



Global Journal Sport Inovation Research

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

Volume 1, Nomor 1 Januari 2025

e-ISSN: 5218-2X24

DOI.10.35458

Penerapan Model Permainan untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa dalam Menguasai Gerakan Guling Depan

Syamsul Anwar¹, Andi Ihsan², Sudarman³

¹ Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email: syamsulanwarws@gmail.com

² Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

Email: andiiccan@gmail.com

³ Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan, UPT SPF SD Inpres Mallengkeri 2

Email: armanjuli0207@gmail.com

Artikel info	Abstrak
<i>Received:</i>	Untuk mengatasi berbagai kendala yang seringkali muncul dalam proses pembelajaran PJOK, guru perlu menyesuaikan metode pembelajaran dengan karakteristik dan kebutuhan siswa. Salah satu pendekatan yang dapat diadopsi adalah dengan menerapkan model pembelajaran berbasis permainan. Dengan merancang permainan yang sesuai dengan minat dan tingkat kemampuan siswa, guru dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif dan memotivasi siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran senam lantai guling depan melalui permainan. Menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan jenis Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini melibatkan 26 siswa sebagai subjek penelitian. Data penelitian dikumpulkan melalui kombinasi tes dan non-tes. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif komparatif untuk membandingkan hasil belajar siswa pada siklus I dan II. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada kemampuan siswa dalam melakukan gerakan guling depan setelah diterapkannya pendekatan permainan modifikasi. Nilai rata-rata siswa pada kondisi awal sebesar 70,46 dengan persentase ketuntasan sebesar 38,46%. Data penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada nilai rata-rata dan persentase ketuntasan siswa dalam melakukan guling depan setelah diterapkannya pendekatan permainan modifikasi. Pada siklus I, terjadi peningkatan nilai rata-rata menjadi 73,08 dan persentase ketuntasan sebesar 57,69%. Namun, peningkatan yang paling menonjol terjadi pada siklus II, dengan nilai rata-rata mencapai 82,82 dan persentase ketuntasan sebesar 80,77%, yang menunjukkan keberhasilan metode ini. Dengan demikian, tujuan penelitian telah berhasil dicapai pada siklus II, sehingga penelitian ini diakhiri.
<i>Revised:</i>	
<i>Accepted:</i>	
<i>Published,</i>	

Kata Kunci: Senam lantai guling depan, Permainan, Pembelajaran

artikel global jurnal sport innovation research dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan investasi jangka panjang yang sangat penting bagi masa depan bangsa. Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 1 secara jelas menggarisbawahi bahwa pendidikan bukan sekadar proses transfer pengetahuan, melainkan sebuah perjalanan perkembangan manusia yang holistik. Pendidikan tidak hanya mempersiapkan individu untuk menghadapi tantangan masa depan, tetapi juga memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan anak secara utuh, meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Proses pendidikan yang ideal adalah yang mampu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi anak untuk mengeksplorasi potensi dirinya, mengembangkan kreativitas, dan membangun karakter yang kuat. Dalam konteks ini, guru berperan sebagai fasilitator yang membantu anak menemukan makna dalam pembelajaran dan membangun relasi yang positif dengan lingkungan sekitarnya.

Pendidikan yang efektif adalah cerminan dari pertumbuhan individu. Ketika pendidikan selaras dengan tahap perkembangan seseorang, potensi yang terpendam akan terungkap secara optimal. Sebaliknya, ketidaksesuaian antara pendidikan dan kebutuhan individu dapat menghambat proses belajar dan perkembangan secara keseluruhan. Tujuan utama pendidikan adalah mencetak individu yang seimbang, baik secara intelektual maupun fisik. Pendidikan jasmani, sebagai bagian integral dari proses pendidikan, berperan penting dalam mencapai tujuan tersebut. Melalui aktivitas fisik yang beragam, pendidikan jasmani tidak hanya meningkatkan kesehatan fisik, tetapi juga menanamkan nilai-nilai penting seperti disiplin, kerja sama, dan sportivitas (Adang Suherman, 2000: 1). Dengan demikian, pendidikan jasmani adalah sarana yang efektif untuk membentuk generasi muda yang siap menghadapi tantangan masa depan. Pendidikan jasmani, dengan senam lantai sebagai salah satu komponen utamanya, berperan krusial dalam membentuk individu yang holistik. Senam lantai merupakan aktivitas fisik yang melibatkan seluruh anggota tubuh, sehingga sangat efektif dalam mengembangkan komponen motorik dasar. Seperti yang dijelaskan oleh Imam Hidayat (2000), senam dirancang untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan keterampilan. Dalam konteks senam lantai, setiap gerakan, mulai dari berguling hingga melompat, melibatkan kombinasi dari kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan, kelincahan, dan ketepatan. Oleh karena itu, senam lantai menjadi dasar yang kuat untuk penguasaan keterampilan motorik yang lebih spesifik dalam cabang olahraga lainnya.

Ruang lingkup senam dalam Pendidikan Jasmani sangatlah luas, mencakup berbagai jenis ketangkasan seperti yang tertuang dalam Badan Nasional Standar Pendidikan (BNSP, 2006). Pada tingkat SD, khususnya kelas V, siswa diajarkan berbagai variasi gerakan senam, mulai dari gerakan keseimbangan seperti headstand hingga gerakan kekuatan seperti lompat harimau. Sesuai dengan BNSP 2006, pembelajaran PJOK kelas V bertujuan untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam melakukan kombinasi gerakan senam lantai yang lebih kompleks. Kompetensi Dasar yang terkait menekankan pentingnya memperhatikan faktor keselamatan, disiplin, dan keberanian saat melakukan aktivitas senam. Dengan demikian, pembelajaran PJOK diharapkan dapat melibatkan siswa secara aktif dalam mengembangkan aspek afektif, psikomotorik, dan kognitif mereka.

Senam lantai, sebagai cabang olahraga yang menekankan pada gerakan tubuh bebas, menggunakan matras sebagai media latihan. Gerakan guling depan, salah satu elemen dasar senam lantai, diawali dengan posisi jongkok stabil. Kedua tangan ditempatkan di depan tubuh, sejajar dengan bahu, untuk memberikan tumpuan. Fase selanjutnya melibatkan fleksi panggul dan ekstensi lutut, diikuti dengan rotasi tubuh ke depan di sekitar sumbu longitudinal. Kepala dilindungi dengan

memasukkannya di antara kedua lengan, sementara bahu berfungsi sebagai titik tumpu utama. Setelah menyelesaikan rotasi, tubuh kembali ke posisi awal, yaitu jongkok.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan menunjukkan adanya diskrepansi antara teori pembelajaran yang berorientasi pada minat dan motivasi siswa dengan praktik pembelajaran senam lantai guling depan di UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II. Pendekatan pembelajaran yang terlalu kaku dan terstruktur cenderung kurang mengakomodasi perbedaan individu dan minat siswa, sehingga berdampak pada rendahnya partisipasi siswa.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan selama proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada materi guling depan di kelas V, teridentifikasi adanya tingkat partisipasi siswa yang rendah. Manifestasi dari rendahnya partisipasi ini terlihat dari perilaku siswa seperti duduk, mengobrol, dan kurang fokus selama proses pembelajaran. Selain itu, hanya sedikit siswa yang aktif mencoba mempraktikkan gerakan guling depan. Fenomena ini mengindikasikan rendahnya minat siswa terhadap materi senam lantai guling depan. Selain rendahnya minat, beberapa siswa juga mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan guling depan. Hal ini disebabkan oleh faktor psikologis seperti rasa malu, takut, dan kurang percaya diri. Persepsi bahwa gerakan tersebut terlalu sulit juga menjadi hambatan bagi siswa untuk mencoba.

Ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai merupakan faktor penting dalam mendukung efektivitas pembelajaran. Namun, kenyataannya, proses pembelajaran PJOK, khususnya pada materi senam lantai di UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II, terkendala oleh kurangnya fasilitas yang dibutuhkan. Keterbatasan sarana dan prasarana yang ada, seperti matras yang usang, simpai yang rusak, dan ruang kelas yang sempit, sangat mempengaruhi kualitas pembelajaran senam lantai. Kondisi ini membuat siswa kesulitan dalam melakukan gerakan dengan aman dan efektif.

Berdasarkan hasil dokumentasi belajar siswa kelas V pada semester 1 tahun ajaran 2024/2025 dalam semua ranah juga belum semuannya baik. Hasil belajar dari ranah kognitif didapat hasil rerata skor sebesar 62,7, rerata skor nilai ranah afektif siswa sebesar 63,5, dan rerata skor hasil belajar pada ranah psikomotor sebesar 64,8. Penilaian guling depan diperoleh dari hasil nilai tertinggi siswa adalah 90 dan nilai terendah 60. Nilai ratarata kelas untuk materi guling depan hanya sebesar (70,46), dengan jumlah siswa yang “tuntas” hanya sebanyak 10 siswa (38,46%) dari jumlah siswa seluruhnya 26 siswa. Sedangkan siswa yang “tidak tuntas” sebanyak 16 siswa (61,54%) dari jumlah seluruhnya 26 siswa. Sehingga disimpulkan bahwa nilai siswa kelas V dalam pembelajaran senam lantai materi guling depan di semester 1 masih belum sesuai dengan indikator keberhasilan belajar siswa. Indikator keberhasilan pembelajaran siswa yang diterapkan di UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II adalah minimal sebesar 75% dari total siswa dalam satu kelas telah mencapai kriteria “tuntas”.

Meskipun senam lantai guling depan memiliki banyak manfaat, seperti pembentukan karakter, peningkatan kesehatan, dan peningkatan prestasi, namun minat siswa untuk mempelajari gerakan ini masih rendah. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa rendahnya hasil belajar pada materi senam lantai guling depan di kelas V disebabkan oleh beberapa faktor internal yang berkaitan dengan guru. Pertama, penggunaan metode pembelajaran yang cenderung monoton dan kurang bervariasi. Kedua, kondisi fisik guru yang kurang mendukung dalam memberikan contoh gerakan yang baik dan benar.

Dapat disimpulkan bahwa guru PJOK memiliki peran yang sangat krusial dalam meningkatkan minat dan prestasi siswa dalam pembelajaran senam lantai guling depan. Keterbatasan dalam metode

pembelajaran konvensional dan kondisi fisik guru menuntut adanya inovasi dalam pendekatan pembelajaran. Penerapan model permainan yang kreatif dan menyenangkan, yang disesuaikan dengan karakteristik siswa, terbukti efektif dalam mengatasi permasalahan tersebut. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa keberhasilan pembelajaran senam lantai guling depan tidak hanya bergantung pada ketersediaan sarana dan prasarana, tetapi juga pada kemampuan guru dalam merancang dan melaksanakan kegiatan pembelajaran yang menarik dan bermakna bagi siswa. Maka hal ini mendorong peneliti untuk menggali bagaimana cara tersebut dapat diaplikasikan dan diperoleh hasil yang maksimal sehingga dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memperbaiki pelajaran dan mengembangkan pengetahuan dan keterampilan guru dalam pembelajaran.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan menggunakan metode kuantitatif untuk menganalisis data. PTK ini dilakukan secara siklis dengan empat tahap utama, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Pada tahap perencanaan, peneliti mengidentifikasi masalah pembelajaran, merumuskan tujuan yang ingin dicapai, dan merancang tindakan yang relevan. Pelaksanaan tindakan dilakukan sesuai dengan rencana yang telah disusun, diikuti oleh pengamatan yang sistematis untuk mengumpulkan data. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara mendalam pada tahap refleksi untuk mengevaluasi efektivitas tindakan, mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi hasil, dan merumuskan perbaikan untuk siklus berikutnya

Penelitian dilaksanakan pada semester ganjil tahun pelajaran 2024/2025 pada bulan April sampai Juni dengan peningkatan hasil yang sesuai dengan indikator keberhasilan. Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas V UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II Tahun pelajaran 2024/2025 berjumlah 26 siswa, terdiri atas siswa putra sebanyak 12 orang dan siswa putri sebanyak 14 orang.

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui dua teknik, yaitu teknik tes dan non-tes. Teknik tes berupa lembar observasi (*score skill test*) yang digunakan untuk menilai unjuk kerja siswa dalam melakukan gerak guling depan. Aspek yang dinilai meliputi tahap persiapan, gerakan, dan akhir gerakan. Sementara itu, teknik non-tes berupa pengamatan langsung terhadap proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru selama kegiatan berlangsung.

Analisis data dilakukan dengan cara mengolah hasil observasi dan evaluasi terhadap proses pembelajaran guru dan siswa di lapangan. Data tersebut kemudian diinterpretasikan untuk memahami secara mendalam apa yang terjadi selama proses pembelajaran. Data penelitian kemudian dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif komparatif dengan membandingkan data kuantitatif dari siklus I dan II.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Kondisi Awal

Hasil tes uji kompetensi dasar senam lantai guling depan menunjukkan bahwa pemahaman siswa masih belum optimal, meskipun guru telah berusaha semaksimal mungkin. Didapatkan hasil belajar dari ranah kognitif rata - rata skor sebesar 62,7, kemudian pada ranah efektif rata - rata skor nilai siswa sebesar 63,5, dan pada ranah psikomotor sebesar 64,8. Penilaian guling depan diperoleh dari hasil nilai tertinggi siswa adalah 90 dan nilai terendah 60. Pada materi meroda nilai rata-rata kelas hanya sebesar 70,46, dengan jumlah siswa yang "tuntas" hanya sebanyak 10 siswa (38,46%) dari jumlah siswa seluruhnya 26 siswa. Sedangkan siswa yang "tidak tuntas" sebanyak 16 siswa

(61,54%) dari jumlah seluruhnya 26 siswa. Dapat ditarik Kesimpulan bahwa dalam pembelajaran senam lantai materi guling depan di semester 1 tahun pelajaran 2024/2025 untuk siswa kelas V masih belum sesuai dengan indikator keberhasilan belajar siswa. Adapun indikator keberhasilan pembelajaran siswa yang diterapkan di UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II adalah minimal sebesar 75% dari total siswa dalam satu kelas telah mencapai kriteria “tuntas”.

Oleh karena itu, peneliti bekerja sama dengan rekan sejawat untuk mengidentifikasi kekurangan dalam pembelajaran PJOK, khususnya pada materi guling depan. Pendekatan permainan kemudian dipilih sebagai solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut.

a. Deskripsi Siklus I

1) Perencanaan Tindakan

Pada tahap perencanaan meliputi kegiatan merancang skenario pembelajaran secara detail, mulai dari tujuan pembelajaran, materi yang akan disampaikan, metode pembelajaran yang akan digunakan, hingga evaluasi pembelajaran. Selain itu, peneliti dan kolaborator juga memastikan ketersediaan semua fasilitas yang diperlukan, seperti alat peraga maupun media pembelajaran. Berikut kegiatan yang dilakukan dalam tahap perencanaan:

- Tujuan penelitian dan rencana tindakan yang akan dilakukan disosialisasikan kepada seluruh kolaborator dan siswa. Diskusi dilakukan untuk mencapai kesepahaman dalam penerapan model pembelajaran guling depan melalui permainan.
- Untuk membuat pembelajaran guling depan lebih menarik, peneliti membuat skenario pembelajaran yang berbasis permainan.
- Menyiapkan segala fasilitas yang dibutuhkan, seperti lapangan dan alat-alat, untuk melaksanakan pembelajaran guling depan melalui pendekatan permainan.
- Dalam penelitian ini dibuat dan disusun instrumen untuk melakukan monitoring pelaksanaan pembelajaran guling depan dengan model permainan.
- Menentukan teknis pelaksanaan penelitian.
- Menyiapkan kegiatan refleksi.

2) Pelaksanaan Tindakan

a) Pertemuan ke-1

Pertemuan ke-1, dilaksanakan pada hari Senin, 22 April 2024 pukul 07.00-08.45 WIB, tiga jam pelajaran efektif (105 menit) dengan urut-urutan kegiatan sebagai berikut:

- Sebelum memulai pembelajaran, siswa diminta untuk berbaris dan meminta salah satu siswa untuk memimpin doa. Kemudian dilakukan absensi dengan jumlah 26 siswa hadir semua. Setelah itu guru menyampaikan bahwa selama dua pertemuan ke depan, mata pelajaran PJOK kelas V akan fokus pada pembelajaran guling depan. Siswa diminta membawa perlengkapan yang diperlukan dan diharapkan untuk mengikuti pembelajaran dengan sungguh-sungguh.
- Pada siklus I, pertemuan pertama, pembelajaran guling depan dilaksanakan sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang telah disusun dan divalidasi. Proses pembelajaran yang berfokus pada permainan dan pengamatan langsung ini dilakukan dalam satu kali pertemuan. Dua orang kolaborator bertugas mengamati langsung pelaksanaan pembelajaran.

b) Pertemuan ke-2

Pertemuan ke-2, dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 29 April 2024 pukul 07.00 - 08.45 WIB, dengan alokasi waktu 3 x 35 menit (105 menit). Tindakan pada pertemuan ke 2 adalah sebagai berikut:

- Pada pembelajaran kedua ini, peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang telah disusun dan divalidasi sebelumnya.
- Materi pembelajaran guling depan yang akan dipraktekan pada pembelajaran ke- 2 ini lebih mengarah ke praktik gerakan melakukan guling secara benar dengan pendekatan melalui permainan modifikasi dan pemberian tugas observasi dilakukan dengan cara pengamatan langsung terhadap proses pembelajaran ke-2, yang dilakukan oleh 2 orang kolaborator.

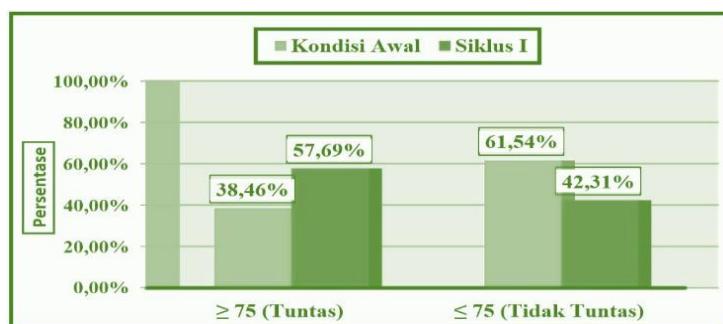
3) Hasil Pengamatan

Untuk memudahkan analisis, kami menggunakan kriteria penilaian khusus dalam mengamati pembelajaran guling depan melalui pendekatan permainan. Hasil pengamatan kolaborator terhadap kinerja guru pada siklus I menunjukkan skor 70, yang termasuk dalam (kategori cukup). Hasil pengamatan terhadap pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan modifikasi pada siswa kelas V UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II Tahun pelajaran 2024/2025 pada siklus I disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1.1 Penilaian Psikomotor Guling Depan Siklus I

Aspek	Keterangan
Rata-Rata Nilai	73,08
Jumlah Peserta Didik Tuntas	15
Jumlah Peserta Didik Belum Tuntas	11
Presentase Ketuntasan	57,69%
Persentase yang Belum Tuntas	42,31%

Berdasarkan tabel di atas, hasil pembelajaran senam lantai guling depan pada siswa kelas V UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II Tahun pelajaran 2024/2025 pada siklus I disajikan dalam bentuk diagram batang, untuk lebih jelasnya dapat dilihat:



Gambar 1.1 Diagram Batang Hasil Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan pada Siswa Kelas V UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II pada Kondisi Awal dan Siklus I

Sesuai dengan hasil tes siklus I diperoleh nilai rata-rata sebesar 73,08. Jumlah siswa

yang mencapai KKM hanya sebanyak 15 siswa (57,69%) dan siswa yang belum mencapai KKM sebanyak 11 siswa (42,31%). Berdasarkan hasil belajar guling depan menunjukkan bahwa masih ada beberapa siswa yang mengalami kesulitan terutama dalam hal melakukan gerakan mengguling dan gerakan lanjutan. Karena pada siklus I siswa belum memenuhi ketercapaian KKM, yaitu sebesar 75% (20 siswa) siswa yang tuntas, oleh karena itu penelitian dilanjutkan pada siklus II.

4) Refleksi

Setelah melakukan refleksi berikut hasil observasi peneliti dan kolaborator:

- Untuk meningkatkan partisipasi siswa, guru lebih aktif memantau kegiatan pembelajaran dan memberikan motivasi. Sebelumnya, guru telah memberikan penjelasan yang jelas dan lengkap mengenai tugas-tugas yang harus dilakukan oleh siswa sesuai dengan rencana yang telah disusun.
- Terdapat peningkatan hasil belajar pada materi guling depan, ditunjukkan oleh peningkatan jumlah siswa yang tuntas dari 10 menjadi 15 siswa setelah pelaksanaan siklus.
- Sebagian siswa belum terbiasa dengan pembelajaran melalui permainan karena mereka lebih sering belajar dengan meniru gerakan guru.
- Partisipasi siswa dalam kegiatan diskusi dan tanya jawab masih belum optimal.
- Peneliti perlu mengawasi siswa secara secara teliti dan cermat.
- Peneliti belum optimal dalam mengarahkan kegiatan belajar siswa.

Data yang diperoleh dari siklus I akan dianalisis secara mendalam untuk mengidentifikasi aspek-aspek yang perlu diperbaiki. Temuan ini akan menjadi acuan dalam merancang kegiatan pembelajaran pada siklus II sehingga dapat mencapai hasil yang lebih optimal.

b. Deskripsi Siklus II

1) Perencanaan Tindakan

Berdasarkan refleksi dari siklus I, dilakukan sharing ideas untuk merencanakan siklus II dengan merencanakan tindakan dan solusi dari hasil refleksi siklus I berupa:

- a) Guru lebih mengawasi kegiatan siswa.
- b) Guru secara eksplisit menyampaikan instruksi yang jelas dan komprehensif kepada siswa terkait kegiatan yang harus mereka lakukan.
- c) Perencanaan alat pembelajaran untuk siklus II akan mengacu pada siklus I, namun dengan penambahan alat yang mendukung gerakan mengguling siswa
- d) Proses pembelajaran siklus II ini lebih ditekankan untuk melatih cara mengguling dan gerak lanjutan.

2) Pelaksanaan Tindakan

a) Pertemuan ke-1

Pertemuan ke-1, dilaksanakan pada hari Senin, 6 Mei 2024 pukul 07.00-08.45 WIB, tiga jam pelajaran efektif (105 menit) berikut urutan kegiatannya:

➤ Pendahuluan

- Siswa dibagi menjadi dua barisan.
- Guru memimpin dengan melakukan doa bersama-sama.
- Guru melakukan pengecekan terhadap kehadiran siswa.
- Guru memberikan apersepsi memotivasi siswa.
- Guru menjelaskan tujuan pembelajaran.

➤ Pemanasan

Tahap pemanasan dilakukan selama ± 15 menit. Pemanasan dengan

penguluran statis maupun dinamis.

➤ Kegiatan Inti

- Penjelasan serta memberi contoh kegiatan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan bermain.
- Siswa melakukan latihan guling depan secara lengkap, mulai dari posisi awal, gerakan menggulung, hingga posisi akhir.
- Penutup
- Melakukan pendinginan
- Siswa dikumpulkan kemudian dilakukan evaluasi dari materi yang telah diberikan.
- Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan yang dilakukan.
- Berbaris dan berdoa untuk penutup.

b) Pertemuan ke-2

Pertemuan ke-2, dilaksanakan pada hari Senin tanggal 13 Mei 2024 pukul 07.0008.45 WIB, dengan alokasi waktu 3 x 35 menit (105 menit). Berikut tindakan pada pertemuan ke2:

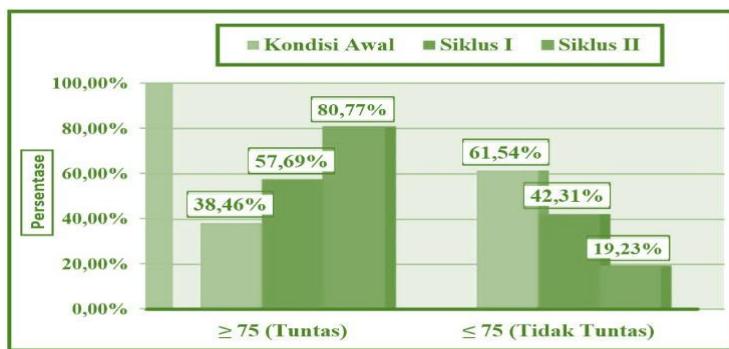
- Peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai rancangan pembelajaran yang telah disusun dan divalidasi dalam tahap perencanaan.
- Pertemuan ke-2 akan dirancang untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan guling depan. Pembelajaran akan dilakukan melalui kegiatan permainan yang menyenangkan. Selain itu, dua orang kolaborator akan melakukan observasi langsung untuk menilai kemampuan siswa dalam melakukan gerakan guling depan serta mengidentifikasi kesulitan yang dihadapi.
- Analisis data hasil pengamatan yang dilakukan oleh dua orang kolaborator menunjukkan adanya peningkatan kualitas pembelajaran guling depan dari siklus I ke siklus II. Skor yang diperoleh guru meningkat dari 70 (kategori sedang) pada siklus I menjadi 90 (kategori baik) pada siklus II, hal ini menunjukkan bahwa pendekatan permainan modifikasi yang diterapkan efektif dalam meningkatkan kualitas pembelajaran

Hasil pengamatan terhadap pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan pada siswa kelas V UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II pada siklus II dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1.2 Penilaian Psikomotor Guling Depan Siklus II

Aspek	Keterangan
Rata-Rata Nilai	82,82
Jumlah Peserta Didik Tuntas	21
Jumlah Peserta Didik Belum Tuntas	5
Presentase Ketuntasan	80,77%
Persentase yang Belum Tuntas	19,23%

Hasil pembelajaran senam lantai guling depan pada siswa V UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II pada siklus II disajikan dalam bentuk diagram batang, lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1.2 Diagram Batang Hasil Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan pada Siswa Kelas V UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II pada Kondisi Awal, Siklus I, dan Siklus II

Berdasarkan hasil tes siklus II diperoleh nilai rata-rata sebesar 82,82. Jumlah siswa yang mencapai KKM hanya sebanyak 21 siswa (80,77%) dan siswa yang belum mencapai KKM sebanyak 5 siswa (19,23%). Berdasarkan hasil tersebut, siswa sudah memenuhi ketercapaian KKM, yaitu sebesar 75% (20 siswa) siswa yang tuntas, maka penelitian dianggap berhasil.

3) Refleksi

Berikut diperoleh hasil refleksi darikolabolator tentang pelaksanaan proses pembelajaran dan hasil belajar:

- a) Siswa telah terbiasa dengan berbagai variasi permainan yang digunakan dalam pembelajaran guling depan.
- b) Siswa jauh lebih bersemangat, aktif dan kreatif dalam proses pembelajaran.
- c) Peneliti dapat mengetahui kelemahan dan terus mencari alternatif solusinya.
- d) Siswa sangat menikmati kegiatan pembelajaran karena terasa menyenangkan dan tidak membosankan.

Berdasarkan hasil tes akhir siklus II, dapat disimpulkan bahwa upaya peningkatan kemampuan siswa dalam melakukan guling depan melalui serangkaian tindakan pembelajaran telah membawa hasil yang positif. Sebanyak 21 siswa (80,77%) berhasil mencapai nilai di atas KKM, menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan siklus sebelumnya.

B. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan modifikasi pada siswa kelas V UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II dari siklus I dan siklus II disajikan pada tabel di bawah ini:

Tabel 1.3 Peningkatan Hasil Siklus I dan Siklus II

No.	Aspek	Siklus I	Siklus II
1.	Jumlah nilai	1900	2153,33
2.	Nilai rata-rata	73,08	82,82
3.	Persentase ketuntasan	57,69%	80,77%

Peningkatan hasil pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan pada siswa kelas V UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata siswa. Nilai rata-rata siswa pada kondisi awal sebesar 70,46 dengan persentase ketuntasan sebesar 38,46%. Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai ratarata siswa pada siklus I yaitu sebesar 73,08 dan persentase ketuntasan sebesar 57,69%. Namun, peningkatan tersebut masih belum mencapai target yang ditetapkan sebelumnya. Kemudian setelah melanjutkan ke siklus II nilai rata- rata kemampuan guling depan siswa kembali mengalami peningkatan sebesar 82,82 dengan persentase ketuntasan sebesar 80,77%. 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 V UPT SPF SD INPRES Mallengkeri II 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. Dari hasil penelitian terdapat 5 siswa (19,23%) yang belum memenuhi batas KKM atau belum tuntas. Hal ini dikarenakan pada saat pelaksanaan penelitian siswa tersebut terlihat kurang maksimal dalam mengikuti pembelajaran guling depan. Siswa ada yang sedang sakit pada saat mengikuti pembelajaran, tetapi siswa tersebut tetap ingin mengikuti pembelajaran seperti teman lainnya meskipun guru sudah mengingatkan untuk boleh tidak mengikuti pembelajaran.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang telah 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 70,46 dengan persentase ketuntasan sebesar 38,46%. Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu sebesar 73,08 dan persentase ketuntasan sebesar 57,69%. 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 82,82 dengan persentase ketuntasan sebesar 80,77%. 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).

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil dalam penyelesaian penulisan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Majid. (2008). *Perencanaan Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
Achmad Paturusi. (2012). *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta. Adang Suherman. (2000). *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Aip Syarifuddin. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan

Global Journal Sport Inovation Research

- Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan. Diunduh pada tanggal 12 April 2015 pukul 19.30 WIB.
- Anas Sudijono. (2006). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Berty Tilarso. (2000). Sehat dan Bugar Sepanjang Usia Dengan Senam, Semarang: Seminar dan Lokakarya.
- BSNP. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud
- Cahyono Wijayanto. (2011). Penggunaan Sarana Bidang Miring Sebagai Upaya Menumbuhkan Motivasi Belajar Guling Depan Pada Pembelajaran Senam Lantai. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Depdiknas. (2003). Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Sinar Grafika.
- Desminta. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT REMAJA
- ROSDAKARYA. Herman Subarjah, (2007). *Permainan Kecil di Sekolah Dasar*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Hurlock, Elizabeth B. (1999). Jilid 1. Perkembangan Anak Edisi keenam (Med. Meitasari Tjandrasa. Terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Muhibbin Syah. (2005). Psikologi Belajar. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- MunginEdy W. (2008). BNSP KTSP SD. Jakarta: Depdiknas.
- Tri Iswiyanti Lestari. (2009). Peningkatan Efektivitas Pembelajaran Senam Lantai melalui Pendekatan Pembelajaran Aktif Kreatif Efektif dan Menyenangkan (Pakem). Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Udin S Winataputra dkk. (2008). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: UT