

PENINGKATAN PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL (VIDEO) PELAJARAN PENJASKES BAGI PESERTA DIDIK KELAS IX-2 UPTD SMP NEGERI 4 BAKTIYA TAHUN AJARAN 2018/2019

Nasrul

UPTD SMP Negeri 4 Baktiya Barat

ABSTRAK

Pembelajaran senam ritmik merupakan salah satu materi penting untuk disampaikan pada semua jenjang pendidikan termasuk SMP. Berdasarkan observasi pratindakan menunjukkan bahwa terdapat masalah pada pembelajaran senam ritmik SMP Negeri 4 Baktiya berupa kurang berminatnya siswa terhadap pembelajaran senam ritmik yang berakibat pada jeleknya hasil penilaian senam ritmik. Tujuan Penelitian ini untuk meningkatkan pembelajaran senam ritmik diperlukan metode agar siswa berminat dan mempermudah siswa dalam belajar senam ritmik. Penggunaan media audio visual menjadi pilihan untuk meningkatkan pembelajaran senam ritmik disamping merupakan metode yang belum pernah dilakukan oleh guru PJOK juga mempermudah guru dalam menyampaikan pembelajaran senam ritmik. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas atau classroom action research dengan prosedur penelitian dilaksanakan dalam serangkaian langkah-langkah dimulai dengan langkah perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan diakhiri langkah refleksi. Subjek penelitian adalah siswa UPTD SMP Negeri 4 Baktiya kelas IX-2 dengan jumlah 20 siswa. Instrumen pengumpulan data berupa RPP, lembar observasi dan wawancara. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis kualitatif dan kuantitatif. Kriteria keberhasilan tindakan ini adalah apabila rata-rata hasil belajar siswa melebihi KKM yang ditetapkan sekolah yaitu 76. Penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa setelah mengikuti pembelajaran menggunakan media audio visual (video) mulai dari siklus I sampai siklus II mengalami peningkatan. Hasil penelitian ini menunjukkan pembelajaran senam ritmik menggunakan media audio visual yang dilihat dari proses pembelajaran menunjukkan bahwa proses pembelajaran PJOK meningkat dari siklus I dengan skor rata-rata 69% meningkat pada siklus II menjadi 88% dan berdasarkan hasil belajar juga meningkat dari siklus I memperoleh rata-rata nilai 73 menjadi 85,2 pada siklus II

Kata kunci: *pembelajaran, aktivitas ritmik, media audio visual (video).*

PENDAHULUAN

Materi pembelajaran senam, khususnya aktivitas ritmik adalah bagian dari materi yang kurang diminati oleh siswa. Tugas seorang guru mata pelajaran Penjaskes di UPTD SMP Negeri 4 Baktiya memperlihatkan bahwa terkait dengan kemampuan aktivitas ritmik pada materi senam belum mampu menunjukkan hasil yang baik. Bagi siswa yang memperoleh hasil belajar rendah dalam pembelajaran aktivitas ritmik, proses pembelajaran tersebut sangat membosankan, bahkan bagi siswa pembelajaran aktivitas ritmik sangat tidak diminati untuk dipelajari. Data yang diperoleh dari 20 siswa pada saat penilaian rangkaian gerak dasar senam mendapatkan hasil di bawah kriteria ketuntasan yaitu 76 yang telah ditentukan sekolah baru 13 siswa yang dinyatakan tuntas.

Hasil observasi di UPTD SMP Negeri 4 Baktiya menunjukkan bahwa siswa-siswi SMP tersebut secara umum kurang tertarik pada pembelajaran aktivitas ritmik yang dapat dilihat dari siswa yang kurang semangat dalam berpartisipasi dalam pembelajaran, masih banyak siswa yang mengeluh ketika diajak bersenam karena cenderung menyukai permainan. Berdasarkan hasil diskusi dengan guru Penjaskes UPTD SMP Negeri 4 Baktiya, kurang tertariknya terhadap materi aktivitas ritmik disebabkan karena beberapa faktor antara lain adalah: 1) bosan dengan pembelajaran yang diberikan, 2) merasa tidak dapat melakukan, 3) merasa takut setiap akan melakukan gerakan, 4) guru kurang terampil dalam mengemas pembelajaran 5) pembelajaran aktivitas ritmik tidak bervariasi dalam memberikan pembelajaran.

Dengan memanfaatkan media audio visual, guru lebih mudah menyampaikan pembelajaran aktivitas ritmik kepada siswa khususnya di tingkat sekolah dasar. Media audio visual menyajikan gambar bergerak dikombinasikan dengan latar suara yang menjadi keunggulan media audio visual dengan media yang lain. Materi aktivitas ritmik membutuhkan latar suara sebagai pedoman ritme gerakan dan gambar bergerak sebagai pedoman rangkaian gerakan senam. Menggunakan media audio visual dalam pembelajaran aktivitas ritmik dapat memberikan kemudahan bagi guru dalam menyampaikan materi pembelajaran dengan ditampilkannya gambar bergerak dan suara yang dapat diputar ulang sehingga ketika siswa mengalami kebingungan dapat diputar ulang gerakannya.

Penerapan media audio visual juga dapat menarik minat siswa dalam pembelajaran aktivitas ritmik karena penggunaannya belum pernah dilakukan sebelumnya. Selain itu guru dapat mengembangkan kemampuan kognitif, kreatif, dan inovatif yang lebih baik dengan harapan akan mendapatkan hasil pembelajaran yang lebih maksimal. Bentuk dari pemanfaatan teknologi informasi dalam media pembelajaran salah satunya dengan cara pengembangan media audio visual dalam penyampaian materi. Media audio visual atau multimedia memberikan kesempatan kepada guru untuk berlatih tidak hanya dengan satu sumber seperti *coach* atau *trainer*, tetapi memberikan kesempatan kepada subjek belajar untuk mengembangkan kemampuan kognitif dengan lebih baik, kreatif, dan inovatif.

METODE PENELITIAN

Tempat dan Waktu Penelitian

Untuk mendapatkan keterangan yang dibutuhkan dalam pemecahan masalah penelitian, penelitian ini akan dilaksanakan di UPTD SMP Negeri 4 Baktiya. Peneliti melakukan penelitian disini karena sudah melakukan observasi awal dimana peneliti melaksanakan wawancara dan diskusi terkait kendala dalam pembelajaran penjas di UPTD SMP Negeri 4 Baktiya. Peneliti menemukan beberapa masalah yang harus dipecahkan dan diselesaikan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya aktivitas ritmik pada gerak dasar aktivitas ritmik.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah benda atau orang tempat data untuk variabel penelitian melekat, dan yang dipermasalahkan. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IX-2 UPTD SMP Negeri 4 Baktiya sebanyak 20 siswa yang terdiri dari 12 laki-laki dan 8 perempuan.

Tahap-tahap Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian tindakan kelas merupakan suatu proses pengkajian masalah pembelajaran di dalam kelas melalui refleksi diri dalam upaya untuk memecahkan masalah tersebut dengan cara melakukan berbagai tindakan yang terencana dalam situasi nyata serta menganalisis setiap pengaruh dari perlakuan tersebut. Penelitian Tindakan Kelas dilakukan oleh guru di kelas, dengan tujuan menyempurnakan atau meningkatkan praktik dan proses pembelajaran. Prosedur penelitian ini dilaksanakan dalam serangkaian langkah-langkah dimulai dengan langkah perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan diakhiri langkah refleksi. Tujuannya adalah meningkatkan kinerja guru terutama dalam melakukan inovasi pembelajaran di kelas serta untuk memperoleh hasil pembelajaran yang optimal

melalui cara yang dinilai paling efektif, sehingga muncul tindakan yang berulang-ulang dengan revisi dalam rangka meningkatkan kemampuan gerak dasar aktivitas ritmik dalam aktivitas ritmik. Rusli Luthan, dkk. (2000:103) mengatakan bahwa ada empat tahap pelaksanaan penelitian tindakan kelas, yaitu: (1) perencanaan, (2) tindakan, (3) observasi atau pengamatan, dan (4) refleksi.

Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pengamatan/observasi, catatan lapangan, wawancara, dan dokumentasi foto.

Teknik Analisis Data

Analisis data kualitatif adalah bersifat induktif, yaitu analisis hipotesis dicarikan data lagi secara berulang-ulang sehingga selanjutnya dapat disimpulkan apakah hipotesis tersebut diterima atau ditolak berdasarkan data yang dikumpulkan. Menurut model miles and huberman dalam (Sugiyono 2007:246-253) terdiri atas tiga tahapan yaitu: Reduksi Data, Penyajian Data dan Penarikan Kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran Penjaskes materi senam ritmik dengan menggunakan media *audio visual (video)*. Berdasarkan deskripsi hasil penelitian pada siklus I menunjukkan bahwa nilai pembelajaran senam ritmik masih menunjukkan hasil yang tidak sesuai dengan harapan. Pada siklus I rata-rata nilai peserta didik hanya mencapai 73 sedangkan KKM ditentukan 76 sehingga masih perlu dilakukan penyempurnaan tindakan. Pada siklus II rata-rata nilai pembelajaran senam ritmik meningkat dari siklus I 73 menjadi 85,2 sehingga terjadi peningkatan sebesar 12,2. Upaya peningkatan pembelajaran ini dirasa berhasil karena hasil akhir dari nilai pembelajaran senam ritmik oleh siswa telah mencapai nilai melebihi KKM yaitu 85,2.

Pelaksanaan penelitian ini memberikan dampak yang baik terhadap proses dan hasil pembelajaran senam ritmik dengan materi aktivitas ritmik kelas IX-2 UPTD SMP Negeri 4 Baktiya. Hasil yang diperoleh berdasarkan pengamatan pada sikap siswa selama pembelajaran Penjaskes materi aktivitas ritmik menggunakan media audio visual (*video*) menunjukkan sikap yang baik dan antusias. Sikap siswa selama siklus I memang sedikit kaku dan enggan bekerjasama dengan pasangan namun pada siklus II siswa sudah lebih baik lagi. Pada siklus II kegiatan aktivitas ritmik yang dilakukan siswa secara berpasangan memperlihatkan kerjasama yang baik, siswa mulai berusaha untuk belajar sendiri dengan pasangan sebelum guru akan mengambil nilai keterampilan. Sementara itu dari sikap kedisiplinan selama melaksanakan kegiatan pembelajaran aktivitas ritmik, siswa sudah dibiasakan untuk berdisiplin waktu, bersiap sebelum pelajaran dimulai dan berbaris dilapangan saat bel berbunyi.

Hasil pengamatan terhadap unjuk kerja siswa dalam melaksanakan kegiatan senam berirama menunjukkan peningkatan dari pengamatan siklus I dan siklus II. Pada siklus I siswa memiliki kecenderungan kurang aktif dalam pembelajaran. Fenomena kurang aktifnya siswa selama pembelajaran dapat dilihat dari siswa yang kurang tergerak untuk membuat catatan sebagai pengingat kegiatan pembelajaran aktivitas ritmik. Pada siklus I fenomena kurang aktifnya siswa terlihat jelas, siswa hanya melihat tayangan *video* sedangkan guru tidak mengingatkan siswa untuk mencatat. Hasilnya nilai unjuk kerja pada siklus I kurang memuaskan dan masih kurang dari KKM yaitu 67,9 masih kurang 8,1 untuk sampai pada KKM 76. Setelah melalui kegiatan diskusi peneliti dengan guru

berdasarkan refleksi pelaksanaan kegiatan tindakan penelitian pada siklus I, atas kesepakatan peneliti dan guru, pada siklus II akan diupayakan aktivitas siswa selama pembelajaran dengan memberikan arahan kepada siswa untuk mencatat materi yang disampaikan oleh guru. Catatan sederhana cukup sebagai media pengingat siswa terhadap rangkaian aktivitas ritmik. Guru sedikit mendehtekan urutan gerakan untuk mempermudah siswa dalam mencatat. Dengan meminta siswa untuk mencatat materi ternyata dapat meningkatkan ingatan siswa terhadap rangkaian gerakan senam berirama.

Hasilnya dapat dilihat dari hasil rata-rata penilaian unjuk kerja siswa pada siklus II yang menunjukkan peningkatan dari siklus I yang hanya 67,9 menjadi 82,4 dan sudah melebihi KKM 76. Peningkatan nilai rata-rata unjuk kerja siswa ternyata dibarengi dengan peningkatan nilai rata-rata pemahaman siswa terhadap materi. Berdasarkan hasil rata-rata penilaian pemahaman siswa (kognitif) pada siklus I yaitu 70,2, mengalami peningkatan menjadi 87,8. Pada siklus I rata-rata nilai kognitif siswa hanya 70,2 dengan demikian masih belum mencapai KKM 76 atau kriteria keberhasilan tindakan. Dengan dilaksanakannya siklus II berbekal evaluasi dari siklus I rata-rata nilai kognitif siswa meningkat menjadi 87,8 sehingga sudah melebihi KKM 76 dan sudah mencapai kriteria keberhasilan tindakan.

Ketercapaian tindakan ini menunjukkan efektifitas penggunaan media audio visual dalam pembelajaran aktivitas ritmik. Siswa pada siklus I masih membutuhkan dorongan dari guru untuk menghafal gerakan salah satunya dengan mencatat. Fokus siswa pada siklus I terlihat sangat tertuju pada tampilan media yang diputar sehingga kurang memperhatikan rangkaian gerakan yang harus dihafalkan. Sehingga guru membimbing siswa untuk menghafal gerakan yang ditayangkan salah satunya dengan mencatat urutannya pada siklus II. Tindakan ini terbukti mampu meningkatkan penialain siswa dari siklus I ke siklus II. Selama proses pembelajaran berlangsung siswa juga sangat antusias terhadap pembelajaran aktivitas ritmik dengan menggunakan audio visual. Siswa tidak pernah melepaskan pandangan pada penayangan video, selain itu siswa mau melakukan gerakan aktivitas ritmik dengan baik.

PENUTUP

Simpulan

Penerapan media pembelajaran aktivitas ritmik melalui audio visual (*video*) bagi peserta didik kelas IX-2 UPTD SMP Negeri 4 Baktiya menunjukkan peningkatan hasil pembelajaran dari siklus I memperoleh rata-rata hasil 73 dan kurang dari KKM 76 meningkat menjadi 85,2 pada siklus II. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa penerapan media melalui audio visual (*video*) mampu meningkatkan pembelajaran aktivitas ritmik peserta didik kelas IX-2 UPTD SMP Negeri 4 Baktiya.

Saran

Berdasarkan simpulan diatas, disarankan kepada guru untuk menggunakan media *audio visual (video)* sebagai salah satu upaya meningkatkan pembelajaran senam ritmik aktivitas ritmik dalam proses pembelajara Penjaskes. Sekolah disarankan untuk memberikan pelatihan kepada guru dalam pembuatan media *audio visual (video)*. Untuk guru disarankan untuk memperhatikan siswa dalam mencapai pemahaman aktivitas ritmik dengan mengingatkan untuk mencatat materi atau urutan gerakan sehingga dapat dipelajari di manapun. Guru juga lebih baik memiliki sumber media dari semua materi sehingga mempermudah dalam pencarian media yang dibutuhkan untuk menunjang pembelajaran Penjaskes terutama pada materi aktivitas ritmik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes Soejanto. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Agus S. Suryobroto. 2001. *Teknologi Pembelajaran Pendidikan Jasmani (diktat matakuliah)*. Yogyakarta: FIK UNY
- Aip Syarifudin. 1992. *Atletik*. Jakarta: Depdikbud.
- Amung Ma'mun, dkk. 1999. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Anas Sudijono. 2007. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Basuki Sunarjo. 1999. *Atletik: Latihan dan Penyelenggaraan Perlombaan*. Jakarta: Depdikbud.
- Daryanto. 2010. *Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Gava Media.
- Depdiknas, 2003, Kurikulum 2004, *Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*, Jakarta, Depdiknas.
- Endang R. Sukanti, Panggung Sutapa, dan B. Suhartini. 2007. *Diktat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: FIK UNY
- Eddy Purnomo. 2007. *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.