



Penerapan Media Dinding dalam Meningkatkan Hasil Belajar Sikap Lilin UPT SPF SDI Bangkala III

Selda Febrianti Baran Dongga¹, Fahrizal², Muh. Faisal M³

¹ PJOK Universitas Negeri Makassar

Email: seldafebrianti29@gmail.com

² PJKR, Universitas Negeri Makassa

Email: fahrizal@unm.ac.id

³ PJOK, UPT SPF SDI Bangkala III

Email: muhm08@guru.sd.belajara.id

Artikel info

Received; 02-03-2025

Revised; 03-04-2025

Accepted; 04-05-2025

Published; 25-05-2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam keterampilan sikap lilin melalui penerapan media dinding di UPT SPF SDI Bangkala III. Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, dengan melibatkan 25 siswa kelas V sebagai subjek penelitian. Siklus pertama menunjukkan bahwa hanya 24% siswa yang mencapai ketuntasan belajar, sementara 76% siswa belum memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Pada siklus kedua, setelah dilakukan perbaikan dan penerapan media dinding, terjadi peningkatan signifikan, dengan 84% siswa berhasil mencapai ketuntasan belajar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media dinding efektif dalam membantu siswa memahami teknik sikap lilin dengan lebih jelas, yang pada gilirannya meningkatkan hasil belajar mereka. Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa media dinding merupakan alat bantu pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan keterampilan siswa di bidang Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

Kata Kunci: Sikap Lilin, Media Dinding, PTK



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

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan salah satu aspek penting dalam kurikulum pendidikan di Indonesia, yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan fisik dan mental siswa. Salah satu gerakan dasar yang diajarkan dalam pendidikan jasmani adalah sikap lilin, yang merupakan bagian dari senam lantai. Sikap lilin membutuhkan keseimbangan, kekuatan, dan teknik yang tepat, sehingga penting untuk menggunakan metode pembelajaran yang efektif. Media pembelajaran memainkan peran yang krusial dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Penggunaan media dinding sebagai alat bantu dalam pembelajaran sikap lilin dapat memberikan keuntungan signifikan bagi siswa dalam memahami dan melatih teknik tersebut. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan media dinding dapat meningkatkan hasil belajar siswa secara signifikan, seperti yang terlihat dalam penelitian di SMP Negeri 1 Bontonompo Selatan, di mana hasil belajar sikap lilin meningkat dari 16% menjadi 96,87% setelah penerapan media dinding (Marwah, 2024).

Media dinding berfungsi sebagai alat bantu visual dan fisik yang memungkinkan siswa berlatih dengan lebih aman dan efektif. Dengan menggunakan dinding sebagai penopang, siswa dapat lebih mudah menjaga keseimbangan saat melakukan sikap lilin. Hal ini mengurangi risiko cedera dan meningkatkan kepercayaan diri siswa saat berlatih. Penelitian juga menunjukkan bahwa media dinding mampu membantu siswa memahami teknik dasar dengan lebih baik karena mereka dapat melihat dan merasakan posisi tubuh yang benar saat melakukan gerakan (Wardana, 2024).

Keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran merupakan faktor penting yang mempengaruhi hasil belajar. Media dinding dapat meningkatkan keterlibatan siswa dengan memberikan pengalaman belajar yang lebih interaktif dan menyenangkan. Ketika siswa dapat melihat langsung hasil latihan mereka di depan dinding, mereka cenderung lebih termotivasi untuk berlatih dan memperbaiki teknik mereka. Penelitian ini akan menggunakan pendekatan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan desain deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian adalah siswa kelas tertentu di UPT SPF SDI Bangkala III. Data akan dikumpulkan melalui observasi dan tes keterampilan sebelum dan sesudah penerapan media dinding. Analisis data akan dilakukan secara deskriptif untuk melihat peningkatan keterampilan siswa. Beberapa studi menunjukkan hasil positif dari penerapan media dinding dalam pembelajaran sikap lilin. Misalnya, penelitian di SMA Negeri 1 Soka menunjukkan bahwa penggunaan media dinding meningkatkan hasil belajar sikap lilin dari 16% pada pra-siklus menjadi 75% pada siklus pertama dan mencapai 96,87% pada siklus kedua. Hasil ini menunjukkan bahwa media dinding dapat secara signifikan mempengaruhi keterampilan motorik siswa (Mawa et al., 2017).

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan metode pembelajaran senam lantai di sekolah dasar. Dengan menerapkan media dinding, diharapkan siswa tidak hanya dapat meningkatkan keterampilan fisik mereka tetapi juga membangun kepercayaan diri dan motivasi belajar yang lebih tinggi. RPP akan disusun berdasarkan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai. Dalam RPP tersebut, langkah-langkah penggunaan media dinding dalam latihan sikap lilin akan dijelaskan secara rinci, termasuk cara mengatur posisi tubuh dan teknik pernapasan yang tepat saat melakukan gerakan tersebut. Setelah pelaksanaan pembelajaran, evaluasi akan dilakukan untuk mengukur peningkatan keterampilan siswa. Penilaian akan mencakup aspek afektif, kognitif, dan psikomotorik. Data hasil evaluasi akan digunakan untuk merefleksikan keberhasilan metode yang diterapkan serta merencanakan tindakan perbaikan jika diperlukan.

Dari tinjauan awal terhadap literatur dan penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa penerapan media dinding memiliki potensi besar untuk meningkatkan hasil belajar sikap lilin di UPT SPF SDI Bangkala III. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh data empiris yang kuat mengenai efektivitas penggunaan media dinding dalam pembelajaran senam lantai. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi lebih lanjut tentang bagaimana penerapan media dinding dapat meningkatkan hasil belajar sikap lilin pada siswa di UPT SPF SDI Bangkala III. Diharapkan penelitian ini tidak hanya memberikan manfaat bagi siswa tetapi juga bagi pengembangan kurikulum pendidikan jasmani secara keseluruhan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang bertujuan untuk memperbaiki dan mengatasi berbagai masalah yang muncul selama proses pembelajaran (Syarifudin, 2021). Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kualitas

pembelajaran dengan cara memperbaiki masalah yang dihadapi antara siswa dan guru. Melalui PTK, diharapkan akan ada perubahan yang dapat memperbaiki proses pembelajaran secara keseluruhan, serta memberikan solusi yang lebih baik dalam mencapai tujuan pendidikan. Pendekatan ini melibatkan keterlibatan aktif antara siswa dan guru untuk mengidentifikasi masalah dan menemukan tindakan yang dapat diterapkan dalam pembelajaran (Arikunto, 2021).

Penelitian ini melibatkan 25 siswa kelas V UPT SPF SD Negeri Labuang Baji II, dengan instrumen penilaian yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Data dikumpulkan melalui observasi, tes, dan dokumentasi, serta dianalisis menggunakan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) untuk menilai tingkat keberhasilan siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui tes dan dokumentasi, dan hasilnya akan digunakan untuk menentukan seberapa efektif metode pembelajaran dalam meningkatkan keterampilan servis bulutangkis siswa. Diharapkan dengan menggunakan metode drill, keterampilan siswa dalam servis bulutangkis akan meningkat secara signifikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar sikap lilin pada siswa kelas V di UPT SPF SDI Bangkala III dengan menerapkan media dinding. Media dinding digunakan sebagai alat bantu pembelajaran untuk memperkuat pemahaman dan keterampilan siswa dalam melakukan sikap lilin. Dalam penelitian ini, data dikumpulkan dari sekelompok siswa yang mengikuti pembelajaran pada bulan Maret. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengevaluasi efektivitas penggunaan media dinding dalam meningkatkan hasil belajar siswa, khususnya dalam keterampilan sikap lilin.

Proses penelitian dilakukan dalam dua siklus yang masing-masing memiliki tujuan untuk memperbaiki dan mengoptimalkan hasil pembelajaran. Siklus pertama difokuskan untuk mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan dari pembelajaran yang sudah diterapkan, sementara siklus kedua berfokus pada penanganan kekurangan tersebut. Penelitian ini mengikuti langkah-langkah dalam penelitian tindakan kelas yang meliputi perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana penggunaan media dinding dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan sikap lilin, serta memperbaiki kualitas pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

Tabel 4.1 Hasil Belajar Siswa Siklus I

No	Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
1	>75	6	24%
2	<75	19	76%
	Jumlah	25	100%

Berdasarkan hasil yang tercatat dalam Tabel 4.1 mengenai hasil belajar siswa pada Siklus I, dapat dilihat bahwa dari total 25 siswa, sebanyak 6 siswa (24%) berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara 19 siswa (76%) memperoleh nilai di bawah 75. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa belum mencapai tingkat ketuntasan yang diharapkan dalam pembelajaran sikap lilin pada Siklus I. Secara keseluruhan, hasil ini mengindikasikan perlunya perbaikan dalam

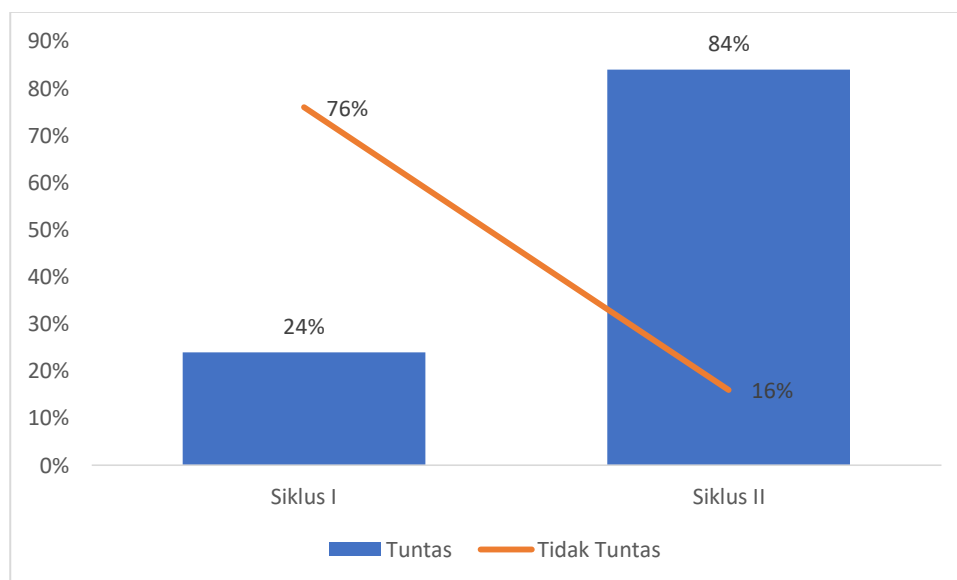
metode pembelajaran yang diterapkan agar lebih banyak siswa dapat mencapai nilai yang diinginkan, yakni di atas 75.

Tabel 4.2 Hasil Belajar Siswa Siklus II

No	Ketuntasan	Frekuensi	Persentase
1	>75	21	84%
2	<75	4	16%
	Jumlah	25	100%

Berdasarkan hasil yang tercatat dalam Tabel 4.2 mengenai hasil belajar siswa pada Siklus II, terlihat bahwa ada peningkatan signifikan dalam ketuntasan belajar siswa. Dari total 25 siswa, sebanyak 21 siswa (84%) berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara hanya 4 siswa (16%) yang memperoleh nilai di bawah 75. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan perbaikan dalam pembelajaran pada Siklus II berhasil meningkatkan kualitas hasil belajar siswa. Sebagian besar siswa kini telah mencapai target yang diharapkan, yaitu memperoleh nilai di atas 75, yang menandakan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan mereka setelah perbaikan dilakukan.

Gambar 1. Grafik Perbandingan Siklus I dan II



Perbandingan hasil belajar siswa antara Siklus I dan Siklus II menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan. Pada Siklus I, hanya 6 siswa (24%) yang mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara 19 siswa (76%) memperoleh nilai di bawah 75. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa belum mencapai target yang diinginkan. Sebaliknya, pada Siklus II, jumlah siswa yang mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75 meningkat pesat menjadi 21 siswa (84%), sedangkan hanya 4 siswa (16%) yang mendapatkan nilai di bawah 75.

Peningkatan ini menggambarkan efektivitas perbaikan yang diterapkan dalam proses pembelajaran antara kedua siklus. Dalam Siklus II, lebih banyak siswa yang berhasil mencapai nilai yang diharapkan, yaitu di atas 75, yang menandakan bahwa upaya perbaikan dalam metode

pembelajaran memberikan dampak positif terhadap hasil belajar siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran yang dilakukan pada Siklus II lebih berhasil dalam meningkatkan keterampilan dan pemahaman siswa dibandingkan dengan Siklus I.

Pembahasan hasil penelitian ini berfokus pada upaya peningkatan hasil belajar siswa dalam keterampilan sikap lilin melalui penerapan media dinding pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di UPT SPF SDI Bangkala III. Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, yang masing-masing memiliki tujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan hasil belajar siswa. Siklus pertama bertujuan untuk mengevaluasi penerapan metode pembelajaran yang dilakukan, sementara siklus kedua difokuskan pada perbaikan berdasarkan evaluasi yang dilakukan pada siklus pertama.

Hasil yang diperoleh pada Siklus I menunjukkan bahwa hanya 6 siswa (24%) yang mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara mayoritas siswa, yaitu 19 siswa (76%), masih berada di bawah ketuntasan dengan nilai kurang dari 75. Angka ini mencerminkan bahwa metode yang diterapkan pada Siklus I belum efektif dalam meningkatkan keterampilan sikap lilin siswa. Beberapa faktor yang mungkin mempengaruhi hasil ini antara lain kurangnya pemahaman siswa terhadap teknik sikap lilin, serta kurangnya motivasi atau perhatian siswa selama pembelajaran. Meskipun demikian, Siklus I memberikan informasi penting mengenai area yang perlu diperbaiki, terutama dalam hal penyampaian materi dan penggunaan media yang lebih mendukung pembelajaran.

Pada Siklus II, dilakukan perbaikan yang lebih terfokus pada penguatan penggunaan media dinding sebagai alat bantu visual dalam menjelaskan langkah-langkah dan teknik sikap lilin. Penerapan media dinding ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih jelas dan mudah dipahami oleh siswa. Hasil yang diperoleh pada Siklus II menunjukkan peningkatan yang signifikan, dengan 21 siswa (84%) berhasil mencapai ketuntasan belajar dengan nilai di atas 75, sedangkan hanya 4 siswa (16%) yang masih mendapatkan nilai di bawah 75. Peningkatan ini menandakan bahwa perbaikan yang dilakukan pada Siklus II berhasil memberikan dampak positif terhadap hasil belajar siswa.

Beberapa faktor yang mempengaruhi peningkatan ini antara lain penggunaan media dinding yang efektif dalam memvisualisasikan teknik dan langkah-langkah dalam sikap lilin. Media ini membantu siswa untuk lebih memahami urutan gerakan, sehingga mereka dapat mengikutinya dengan lebih baik. Selain itu, pembelajaran yang lebih interaktif dan partisipatif juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan keterampilan siswa. Siswa yang terlibat aktif dalam proses pembelajaran cenderung lebih mudah memahami materi dan lebih termotivasi untuk mengembangkan keterampilannya.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan media dinding dalam pembelajaran sikap lilin dapat meningkatkan hasil belajar siswa secara signifikan. Penerapan media yang sesuai dengan kebutuhan siswa dapat memfasilitasi pemahaman yang lebih baik terhadap materi pembelajaran. Selain itu, siklus perbaikan yang dilakukan dalam penelitian ini menggarisbawahi pentingnya refleksi dan evaluasi dalam setiap proses pembelajaran, guna mencapai hasil yang optimal. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pemahaman tentang efektivitas media pembelajaran dalam meningkatkan keterampilan siswa dalam bidang olahraga, khususnya dalam pembelajaran sikap lilin.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan media dinding dalam pembelajaran sikap lilin pada siswa kelas V di UPT SPF SDI Bangkala III terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Pada Siklus I, hanya 24% siswa yang mencapai ketuntasan belajar, sedangkan pada Siklus II, terjadi peningkatan signifikan dengan 84% siswa

yang berhasil mencapai ketuntasan. Penerapan media dinding sebagai alat bantu visual dalam menjelaskan teknik dan langkah-langkah sikap lilin membantu siswa untuk lebih memahami materi dengan lebih jelas dan mudah, sehingga keterampilan mereka meningkat.

Selain itu, perbaikan yang dilakukan berdasarkan hasil evaluasi pada Siklus I, seperti penggunaan media yang lebih mendukung dan pembelajaran yang lebih interaktif, berkontribusi besar terhadap peningkatan hasil belajar siswa pada Siklus II. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan siswa, serta proses refleksi yang kontinu dalam setiap siklus, dapat meningkatkan kualitas pembelajaran dan hasil belajar siswa secara signifikan. Penelitian ini memberikan bukti bahwa media dinding dapat menjadi salah satu alternatif yang efektif dalam mengoptimalkan pembelajaran olahraga di sekolah dasar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu dalam pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih kepada pihak sekolah, guru, dan siswa yang telah berpartisipasi dengan antusias. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk pengembangan pembelajaran di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2021). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan edisi 3*. Bumi Aksara.
- Marwah, M. (2024). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Sikap Lilin Menggunakan Media Alat Bantu Tembok Pada Siswa SMP Negeri 1 Bontonompo Selatan. *Global Journal Sport Science*, 2(3), 1137–1144.
- Mawa, M., Rif'at, M., & Wibowo, D. (2017). UPAYA MEMFASILITASI BEROLAHRAGA LOMPAT TINGGI BERBASIS REKREASI PADA SISWA KELAS VI SEKOLAH DASAR NEGERI 04 NANGA PINOH. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (Penjaskesrek)*, 4(1), 21–27.
- Syaifudin, S. (2021). Penelitian Tindakan Kelas. *Journal Of Islamic Studies*, 1(2).
- Wardana, C. P. (2024). UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN SIKAP LILIN MENGGUNAKAN MEDIA BANTU PADA SISWA KELAS VII B SMPN 14 SEMARANG. *Prosiding Webinar Penguatan Calon Guru Profesional*, 223–232.