

**PENGUNAAN ALAT PERAGA SIMPAI UNTUK MENINGKATKAN  
AKTIVITAS DAN PRESTASI BELAJAR PESERTA DIDIK PADA MATA  
PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAH RAGA  
DAN KESEHATAN (PJOK)**

**Ningsih Hayati**

SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Kota Bogor  
Jalan Portibi Nomor 3 Cimanggu Permai I Kedung Badak  
*olahagaskb4@gmail.com*

**Abstrak:** Penelitian ini beranjak dari fenomena yang terjadi di kelas bahwa rendahnya pemahaman dan hasil belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK tentang senam irama. Oleh karena itu seorang guru perlu mempertimbangkan strategi pembelajaran sehingga dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

Penelitian ini bertujuan (1) Untuk mengetahui penggunaan alat peraga simpai dapat meningkatkan aktivitas dan prestasi belajar peserta didik tentang senam irama pada mata pelajaran PJOK di kelas IV A SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor Semester 1 Tahun Pelajaran 2019/2020. (2) Untuk menggambarkan proses peningkatan aktivitas dan prestasi belajar peserta didik tentang senam irama pada mata pelajaran PJOK sebelum dan sesudah menggunakan alat peraga simpai di kelas VI A SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2019/2020. (3) Untuk mengukur besarnya peningkatan aktivitas dan prestasi belajar peserta didik tentang senam irama pada mata pelajaran PJOK sesudah menggunakan alat peraga simpai di kelas VI A SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2019/2020

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan alat peraga simpai dapat menjadi variasi pembelajaran yang menyenangkan bagi peserta didik sehingga terbukti meningkatkan aktivitas dan prestasi belajar peserta didik di Kelas IVA SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor. Sebelum menggunakan alat peraga simpai prestasi belajar peserta didik hanya mencapai nilai rata-rata 62,35 kemudian terjadi peningkatan setelah menggunakan alat peraga simpai menjadi 70,59 pada siklus 1 dan 77,21 pada siklus 2

Dari uraian di atas peneliti menyimpulkan bahwa penggunaan alat peraga simpai yang disesuaikan dengan materi pembelajaran dapat menciptakan situasi belajar yang menyenangkan sehingga terjadi peningkatan hasil belajar peserta didik. Oleh karena itu peneliti menyarankan agar penggunaan alat peraga simpai disosialisasikan dan digunakan sebagai alternatif dalam pembelajaran PJOK di sekolah-sekolah di lingkungan Dinas Pendidikan Kota Bogor.

**Kata kunci :** *Alat Peraga Simpai, Aktivitas dan Prestasi Belajar, Mata Pelajaran PJOK, Senam Irama.*

## 1. PENDAHULUAN

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang terpilih yang 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.

Pendidikan memiliki sasaran pedagogis, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa akibat terabaikannya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni, psikomotor, serta life skill. Dengan diterbitkannya Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk menyempurnakan kurikulum yang komprehensif dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan Jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan alat peraga untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merancang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Mata pelajaran PJOK adalah salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Anak pada usia pendidikan dasar diharapkan banyak bergerak dengan aktivitas fisik yang teratur. Rangsangan sensoris pada usia dini penting untuk mengembangkan kemampuan dasar, kemampuan menganalisis dan bahkan dapat

menjadi faktor perantara yang memungkinkan tercapai proses belajar yang cepat pada tahap dewasa. Penanaman nilai dan hidup sehat perlu di lakukan pada usia dini karena kelak merupakan dasar bagi perkembangan anak, demikian juga menyangkut kesehatan mental, termasuk perkembangan kepribadiannya.

Alat peraga adalah semua atau segala sesuatu yang bisa digunakan dan dapat dimanfaatkan untuk menjelaskan konsep-konsep pembelajaran dari materi yang bersifat abstrak atau kurang jelas menjadi nyata dan jelas sehingga dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian serta minat para peserta didik yang menjurus kearah terjadinya proses belajar mengajar.

Alat peraga merupakan suatu alat yang dipakai untuk membantu dalam proses belajar-mengajar yang berperan besar sebagai pendukung kegiatan belajar-mengajar yang dilakukan oleh pengajar atau guru. Penggunaan alat peraga ini bertujuan untuk memberikan wujud yang riil terhadap bahan yang dibicarakan dalam materi pembelajaran. Alat peraga yang dipakai dalam proses belajar-mengajar dalam garis besarnya memiliki manfaat menambahkan kegiatan belajar para peserta didik, menghemat waktu belajar, memberikan alasan yang wajar untuk belajar, sebab dapat membangkitkan minat perhatian dan aktivitas para peserta didik

Berdasarkan test awal tentang senam irama dari jumlah 34 orang peserta didik hanya memperoleh nilai rata-rata sebesar 62,35 dengan nilai tertinggi 80 dan nilai terendah 50. Peserta didik yang prestasi belajarnya mencapai KKM hanya 10 orang atau (29,41%), dan di bawah KKM 24 orang atau (70,59), hal ini disebabkan peneliti ketika melaksanakan KBM tersebut tidak menggunakan alat peraga.

Dari kegagalan KBM di atas peneliti mengubah cara mengajar dengan alat peraga simpai, karena alat peraga memiliki kelebihan : Memberikan dasar-dasar kongkrit untuk berfikir, membuat pelajaran lebih menarik, memungkinkan aktivitas dan prestasi belajar lebih tahan lama, memberikan pengalaman-pengalaman yang nyata, mengembangkan keterampilan dan kontinuitas berfikir, Dapat memberikan pengalaman-pengalaman yang tidak diperoleh dengan cara lain membuat kegiatan belajar lebih mendalam efisien dan beranekaragam, dan alat peragasimpai dapat dilakukan berulang-ulang.

Berdasarkan indentifikasi masalah tersebut di atas maka perlu dilakukan perbaikan pembelajaran melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan judul : Penggunaan Alat Peraga Simpai Untuk Meningkatkan Aktivitas dan prestasi belajar Peserta Didik tentang

Senam Irama pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) di Kelas VI A SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor Semester 1 Tahun Pelajaran 2019/2020

## **2. METODOLOGI**

### **A. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk :

- 1) Untuk mengetahui penggunaan alat peraga simpai dapat meningkatkan aktivitas dan prestasi belajar peserta didik tentang senam irama pada mata pelajaran PJOK di kelas IV A SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor Semester 1 Tahun Pelajaran 2019/2020
- 2) Untuk menggambarkan proses peningkatan aktivitas dan prestasi belajar peserta didik tentang senam irama pada mata pelajaran PJOK sebelum dan sesudah menggunakan alat peraga simpai di kelas VI A SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2019/2020
- 3) Untuk mengukur besarnya peningkatan aktivitas dan prestasi belajar peserta didik tentang senam irama pada mata pelajaran PJOK sesudah menggunakan alat peraga simpai di kelas VI A SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2019/2020.

### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

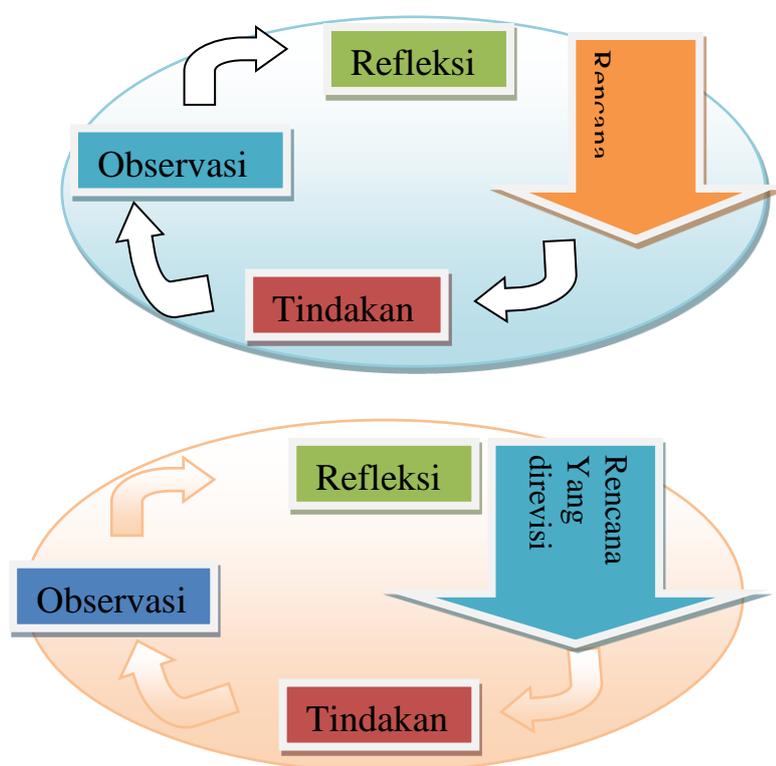
Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor Jalan Portibi Nomor 3 Cimanggu Permai I Kedung Badak ☎️ (0251) 8374613 Bogor 📮 16164. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli sampai dengan Desember 2019

### **C. Subyek Penelitian**

Subyek penelitian adalah Peserta didik kelas VI A SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor berjumlah 34 siswa. Adapun mata pelajaran yang menjadi obyek penelitian adalah pada mata pelajaran pendidikan jasmani olah raga dan kesehatan (PJOK) tentang senam irama.

#### D. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Action Research*) Penelitian tindakan kelas merupakan proses pengkajian melalui sistem yang berdaur ulang dari berbagai kegiatan pembelajaran yang terdiri atas empat tahap yang saling terkait dan berkesinambungan. Tahap-tahap tersebut yaitu: (1) perencanaan (*planning*), (2) pelaksanaan tindakan (*action*), (3) pengamatan (*observing*), dan (4) refleksi (*reflecting*). Secara visual, tatap-tahap tersebut dapat dilihat pada Gambar 1 berikut ini.



**Gambar 1. Desain Penelitian menurut Kemmis dan Mc Taggart**

Secara garis besar tahapan-tahapan Penelitian Tindakan Kelas dijabarkan sebagai berikut:

- 1) Perencanaan (*Planning*) Tahap perencanaan adalah rincian operasional tindakan yang ingin dikerjakan atau perubahan yang akan dilakukan
- 2) Pelaksanaan Tindakan (*Action*) merupakan Tahap pelaksanaan proses pembelajaran yang terdiri dari kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup. Kegiatan pendahuluan dilakukan dengan appersepsi tanya jawab, menjelaskan tujuan pembelajaran, dan pemberian motivasi.

- 3) Pengamatan (*Observation*) dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung. Fokus pengamatan pada aktivitas yang dilakukan semua peserta didik yang menjadi subyek penelitian serta aktivitas guru.
- 4) Refleksi (*Reflection*)  
Tahapan refleksi merupakan tahapan pengkajian tindakan yang dilakukan secara menyeluruh mulai dari perencanaan, pelaksanaan tindakan sampai pengamatan. Jika terjadi permasalahan akan direfleksi sehingga pada pertemuan selanjutnya permasalahan dapat teratasi dengan baik. Demikian tahap kegiatan terus berulang sehingga membentuk siklus yang satu ke siklus kedua dan seterusnya sampai suatu permasalahan dianggap selesai.

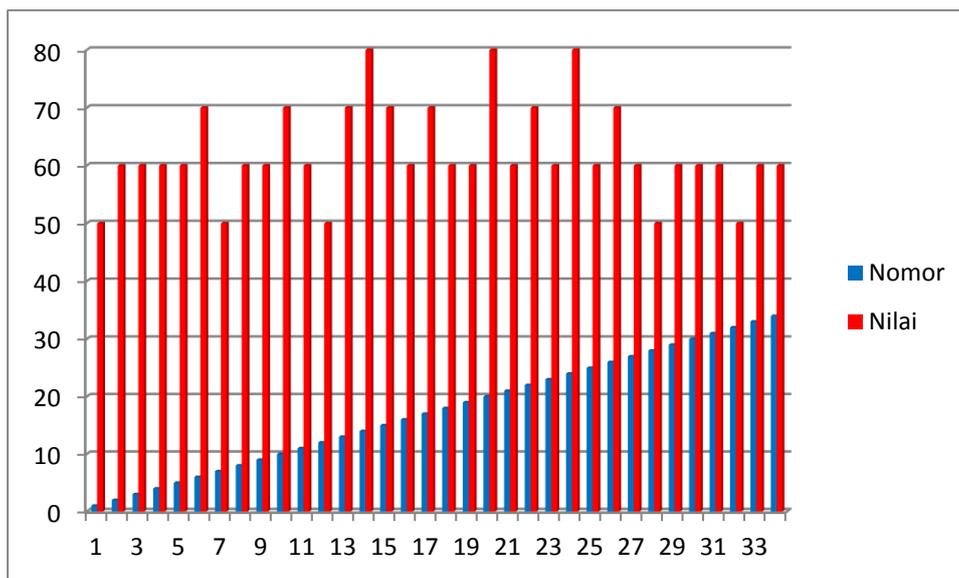
### **3. HASIL PENELITIAN**

Peningkatan hasil belajar yang signifikan antara sebelum dan sesudah kegiatan belajar mengajar dengan menggunakan alat peraga simpai disebabkan karena dalam pembelajaran dengan alat peraga simpai tentang senam irama dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik dan memberikan pendapatnya secara langsung maupun tidak langsung dalam KBM, dan peserta didik mampu memecahkan soal yang diberikan guru secara bersama-sama.

#### **A. Deskripsi Kondisi Awal**

Sebelum melakukan tindakan dalam penelitian, peneliti melakukan observasi awal di kelas. Hasil observasi menunjukkan bahwa hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran PJOK masih tergolong rendah. Berdasarkan hal tersebut, maka diputuskanlah untuk menggunakan alat peraga simpai pada mata pelajaran PJOK tentang senam irama di kelas VI A SD Negeri Kedung Badak 4 Kecamatan Tanah Sareal Kota Bogor semester 1 tahun pelajaran 2019/2020.

Pembelajaran dimulai dengan mengadakan tes awal untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik pada materi senam irama. Nilai tes awal berupa materi yang berhubungan dengan materi yang akan diajarkan yaitu senam irama. Perolehan nilai tes awal ini akan dijadikan acuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar peserta didik setelah menggunakan alat peraga simpai. Jika digambarkan dalam bentuk grafik, maka data hasil belajar pada pra siklus tersaji pada Gambar 2 berikut.



**Gambar 2. Data Hasil Belajar Peserta didik Pada Pra Siklus**

Berdasarkan Gambar 2 terlihat bahwa peserta didik hanya memperoleh nilai rata-rata sebesar 62.35 dengan nilai tertinggi 80 dan nilai terendah 50. Peserta didik yang aktivitas dan prestasi belajarnya mencapai KKM hanya 10 orang atau (29,41%) dari nilai KKM yang ditetapkan yaitu 70. Hal ini memberikan gambaran bahwa aktivitas dan prestasi belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK tentang materi senam iramamasih tergolong rendah dan perlu untuk diperbaiki.

### **B. Deskripsi Tindakan Siklus I**

Pelaksanaan Tindakan pada siklus 1 terdiri dari dua pertemuan, yaitu pertemuan 1, dan pertemuan 2. Pertemuan 1 dan 2 dengan waktu tiap pertemuan dilaksanakan  $3 \times 35$  menit (tiga jam pelajaran).

#### **1) Tahap Perencanaan Tindakan**

Dalam tahap perencanaan ini dilakukan diskusi dengan observer mengenai materi pembelajaran yang akan disajikan serta alat penunjang lain yang perlu digunakan seperti merancang Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan pokok bahasan senam irama dengan mempersiapkan perlengkapan belajar yang diperlukan.

2) Tahap Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan pada siklus I dilaksanakan dua kali pertemuan dengan menggunakan alat peraga simpai. Adapun langkah-langkahnya yaitu:

a. Pelaksanaan pembelajaran pada pertemuan pertama

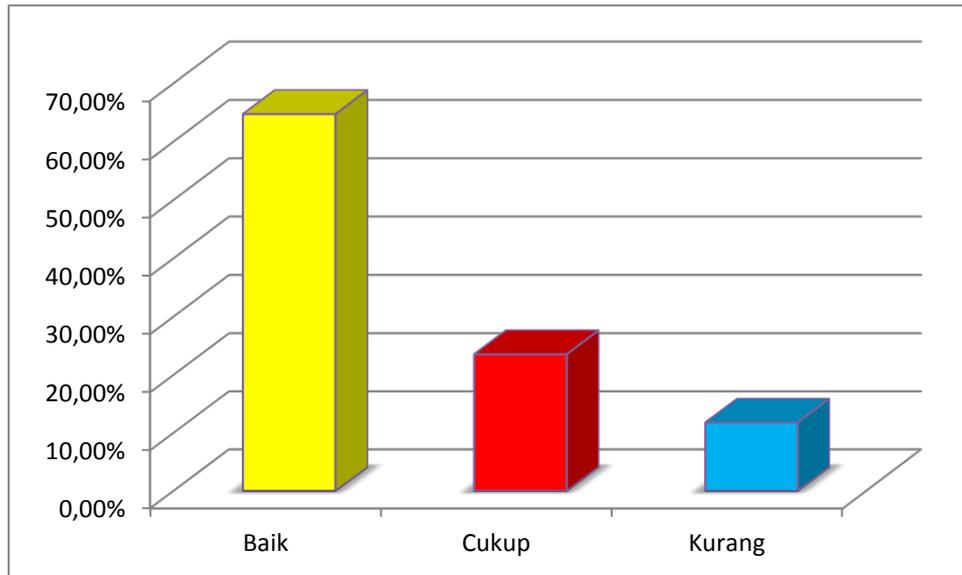
- (1) Guru terlebih dahulu meneliti tingkat kesiapan peserta didik, mengecek absensi peserta didik serta mengkondisikan kelas agar pembelajaran dapat berlangsung secara kondusif.
- (2) Melakukan apersepsi dengan tanya jawab tentang materi yang diajarkan.
- (3) Selanjutnya guru menjelaskan materi secara singkat tentang senam irama
- (4) Guru mengajak peserta didik menuju lapangan sekolah
- (5) Guru membagi peserta didik menjadi 6 kelompok belajar masing-masing kelompok terdiri dari 5-6 orang peserta didik.
- (6) Guru mencontohkan gerakan senam irama menggunakan alat simpai:
  - (1) Gerakan mengayun: Gerakan ini bisa dilakukan dengan lengan lurus dan gerakan diawali dari bahu. Kalau simpai diayunkan ke bidang frontal silang di depan badan. Akan lebih baik kalau memakai pegangan yang menghadap ke belakang. Gerakan mengayun simpai ini bisa memakai satu tangan atau dua tangan.
  - (2) Gerakan melompat: Kalau simpai diayun ke depan dan lompatan dalam simpai, usahakan lengan lurus. Keluar dari simpai lengan bisa bengkok dan di akhir, lengan harus lurus lagi.
  - (3) Gerakan melingkar: Gerakan ini dimulai dari pergelangan tangan dengan simpai berputar ke dalam sampai keluar.
  - (4) Gerakan melambung: Gerakan ini dimulai dari bahu atau pergelangan tangan.
- (7) Peserta didik menirukan gerakan yang dicontohkan guru dikelompoknya
- (8) Masing-masing kelompok menampilkan gerakan simpai yang dicontohkan guru
- (9) Guru membariskan peserta didik untuk masuk ke kelas
- (10) Guru menutup pelajaran dengan membimbing peserta didik melakukan diskusi secara klasikal untuk menarik kesimpulan dari materi yang telah dipelajari. Dalam kesempatan ini peserta didik diberi kesempatan untuk menanyakan hal yang belum jelas dari materi yang telah dipelajari.

b. Pelaksanaan Pembelajaran pada Pertemuan Kedua

- (1) Guru terlebih dahulu meneliti tingkat kesiapan peserta didik, mengecek absensi peserta didik serta mengkondisikan kelas agar pembelajaran dapat berlangsung secara kondusif.
- (2) Melakukan apersepsi dengan menayangkan foto gerakdasar senam irama menggunakan alat simpai.
- (3) Guru dan peserta didik melakukan tanya jawab tentang foto di atas
- (4) Guru membentuk kelompok-kelompok dan memanggil masing-masing ketua kelompok untuk memberikan penjelasan tentang materi.
- (5) Guru membariskan peserta didik untuk menuju lapangan
- (6) Peserta didik dalam kelompoknya melakukan gerakan senam irama menggunakan alat simpai seperti yang dilihat di foto tadi
- (7) Guru memanggil masing-masing kelompok untuk melakukan gerakan senam irama dengan menggunakan alat simpai di lapangan
- (8) Guru melakukan uji kompetensi dengan tes praktek secara perorangan
- (9) Guru membariskan peserta didik untuk menuju ke kelasnya

3) Hasil Pengamatan/Observasi

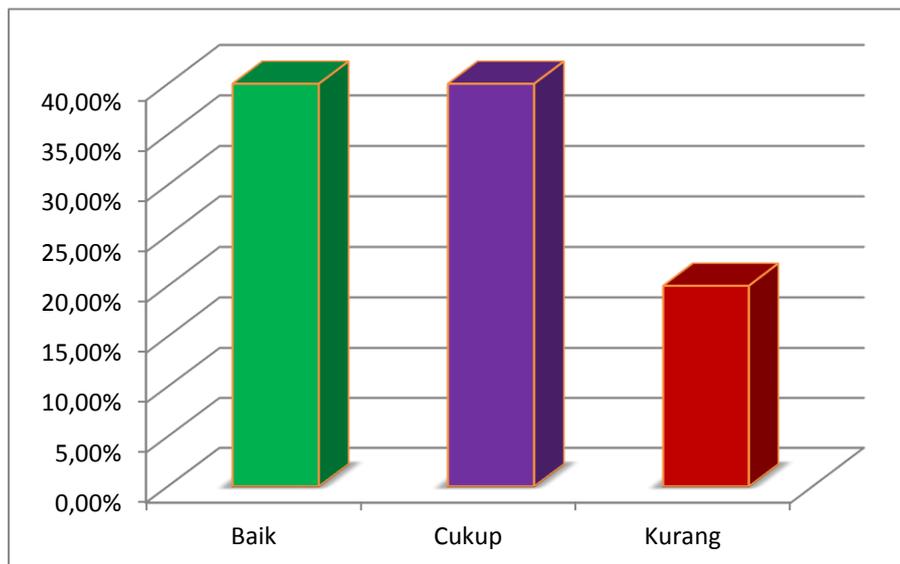
Dari hasil observasi siklus 1, didapatkan bahwa dalam melaksanakan pembelajaran PJOK dengan menggunakan alat peraga simpai pada siklus 1, guru telah menerapkannya sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang telah disiapkan. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh observer, guru terlalu cepat dalam menjelaskan materi pelajaran dan guru kurang mampu memotivasi peserta didik. Data mengenai keaktifan peserta didik dapat diperoleh dengan menggunakan lembar observasi seperti pada lampiran. Keaktifan peserta didik tersebut dapat dilihat dalam hal bertanya dan menjawab pertanyaan dari guru maupun antusiasnya dalam mengerjakan latihan pada saat proses pembelajaran berlangsung, Jika digambarkan dalam bentuk gambar, maka data keaktifan peserta didik pada siklus 1 tersaji pada Gambar 3 berikut.



**Gambar 3. Keaktifan Peserta didik Pada Siklus 1**

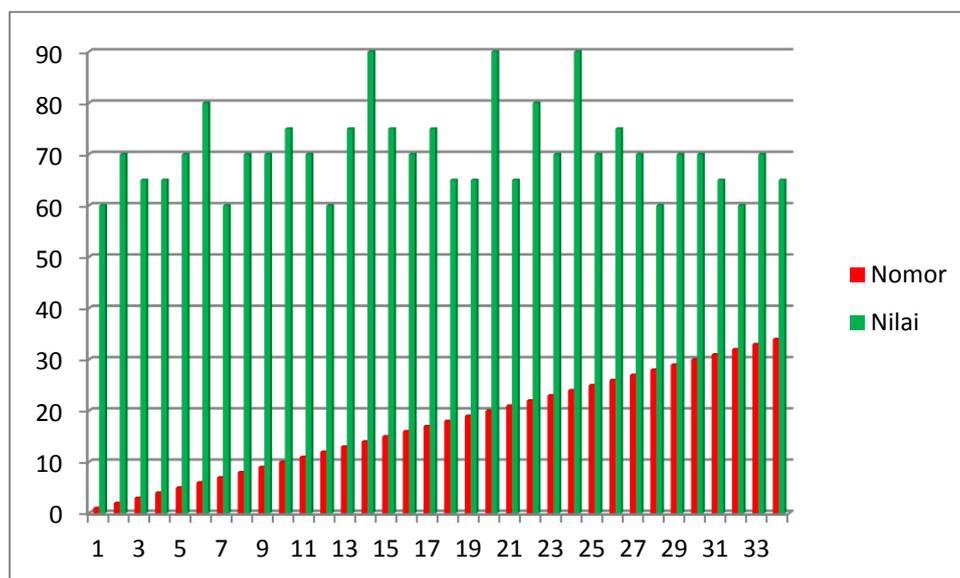
Data mengenai aktivitas peserta didik pada siklus 1 menunjukkan bahwa lebih setengahnya 64,71% atau 22 peserta didik memiliki kriteria aktif dalam mengikuti KBM, kurang dari setengahnya 23,53% atau 8 peserta didik cukup aktif dan sebaain kecil 11,76% atau 4 peserta didik kurang aktif.

Selanjutnya di bawah ini hasil pengamatan observer tentang aktivitas guru pada siklus I disajikan dalam Gambar 4 berikut.



**Gambar 4. Aktivitas Guru Pada Siklus 1**

Untuk mengetahui besaran hasil belajar peserta didik, maka pada akhir siklus I dilakukan tes hasil belajar dan dapat dilihat pada Gambar 5 berikut.



**Gambar 5. Data Hasil Belajar Peserta didik Pada Siklus I**

Berdasarkan Gambar 5 terlihat bahwa rata-rata nilai peserta didik sebesar 70,59 dengan nilai tertinggi 90 dan nilai terendah 60. Peserta didik yang aktivitas dan prestasi belajarnya mencapai KKM sebanyak 22 orang atau (64,71%) dari nilai KKM yang ditetapkan yaitu 70. Hal ini memberikan gambaran bahwa aktivitas dan prestasi belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK tentang materi senam irama telah mengalami peningkatan pada siklus 1.

#### 4) Refleksi

Berdasarkan analisis data di atas, masih terdapat kekurangan pada siklus 1. Kekurangan-kekurangan tersebut antara lain guru kurang maksimal dalam mengelola waktu pembelajaran. Dengan adanya kekurangan tersebut, maka perlu adanya perbaikan dalam KBM untuk siklus 2. Perbaikan tersebut yaitu dengan cara lebih memaksimalkan pengelolaan waktu pembelajaran. Selain itu guru harus dapat menjelaskan tentang senam irama pada peserta didik dan guru dapat mengkondisikan peserta didik, sehingga peserta didik benar-benar terlibat dan aktif dalam KBM.

### **C. Deskripsi Tindakan Siklus II**

Pelaksanaan pada siklus 2 ini terdiri dari dua pertemuan, yaitu pertemuan 1, dan pertemuan 2. Pertemuan 1 dan 2 dengan waktu tiap pertemuan dilaksanakan  $3 \times 35$  menit (tiga jam pelajaran).

#### 1) Tahap Perencanaan

Setelah melihat kekurangan dan keberhasilan dalam siklus 1, perencanaan pembelajaran pada siklus 2 ini sebagai penyempurnaan dan tindak lanjut dari kekurangan yang terjadi pada siklus 1. Siklus 2 akan dilaksanakan seperti siklus 1 yaitu dengan 2 kali pertemuan tapi yang membedakan adalah pada kegiatan pembelajaran dalam berkelompok masing-masing kelompok anggotanya berbeda dengan anggota kelompok pada siklus 1.

Sebelum mengajar maka peneliti menyiapkan segala sesuatu yang menunjang proses pembelajaran. Peneliti merancang Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan pokok bahasan senam irama, mempersiapkan perlengkapan belajar yang diperlukan. Kemudian peneliti menyerahkan RPP kepada observer untuk mempelajarinya.

#### 2) Tahap Pelaksanaan

##### a. Pelaksanaan pembelajaran pada pertemuan pertama

- (1) Guru terlebih dahulu meneliti tingkat kesiapan peserta didik, mengecek absensi peserta didik serta mengondisikan kelas agar pembelajaran dapat berlangsung secara kondusif.
- (2) Melakukan apersepsi dengan tanya jawab tentang materi yang diajarkan.
- (3) Guru menyuruh peserta didik keluar menuju lapangan
- (4) Peserta didik dikelompokkan menjadi 6 kelompok masing-masing kelompok terdiri dari 5-6 orang
- (5) Guru mencontohkan kegerakan senam irama lanjutan menggunakan simpai
- (6) Peserta didik menirukan gerakan yang dicontohkan guru
- (7) Peserta didik mempraktekan gerakan senam irama lanjutan di kelompoknya
- (8) Guru memperbaiki peserta didik yang salah dalam mempraktekan gerakan senam irama lanjutan
- (9) Guru menyuruh peserta didik berkumpul di bawah pohon yang rindang

(10) Guru menutup pelajaran dengan membimbing peserta didik melakukan diskusi secara klasikal untuk menarik kesimpulan dari materi yang telah dipelajari. Dalam kesempatan ini peserta didik diberi kesempatan untuk menanyakan hal yang belum jelas dari materi yang telah dipelajari.

b. Pelaksanaan Pembelajaran pada Pertemuan Kedua

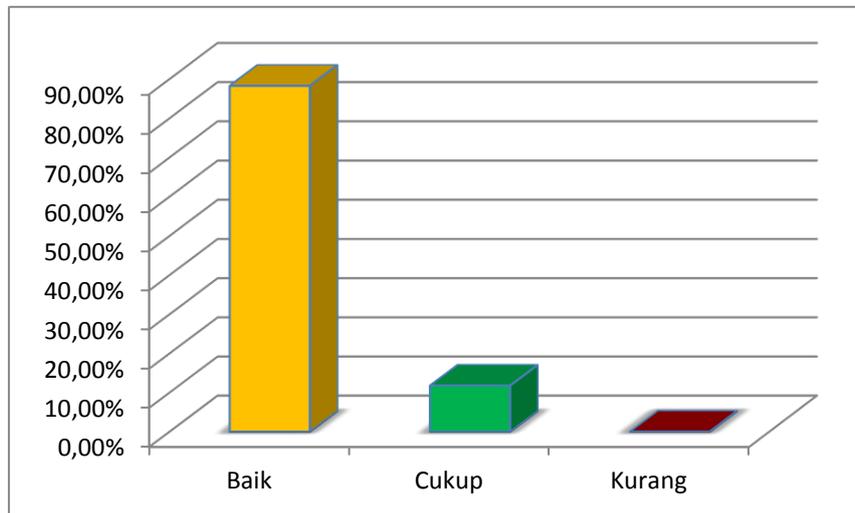
- (1) Guru terlebih dahulu meneliti tingkat kesiapan peserta didik, mengecek absensi peserta didik serta mengkondisikan kelas agar pembelajaran dapat berlangsung secara kondusif.
- (2) Melakukan apersepsi dengan menayangkan foto gerak lanjutan senam irama menggunakan alat simpai.
- (3) Guru dan peserta didik melakukan tanya jawab tentang foto di atas
- (4) Guru membentuk kelompok-kelompok dan memanggil masing-masing ketua kelompok untuk memberikan penjelasan tentang materi.
- (5) Guru membariskan peserta didik untuk menuju lapangan
- (6) Peserta didik dalam kelompoknya melakukan gerakan senam irama menggunakan alat simpai seperti yang dilihat di foto tadi
- (7) Guru memanggil masing-masing kelompok untuk melakukan gerakan senam irama dengan menggunakan alat simpai di lapangan
- (8) Guru melakukan uji kompetensi dengan tes praktek secara perorangan
- (9) Guru membariskan peserta didik untuk menuju ke kelasnya.

3) Hasil Pengamatan/Observasi

Dari hasil observasi siklus 2, guru telah melakukan perbaikan-perbaikan dalam KBM tersebut yaitu guru lebih memotivasi peserta didik dalam KBM dengan mengoptimalkan penggunaan alat peraga simpai, sehingga peserta didik menjadi lebih aktif dalam mengikuti KBM. Dengan mengoptimalkan alat peraga simpai, maka kemampuan peserta didik untuk senam irama lebih meningkat dari siklus 1. Selain itu guru juga memberikan lebih banyak kesempatan kepada peserta didik untuk menanyakan hal-hal yang belum jelas tentang materi pelajaran.

Data mengenai keaktifan peserta didik dapat diperoleh dengan menggunakan lembar observasi seperti pada lampiran. Keaktifan peserta didik tersebut dapat dilihat

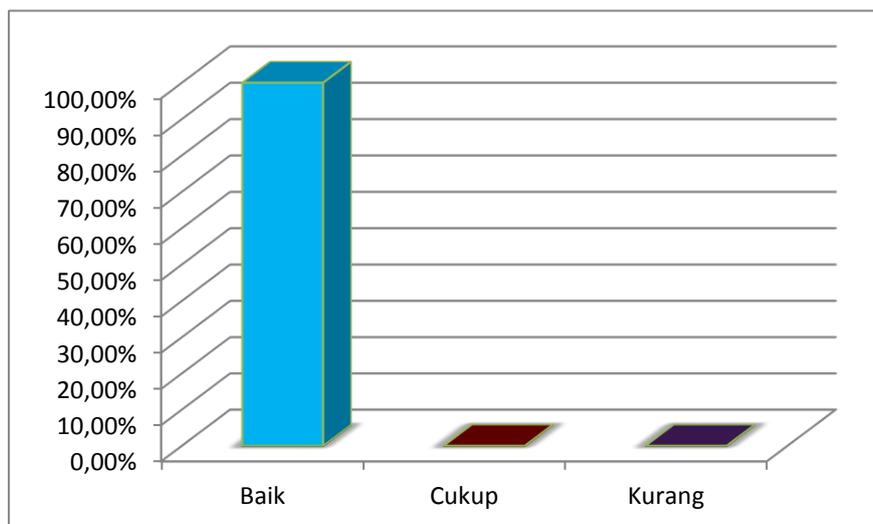
dalam hal bertanya dan menjawab pertanyaan dari guru maupun antusiasnya dalam mengerjakan latihan pada saat proses pembelajaran berlangsung. Jika digambarkan dalam bentuk gambar, maka data keaktifan peserta didik pada siklus II tersaji pada Gambar 6 berikut.



**Gambar 6. Keaktifan Peserta didik Pada Siklus II**

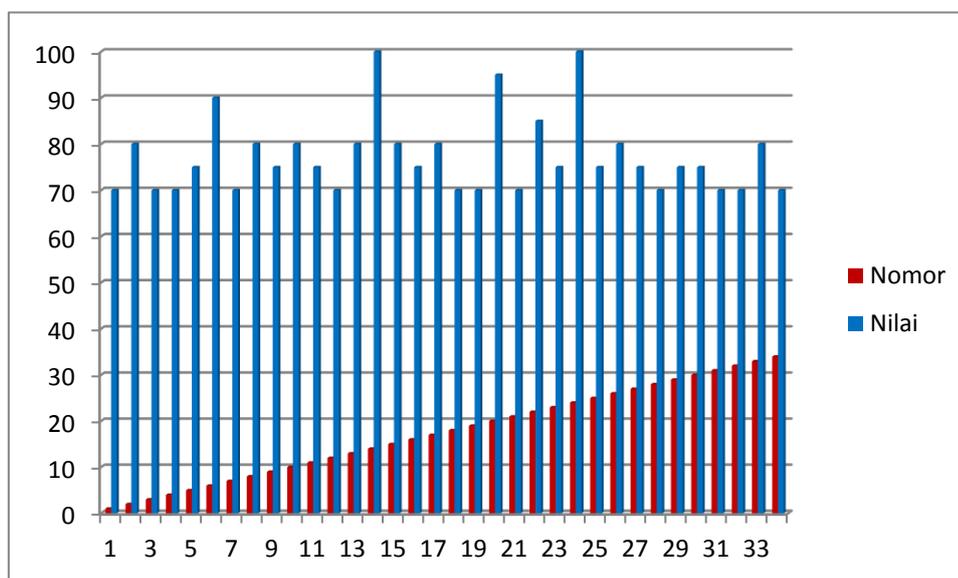
Berdasarkan Gambar 6 aktifitas peserta didik pada siklus II menunjukkan bahwa sebagian besar 88,24% atau 30 peserta didik memiliki motivasi dan antusias untuk mengikuti pembelajaran dengan menggunakan alat peraga sampai dan sebagian kecil 11,76% atau 4 peserta didik cukup aktif dalam KBM.

Selanjutnya di bawah ini hasil pengamatan observer tentang aktivitas guru pada siklus II dapat dilihat pada Gambar 7.



**Gambar 7. Hasil Pengamatan Aktivitas Guru Pada Siklus II**

Untuk mengetahui besaran hasil belajar peserta didik, maka pada akhir siklus II dilakukan tes praktek dengan prestasi belajar dapat dilihat pada Gambar 8 berikut.



**Gambar 8. Data Hasil Belajar Peserta didik Pada Siklus II**

Berdasarkan Gambar 8 terlihat bahwa rata-rata nilai peserta didik sebesar 77,21 dengan nilai tertinggi 100 dan nilai terendah 70. Peserta didik yang aktivitas dan prestasi belajarnya mencapai KKM sebanyak 34 orang atau (100%) dari nilai KKM yang ditetapkan yaitu 70. Hal ini memberikan gambaran bahwa aktivitas dan prestasi belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK tentang senam irama pada siklus 2 telah mengalami peningkatan.

#### 4) Refleksi

Dari data di atas diketahui bahwa seluruh 100% atau 34 peserta didik telah mencapai nilai KKM dan menyukai pembelajaran dengan menggunakan alat peraga sampai Hal ini dikarenakan peserta didik merasa tertarik dan termotivasi dalam KBM yang menggunakan alat peraga sampai

#### 4. SIMPULAN

Berdasarkan pada pembahasan kegiatan tindakan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat dirumuskan beberapa kesimpulan, diantaranya:

- a. Hasil refleksi siklus perbaikan ke 1 dan 2 ternyata menunjukkan adanya peningkatan dan perbaikan nilai peserta didik dalam proses pembelajaran senam

irama dari hasil refleksi proses pembelajaran senam irama diketahui pada siklus 1 masih ada 12 orang peserta didik yang belum dapat memahami materi pelajaran senam irama, waktu penggunaan alat peraga sampai ada peserta didik yang tidak serius dimana mereka hanya ngobrol saja karena mereka belum memahami pembelajaran senam irama.

- b. Diperoleh bahwa nilai terendah pada pra siklus adalah 50 dan pada siklus 1 dengan nilai terendah 60 kemudian meningkat menjadi 70 pada siklus 2. Selanjutnya nilai tertinggi pada pra siklus adalah 80 kemudian meningkat menjadi 90 pada siklus 1 dan pada siklus 2 meningkat menjadi 100. Hal ini menandakan bahwa alat peraga sampai cocok untuk diterapkan pada materi senam irama.
- c. Diperoleh bahwa pada pra siklus hanya 29,41% atau 10 peserta didik yang nilainya mencapai KKM yang ditetapkan, kemudian pada siklus 1 meningkat menjadi 64,71% atau 22 peserta didik yang nilainya mencapai KKM, dan pada siklus 2 menjadi 100% atau 34 peserta didik yang nilainya mencapai KKM. Begitupun rata-rata kelas pada pra siklus 62,35 menjadi 70,59 pada siklus 1 kemudian meningkat menjadi 77,21 pada siklus 2

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2012). Guru dalam Proses Belajar Mengajar. Bandung: Sinar Baru Algasindo.
- Anandita, F. P. (2010). Mengenal Senam. Bogor: Quadra.
- Anton, M. M. (2001). Aktivitas Belajar. Bandung: Yrama.
- Arikunto, S. (1990). Prosedur Penelitian Teori dan Praktek, Jakarta: Rineka Cipta.
- Dimiyati dan Mudjiono. (2002). Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: P2LPTK.
- Dimiyati dan Mudjiono. (2012). Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah, S. B. (2010). Psikologi Belajar. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hamalik, O. (2001). Kurikulum dan Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta.
- Harjati. (2008). Psikologi Belajar. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Hasibuan, J. J. dan Moedjiono. (2012). Proses Belajar Mengajar. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Jacobs, C. (2002). Pemecahan Masalah, Penalaran Logis, Berpikir Kritis dan Pengkomunikasian. Bandung: FPMIPA UPI.
- Mahendra, A. (2000). Senam. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Moleong. (2002). Strategi Pembelajaran. Jakarta: Bina Aksara.
- Nurkencana, W. dan Sumartana. (2003). Evaluasi Pendidikan, Surabaya: Usaha Nasional.
- Purwanto, M. N. (2010). Evaluasi Pengajaran, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Peraturan Pemerintah Nomor 32 Tahun 2013, tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan, Jakarta, Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 21 tahun 2016, Standar Isi, Jakarta, Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 20 tahun 2016, Standar Kompetensi Lulusan, Jakarta, Kemendikbud.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 tahun 2016, Standar Proses. Jakarta: Kemendikbud.
- Poerwadarminta, W. J. S. (2003). Kamus Umum Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka.
- Restanti, H. (2010). Mengenal Jenis Senam. Bogor: Quadra.
- Riyanto, Y. (2010). Paradigma Pembelajaran, Jakarta: Prenada Alat peraga Group.
- Roestiyah, N. K. (2008). Strategi Belajar Mengajar. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sardiman, A. M. (2004). Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: Rajawali.
- Slavin, R E. (2008). Cooperative Learning (Teori, Riset, Praktik). Bandung: Nusa Media.
- Sudjana, N. (2004). Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar. Jakarta: Bina Aksara.
- Sukintaka. (2004). Teori Pendidikan Jasmani Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan. Bandung: Yayasan Nuansa Cendikia.
- Sukmadinata, N. S. (2003). Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Syah, M. (2015). Psikologi Belajar. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Trianto. (2010). Model Pembelajaran Terpadu. Jakarta: Bumi Aksara.

Tu'u, T. (2004). Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Belajar. Jakarta: Grasindo.

Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Kemendikbud.

Wardani. (2010). Pembelajaran dan Peserta Didik. Jakarta: Gramedia.