



# Global Journal Sport

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjs>

Volume 1, Nomor 1 Maret 2023

e-ISSN: 2762-1436

**DOI.10.35458**

---

## Meningkatkan Minat Dan Hasil Belajar Peserta Didik Dalam Olahraga Senam Lantai Dengan Menggunakan Metode Permainan

**Maksi Milianus Kolbe**

PJKR Universitas Negeri Makassar

Email: [maksimilianus500@gmail.com](mailto:maksimilianus500@gmail.com)

---

### Artikel info

Received: 09-09-2023

### Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi hasil observasi serta masalah yang dihadapi peneliti sendiri terhadap minat belajar peserta didik yang rendah terhadap perakтика olahraga senam lantai, sehingga dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Untuk merespon hal itu, maka peneliti melakukan Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research) yang bertujuan untuk meningkatkan minat dan hasil belajar siswa terhadap praktik olahraga senam lantai, dengan menggunakan metode permainan dalam olahraga senam lantai. Tujuan yang hendak dicapai peneliti menggunakan metode permainan dalam olahraga senam lantai antara lain: (1) Meningkatkan minat, semangat serta fokus belajar peserta didik, (2) Memberikan ruang pembelajaran yang menyenangkan bagi peserta didik, (3) mengetahui pelaksanaan metode permainan dalam pembelajaran senam lantai dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik, dan (4) mengetahui hasil belajar peserta didik dengan menggunakan metode permainan dalam pembelajaran senam lantai.

Penelitian ini dilakukan di kelas VII dengan jumlah siswa sebanyak 32 orang. Penelitian ini mengukur segalah rana yang ada pada hasil belajar yaitu: Kognitif, Afektif dan Pesikomotor. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pada setiap rana disetiap siklusnya. Dengan metode permainan dalam olahraga senam lantai siswa dapat mengalami pembelajaran secara langsung sehingga pembelajaran lebih menarik dan menyenangkan serta dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik. Dari data maka direkomendasikan kepada para guru untuk menggunakan metode permainan dalam olahraga senam lantai untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik.

---

### Key words:

*Minat belajar, metode permainan, senam lantai*

artikel global teacher professioanl dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



## PENDAHULUAN

Pendidikan adalah proses interaksi yang memiliki tujuan tentunya. Interaksi ini terjadi antara guru dan siswa, yang bertujuan meningkatkan perkembangan pengetahuan hingga mental sehingga menjadi mandiri. Secara umum dapat dikatakan bahwa pendidikan merupakan satuan tindakan yang memungkinkan terjadinya belajar dan perkembangan. Pada dasarnya pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat, dan pemerintah melalui kegiatan pembelajaran baik secara formal maupun informal untuk mempersiapkan peserta didik agar dapat mempermudah peran dalam berbagai lingkungan hidup secara tetap untuk masa yang akan datang. Kemudian masuk pada pendidikan jasmani, merupakan sebagai integral dari pendidikan nasional yang memiliki peran penting dalam pembangunan bangsa tentunya. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki sumbangan unik, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, mencakup domain kognitif, afektif, dan psikomotor.

Sekolah merupakan sebuah lembaga tempat anak didik memperoleh pendidikan dan pelajaran yang diberikan guru. Keberhasilan peserta didik sangat ditentukan oleh keprofesionalan guru dalam melaksanakan proses pembelajaran yang antara lain menentukan tujuan pembelajaran yang akan disampaikan dalam bentuk Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Senam salah satu materi pembelajaran yang sangat menyenangkan untuk proses pembelajaran berlangsung dan ada banyak jenis senam diantaranya adalah senam lantai, gerak dasar ritmik, senam ketangkasan, senam artistik dan lain-lain. Proses pembelajaran Senam Lantai pada siswa kelas VII SMPN 1 Palu banyak mengalami permasalahan diantaranya permasalahan yang dirasakan oleh peneliti berdasarkan hasil observasi serta pengalaman langsung dalam pembelajaran senam lantai yang dilakukan peneliti pada saat melakukan Peraktik Pengalaman Lapangan (PPL) yaitu diantaranya: Minat belajar peserta didik masih kurang, acuh tak acuh dalam mengikuti seluruh rangkaian proses pembelajaran serta ketidak tertarikan siswa dengan jenis olahraga senam lantai yang berakibat turunnya nilai hasil belajar dan tidak tercapainya Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Berdasarkan hasil dari observasi lapangan serta pengalaman langsung yang dilakukan pada PPL (Praktek Pengalaman Lapangan), peneliti mempunyai solusi untuk memecahkan rumusan masalah yaitu menggunakan metode Permainan Dalam Olahraga Senam Lantai, olehkarn itu peneliti bisa meningkatkan hasil belajar siswa pada peraktik Senam Lantai.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*class room action research*). Penelitian ini muncul karna didasarkan dari hasil observasi serta pengalaman langsung yang dirasakan oleh peneliti. Penelitian tindakan kelas dilakukan melalui putaran atau spiral dengan beberapa siklus yang terdiri dari (1) Perencanaan (*planning*) menyiapkan perencanaan pembelajaran *metode bermain* secara berpasangan gerakan passing atas, (2) Tindakan (*action*) kemudian menyiapkan alat serta memberikan hasil temuan referensi senam lantai, (3) Observasi (*observing*) selanjutnya mengamati gerakan siswa sehingga melakukan gerakan sesuai tahapan yang benar, (4) Refleksi (*reflecting*) menyimpulkan apa yang telah terjadi dalam kelas serta mengoreksi yang dilakukan oleh siswa. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik

kelas VII SMP Negeri 1 Palu dengan jumlah siswa sebagai berikut: siswa kelas VII SMP Negeri 1 Palu dengan jumlah siswa 32 yang terdiri dari 17 siswa putri dan 15 siswa putra. Adapun fokus pada penelitian ini yaitu untuk meningkatkan hasil belajar Senam lantai passing melalui *metode bermain dalam olahraga senam lantai* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Palu. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini untuk menilai kemampuan Senam Lantai dengan menggunakan metode bermain dalam olahraga senam lantai yakni dengan menggunakan instrument pembelajaran dan instrument evaluasi. Instrumen pembelajaran yang digunakan peneliti berupa Silabus, RPP/modul ajar dan Lembar evaluasi. Instrumen evaluasi yang digunakan diantaranya Aspek pengetahuan, Aspek sikap dan Aspek keterampilan. Prosedur penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas, dengan perbaikan pembelajaran sebanyak dua siklus.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Penelitian tindakan kelas (PTK) ini dilakukan di SMP Negeri 1 Palu yang bertempat di Jalan Gatot Subroto, Besusu Tegah, Kec. Palu Timur, Kota Palu, Sulawesi Tegah. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII, dengan jumlah siswa 32, siswa perempuan 17 orang, dan siswa laki-laki 15 orang. Dalam pelaksanaan penelitian tindakan kelas tentang upaya meningkatkan hasil belajar senam lantai melalui metode bermain dalam olahraga senam lantai. Sebelum melakukan penelitian tindakan kelas terlebih dahulu peneliti melakukan observasi awal untuk mengetahui keadaan yang terjadi di kelas untuk memberikan tindakan yang akan diberikan peneliti. Berikut adalah data awal yang didapat peneliti pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Palu.

### **Deskripsikan Data Awal Belajar Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Palu**

Kriteria ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Presentasi
>85	Tuntas	15	47%
≤84	Tidak tuntas	17	53%
<b>Jumlah</b>		<b>32</b>	<b>100%</b>

Pada tabel di atas menunjukkan bahwa persentase ketuntasan dalam olahraga senam lantai adalah 47% tuntas dengan jumlah frekuensi 15 siswa, dan 53% tidak tuntas dengan jumlah frekuensi 17. Data awal diatas dapat dijelaskan bahwa data tersebut belum mencapai kriteria nilai minimal, oleh karena itu perlu adanya tindakan yang diberikan pada hasil belajar senam lantai kelas VII SMP Negeri 1 Palu, yaitu melalui metode bermain dalam olahraga dilakukan sebanyak dua siklus dan apabila disiklus pertama mana penelitian tindakan kelas ini aka masih ada siswa belum tuntas atau nilai yang dicapai masih dibawah 85 menurut KKM, maka akan dilanjutkan kesiklus ke dua, yang terdiri dari tahapan perencanaan, tahapan pelaksanaan tindakan, tahap observasi, dan tahap refleksi.

Berdasarkan dari data awal peneliti melanjutkan kedalam siklus 1 Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus I yaitu penyajian materi senam lantai melalui metode bermain dalam olahraga sebanyak 2 kali pertemuan dan pertemuan kedua pengambilan hasil atau tes yaitu dari psikomotorik. Kemudian untuk pengambilan data afektif dan kognitif diambil pada saat kegiatan inti selesai setiap pertemuan. Berdasarkan hasil penelitian pada siklus I dapat persentasekan ketuntasan hasil peningkatan hasil belajar siswa sebagai berikut:

**Tabel 4.2 Hasil belajar siklus I**

<b>Kreteria Ketuntasan</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
>85	Tuntas	20	62,5%
≤84	Tidak Tuntas	12	37,5%
<b>Jumlah</b>		<b>32</b>	<b>100%</b>

Pada hasil data siklus I menunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar siswa meningkat beberapa persen, dilihat dari siklus I siswa kelas VII SMP Negeri 1 Palu setelah diberi tindakan persen tingkatan hasil belajar siswa meningkat dan hasil belajar siswa adalah siswa tuntas 62,5% dan tidak tuntas 37,5% dari jumlah frekuensi 32.

Selanjutnya peneliti melanjutkan ke siklus 2 Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus keduan adalah penyajian materi melalui metode bermain dalam olahraga dengan baik dan benar pada gerakan dalam senam lantai, sebanyak dua kali pertemuan dan dipertemuan kedua pengambilan hasil tes, yang dinilai mulai dari kognitif, afektif dan psikomotor. Berdasarkan hasil penelitian pada siklus II dapat dilihat persentase ketuntasan hasil belajar senam lantai dengan melalui metode bermain dalam olahraga dengan baik dan benar, di bawah ini:

**Table 4.3 Hasil belajar siklus II**

<b>Kreterian ketuntasan</b>	<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentasi</b>
>85	Tuntas	30	93,75%
≤84	Tidak Tuntas	2	6,25%
<b>Jumlah</b>		<b>32</b>	<b>100%</b>

Pada table diatas menunjukkan persentase ketuntasan hasil belajar siswa pada siklus ke

dua 93,75% tuntas dengan jumlah frekuensi 30 siswa dan 6,25% tidak tuntas dengan frekuensi 2 siswa. Adapun alasan siswa tidak memenuhi nilai ketuntasan dikarenakan siswa tersebut malas untuk melakukan gerak dalam senam lantai (tidak tahu) akibatnya siswa tersebut tidak memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM). Jadi dapat disimpulkan bahwa hasil belajar senam lantai melalui metode bermain dalam olahraga dengan baik dan benar pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Pal, pada siklus II mencapai persentase ketuntasan dengan persentase 90% kategori sangat baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa jumlah siswa yang berada dalam kategori tuntas meningkatnya yakni 62,5% pada siklus I. Proses pembelajaran dilakukan 2 kali pertemuan dan begitu juga pada siklus II, dengan pelaksanaan proses penelitian yang hampir sama dengan siklus I tetapi pada siklus II diberikan tindakan yang lebih dari hasil perbaikan siklus I. Penelitian ini menunjukkan peningkatan ketuntasan kelas secara klasikal pada siklus II sebanyak 93,75% dan mencapai ketuntasan kelas secara individu maupun kelompok dengan nilai siswa berada pada kategori sangat baik.

### **Pembahasan**

Barokah (2020), melakukan penelitian tentang Upayah Meningkatkan Minat Dan Hasil Belajar Gerak Dasar Lari Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 1 Karang Tegah Kecamatan Balur Kabupaten Banjarnegara. Awaludin (2026), Melakukan penelitian tentang Upaya Peningkatan Proses Pembelajaran Senam Lantai Konsep Putar Melalui Permainan Dan Penggunaan Media Gambar Pada Siswa Kelas V SD Negeri 2 Sidomukti Kecamatan Kuwarasan Kabupaten Kebumen. (Wening Nugraheni & Gilang Hergiwa Supena, 2019), melakukan penelitian tentang Meningkatkan Minat Siswa Dalam Pembelajaran Penjas Senam Lantai Melalui Permainan Pasa Siswa Kelas X IPA 1 SMAN 4 Suka Bumi.

### **PENUTUP**

Pembelajaran melalui metode bermain dalam olahraga, dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai siswa kelas VII SMP Negeri 1 Palu Tahun Ajaran 2022/2023. Kemudian hasil analisis yang diperoleh terjadinya peningkatan dari siklus I dan Siklus II. Hasil belajar senam lantai pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 67,5% dengan jumlah siswa yang tuntas 17 siswa dan tidak tuntas 15 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan hasil belajar senam Lantai dalam kategori tuntas sebesar 93,75% dengan jumlah siswa tuntas 30 siswa dan tidak tuntas 2 siswa. Berdasarkan dari hasil belajar siswa pada siklus I dan II meningkat dengan persentase yang sangat memuaskan.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Achmad Paturusi. (2012). *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta
- Adang Suherman. (2000). *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- BertyTilarso. (2000). *Sehat dan Bugar Sepanjang Usia Dengan Senam*, Semarang: Seminar dan Lokakarya.
- BSNP. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Debdikbud.
- Desminta. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Dewi Salma Prawiradilaga. (2007). *Prinsip Desain Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta