

PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN *AUDIO VISUAL* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG

Nurhidayat

Universitas Muhammadiyah Surakarta

nurhidayat@ums.ac.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang pada siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun pelajaran 2011/2012 dengan menggunakan media pembelajaran *audio-visual*. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Sumber data penelitian ini adalah siswa kelas IX D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/2012 berjumlah 23 orang yang terdiri atas 11 siswa putra dan 12 siswa putri. Teknik pengumpulan data dengan observasi dan penilaian hasil belajar senam lantai guling belakang. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif yang didasarkan pada analisis kuantitatif dengan prosentase. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa: penerapan media pembelajaran *audio-visual* dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang siswa kelas IX D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/2012. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. Hasil belajar senam lantai guling belakang pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 65,22% atau 15 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan prosentase hasil belajar siswa dalam kategori tuntas sebesar 86,96% atau sejumlah 20 siswa.

Kata Kunci: Media Pembelajaran, Audio Visual, Guling belakang

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Hal ini sesuai dengan pendapat Toho Cholik Mutohir & Rusli Lutan (2001: 2) bahwa: Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerakan fisik. Pendidikan sebagai salah satu sub-sistem pendidikan yang berperan yang penting dalam mengembangkan kualitas manusia Indonesia.

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan tunggal yang cakupannya cukup luas. Sebagai upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani, maka di dalam kurikulum pendidikan jasmani diajarkan berbagai macam cabang olahraga. Namun demikian materi yang diajarkan dalam pendidikan jasmani didasarkan pada tingkat jenjang pendidikan masing-masing. Ini artinya, materi pendidikan jasmani antara jenjang pendidikan paling bawah (Sekolah Dasar) berbeda dengan Sekolah Menengah Pertama (SMP) maupun Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Kejuruan (SMK).

Dalam pembelajaran penjas di SMP ada beberapa kompetensi yang harus dikuasai oleh seorang siswa, salah satunya yaitu Aktivitas senam / uji diri yang berisi tentang kegiatan yang berhubungan dengan ketangkasan seperti, senam lantai, senam alat dan aktivitas fisik lainnya yang

bertujuan untuk melatih keberanian, kapasitas diri, dan pengembangan aspek pengetahuan yang relevan serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Di dalam uji diri ada beberapa materi senam lantai yaitu guling depan, guling belakang, sikap lilin, meroda, guling lenting dan lain-lain.

Dalam memberikan materi ajar seorang pendidik atau seorang guru dituntut untuk kreatif dan berinovatif agar tujuan pembelajaran tercapai sesuai yang diharapkan. Untuk mendukung pelaksanaan pembelajaran tersebut diperlukan media pembelajaran yang sesuai dengan keadaan siswa dan materi pembelajaran tak terkecuali dalam mengajar penjas di sekolah.

Berkembangnya teknologi komunikasi belakangan ini telah mendorong perubahan yang besar tentang cara-cara berkomunikasi. Semisal, dengan adanya internet kita bisa mengirim dan menerima pesan baik berupa tekstual, gambar maupun audio visual dari manapun dan kapan pun. Dengan kemajuan teknologi komunikasi akan mendorong perubahan bagaimana cara-cara mengajar dan pembelajaran itu dilakukan. Sebagai bagian teknologi komunikasi, multimedia misalnya telah memberikan perubahan penting dalam sistem pendidikan dan memberikan dampak dalam cara guru mengkomunikasikan informasi kepada muridnya.

Berdasarkan hasil observasi pra penelitian yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 3 Sukoharjo kelas IX-D, masih banyak siswa-siswi di kelas tersebut masih mengalami kesulitan dalam melakukan teknik guling belakang yang mengakibatkan hasil belajar siswa rendah. Disini masih banyak siswa yang merasa takut dalam melakukan guling belakang karena belum begitu mengetahui secara benar teknik guling belakang. Kesulitan yang sering dialami siswa pada gerakan guling belakang di antaranya, tidak dapat membuat posisi badan sebulat mungkin, dari gerakan roll ke belakang tidak bisa diakhiri dengan sempurna, badan tidak dapat berguling dan lain sebagainya. Hal tersebut menunjukkan proses pembelajaran yang belum melibatkan siswa secara aktif, guru masih menjadi pusat pembelajaran serta masih kurangnya media pembelajaran dan modifikasi alat pembelajaran untuk mencapai tujuan belajar. Akan tetapi para siswa di sini berani melakukan gerakan guling belakang setelah guru memberikan contoh gerakan beberapa kali lebih dari 5 kali.

Dari permasalahan di atas maka peneliti melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan berbantuan media pembelajaran audio-visual untuk mempermudah pembelajaran pada siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo dengan judul "Penerapan Media Pembelajaran *Audio-Visual* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Belakang"

Bertolak dari permasalahan yang diuraikan di atas dapat dirumuskan sebagai berikut : "Bagaimanakah penggunaan media pembelajaran audio-visual dapat meningkatkan hasil belajar guling belakang siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun pelajaran 2011 / 2012?" Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar senam lantai guling belakang pada siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun pelajaran 2011 / 2012, melalui penggunaan media pembelajaran *audiovisual*. Bagi Guru Penjas kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo Tahun Pelajaran 2011 / 2012, dapat menjadi bahan acuan dalam menyusun rencana dan melaksanakan pembelajaran menggunakan media pembelajaran yang sesuai. Bagi Siswa IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo Tahun Pelajaran 2011 / 2012, dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman dan hasil belajar senam lantai guling belakang pada mata pelajaran pendidikan jasmani.

PENDEKATAN & METODE PENELITIAN

Subjek dalam Penelitian Tindakan Kelas ini adalah siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo Tahun Ajaran 2011 / 2012, yang berjumlah 23 siswa, yang terdiri dari 12 siswa putri dan 11 siswa putra. Sumber data dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini adalah sebagai berikut: 1) Siswa, untuk mendapatkan data tentang roll belakang dengan penggunaan media pembelajaran *audio-visual* pada siswa kelas IX- D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/ 2012. 2) Guru, untuk melihat tingkat keberhasilan penggunaan media pembelajaran *audio-visual* pada pembelajaran roll belakang di SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun pelajaran 2011/ 2012. 3) Kolaborator, untuk teman diskusi dalam tahap refleksi dan melihat tingkat keberhasilan penggunaan media pembelajaran *audio-visual* pada pembelajaran roll belakang di SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun pelajaran 2011/ 2012.

Data Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dikumpulkan dan disusun melalui teknik pengumpulan data meliputi: tes dan observasi. Tes: dipergunakan untuk mendapatkan data tentang hasil belajar roll belakang yang dilakukan siswa. Observasi: dipergunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa dan guru selama mengikuti proses belajar mengajar roll belakang dengan penggunaan media *audio-visual*.

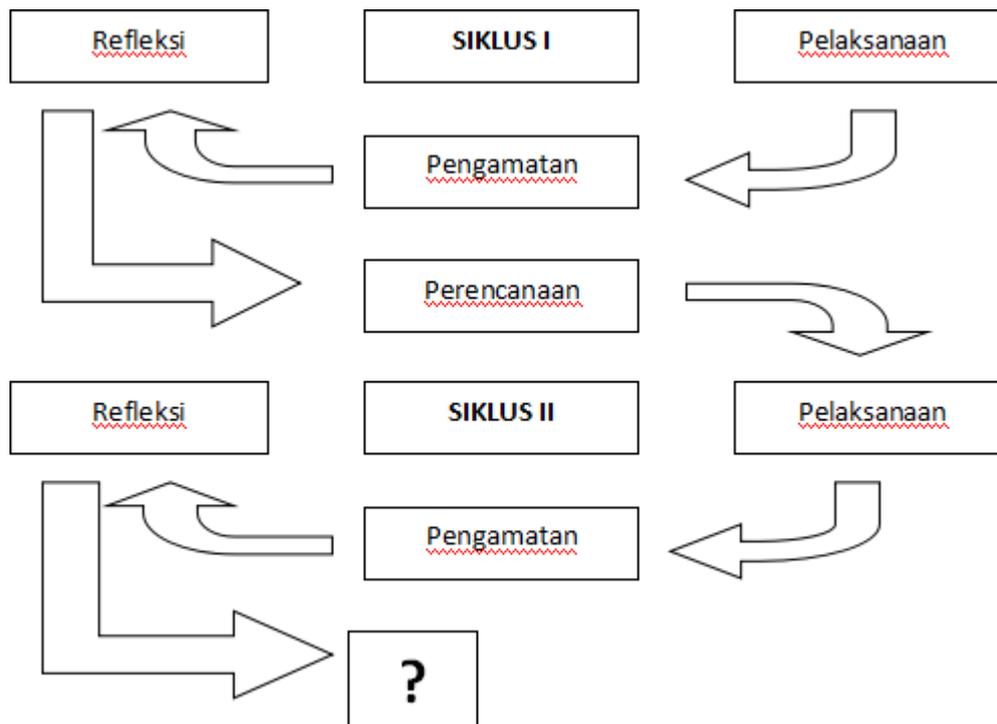
Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan teknik prosentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran.

1. Kemampuan melakukan rangkaian gerakan keterampilan roll belakang: dengan menganalisis rangkaian gerakan roll belakang. Kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.
2. Hasil belajar roll belakang siswa : dengan menganalisis nilai yang diperoleh siswa setiap aspeknya kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.

Penelitian berupa Penelitian Tindakan Kelas (PTK) direncanakan sejak bulan april 2011, Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau Classroom Action Research (CAR). Langkah – langkah PTK secara prosedurnya dilaksanakan secara partisipatif atau kolaboratif antara (guru dengan tim lainnya) bekerjasama, mulai dari tahap orientasi hingga penyusunan rencana tindakan dalam siklus pertama, diskusi yang bersifat analitik, kemudian dilanjutkan dengan refleksi – evaluatif atas kegiatan yang dilakukan pada siklus pertama, untuk kemudian mempersiapkan rencana modifikasi, koreksi, atau pembetulan, dan penyempurnaan pada siklus berikutnya.

Dalam satu siklus terdiri dari empat langkah, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Penjelasan mengenai alur penelitian tindakan tersebut dipaparkan melalui penjelasan sebagai berikut :

1. Perencanaan adalah langkah yang dilakukan guru ketika akan memulai tindakannya tentang apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa, dan bagaimana penelitian itu dilakukan.
2. Pelaksanaan adalah implementasi dari rencana yang sudah dibuat.
3. Pengamatan adalah proses mencermati jalannya pelaksanaan tindakan.
4. Refleksi adalah langkah mengingat kembali kegiatan yang sudah lampau yang dilakukan oleh guru dan siswa



Gambar 1. Bagan Siklus Penelitian (Arikunto, 2008: 16)

Aktivitas dalam penelitian tindakan ini diawali dengan perencanaan tindakan (planning), penerapan tindakan dan mengobservasi tindakan (Action and Observation), dan melakukan refleksi (reflection). Setelah kegiatan refleksi pada siklus I diadakan perencanaan perbaikan untuk menuju siklus selanjutnya, sampai perbaikan atau peningkatan yang diharapkan tercapai sesuai kriteria keberhasilan. Pada dasarnya setiap guru mempunyai kriteria keberhasilan yang berbeda dan oleh karena itu semuanya juga tergantung pada guru yang mengajar tentunya berdasarkan pada kurikulum yang berlaku pada saat itu.

Penelitian ini dilaksanakan dalam 2 siklus:

1. Rancangan Siklus I

a. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini peneliti dan guru kelas menyusun skenario pembelajaran yang terdiri dari :

- 1) Membuat rencana pembelajaran dengan mengacu pada tindakan (*treatment*) yang diterapkan dalam PTK, yaitu pembelajaranguling belakang.
- 2) Menyusun instrumen yang digunakan dalam siklus PTK, yaitu penilaian guling belakang.
- 3) Menyiapkan media yang diperlukan untuk membantu pembelajaran.
- 4) Menyusun alat evaluasi pembelajaran.

b. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan melaksanakan skenario pembelajaran yang telah direncanakan, sebagai berikut :

- 1) Menjelaskan kegiatan belajar mengajar secara umum
 - 2) Melakukan pemanasan.
 - 3) Melakukan teknik guling belakang setelah diperlihatkan video guling belakang.
 - 4) Melakukan rangkaian gerakan guling belakang.
 - 5) Melaksanakan penenangan / pendinginan.
- c. Pengamatan Tindakan
Pengamatan dilakukan terhadap: (1) Hasil belajar guling belakang; (2) Kemampuan melakukan rangkaian gerakan guling belakang.
- d. Tahap Evaluasi (Refleksi)
Refleksi merupakan uraian tentang prosedur analisis terhadap hasil penelitian dan refleksi berkaitan dengan proses dan dampak tindakan perbaikan yang dilaksanakan serta kriteria dan rencana bagi siklus tindakan berikutnya.
Persentase indikator pencapaian keberhasilan penelitian pada tabel berikut:

Tabel 1. Persentase target capaian

Aspek yang diukur	Persentase target capaian			Cara mengukur
	Kondisi awal	Siklus 1	Siklus 2	
Hasil belajar guling belakang.	21,74%	60%	80 %	Dinilai saat guru memberikan tes roll / guling belakang pada akhir siklus.

2. Rancangan Siklus II

Pada rancangan siklus II tindakan dikaitkan dengan hasil yang telah dicapai pada tingkatan siklus I sebagai upaya perbaikan dari siklus tersebut dengan materi pembelajaran sesuai dengan silabus mata pelajaran pendidikan jasmani. Demikian juga termasuk perwujudan tahap pelaksanaan, observasi dan refleksi yang juga mengacu pada siklus sebelumnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Siklus I

Pembelajaran senam lantai guling belakang dengan menggunakan media pembelajaran *audiovisual* pada Siklus I adalah pengenalan teknik dasar guling belakang yang meliputi; (1) Memperhatikan video , (2) Mempraktikkan teknik guling belakang sesuai tayangan video.

Tindakan Siklus I dilaksanakan 2 kali pertemuan (2 x 40 menit) dalam waktu 2 minggu pada bulan September. Adapun tahapan-tahapan yang dilakukan pada siklus I adalah sebagai berikut:

Dari hasil pengamatan guru bahwa hasil belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani pokok bahasan gerak dasar senam lantai guling belakang setelah

menggunakan media pembelajaran *audio-visual* ternyata mengalami peningkatan dari pertemuan pertama ke pertemuan kedua pada siklus I. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil observasi di bawah ini :

Tabel 2. Deskripsi Data Hasil Belajar Siswa Akhir Siklus I

No	Nama	Afektif	Kognitif	Psikomotor	Total Nilai	Ket
1	Akbar Bima Pasific	30	17,78	33,33	81,11	Tuntas
2	Amellia Putri K	28	20	37,5	85,5	Tuntas
3	Anissa Budi Utami	26	17,78	37,5	81,28	Tuntas
4	Aseanna Cahyaningtyas	24	20	29,17	73,17	Tidak Tuntas
5	Avifah Anis Rakhmatika	24	15,56	37,5	77,06	Tidak Tuntas
6	Bagas Nur Bawono Abdullah	26	15,56	33,33	74,89	Tidak Tuntas
7	Bayu Aji Prabowo	30	20	41,67	91,67	Tuntas
8	Dessy Sapta Rini	24	20	33,33	77,33	Tidak Tuntas
9	Fajar Romadzani	28	20	37,5	85,5	Tuntas
10	Ferdian Ahya Al Putra	26	20	37,5	83,5	Tuntas
11	Hana Maharani Fahimah	28	15,56	37,5	81,06	Tuntas
12	Istiqomah Nurhayati Haryanto	24	20	29,17	73,17	Tidak Tuntas
13	Izzan Julda De Purwadi Putra	28	20	41,67	89,67	Tuntas
14	Luthfi Putri Pambayun	24	20	37,5	81,5	Tuntas
15	Luthfia Nur Wachidah	24	20	29,17	73,17	Tidak Tuntas
16	Muhammad Inung Khairullah	26	20	37,5	83,5	Tuntas
17	Muhammad Ramadhan	30	17,78	37,5	85,28	Tuntas
18	Nurlaili Rahmawati	26	20	37,5	83,5	Tuntas
19	Rahmat Abadi Suharjo	20	20	37,5	77,5	Tidak Tuntas
20	Rois Cahya Kurniawan	28	20	37,5	85,5	Tuntas
21	Siti Wuryandari	26	17,78	29,17	72,95	Tidak Tuntas
22	Vania Santika Putri	28	20	37,5	85,5	Tuntas
23	Wisnu Prabowo	30	20	37,5	87,5	Tuntas
Jumlah Ketuntasan 15						
Persentase Ketuntasan 65,22%						

Berdasarkan hasil pengamatan / observasi selama pelaksanaan Tindakan I berlangsung, berdasarkan hasil pekerjaan siswa dapat identifikasi:

Hasil belajar siswa dalam pembelajaran senam lantai guling belakang setelah Tindakan I dilakukan menunjukkan hasil bahwa yang mencapai kriteria ketuntasan adalah 65,22%. Sesuai dengan KKM sekolah yaitu 80.

Dalam hal ini sejumlah 15 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 8 siswa Tidak Tuntas.

Dalam pelaksanaan Tindakan I terdapat kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolok ukur keberhasilan pelaksanaan tindakan I, adapun kelebihan dan pelaksanaan Tindakan I diantaranya :

Sebagian siswa merasa tertarik dengan metode baru yang disampaikan oleh peneliti yakni dengan penyampaian materi menggunakan video, sebab siswa sudah banyak yang berani melakukan guling belakang dikarenakan pemeran video tersebut anak seusia mereka yang tidak merasa takut dalam melakukan guling belakang.

Situasi kelas lebih menyenangkan, dan terkomando dengan baik, sehingga materi yang diberikan terarah karena menggunakan pemanasan game.

Akan tetapi dalam pelaksanaan Tindakan I ini masih terdapat kelemahan sehingga membuat kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan I, adapun kelemahan dan kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan I tersebut adalah:

Masih ada beberapa siswa belum dapat mempraktikkan beberapa gerak dasar guling belakang.

Siswa seringkali lupa dengan teknik gerakan yang telah diajarkan pada pertemuan sebelumnya, sehingga peneliti dan guru seringkali mengulangi pelaksanaan materi pada minggu lalu.

Siswa kurang aktif bertanya sehingga kekurangan atau kesalahan gerak dasar dan model pembelajaran yang dilakukan siswa kurang dapat dipantau oleh guru dan peneliti.

Masih ada siswa yang kurang berani melakukan gerakan teknik dasar karena malu dan masih takut.

a. Analisis dan Refleksi Tindakan I

Berdasarkan hasil observasi pada Tindakan I tersebut, peneliti melakukan analisis dan refleksi sebagai berikut:

- 1) Pelaksanaan proses belajar mengajar telah sesuai dengan rencana yang dibuat pada Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus I.
- 2) Prasiklus untuk mengetahui kemampuan siswa pada awal sebelum diberikan tindakan cukup menggambarkan kondisi awal kelas sebelum mendapatkan tindakan.
- 3) Model pembelajaran yang diterapkan oleh peneliti dan guru mampu mengatur kondisi kelas, sehingga proses belajar mengajar dapat berlangsung lebih maksimal.
- 4) Hasil pekerjaan siswa pada Pelaksanaan Tindakan I belum menunjukkan hasil yang maksimal walaupun telah menunjukkan peningkatan akan tetapi belum sesuai dengan target capaian pada siklus I. Secara lebih detail hasil kerja siswa selama Tindakan I, dijelaskan sebagai berikut:
 - a) Hasil belajar siswa dalam atas setelah Tindakan I dilakukan menunjukkan hasil bahwa pada proses akhir Siklus I sejumlah 15 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 8 siswa masuk dalam kriteria Tidak Tuntas. Hal ini menunjukkan hasil yang meningkat.
 - b) Apabila dibandingkan dengan data awal yang dimiliki hasil belajar siswa dalam belajar guling belakang menunjukkan hasil yang meningkat dari data awal.

- c) Kelebihan dan keberhasilan dalam pelaksanaan tindakan pada siklus I, akan dipertahankan dan ditingkatkan.
- d) Dalam mengantisipasi kelemahan dan kekurangan yang ditemukan selama pelaksanaan Tindakan I, maka disusun langkah antisipatif, yakni : Siswa diminta mengingat gerakan dasar senam lantai guling belakang sesuai yang telah diajarkan.
- e) Peneliti harus lebih memperhatikan siswa yang belum cukup berani melakukan guling belakang, agar mereka lebih termotivasi dalam kegiatan belajar mengajar.

Berdasarkan hasil belajar yang dicapai siswa pada siklus I dapat diketahui bahwa masih belum menunjukkan hasil yang memuaskan sehingga pembelajaran perlu dilanjutkan pada siklus berikutnya.

b. Diskripsi Data Tindakan I

Selama Pelaksanaan Tindakan I maka peneliti dan guru melakukan pengambilan data penelitian. Adapun diskripsi data yang diambil terdiri dari; tes unjuk kerja kemampuan guling belakang (psikomotor), pengamatan sikap/aktivitas siswa (afektif), pemahaman konsep gerak (kognitif) siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/2012.

Berdasarkan hasil diskripsi data awal, hasil belajar siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/2012 setelah diberikan Tindakan I adalah; Sejumlah 15 siswa telah mencapai kriteria Tuntas sedangkan 8 siswa Tidak Tuntas. Dengan prosentase ketuntasan 65,22%

2. Siklus II

Dalam melakukan observasi dan interpretasi tindakan II peneliti berkolaborasi dengan guru yang bersangkutan sebagai pengelola kelas, adapun pelaksanaan Tindakan II, yakni :

Peneliti mengamati proses pembelajaran guling belakang dengan penerapan media pembelajaran *audio-visual* pada siswa kelas IX-D SMPN 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/2012.

Sebelum pembelajaran dilangsungkan peneliti dan guru bersangkutan menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II, sebagai pedoman atau acuan dalam proses pelaksanaan pembelajaran.

Peneliti dan guru memberikan motivasi kepada siswa agar mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Sebelumnya peneliti dan guru memberikan gerakan guling belakang dengan video. Siswa dengan semangat melakukan apa yang di perintah oleh guru. Berdasarkan hasil pengamatan terhadap proses belajar mengajar diperoleh

gambaran tentang motivasi dan aktivitas siswa selama kegiatan belajar mengajar berlangsung, yaitu siswa yang aktif selama pemberian materi guling belakang sebesar 80%, sedangkan 20% lainnya masih memberikan respon yang kurang serius terhadap materi. Dari hasil wawancara dengan siswa yang kurang aktif selama kegiatan belajar mengajar berlangsung, diperoleh penjelasan bahwa di antara mereka ada yang kurang menyukai materi, dan tidak bisa melakukan unjuk kerja praktik guling belakang karena malu khususnya siswa perempuan.

Guru, peneliti dan siswa selalu memberikan *applause* pada setiap penampilan siswa. Guru dan peneliti juga memberikan *reward* berupa pujian, seperti: “Bagus sekali”, “Ya Sudah Benar”, “Ya Bagus”, dan lain-lain. Suasana tampak hidup dengan semangat dan antusiasme siswa yang tinggi.

Peneliti bersama guru melakukan penilaian melalui lembar obeservasi siswa, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa dalam menerima pembelajaran senam lantai guling belakang dengan penggunaan media *audio-visual*.

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti dan kolaborator selama proses pembelajaran berlangsung menunjukkan perubahan hasil belajar siswa ke arah yang positif. Berikut perubahan yang ditunjukkan siswa selama siklus II:

Tabel 3. Deskripsi Data Hasil Belajar Siswa Akhir Siklus II

No	Nama	Afektif	Kognitif	Psikomotor	Jumlah
1	Akbar Bima P	30	20	33,33	83,33
2	Amellia Putri K	28	20	37,5	85,5
3	Anissa Budi U	30	17,78	37,5	85,28
4	Aseanna Cahyaning	28	20	29,17	77,17
5	Avifah Anis R	30	17,78	37,5	85,28
6	Bagas Nur Bawono A	28	17,78	37,5	83,28
7	Bayu Aji Prabowo	30	20	41,67	91,67
8	Dessy Sapta R	28	20	37,5	85,5
9	Fajar Romadzani	28	20	41,67	89,67
10	Ferdian Ahya Al Putra	28	20	33,33	81,33
11	Hana Maharani Fahimah	28	17,78	37,5	83,28
12	Istiqomah Nurhayati Haryanto	28	20	37,5	85,5
13	Izzan Julda De Purwadi Putra	28	17,78	41,67	87,45
14	Luthfi Putri Pambayun	28	20	37,5	85,5
15	Luthfia Nur Wachidah	26	20	29,17	75,17
16	Muhammad Inung	28	20	37,5	85,5

	Khairullah				
17	Muhammad Ramadhan	30	20	37,5	87,5
18	Nurlaili Rahmawati	26	20	37,5	83,5
19	Rahmat Abadi Suharjo	28	20	37,5	85,5
20	Rois Cahya Kurniawan	30	20	37,5	87,5
21	Siti Wuryandari	26	20	29,17	75,17
22	Vania Santika Putri	30	20	41,67	91,67
23	Wisnu Prabowo	30	20	41,67	91,67

Jumlah ketuntasan 20

Persentase ketuntasan 86,96%

Berdasarkan hasil pengamatan / observasi selama pelaksanaan Tindakan II berlangsung, berdasarkan hasil pekerjaan siswa dapat identifikasi:

- 1) Hasil belajar siswa dalam materi senam lantai guling belakang setelah Tindakan II dilakukan menunjukkan hasil bahwa yang mencapai kriteria ketuntasan adalah 86,96%. Sesuai dengan KKM sekolah yaitu 80.
- 2) Sejumlah 20 Siswa mencapai kriteria Tuntas sedangkan 3 siswa Tidak Tuntas. Telah memenuhi target dengan capaian berhasil lebih dari target capaian yang diharapkan.

Dalam pelaksanaan Tindakan II terdapat kelebihan yang dapat digunakan sebagai tolok ukur keberhasilan pelaksanaan tindakan II, adapun kelebihan dan pelaksanaan Tindakan II diantaranya :

Sebagian siswa telah mampu menunjukkan gerakan guling belakang dengan baik. Walau ada sebagian kecil siswa yang belum dapat menunjukkan gerakan guling belakang dengan benar. Siswa lebih tertarik dengan pemanasan model game atau permainan dan sebagai penguat peneliti melakukan pemanasan statis yang mengarah ke gerakan guling belakang.

Akan tetapi dalam pelaksanaan Tindakan II ini masih terdapat kelemahan sehingga membuat kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan II, adapun kelemahan dan kekurangan dalam pelaksanaan Tindakan II tersebut adalah: Masih ada siswa yang kurang serius sehingga penerimaan materi pembelajaran kurang maksimal diterima.

a. Analisis dan Refleksi Tindakan II

Berdasarkan hasil observasi pada Tindakan II tersebut, peneliti melakukan analisis dan refleksi sebagai berikut:

- 1) Jumlah dan frekuensi pertemuan pada Siklus II telah menunjukan hasil yang sesuai yakni 2 kali pertemuan, sebab materi yang diberikan sedikit hanya penguatan pada sebagian siswa sedangkan sebagian lain adalah penyempurnaan gerakan.
- 2) Pelaksanaan proses belajar mengajar telah sesuai dengan rencana yang dibuat apa Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Siklus II.
- 3) Model pembelajaran dengan alat bantu pembelajaran yang diterapkan oleh peneliti dan guru mampu mengatur kondisi kelas, sehingga proses belajar mengajar serta transfer materi dapat berlangsung lebih maksimal, serta penguatan materi yang dilakukan pada siklus II dapat terlaksana dengan baik.

- 4) Motivasi siswa selama mengikuti proses belajar mengajar pada Tindakan II, cenderung naik.

Hasil pekerjaan siswa pada Pelaksanaan Tindakan II menunjukkan hasil yang meningkat dibandingkan dengan hasil yang diperoleh pada siklus I. Secara lebih detail hasil kerja siswa selama Tindakan II, dijelaskan sebagai berikut :Hasil belajar siswa dalam materi senam lantai guling belakang setelah Tindakan II dilakukan menunjukkan hasil bahwa pada proses akhir Siklus II menunjukkan hasil bahwa sejumlah 20 siswa telah masuk dalam kriteria Tuntas, dan sedangkan 3 siswa masuk dalam kriteria Tidak Tuntas. Hal ini menunjukkan hasil yang meningkat. Sejumlah 20 Siswa mencapai kriteria Tuntas sedangkan 3 siswa Tidak Tuntas, telah memenuhi target dengan capaian berhasil lebih dari target capaian yang diharapkan. Melihat hasil yang diperoleh pada Tidakan II maka penelitian tindakan kelas telah memenuhi target dari rencana target yang diharapkan.

b. Diskripsi Data Tindakan II

Selama pelaksanaan Tindakan II maka peneliti dan guru melakukan pengambilan data penelitian Adapun diskripsi data yang diambil terdiri dari; tes unjuk kerja gerak dasar guling belakang (psikomotor), pengamatan sikap/aktivitas siswa (afektif), pemahaman konsep gerak (kognitif) sesuai yang tercantum dalam RPP siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/2012.

Berdasarkan hasil diskripsi data awal, hasil belajar siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/2012 setelah diberikan Tidakan II adalah; Sejumlah 20 siswa telah mencapai kriteria Tuntas sedangkan 3 siswa Tidak Tuntas. Dengan prosentase kelulusan 86,96%

Tabel 4. Perbandingan Ketuntasan Hasil Belajar Guling Belakang Siswa

No	Nama	Awal	Siklus I	Siklus II
1	Akbar Bima P	75,11	81,11	83,33
2	Amellia Putri K	81,28	85,5	85,5
3	Anissa Budi U	77,11	81,28	85,28
4	Aseanna Cahyaning	62,83	73,17	77,17
5	Avifah Anis R	72,89	77,06	85,28
6	Bagas Nur Bawono A	68,73	74,89	83,28
7	Bayu Aji Prabowo	85,5	91,67	91,67
8	Dessy Sapta R	62,83	77,33	85,5
9	Fajar Romadzani	83,5	85,5	89,67
10	Ferdian Ahya Al P	72,95	83,5	81,33
11	Hana Maharani F	66,73	81,06	83,28
12	Istiqomah Nurhayati H	64,83	73,17	85,5
13	Izzan Julda De P P	77,33	89,67	87,45
14	Luthfi Putri P	75,11	81,5	85,5

15	Luthfia Nur W	70,95	73,17	75,17
16	Muhammad Inung K	68,78	83,5	85,5
17	Muhammad Ramadhan	83,28	85,28	87,5
18	Nurlaili Rahmawati	64,83	83,5	83,5
19	Rahmat Abadi S	66,95	77,5	85,5
20	Rois Cahya K	77,17	85,5	87,5
21	Siti Wuryandari	66,78	72,95	75,17
22	Vania Santika P	79,33	85,5	91,67
23	Wisnu Prabowo	81,33	87,5	91,67
	Jumlah Ketuntasan	5	15	20
	Persentase Ketuntasan	21,74%	65,22%	86,96%

Pada kondisi awal diperoleh hasil ketuntasan belajar yang kurang maksimal. Pada kondisi awal hanya 5 siswa (21,74%) yang mencapai kriteria tuntas, sedangkan sisanya belum. Pada akhir siklus I menjadi 15 siswa (65,22%) mencapai kriteria tuntas. Pada akhir siklus II terjadi peningkatan menjadi 20 siswa (86,96%) mencapai kriteria tuntas. Sampai akhir pertemuan terdapat 3 siswa (13,04%) yang belum tuntas.

Melalui peningkatan yang terjadi sejak kondisi awal hingga diberikan tindakan I, dan II dapat disimpulkan bahwa penggunaan media pembelajaran *audiovisual* (video) dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011 / 2012.

SIMPULAN

Penelitian Tindakan Kelas tentang penerapan media pembelajaran *audio-visual* dalam meningkatkan hasil belajar senam lantai pada siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/2012 dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV, menghasilkan kesimpulan bahwa dengan penerapan media pembelajaran *audio-visual* dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/2012, Hal tersebut dikarenakan:

1. Keberanian siswa kelas IX-D SMP Negeri 3 Sukoharjo tahun ajaran 2011/2012 dalam melakukan guling belakang mengalami peningkatan setelah Penerapan media pembelajaran *audio-visual*.
2. Selama kegiatan pembelajaran terjadi interaksi positif di antara para siswa. Aktivitas belajar tercipta saat mereka belajar dalam suasana yang menyenangkan dan mereka senang serta antusias dalam kegiatan pembelajaran berlangsung.
3. Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan yang signifikan dari siklus I dan siklus II. Hasil belajar senam lantai guling belakang pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 65,22% atau 15 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan prosentase hasil belajar siswa dalam kategori tuntas sebesar 86,96% atau sejumlah 20 siswa.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa, pembelajaran senam lantai guling belakang dengan menggunakan media pembelajaran *audio-visual* memiliki fungsi yang baik terhadap peningkatan hasil belajar senam lantai guling belakang. Implikasi teoritik dari hasil penelitian ini adalah setiap penggunaan media pembelajaran yang menarik memiliki efektifitas yang berbeda dalam meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang. Oleh karena itu, dalam memberikan pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan atau meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang harus menggunakan media pembelajaran yang tepat. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan dasar pertimbangan untuk memilih penggunaan media pembelajaran yang tepat, khususnya untuk meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang.

Sesuai dengan kesimpulan hasil penelitian, serta dalam rangka ikut menyumbangkan pemikiran bagi guru dalam meningkatkan hasil belajar, khususnya bidang studi penjasorkes, maka dapat disampaikan saran-saran:

1. Guru hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat. Selain itu, guru hendaknya mau membuka diri untuk menerima berbagai bentuk masukan, saran, dan kritikan agar dapat lebih memperbaiki kualitas mengajarnya.
2. Dalam proses pembelajaran harusnya guru memperhatikan kondisi siswa dan menggunakan strategi mengajar yang bervariasi. Dengan demikian motivasi dan keaktifan siswa akan meningkat pada mata pelajaran pendidikan jasmani.
3. Guru hendaknya lebih inovatif dalam menerapkan metode dan media untuk menyampaikan materi pembelajaran.
4. Kepada guru yang belum menerapkan model pembelajaran dengan media pembelajaran *audio-visual* hendaknya mencoba teknik tersebut dalam pembelajaran Penjas sehingga nantinya dapat bermanfaat untuk meningkatkan hasil belajar anak didiknya.
5. Siswa harus siap untuk mengikuti pembelajaran dengan strategi pembelajaran apapun yang diberikan guru dan selalu bersedia dengan kesadaran sendiri untuk mengikuti petunjuk dan arahan yang diberikan guru.
6. Siswa perlu lebih meningkatkan berbagai aktivitas dan mengembangkan berbagai metode belajar sekaligus sebagai sarana memperluas pengetahuan dan wawasannya dan belajar secara mandiri, mengerjakan tugas-tugas dari guru untuk berlatih untuk mempraktikkan teknik dan gerakan yang ada dalam pelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Kristiyanto. 2010. *"Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani & Kepeleatihan Olahraga"*. Surakarta: UNS Press.
- Agus Margono. 2011. *"Senam"*. Surakarta: UNS Press .
- Arif S. Sadiman. 2002. *"Media Pendidikan"*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Arikunto. 2008. *"Penelitian Tindakan"*. Yogyakarta: Aditya Media
- Aunurrahman. 2009. *"Belajar dan Pembelajaran"*. Bandung: Alfabeta.

- Azhar Arsyad. 2010. "*Media Pembelajaran*". Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- "*Berbagai Jenis Media Pembelajaran*". 2010. www.dinaspendidikan-parepare.info/indeks.php?option=com_content&view=article&id=12z:berbagai-jenis-media-pembelajaran&catid=59=artikel-pembelajarandiakses17february2011.
- Dimiyati dan Mudjiono. 2006." *Belajar dan Pembelajaran*". Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- E. Mulyasa. 2010. "*praktik Penelitian Tindakan Kelas*". Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- FKIP UNS. 2009. *Pedoman Penulisan Skripsi FKIP UNS*. Surakarta: UNS Press.
- Hamzah B. Uno. 2008. "*Perencanaan Pembelajaran*". Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Muhajir. 2007. "*Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP Kelas VII*". Bandung: Yuditira.
- Nana Sudjana. 2005. "*Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*". Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Saiful amien dan Fransina Lamere. "*Media Audio dan Video Untuk Pembelajaran*". 2010. www.media-audio-dan-video-untuk-pembelajaran.html diakses 10 Mei 2011. www.benramt.wordpress.com diakses 10 Mei 2011
- Syaiful Sagala. 2010 "*konsep dan Makna Pembelajaran*". Bandung: Alfabeta.
- Sri Anitah. 2010. "*Media Pembelajaran*". Surakarta: UNS Press.