) dikatakan bahwa keaktifan adalah kondisi siswa yang selalu mengikuti apa yang ada dalam pembelajaran dan selalu berusaha melakukannya dengan baik dan benar. Dikatakan lebih lanjut bahwa keaktifan berupa keaktifan dalam gerak dan pemikiran yang dinilai dari awal pembelajaran dimulai sampai dengan akhir pembelajaran berakhir. Dengan adanya keaktifan dalam pembelajaran senamlantai guling depan, guru dan siswa otomatis akan menjadi senang dan pembelajaran berlangsung dengan tidak membosankan. Siswa SD Negeri 1 Jungke Karanganyar kelas IV kurang memperhatikan, kurang kerjasama, dan kurang berdisiplin dalam mengikuti pembelajaran senam guling depan. Selain itu juga, suasana dalam proses pembelajaran senam dari waktu kewaktu cenderung sama dan penyampaiannya langsung pada materi pokok guling depan tanpa menggunakan variasi/inovasi dalam pembelajaran. Inovasi pembelajaran tersebut dapat dilakukan dengan menggunakan salah satu metode pembelajaran yang ada. Metode yang ada dalam pembelajaran pendidikan jasmani, diantaranya adalah metode bimbingan, latihan (berpangkal),kooperatif, sesama teman, pelajaran sendiri, beregu interaktif, refleksi dan progresif. Pembelajaran interaktif dapat dilakukan

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

dengan menggunakan pendekatan bermain (Samsudin, 2008: 101). Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan konsentrasi dan perhatian siswa, dan kedisiplinan siswa dalam pembelajaran senam lantai guling depan sehingga dapat meningkatkan keaktifan siswa. Melalui pendekatan ini juga diharapkan siswa mempunyai rasa senang dan gembira terhadap pembelajaran senam lantai guling depan. Permasalahan tersebut diduga menjadi penyebab mengapa keaktifan siswa dalam pembelajaran senam lantai guling depan masih kurang aktif. Dengan kata lain, kondisi tersebut menyatakan bahwa peran aktif atau partisipasi siswa baik secara jasmani maupun rohani dalam mengikuti pembelajaran senam lantai guling depan sangatlah kurang.

Siswa dipengaruhi oleh emosi dan usia siswa. Siswa setingkat Sekolah Dasar (SD) merupakan anak usia 7-12 tahun dan memerlukan masa tenang atau masa latent. Apa yang telah terjadi dan dipupuk pada masa-masa sebelumnya akan terus berlangsung untuk masa-masa berikutnya. Tahapan usia ini disebut juga sebagai usia kelompok (*gang age*) di keluarga, berkerjasama antar teman, dan bersikap sportif terhadap kerja dan belajar (Pat Hollingsworth dan Gina Lewis, 2008: 10). Berdasarkan permasalahan di atas, maka peneliti berupaya untuk meningkatkan keaktifan siswa dalam pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan bermain bagi siswa kelas IV pada siswa SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Bagaimanakah pendekatan bermain dapat meningkatkan keaktifan dalam senam lantai guling depan pada siswa kelas IV siswa SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017?

C. Pembahasan Masalah

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

1. Hasil Belajar

Keberhasilan dalam suatu proses belajar mengajar dapat dilihat dari hasil belajar siswa yang berupa nilai atau dapat ditentukan dengan melihat keaktifan siswa selama mengikuti proses belajar mengajar. Keaktifannya bukan sekedar aktif atau ramai, namun demikian keaktifan yang berkualitas, ditandai dengan banyaknya respon dari siswa, banyaknya pertanyaan atau jawaban seputar materi yang dipelajari atau ide yang muncul yang berhubungan dengan konsep materi yang dipelajari (Oemar Hamalik, 2003: 12). Menurut Sriyono (1992: 75), keaktifan adalah kondisi dimana pada saat guru mengajar, guru mampu dan mengusahakan agar murid-muridnya aktif. Dikatakan lebih lanjut bahwa keaktifan dibagi menjadi 2 macam, yaitu :

a. Keaktifan jasmani

Meliputi keaktifan indera, dimana siswa harus dirangsang agar dapat menggunakan alat inderanya sebaik mungkin dan aktif.

b. Keaktifan rohani

c. Keaktifan akal, dimana siswa mampu memecahkan masalah yang dihadapi

d. Keaktifan ingatan, dimana siswa mampu mengingat apa yang telah diinformasikan oleh guru

e. Keaktifan emosinya, dimana siswa hendaknya mencintai Pelajarannya

Seseorang terlibat terus menerus, baik mental maupun fisik dalam suatu kegiatan yang sedang dijalani (Pat Hollingsworth dan Gina Lewis, 2008: 4).

Jadi dapat disimpulkan bahwa keaktifan merupakan kondisi siswa yang selalu mengikuti apa yang ada dalam pembelajaran dan selalu berusaha melakukannya dengan baik dan benar. Keaktifan dinilai dari awal pembelajaran dimulai sampai dengan akhir pembelajaran berakhir. Keberhasilan dari ketuntasan suatu pembelajaran tergantung kepada keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran. Menurut YL. Sukestiyarno dalam Supri Hartanto (2011 : 2), keaktifan siswa ini dapat dilihat dari beberapa aspek/Indikator diantaranya :

a. Perhatian siswa terhadap penjelasan guru

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

- b. Kerjasamanya dalam kelompok
- c. Kemampuan siswa mengemukakan pendapat dalam kelompok ahli
- d. Kemampuan siswa mengemukakan pendapat dalam kelompok asal
- e. Memberi kesempatan berpendapat kepada teman dalam kelompok
- f. Mendengarkan dengan baik ketika teman berpendapat
- g. Memberi gagasan yang cemerlang;
- h. Membuat perencanaan dan pembagian kerja yang matang;
- i. Keputusan berdasarkan pertimbangan anggota yang lain;
- j. Memanfaatkan potensi anggota kelompok;
- k. Saling membantu dan menyelesaikan masalah.

2. Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Pembelajaran adalah suatu kegiatan yang melibatkan seseorang dalam upaya memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai positif dengan memanfaatkan berbagai sumber untuk belajar (Rudi Susilana dan Cepi Riyana, 2011 : 1). Udin S. Winataputra (2007: 18) mengatakan bahwa pembelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengorganisasi, memfasilitasi, dan meningkatkan intensitas dan kualitas belajar pada diri peserta didik. Sedangkan menurut Sumiati dan Asra (2011: 3), pembelajaran merupakan suatu proses yang kompleks (rumit), namun dengan maksud yang sama yaitu memberikan pengalaman belajar kepada siswa sesuai dengan tujuan yang akan dicapai sebenarnya. Pembelajaran yang terdapat dalam kurikulum 2006, salah satunya adalah mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Mata pelajaran ini telah diberlakukan dari tingkat SD, SMP, dan SMA. Menurut Samsudin (2008: 1), pendidikan jasmani adalah usaha atau kegiatan yang mengarah pada pengembangan organ-organ tubuh manusia (body building), kesegaran jasmani (physical fitness), kegiatan fisik (physical activities), dan pengembangan keterampilan (skill development).

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

3. Ruang Lingkup Mata Pelajaran Penjasorkes

Didalam KTSP tahun 2006 disebutkan bahwa ruang lingkup mata pelajaran penjasorkes terbagi menjadi 5 aspek. Hal ini dituangkan lagi dalam Depdiknas (2003: 11-12), menyebutkan bahwa ruang lingkup mata pelajaran penjasorkes meliputi :

- a. Permainan dan Olahraga
- b. Aktivitas Pengembangan
- c. Aktivitas Senam
- d. Aktivitas Ritmik
- e. Aktivitas Air
- f. Aktivitas Luar Sekolah

4. Senam Artistik

Menurut FIG (*Federation Internationale de Gymnastique*), senam dibagi menjadi enam kelompok, yaitu senam artistik senam ritmik sportif, senam akrobatik, senam aerobik sport, senam trampolin, senam umum (Agus Mahendra, 2001:11). Senam artistik adalah senam yang sering dipertandingkan yang gerakannya disusun dari masing-masing alat dan telah ditetapkan sesuai pertandingan berlaku. Contohnya senam rantai, kuda pelana, palang sejajar, palang tunggal, palang bertingkat, dan lain sebagainya.

Senam yang dikenal dalam bahasa Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga, merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris "*Gymnastics*" atau bahasa Belanda "*Gymnastiek*". *Gymnastics* merupakan serapan dari bahasa Yunani, yaitu *Gymnos* yang artinya telanjang atau gymnasium yang artinya tempat latihan senam (Agus Mahendra, 2001: 1). Namun demikian Hendra Agusta (2009:4) berpendapat bahwa senam adalah suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual.

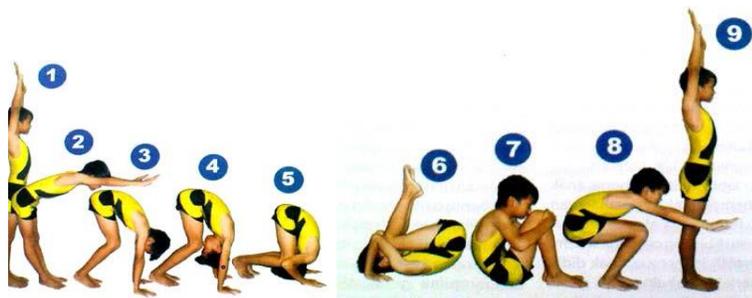
Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

a. Senam Lantai

Salah satu materi senam dalam pendidikan jasmani di SD adalah senam lantai. Wuryati Soekarno (1986: 110) menyatakan bahwa senam lantai merupakan gerakan atau bentuk latihannya dilakukan di atas lantai dengan beralaskan matras atau permandani sebagai alat yang dipergunakan.

c. Guling Depan (*forward roll*)

Materi senam di kelas IV adalah gerak dasar mengguling seperti guling depan. Menurut Satrio Ahmad Y (2007: 14), guling depan (*forward roll*) merupakan bagian dasar senam artistik yang gerakannya bertumpuk kedua telapak tangan disamping telinga siku bengkak dan kedua kaki lurus hingga posisi pinggul lebih tinggi dari bahu. Sedangkan John dan Mary Jean Traetta (2008: 11), guling depan adalah berguling ke depan atas bagian belakang badan (tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul bagian atas). Dari kedua pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa senam lantai guling depan adalah senam artistik yang gerakannya bertumpuk kedua telapak tangan disamping telinga siku bengkak dan kedua kaki lurus hingga posisi pinggul lebih tinggi dari bahu sehingga badan berguling ke depan seperti punggung, pinggang, dan panggul bagian atas. Gerakan senam lantai terdiri 3 langkah yaitu 1) sikap awal; 2) gerakan mengguling; dan 3) sikap akhir (Biasworo Adisuyanto, 2009: 79). Ada pun tahapan dari rangkaian senam lantai guling depan dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

Gambar 1. Tahapan dalam Senam Lantai Guling Depan (Biasworo Adisuyatno ,2009: 78)

- a. Sikap Awal : Berdiri tegak dengan kedua tangan diangkat ke atas. Kedua lutut dan kedua siku dalam posisi lurus. Telapak tangan dibuka dan seluruh jari posisi rapat (gambar 1 posisi 1). Kedua tangan diturunkan secara perlahan seiring dengan turunnya kepala, pandangan mata mengikuti telapak tangan. Saat menurunkan kedua tangan dan kepala, sikap dada membusung dan punggung tidak membungkuk. Sedangkan posisi kedua siku dan kedua lutut kaki tetap dalam keadaan lurus (gambar 1 posisi 2). Telapak tangan menyentuh dasar lantai, tekuk lutut secara perlahan(gambar 1 posisi 3).
- b. Gerakan Mengguling : Kepala dimasukkan antara 2 tangan, dagu berimpit dengan dada, dan posisi kedua siku masih tetap lurus (gambar 1 posisi 4), Kedua lutut kaki dan kedua siku ditekuk bersama-sama, hingga tengkuk menempel dasar lantai (gambar 1 posisi 5), Kedua kaki sedikit mendorong dasar lantai, secara otomatis tubuh akan mengguling ke depan. Pada saat kondisi ini, posisi dagu tetap menempel dada dan lutut betul-betul ditekuk. Sedangkan punggung harus melengkung. Saat berguling, mulai dari tengkuk, punggung, sampai dengan pinggul harus berurutan secara bergantian (gambar 1 posisi 6). Punggung menyentuh dasar lantai, secara cepat posisi kedua tangan memegang lutut sampai dengan pinggul menyentuh dasar lantai. Pada posisi ini, kepala, punggung sampai dengan pinggul dalam posisi melengkung segaris (gambar 1 posisi 7).
- c. Sikap Akhir : Telapak kaki menekan ke bawah dan berguling berakibat badan sedikit doyong ke depan. Posisi kedua kaki ditekan. Posisi kedua tangan segera diluruskan, dan arah pandangan ke telapak tangan (gambar 1 posisi 8). Berdiri ke sikap awal, posisi berdiri tegak kedua tangan diangkat ke atas.Pada posisi ini, kedua lutut dan kedua siku dalam posisi lurus. Telapak tangan dibuka dan seluruh jari posisi rapat (gambar 1 posisi 9).

5. Bermain

a. Hakikat Bermain

Salah satu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang adalah bermain. Menurut Conny R. Semiawan (2008: 20), bermain adalah suatu aktivitas yang dilakukan oleh seseorang yang serius namun mengasyikan dan menyenangkan. Conny R. Semiawan juga mengatakan bahwa bermain merupakan medium, dimana seseorang mencobakan diri, bukan hanya dalam fantasinya saja namun juga benar nyata secara aktif. Dari uraian pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa bermain suatu aktivitas yang dilakukan oleh seseorang khususnya anak-anak yang mengasyikan dan menyenangkan, dilakukan secara spontan, dan biasanya tanpa tujuan tertentu. Bermain tidak terbatas oleh umur dan status sosial. Bermain merupakan modal utama untuk menimbulkan situasi yang menyenangkan dalam melaksanakan kegiatan dan bersosialisasi dengan yang lain.

b. Karakteristik Siswa Kelas IV SD

Pembelajaran merupakan proses yang kompleks dan melibatkan bermacam unsur. Pada pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar, pendidik seyogyanya memahami tentang karakteristik pertumbuhan dan perkembangan anak usia sekolah dasar, prinsip – prinsip atau teori belajar gerak, materi yang akan diajarkan, metode atau pendekatan. Suatu kegiatan pembelajaran memiliki proses yang kompleks dan melibatkan beberapa faktor pendukung, salah satunya adalah faktor usia. Dalam hal ini, siswa antara 6 – 13 tahun disebut masa usia sekolah dasar. Hal ini disebabkan karena pada usia tersebut anak-anak biasanya masih duduk dibangku sekolah dasar.

D. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017. Peneliti bersama kolaborator melakukan observasi terhadap proses pembelajaran

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

Penjasorkes dalam upaya meningkatkan pembelajaran guling depan melalui model permainan, yang dilakukan dalam satu siklus. Proses pembelajaran dalam satu siklus itu dilaksanakan dalam dua kali pertemuan. Dalam pertemuan terakhir dilaksanakan evaluasi proses pembelajaran dalam bentuk tes keterampilan guling depan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar siswa.

Berdasarkan tes uji kompetensi dasar senam pada materi senam lantai guling depan, ternyata hasilnya masih kurang memuaskan, padahal guru sudah berusaha semaksimal mungkin agar siswa memahami. Hasil belajar dari Indikator keaktifandidapat hasil rerata skor sebesar 89. Penilaian guling depan diperoleh dari hasil nilai tertinggi siswa adalah 80 dan nilai terendah 40. Sedangkan siswa yang “tidak tuntas” sebanyak 22 siswa (78,57%) dari jumlah seluruhnya 28 siswa. Sehingga disimpulkan bahwa nilai siswa kelas IV dalam pembelajaran senam lantai materi guling depan masih belum sesuai dengan indikator keberhasilan belajar siswa. Indikator keberhasilan pembelajaran siswa yang diterapkan di SD Negeri 1 Jungke Karanganyar adalah minimal sebesar 75% dari total siswa dalam satu kelas telah mencapai kriteria “tuntas”. Oleh karena itu peneliti meminta bantuan teman sejawat untuk bersama – samamengidentifikasi kekurangan pembelajaran pada mata pelajaran Penjasorkes yang telah dilaksanakan. Sehingga peneliti dan kolaborator menggunakan pendekatan bermain sebagai alat bantu pembelajaran guling depan.

a. Siklus I

Aspek yang diukur	Jumlah siswa yang lulus	Nilai Rata - rata	Presentase kelulusan
Siklus I	14	66,79	50%

Berdasarkan hasil tes siklus I diperoleh nilai rata-rata sebesar 66,79. Jumlah siswa yang mencapai KKM hanya sebanyak 14 siswa (50%) dan siswa yang belum mencapai KKM sebanyak 14 siswa (50%). Hasil belajar guling depan menunjukkan

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

masih ada beberapa siswa yang masih mengalami kesulitan terutama dalam melakukan gerakan mengguling dan gerakan lanjutan. Karena pada siklus I siswa belum memenuhi ketercapaian KKM, yaitu sebesar 75% (20 siswa) siswa yang tuntas, maka penelitian dilanjutkan pada siklus II.

b. Siklus II

Aspek yang diukur	Jumlah siswa yang lulus	Nilai Rata - rata	Presentase kelulusan
Siklus II	28	79,29%	100%

Berdasarkan hasil tes siklus II diperoleh nilai rata-rata sebesar 79,29. Jumlah siswa yang mencapai KKM hanya sebanyak 28 siswa (100%). Berdasarkan hasil tersebut, siswa sudah memenuhi ketercapaian KKM, yaitu sebesar 75% (28 siswa) siswa yang tuntas, maka penelitian dianggap berhasil.

c. Peningkatan Hasil Siklus I dan Siklus II

Aspek yang diukur	Jumlah siswa yang lulus	Nilai rata - rata	Presentase kelulusan
Siklus I	14	66,79%	50%
Siklus II	28	79,29%	100%

Peningkatan hasil pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan pada siswa kelas IVSD Negeri 1 Jungke Karanganyar ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata siswa. Nilai rata-rata siswa pada kondisi awal sebesar 55 dengan persentase ketuntasan sebesar 21,43%. Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu sebesar 66,79 dan persentase ketuntasan sebesar 50%. Namun, peningkatan tersebut masih belum mencapai target yang ditetapkan sebelumnya. Kemudian setelah melanjutkan ke siklus II nilai rata-rata

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar dengan Menggunakan Metode Bermain dalam Pembelajaran Guling Depan Senam Artistik pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

kemampuan guling depan siswa kembali mengalami peningkatan sebesar 79,29 dengan persentase ketuntasan sebesar 100%. Hal tersebut menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II. Proses pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Jungke Karanganyar berlangsung dinamis dan menyenangkan, serta karakter siswa dari tanggung jawab, percaya diri, kompetitif, dan semangat juga meningkat di setiap pertemuan. Peserta didik aktif melaksanakan tugas dan mengamati gerakan guling depan dan saling diskusi dengan teman. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penelitian berakhir pada siklus II.

E. Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian tindakan kelas dengan dua siklus dan dilakukan analisis dapat disimpulkan bahwa peningkatan hasil pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan modifikasi ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata siswa. Nilai rata-rata siswa pada kondisi awal sebesar 50 dengan persentase ketuntasan sebesar 21,43%. Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu sebesar 66,79 dan persentase ketuntasan sebesar 50%. Namun, peningkatan tersebut masih belum mencapai target yang ditetapkan sebelumnya. Kemudian setelah melanjutkan ke siklus II nilai rata-rata kemampuan senam lantai guling depan siswa kembali mengalami peningkatan sebesar 79,29 dengan persentase ketuntasan sebesar 100%. Hal tersebut menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II. Proses pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan modifikasi berlangsung dinamis dan menyenangkan dan hasil pengamatan terhadap guru saat pembelajaran juga meningkat di setiap pertemuan.

DAFTAR PUSTAKA

Jurnal Ilmiah SPIRIT, ISSN; 1411-8319 Vol. 18 No. 1 Tahun 2018

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar dengan Menggunakan Metode Bermain dalam Pembelajaran Guling Depan Senam Artistik pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

Agus Mahendra. (2001). *Senam*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional.

B.E.F. Montohalu. (2008). *Belajar dan Bermain*. Jakarta : PT. Indeks.

Biasworo Adisuyatno. (2009). *Cerdas dan Bugar dengan Senam Lantai*. Jakarta. PT. Grasindo.

BSNP. (2007). *Pedoman Penyusunan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) di Sekolah Dasar*. Jakarta : Depdiknas.

Conny R. Semiawan. (2008). *Belajar dan Pembelajaran Prsasekolah dan Sekolah Dasar*. Jakarta : PT. Indeks.

Depdiknas. (2003). *Undang - undang RI No.20 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta : Departemen Pendidikan Nasional.

Hendra Agusta. (2009). *Pola Gerak Dalam Senam 1*. Jakarta : IPA Abong.

John dan Mary Jean Traetta. (2008). *Dasar - dasar Senam*. Bandung : PT. Angkasa.

Nana Sudjana. (2009). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung : PT.Remaja Rosdikarya.

Narti. (2011). *Upaya Peningkatan Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Melalui Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV SD Negeri Nototirto Kecamatan Gamping Kabupaten Banyumas*. Skripsi. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Oemar Hamalik. (2003). *Pendekatan Baru Strategi Belajar Mengajar Berdasarkan CBSA*. Bandung : PT. Sinar Baru Algensindo.

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar dengan Menggunakan Metode Bermain dalam Pembelajaran Guling Depan Senam Artistik pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

Pardjono. (2007). *Panduan Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta : Lembaga Penelitian Universitas Negeri Yogyakarta.

Pat Hollingsworth dan Gina Lewis. (2008). *Pembelajaran Aktif Meningkatkan Keasyikan Kegiatan di Kelas*. Jakarta : PT. Indeks.

Rudi Susilana dan Cipi Riyana. (2011). *Media Pembelajaran Hakikat Pengembangan, Pemanfaatan, dan Penilaian*. Bandung : CV Wacana Prima.

Samsudin. (2008). *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta : PT. Fajar Interpratama.

Satria Achmad Y. (2007). *Senam*. Bandung : PT. Indah Jaya Adi Pratama.

Sriyono. (1992). *Teknik Belajar Mengajar dalam CBSA*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.

Suharsimi Arikunto dkk. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : Bumi Aksara.

Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.

Sumiati dan Asra (2011). *Metode Pembelajaran*. Bandung : CV. Wacana Prima.

Supri Hartanto. (2011). *Keaktifan Belajar*. Diakses dari Sutrisno Hadi. (1991). Analisis Butir untuk Instrumen Angket, Tes dan Skala Nilai dengan BASICA. Yogyakarta : Andi Offset.

Tri Iswiyanti Lestari. (2009). *Peningkatan Efektivitas Pembelajaran Senam Lantai Melalui Pendekatan Pembelajaran Aktif Kreatif Efektif dan Menyenangkan (Pakem)*. Skripsi. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Jurnal Ilmiah SPIRIT, ISSN; 1411-8319 Vol. 18 No. 1 Tahun 2018

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar dengan Menggunakan Metode Bermain dalam Pembelajaran Guling Depan Senam Artistik pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun 2017

Yudi Karisma Sari, Dwi Retno Sari

Tri Wirayanti. (2007). *Peningkatan Pembelajaran Penjas melalui Contestual Teaching Learning*. Skripsi. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

Udin S. Winataputra. (2007). *Teori Belajar dan Pembelajaran Cetakan Ketiga*. Jakarta : Universitas Terbuka.

Wauriyati Soekarno. (1986). *Teori dan Praktik Senam Dasar*. Yogyakarta : PT. Intan Pariwara.