

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK MELALUI  
MEDIA AUDIO VISUAL (*VIDEO*) BAGI PESERTA DIDIK  
KELAS II MI ISLAMIAH SOMAKATON  
KECAMATAN SOMAGEDE  
KEBUPATEN BANYUMAS**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

**ARI WAHYUDI**  
NIM. 12604227074

**PROGRAM STUDI PGSD PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2015**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Peningkatan Pembelajaran Aktivitas ritmik Melalui Media Audio Visual (*Video*) Bagi Peserta Didik Kelas II MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas Tahun 2014” yang disusun oleh Ari Wahyudi, NIM. 12604227074 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 12 Maret 2015  
Pembimbing



Agus Sumhendartin S, M.Pd  
NIP. 19581217 198803 1 001

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 12 Maret 2015  
Yang Menyatakan,



Ari Wahyudi  
NIM. 12604227074


## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Peningkatan Pembelajaran Aktivitas ritmik Melalui Media Audio Visual (*Video*) Bagi Peserta Didik Kelas II MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas Tahun 2014” yang disusun oleh Ari Wahyudi NIM 12604227074 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 30 Maret 2015 dan dinyatakan lulus.

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Agus S. Suryobroto, M. Pd	Ketua Penguji		6/5/15
Nurhadi Santoso, M. Pd.	Sekretaris Penguji		6/5/15
Dr. Pamuji Sukoco	Penguji I (Utama)		30/3/15
Dr. Guntur	Penguji II (Pendamping)		4/5/15

Yogyakarta, Juli 2015  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan



  
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 001

## **MOTTO**

**“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”  
(Terjemahan QS. Al-Insyirah : 5)**

## **PERSEMBAHAN**

Alhamdulillah Ya Allah atas segala kemudahan yang Engkau berikan kepada hambamu dalam penyusunan skripsi ini. Karya ini dipersembahkan kepada orang-orang yang bermakna dalam hati penulis.

1. Kedua orangtuaku, Bapak Sapan yang selalu menjadi inspirasiku untuk berjuang memaknai segala lika-liku kehidupan dan Ibu Khasanah yang begitu luar biasa dalam memberikan doa, kasih sayang, serta dukungan setiap waktu.
2. Adikku Putut Budiarto, terima kasih atas segala dukungan dan dorongan semangatnya.

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN AKTIVITAS RITMIK MELALUI  
MEDIA AUDIO VISUAL (*VIDEO*) BAGI PESERTA DIDIK  
KELAS II MI ISLAMIAH SOMAKATON  
KECAMATAN SOMAGEDE  
KEBUPATEN BANYUMAS**

**Oleh:  
Ari Wahyudi  
12604227074**

**ABSTRAK**

Pembelajaran senam ritmik merupakan salah satu materi penting untuk disampaikan pada semua jenjang pendidikan termasuk SD/MI. Berdasarkan observasi pratindakan menunjukkan bahwa terdapat masalah pada pembelajaran senam ritmik MI Islamiah Somakaton berupa kurang berminatnya siswa terhadap pembelajaran senam ritmik yang berakibat pada jeleknya hasil penilainya 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 penjasorkes 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 MI Islamiah Somakaton kelas II 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 penjas 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*)

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah S.W.T, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Peningkatan Pembelajaran Aktivitas ritmik Melalui Media Audio Visual (*Video*) Bagi Peserta Didik Kelas II MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas Tahun 2014” dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M. Pd., M. A. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M. S. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
3. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si, Ketua Jurusan POR, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Bapak Drs. Sriawan, M.Kes., Ketua Program Studi PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
5. Bapak Drs. Ngatman S., M.Pd selaku Penasehat Akademik yang senantiasa memberikan arahan selama studi.
6. Bapak Drs. Agus Sumhendartin Suryobroto, M.Pd selaku pembimbing skripsi yang dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.

7. Seluruh dosen dan karyawan prodi PGSD Penjas yang telah memberikan ilmu dan informasi yang bermanfaat.
8. Teman-teman PKS PGSD Penjas 2012, terima kasih kebersamaannya, maaf bila banyak salah.
9. Kedua orang tuaku tercinta yang senantiasa mengirimkan doa untuk penulis.
10. Kepala sekolah, guru Penjas, siswa MI Islamiah Somakaton yang telah berpartisipasi dan memberikan izin untuk dapat melakukan penelitian.
11. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih sangat jauh dari sempurna, baik penyusunannya maupun penyajiannya disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, segala bentuk masukan yang membangun sangat penulis harapkan baik itu dari segi metodologi maupun teori yang digunakan untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 12 Maret 2015  
Penulis,

Ari Wahyudi  
NIM. 12604227074

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
PERSETUJUAN SKRIPSI .....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5
 <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Deskripsi Teori.....	7
1. Pengertian Belajar.....	7
2. Hakikat Pembelajaran.....	9
3. Hakikat Pembelajaran Aktivitas Ritmik.....	10
4. Hakikat Pembelajaran Penjas SD .....	14
5. Hakikat Aktivitas Ritmik/ Senam Ritmik.....	17
6. Hakikat Media .....	18
7. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar.....	21
B. Penelitian yang Relevan.....	22
C. Kerangka Berpikir.....	23
D. Hipotesis Penelitian.....	25
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	26
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	30
C. Subjek Penelitian.....	31
D. Lokasi Penelitian.....	31
E. Instrumen Penelitian.....	32
F. Teknik Pengumpulan Data.....	33
G. Teknik Analisis Data.....	35

H. Indikator Keberhasilan .....	36
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	39
B. Pembahasan .....	63
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	68
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	68
C. Keterbatasan Penelitian .....	68
D. Saran .....	69
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>70</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>73</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Klasifikasi Persentase untuk Skor Proses Belajar Mengajar .....	27
Tabel 2. Jadwal Pelajaran Kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus I).....	46
Tabel 3. Deskripsi Hasil Penilaian Unjuk Kerja (Psikomotor) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus I) .....	33
Tabel 4. Deskripsi Hasil Penilaian Perilaku (Afektif) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus I).....	35
Tabel 5. Deskripsi Hasil Penilaian Pemahaman (Kognitif) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus I) .....	37
Tabel 6. Rata-rata Nilai Senam Ritmik Siswa Kelas II MI Islamiah Somakaton Siklus I.....	39
Tabel 7. Jadwal Pelajaran Kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus II).....	42
Tabel 8. Deskripsi Hasil Penilaian Unjuk Kerja (Psikomotor) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus II).....	45
Tabel 9. Deskripsi Hasil Penilaian Perilaku (Afektif) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus II).....	47
Tabel 10. Deskripsi Hasil Penilaian Pemahaman (Kognitif) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus II).....	49
Tabel 11. Rata-rata Nilai Senam Ritmik Siswa Kelas II MI Islamiah Somakaton Siklus II .....	50

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Model Penelitian Tindakan Kelas .....	18
Gambar 2. Diagram Hasil Penilaian Unjuk Kerja (Psikomotor) Siklus I .....	31
Gambar 3. Diagram Hasil Penilaian Perilaku (Afektif) Siklus I.....	36
Gambar 4. Diagram Hasil Penilaian Pemahaman (Kognitif) Siklus I .....	38
Gambar 5. Rata-rata Nilai Siklus I.....	39
Gambar 6. Hasil Observasi Proses Pembelajaran Siklus I.....	40
Gambar 7. Diagram Hasil Penilaian Unjuk Kerja (Psikomotor) Siklus II.....	46
Gambar 8. Diagram Hasil Penilaian Perilaku (Afektif) Siklus II .....	48
Gambar 9. Diagram Hasil Penilaian Pemahaman (Kognitif) Siklus II .....	50
Gambar 10. Rata-rata Nilai Siklus II.....	51
Gambar 11. Hasil Observasi Proses Pembelajaran Siklus II.....	52
Gambar 12. Nilai Pembelajaran Senam Ritmik MI Islamiah Somakaton .....	54

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian .....	72
Lampiran 2. Surat Keterangan dari Sekolah .....	73
Lampiran 3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I.....	76
Lampiran 4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II .....	85
Lampiran 5. Kisi-kisi Lembar Observasi Keterampilan Psikomotorik .....	94
Lampiran 6. Kisi-kisi Obervasi Sikap Siswa .....	96
Lampiran 7. Daftar Nama Siswa.....	98
Lampiran 8. Presensi Kehadiran Siswa.....	99
Lampiran 9. Lembar Observasi Guru.....	100
Lampiran 10. Observasi Guru Siklus I.....	102
Lampiran 11. Observasi Guru Siklus II .....	104
Lampiran 12. Kisi-kisi Lembar Observasi Siswa .....	106
Lampiran 13. Lembar Observasi Siswa .....	107
Lampiran 14. Hasil Observasi Siswa Siklus I.....	110
Lampiran 15. Hasil Observasi Siswa Siklus II.....	113
Lampiran 16. Rekapitulasi Nilai Siswa Siklus I .....	116
Lampiran 17. Rekapitulasi Nilai Siswa Siklus II.....	117
Lampiran 18. Dokumentasi Foto .....	118

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) sebagai bagian integral dari pendidikan memiliki tugas yang unik yaitu menggunakan “gerak” sebagai media membelajarkan siswa. Sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional (Permendiknas) No. 22 Tahun 2006 bagian latar belakang SKKD, secara khusus dinyatakan bahwa penjasorkes bertujuan agar peserta didik memiliki 7 kemampuan yakni :

- 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih;
- 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik;
- 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar;
- 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai- nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan;
- 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, bekerjasama, percaya diri dan demokratis;
- 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan;
- dan 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Berbagai materi pembelajaran penjasorkes di sekolah tidak semuanya menarik untuk dipelajari oleh siswa tingkat sekolah dasar yang ada pada tahap perkembangan awal. Materi pembelajaran senam, khususnya aktivitas ritmik adalah bagian dari materi yang kurang diminati oleh siswa. Tugas seorang guru mata pelajaran penjasorkes di MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas memperlihatkan

bahwa terkait dengan kemampuan aktivitas ritmik pada materi senam belum mampu menunjukkan hasil yang baik. Bagi anak 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 dibawah kriteria ketuntasan yaitu 76 yang telah ditentukan sekolah baru 13 siswa yang dinyatakan tuntas.

Hasil observasi di MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas menunjukkan bahwa siswa-siswi SD 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 penjasorkes MI Islamiah Somakaton, 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.

Perkembangan teknologi sekarang ini sangatlah pesat. Salah satu produk teknologi berupa media yang dapat memberikan kemudahan dalam menyampaikan materi dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah media

media audio visual. Media audio visual mengandalkan pendengaran dan penglihatan dari khalayak sasaran (penonton). Audio visual adalah segala sesuatu yang memungkinkan sinyal audio dapat dikombinasikan dengan gambar bergerak secara sekuensial (Daryanto, 2010: 88).

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.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Peningkatan Pembelajaran Aktivitas ritmik Melalui Media Audio Visual (*Video*) Bagi Peserta Didik Kelas II MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas Tahun 2014”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diketahui permasalahan sebagai berikut:

1. Masih rendahnya hasil belajar pendidikan jasmani khususnya pada aktivitas aktivitas ritmik di MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas Tahun 2014.
2. Belum diketahuinya pengaruh pembelajaran menggunakan media audio visual (*Video*) terhadap pembelajaran aktivitas ritmik bagi peserta didik kelas II MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas Tahun 2014.

## **C. Batasan Masalah**

Agar permasalahan tidak terlalu meluas sehingga tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda-beda, maka hanya dibahas pada masalah peningkatan pembelajaran aktivitas ritmik melalui media audio visual (*video*) bagi peserta didik kelas II MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas Tahun 2014.

#### **D. Rumusan Masalah**

Sesuai dengan batasan masalah di atas maka dapat ditarik rumusan masalah yaitu, “Apakah penerapan media audio visual (video) dapat meningkatkan pembelajaran aktivitas ritmik bagi peserta didik kelas II MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas?”

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan proses pembelajaran dan hasil belajar siswa aktivitas ritmik melalui media audio visual (*video*) bagi peserta didik kelas II MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas Tahun 2014.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini yaitu:

1. Manfaat Teoretis
  - a. Dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi semua pihak
  - b. Dapat mengembangkan bakat peserta didik
  - c. Dapat meningkatkan kualitas guru pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi Siswa

Dapat digunakan sebagai masukan yang berharga serta dapat digunakan sebagai motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran aktivitas ritmik.
  - b. Bagi Guru

Dapat digunakan sebagai masukan yang berharga dalam memotivasi peserta didik dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah.

c. Bagi Sekolah

Dapat digunakan sebagai masukan dalam penyelenggaraan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Deskripsi Teori**

#### **1. Pengertian Belajar**

Menurut Herbart (dalam Joe, 2009: 1), belajar adalah suatu proses pengisian jiwa dengan pengetahuan dan pengalaman yang sebanyak-banyaknya dengan melalui hafalan. Sedangkan menurut N. L. Gagne dan D.C Berliner (Anni Catharina Tri, 2004: 2) dikemukakan bahwa belajar merupakan suatu proses dimana suatu organisme berubah perilakunya sebagai akibat pengalaman.

Menurut Bloom (Anni Catharina Tri, 2006: 6-7), mengemukakan tiga taksonomi yang disebut dengan ranah belajar yaitu aspek kognitif, ranah afektif, dan ranah psikomotorik. Namun Bloom hanya merinci kategori jenis pelaku pada ranah kognitif, sedangkan kategori jenis perilaku ranah afektif dan psikomotorik dirinci oleh para pengikutnya. Menurut Ahmad Sudrajat (2008: 1), menjelaskan bahwa ranah kognitif yaitu kawasan yang berkaitan aspek-aspek intelektual atau berpikir/nalar. Ranah afektif yaitu kawasan yang berkaitan aspek-aspek emosional, seperti perasaan, minat, sikap, kepatuhan terhadap moral dan sebagainya. Dan ranah psikomotor yaitu kawasan yang berkaitan dengan aspek-aspek keterampilan yang melibatkan fungsi sistem syaraf dan otot (*neuronmuscular system*) dan fungsi psikis.

Cronbach dalam Endang dkk. (2007: 18) mendefinisikan keterampilan motorik dengan mengaitkan pada kata otomatis cepat dan

akurat. Setiap pelaksanaan keterampilan yang terlatih merupakan rangkaian koordinasi dari berates-ratus otot yang rumit yang melibatkan perbedaan isyarat dan koreksi kesalahan yang berkesinambungan.

Lebih jelas tentang keterampilan motorik Endang, dkk (2007: 18-19) menyatakan:

Keterampilan motorik yang terkoordinasi baik, otot yang lebih kecil memainkan peran yang besar. Keterampilan yang dipelajari dengan baik akan berkembang menjadi kebiasaan. Setelah anak dapat mengendalikan gerakan tubuh secara kasar mereka siap untuk memulai mempelajari keterampilan. Keterampilan tersebut didasarkan atas kematangan yang ada pada waktu lahir telah mengubah aktivitas acak yang tidak berarti ada pada saat lahir, menjadi gerakan terkoordinasi.

Menurut Endang, dkk. (2007: 20), keterampilan motorik tidak akan berkembang melalui kematangan saja. Melainkan keterampilan itu harus dipelajari. Berikut ini delapan kondisi penting dalam mempelajari keterampilan motorik.

- a. Kesiapan Belajar  
Apabila pembelajaran itu dikaitkan dengan kesiapan belajar, maka keterampilan yang dipelajari dengan waktu dan usaha yang sama oleh orang yang sudah siap, akan lebih unggul ketimbang oleh orang yang belum siap untuk belajar.
- b. Kesempatan Belajar  
Banyak anak tidak berkesempatan untuk mempelajari keterampilan motoric karena hidup dalam lingkungan yang tidak menyediakan kesempatan belajar atau karena orang tua takut hal yang demikian akan melukai anaknya.
- c. Kesempatan berpraktek  
Anak harus diberi waktu untuk berpraktek sebanyak yang diperlukan untuk menguasai suatu keterampilan. Meskipun demikian, kualitas praktek jauh lebih penting ketimbang kuantitasnya. Jika anak berpraktek dengan model sekali pukul hilang, maka akan berkembang kebiasaan kegiatan yang jelek dan gerakan yang tidak efisien.
- d. Model yang baik

Karena dalam mempelajari keterampilan motoric, meniru suatu model memainkan peran penting, maka untuk mempelajari suatu keterampilan dengan baik anak harus mendapat model contoh yang baik.

e. Bimbingan

Untuk dapat meniru suatu model dengan betul, anak membutuhkan bimbingan. Bimbingan juga membantu anak membetulkan susatu kesalahan sebelum kesalahan terlanjur dipelajari dengan baik sehingga sulit dibetulkan kembali.

f. Motivasi

Motivasi belajar penting untuk mempertahankan minat dari ketertinggalan. Untuk mempelajari keterampilan, sumber motivasi umum adalah kepuasan pribadi yang diperoleh anak dari kegiatan tersebut, kemandirian dan gengsi yang diperoleh dari kelompok sebayanya, serta kompensasi terhadap perasaan kurang mampu dalam bidang lain khususnya dalam tugas sekolah.

g. Setiap keterampilan motoric harus dipelajari secara individu

Tidak ada hal-hal yang sifatnya umum perihal keterampilan tangan dan keterampilan kaki. Melainkan, setiap jenis keterampilan mempunyai perbedaan tertentu, sehingga setiap keterampilan harus dipelajari secara individu.

h. Keterampilan sebaiknya dipelajari satu demi satu

Dengan doa mempelajari berbagai macam keterampilan motoric secara serempak, khususnya apabila menggunakan kumpulan otot yang sama, akan membimngungkan anak dan akan menghasilkan keterampilan yang jelek serta merupakan pemborosan waktu dan tenaga. Apabila sesuatu keterampilan sudah dikuasai, maka keterampilan lain dapat dipelajari tanpa menimbulkan kebingungan.

Jadi dapat disimpulkan dari beberapa pengertian di atas, yang dimaksud belajar adalah usaha seorang pendidik dalam membantu peserta didik agar mereka dapat belajar sesuai dengan kebutuhan baik membelajarkan ranah kognitif, psikomotor, maupun afektif.

## **2. Hakikat Pembelajaran**

Menurut Hamalik (2008 : 58), pembelajaran merupakan suatu proses penyampaian pengetahuan. Penyampaian pengetahuan dilaksanakan dengan metode inposisi, dengan cara menuangkan pengetahuan kepada

siswa. Pada umumnya seorang guru menggunakan metode formal asas asosiasi dan reproduksi atas tanggapan atau kesan. Cara penyampaian pengetahuan tersebut berdasarkan ajaran dalam psikologi asosiasi.

Sedangkan menurut Saidihardjo (2004: 12), pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada lingkungan belajar. Interaksi peserta didik dengan lingkungan belajar dirancang untuk mencapai tujuan pembelajaran diantaranya motivasi dan hasil belajar siswa. Sejumlah kompetensi kemampuan bermakna dalam aspek pengetahuan, sikap dan ketrampilan yang dimiliki peserta didik sebagai hasil belajar atau setelah mereka menyelesaikan pengalaman belajar.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi antara guru dan siswa yang terprogram dan dirancang secara sistematis dimana guru menjadi fasilitator untuk membantu anak didiknya dalam belajar sesuai dengan kebutuhan.

### **3. Hakikat Pembelajaran Aktivitas Ritmik**

Aktivitas ritmik merupakan istilah baru yang dipergunakan dalam pendidikan jasmani di Indonesia. Dengan hadirnya Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) Tahun 2004 secara tegas memasukkan aktivitas ritmik sebagai salah satu muatan materi dalam pendidikan jasmani khususnya di sekolah dasar yang mesti harus direspon oleh guru-guru pendidikan jasmani ( F. Suharjana, 2010: 2). Aktivitas ritmik dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat dipergunakan sebagai alat untuk

mengembangkan orientasi gerak tubuh, sehingga anak -anak memiliki unsur-unsur kemampuan tubuh yang multilateral. Menurut Sayuti Syahara dalam F. Suharjana (2010: 4) bahwa aktivitas ritmik termasuk menari dalam pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembentukan dasar gerak anak. Anak akan selalu tertantang bagaimana mereka dapat mengungkapkan diri melalui gerakan. Menurut F. Suharjana (2010: 4) Proses pembelajaran akan berjalan dengan baik sejauh guru mampu memberikan kegiatan ini secara tepat, maksudnya memberikan kebebasan kepada anak untuk dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan melalui gerak. Setiap anak diberi kesempatan untuk mengekspresikan dirinya secara individual, sehingga dapat memberikan kepuasan bagi anak. Pembelajaran aktivitas ritmik di sekolah dasar disesuaikan dengan karakteristik anak sekolah dasar sebagai gerak reflektif maupun berdasarkan pengamatan terhadap lingkungan. Melalui aktivitas ritmik kita mencoba bagaimana gerak berirama dibawa ke arah yang alamiah sesuai dengan sifat serta karakteristik anak.

Sebagai materi yang wajib disampaikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, aktivitas ritmik memiliki kerumitan yang menuntut siswa untuk menguasai seluruh rangkaian gerakan dengan benar, jadi siswa diharapkan memberikan respon yang sama. Anin Rukmana (2010: 4) mengungkapkan bahwa dalam pembelajaran pendidikan jasmani lebih baik menggunakan pendekatan formal dengan gaya komando.

Pendekatan informal merupakan pendekatan yang menekankan agar siswa belajar. Pada situasi belajar diharapkan agar seluruh pribadi

siswa berkembang. Aktivitas ritmik terstruktur bebas merupakan aktivitas berirama yang dilakukan secara bebas, tidak dibatasi dengan rambu-rambu gerak yang baku atau rambu-rambu musik yang baku sebagaimana SKJ yang dibakukan secara nasional. Aktivitas ini dapat dikembangkan secara mandiri oleh siswa atau diciptakan siswa bersama guru dengan musik pengiring yang dibuat sendiri dan untuk dinikmati sendiri atau orang lain (Anin Rukmana, 2010: 4)

Dalam teknis pelaksanaan pembelajaran aktivitas ritmik, Sukarna dalam Anin Rukmana (2010: 9) memberikan pembagian metode, sebagai berikut :

1. Latihan Pendahuluan

Gerakan pendahuluan bertujuan untuk mengkondisikan siswa, mempersiapkan jasmani dan rohani untuk mengikuti pelajaran aktivitas ritmik. Gerakan-gerakan disesuaikan dengan bahan ajar yang akan dipelajari, cukup menggunakan tenaga tetapi menarik minat siswa untuk bergerak, seperti gerakan jalan, kombinasi lari dan macam-macam gerakan melompat dan meloncat. Gerakan pemanasan ini juga dimaksudkan untuk menciptakan suasana belajar yang menarik.

2. Latihan Orientasi

Jika akan mempelajari suatu gerakan yang baru, mungkin bagian dari gerakan itu ada yang pernah dipelajari, maka lakukanlah gerakan tersebut sebagai orientasi untuk gerakan yang akan dilaksanakan. Fase ini tidak teknis, semata-mata untuk memunculkan unsur kesenangan, kegembiraan dan motivasi (fun and enjoyment). Namun demikian latihan orientasi, bila dipandang tidak perlu tidak usah diadakan.

3. Latihan Inti

Selama fase ini guru menggunakan pendekatan formal melalui metode komando, walaupun dianjurkan untuk lebih luwes. Upayakan agar siswa dapat menguasai gerakan yang diajarkan dalam waktu yang relatif singkat. Sebaiknya bahan ajar dipilih yang sesuai dengan kemampuan siswa, kompleksitas gerak akan menjadikan pertimbangan guru menggunakan metode bagian atau keseluruhan. Jika fase ini singkat maka fase selanjutnya menggunakan pendekatan informal akan lebih lama.

4. Latihan Ekspansi

Jika materi telah dikuasai maka tugas guru selanjutnya adalah membawa siswa kepada situasi yang mendorong siswa untuk melakukan gerakan yang baru dikuasainya itu pada situasi yang lain. Misalnya setelah memahami gerakan langkah dasar

aktivitas ritmik di tempat, maka siswa mencoba melakukan gerakan yang sama dengan arah menghadap yang berbeda atau tempat yang berbeda dari tempat sebelumnya. Diharapkan bahwa siswa sendiri masing-masing menemukan cara berekspansi. Motivasi dari guru sangat penting. Bagi siswa yang tidak menemukan cara berekspansi sendiri dapat meniru temannya. Di sini kualitas penampilan tidak terlalu penting, sebab tekanan tujuan bukan sepenuhnya ke arah psikomotor, tetapi lebih ditujukan kepada kognitif dan afektif, bagaimana menerapkan pengetahuan yang dimiliki anak untuk diterapkan pada suasana yang berbeda.

5. Latihan Variatif

Pada fase ini siswa didorong untuk mengembangkan daya kreativitasnya dengan membuat variasi gerakan dari gerakan yang dipelajari sebelumnya. Variasi ini dapat dilakukan dengan memvariasikan langkah-langkah dasar aktivitas ritmik kesegala arah. Sebaiknya setiap siswa dapat menciptakan dan menampilkan variasi, bahkan mungkin lebih dari satu variasi. Fase ini sangat menarik dan disini kualitas penampilan tidak terlalu penting, karena lebih bertujuan ke arah pengembangan aspek kognitif dan afektif.

6. Latihan Merangkai

Pada fase ini siswa didorong untuk menunjukkan kemampuannya menyusun rangkaian atau merangkai sejumlah gerakan yang telah dikuasainya. Tugas ini dapat dilakukan oleh kelompok dengan maksud mengembangkan bakat sosial dan pembentukan tanggungjawab dan disiplin pribadi dalam kelompok. Tiap kelompok menampilkan hasil rangkaiannya di depan kelas secara bergantian. Dalam fase ini tekanan tujuan ditekankan kepada semua aspek yang meliputi aspek psikomotor, aspek kognitif, aspek afektif dan sosial.

Berdasarkan pendapat-pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran aktivitas ritmik merupakan materi yang mengharuskan siswa menguasai seluruh rangkaian gerakan dengan benar sehingga lebih tepat jika pelaksanaannya menggunakan metode komando. Teknis pelaksanaan pembelajaran senam dilakukan dalam 6 bagian, yaitu: latihan Pendahuluan, latihan orientasi, latihan Inti, ekspansi, dan variasi.

#### **4. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar**

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan. Tujuan umum pendidikan jasmani juga selaras dengan tujuan umum pendidikan. Menurut pusat kurikulum badan penelitian dan pengembangan (2001:1), pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Sama halnya dengan mata pelajaran lainnya, melalui proses pengajaran diharapkan terjadi perubahan perilaku pada anak didik kita.

Aktivitas jasmani dalam pengertian ini dipaparkan sebagai kegiatan peserta didik untuk meningkatkan ketrampilan motorik seperti aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Aktivitas ini harus dipilih dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak didik. Melalui kegiatan pendidikan jasmani diharapkan anak didik atas tumbuh dan berkembang secara sehat, dan segar jasmaninya serta dapat berkembang kepribadiannya agar lebih harmonis. Pendidikan jasmani di sekolah dasar telah menjadi bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan dengan maksud mengubah perilaku peserta didik.

Tujuan belajar ialah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat. Proses belajar dalam pendidikan jasmani juga bertujuan untuk menimbulkan perubahan perilaku. Guru mengajar dengan maksud agar terjadi proses belajar. Melalui proses tersebut, maka terjadilah perubahan perilaku yang melekat. Dalam hal ini seperti diungkapkan Rusli Lutan (2001: 15).

Keunikan pendidikan jasmani adalah terletak pada proses pengajarannya yang menekankan aktivitas siswa, dan memanfaatkan aktivitas jasmani sebagai alat untuk menjadi tujuan pendidikan. Semakin unik, karena tujuannya bersifat menyeluruh dan lengkap mencakup berkembangannya total: fisik, intelektual, emosional, sosial dan moral, spiritual.

Sedangkan Agus. S. Suryobroto (2004:9) menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani.

Tujuan pendidikan jasmani untuk peserta didik sendiri meliputi empat hal yaitu (1) mampu mempertahankan dan meningkatkan kebugaran jasmani yang baik, serta mampu mendesain program latihan kebugaran yang aman sesuai dengan kaidah latihan (2) menunjukkan kompetensi untuk melakukan gerakan yang efisien, dan memiliki keterampilan teknis dan taktis dan pengetahuan yang memadai untuk melakukan paling tidak satu jenis aktivitas olahraga (3) mendemonstrasikan gaya hidup yang aktif dan gemar melakukan kegiatan jasmani secara regular (4) menghormati hubungan dengan orang lain karena ikut berpartisipasi dalam kegiatan olahraga yang mengacu kepada pemahaman universal dan multi budaya dan memiliki kegembiraan karena beraktivitas jasmani secara regular (Agus.S.Suryobroto 2004:12)

Singer (1980) menyatakan bahwa belajar diilustrasikan oleh suatu perubahan yang relatif permanen dalam penampilan atau potensi perilaku yang disebabkan oleh karena adanya latihan atau pengalaman masa lalu dalam suatu situasi tertentu. Kemudian Sumadi Suryabrata (1974) dikutip oleh Mahendra dan Amung Ma'Mun (1999: 42) menyatakan bahwa belajar merupakan upaya yang sengaja untuk memperoleh perubahan tingkah laku, baik yang berupa pengetahuan maupun ketrampilan. Jadi

belajar sebagai suatu perubahan yang bertahan lama dalam kehidupan individu dan tidak dilahirkan atau didahului oleh warisan keturunan.

Telah banyak ahli mengemukakan tentang konsep belajar gerak.

Menurut Gagne (1977), lima domain mengenai jenis belajar yaitu:

1. Ketrampilan gerak, yaitu gerakan berorientasi yang diwakili oleh koordinasi respon terhadap tanda-tanda tertentu.
2. Informasi verbal, yaitu dicontohkan melalui fakta-fakta, prinsip-prinsip, dan generalisasi yang dianggap sebagai pengetahuan.
3. Ketrampilan intelektual, yaitu diwakili oleh diskriminasi, peraturan dan konsep-konsep (penerapan pengetahuan).
4. Strategi kognitif, yaitu ketrampilan-ketrampilan yang terorganisir secara internal yang menentukan pembelajaran seseorang, peningkatan dan pemikiran.
5. Sikap, yaitu perilaku afektif seperti perasaan.

Perkembangan kemampuan memang bisa berkembang tanpa dilatih.

Kemampuan tersebut berkembang misalnya karena pengaruh kematangan dan pertumbuhan. Perubahan kemampuan semacam ini tentu akan meningkatkan ketrampilan berlari. Tanpa berlatih dalam arti sebenarnya, kemampuan berlari tetap akan berkembang karena adanya pengaruh kematangan. Siapapun anak yang normal pasti akan menguasai ketrampilan berlari tanpa harus berlatih. Namun, perlu dipertanyakan sampai dimanakah tingkat keterampilan ini bisa berkembang jika tidak dilatih secara khusus.

Berdasarkan pandangan tersebut, maka program pendidikan jasmani di sekolah dasar harus disesuaikan dengan tahap perkembangan keterampilan gerak siswa. Jadi bukan disesuaikan dengan usia kalender. Maksudnya perkembangan gerak anak usia sekolah dasar biasa diidentikkan dengan bermain.

Anak-anak usia dasar senang bermain, permainan itu dilakukan dengan gembira, dan oleh karena itu sesuatu yang diajarkan pada waktu itu, dapat diungkapkannya dengan mudah. Sebaiknya semua pelajaran diberikan kepada anak-anak diberikan dalam suasana gembira atau sambil bermain.

Ahli-ahli pendidikan seperti Montessori dan Groos yang dikutip oleh Agoes (2005: 29) menganjurkan agar permainan dalam sekolah merupakan alat-alat untuk melatih fungsi-fungsi jasmani dan rohani anak-anak. Dalam permainan individual, anak belajar memberi dan menerima, belajar mengukur kekuatan atau kecakapan sendiri dengan kekuatan atau kecakapan orang lain. Sedangkan dalam permainan kelompok akan timbul rasa persatuan, kerjasama kerana serasa senasib sepenanggungan antara anggota-anggota kelompok, rasa tanggung jawab terhadap orang lain, dan kerjasama untuk tujuan bersama.

Dapat disimpulkan bahwa permainan merupakan olahraga yang digunakan sebagai alat dalam usaha pendidikan. Tiap kali menggunakan suatu alat pasti mengharapkan kegunaan alat itu dalam usaha untuk mencapai tujuan pendidikan yang diharapkan. Dalam hal ini yang dimaksud dengan alat adalah bentuk-bentuk gerak permainan bagi usia sekolah dasar sebagai upaya untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani.

## **5. Hakikat Senam Ritmik/ Aktivitas ritmik**

Sebelum aktivitas ritmik muncul dalam kurikulum Pendidikan Jasmani, ada istilah senam gerak irama. Senam aktivitas ritmik yaitu gerakan

senam yang diiringi oleh irama sehingga gerakan senam terbatas. Seperti yang dikemukakan oleh Toho Cholik dan Rusli Lutan yang dikutip F. Suharjana (2010: 29), bahwa senam irama merupakan sebuah corak senam yang menekankan irama dalam pelaksanaan gerakannya. Senam irama memiliki suatu hubungan dengan bidang seni yaitu seni musik dan seni tari. Lebih lanjut Aip Syarifuddin dan Muhadi dikutip F. Suharjana (2010: 29) menyatakan bahwa perkembangan senam irama itu mulai timbul bersamaan dengan adanya perubahan di dalam bidang seni panggung, seni musik, seni tari.

## **6. Hakikat Media**

### **a. Pengertian Media**

Media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim kepada penerima (Agus S. Suryobroto, 2001: 15). Gagne yang dikutip Agus S. Suryoboto (2001: 15) menyatakan media adalah berbagai jenis komponen dalam lingkungan siswa yang dapat merangsangnya untuk belajar. Kemudian menurut Asosiasi Pendidikan Nasional (*National Education Association/NEA*) yang dikutip (Agus S. Suryobroto, 2001: 15) media adalah bentuk-bentuk komunikasi baik cetak maupun audio-visual serta peralatannya.

Menurut Arief S. Sadiman yang dikutip dari skripsi Triyanti Saptarini (2008: 8), media atau bahan perangkat lunak (*software*) berisi pesan atau informasi pendidikan yang biasanya disajikan dengan menggunakan peralatan. Sedangkan menurut penulis media adalah tempat

untuk memberikan informasi yang dibutuhkan oleh masyarakat umum, baik dalam pendidikan, ekonomi, sosial, dan budaya.

#### **b. Definisi Audio Visual**

Penyebut audio visual sebenarnya mengacu pada indra yang menjadi sasaran dari media tersebut. Media audio visual mengandalkan pendengaran dan penglihatan dari khalayak sasaran (penonton). Audio visual adalah segala sesuatu yang memungkinkan sinyal audio dapat dikombinasikan dengan gambar bergerak secara sekuensial (Daryanto, 2010: 88).

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa media audio visual merupakan media perantara atau penggunaan materi dan penyerapannya melalui pandangan dan pendengaran sehingga membangun kondisi yang dapat membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap.

#### **c. Hakikat Media Audio Visual dalam Pembelajaran Aktivitas Ritmik**

Konsep pembelajaran aktivitas ritmik terkait dengan kegiatan olahraga prestasi yang dapat dijadikan rujukan untuk kegiatan olahraga pendidikan atau proses pembelajaran pendidikan jasmani dikemukakan oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan dalam Fajar (2009:3), untuk mempercepat peningkatan prestasi, latihan tidak cukup hanya dilakukan secara motorik (dengan gerakan) saja. Banyak penelitian telah membuktikan bahwa latihan motorik harus dibarengi dengan metode nir-motorik (tanpa gerak). Latihan nir-motorik bisa dilakukan dengan gambar-

gambar, film mengenai gerakan yang akan dilakukan. Dapat juga dengan membayangkan atau memvisualisasi atau menceritakan gerakan yang akan dipelajari.

Media Audio visual merupakan jenis media yang paling mudah digunakan karena dapat mengatasi kekurangan daya mampu panca indera, dapat menjelaskan suatu masalah. Masalah dalam aktivitas ritmik adalah bentuk kegiatan pada aktivitasnya sebagai latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis, dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan ketrampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual (Imam Hidayat dalam Fajar, 2009: 4 ). Media yang merupakan salah satu produk dalam teknologi pembelajaran bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam mengatasi masalah, salah satunya media audio visual yang digunakan dalam pembelajaran aktivitas ritmik yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah kompleksitas gerakan yang meliputi loncatan atau lompatan (jumps or leaps), keseimbangan (balance), putaran (pivots), kelenturan (flexibility), tubuh yang bergelombang (waves), yang disusun secara teratur (Fajar, 2009: 5). Selain itu, keuntungan dengan menggunakan media audio adalah kemampuannya untuk diputar ulang, sehingga guru tidak perlu mengulang gerakan namun dapat dilakukan dengan memutar ulang tayangan pada media.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa media audio visual digunakan dalam pembelajaran aktivitas ritmik untuk

mengatasi masalah kegiatan yang kompleks yang meliputi loncatan atau lompatan (jumps or leaps), keseimbangan (balance), putaran (pivots), kelenturan (flexibility), tubuh yang bergelombang (waves), yang disusun secara teratur.

## **7. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar**

Karakteristik siswa sekolah dasar menurut Desmita (2009:35), adalah anak-anak usia sekolah ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak yang usianya lebih muda. Ia senang bermain, bergerak, bekerja dengan kelompok dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Mengembangkan pembelajaran yang mengandung unsur permainan menjadi tugas dari setiap pendidik. Berpindah atau bergerak, bekerja atau belajar dalam kelompok, serta memberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran adalah sebuah cara yang sampai saat ini selalu dikembangkan.

Dalam pembelajaran di sekolah dasar perlu ada perbedaan strategi atau penekanan antara siswa kelas rendah atau kelas atas disesuaikan dengan karakteristik siswa.

### **a. Siswa kelas rendah**

Maslhichah Asya'ari (2006:38) mengemukakan bahwa karakteristik siswa kelas rendah adalah sebagai berikut.

- 1) Penalarannya bersifat transduktif bukan induktif dan bukan deduktif.
- 2) Tidak dapat berpikir bolak-balik artinya tidak bisaberpikir kembali ke titik awal.
- 3) Bersifat *egosentris* memandang sesuatu dari sudut pandang dirinyasendiri.

- 4) Belum memiliki pengertian kekekalan materi, mereka cenderung fokus pada aspek statis tentang sesuatu dari pada perubahan dari keadaan yang satu ke keadaan lain walau ditinjau dari substansi, volume dan jumlahnya tetap.
- 5) Belum bisa berpikir abstrak, artinya mereka belum bisa memahami bila A lebih besar B sedang B lebih besar dari C maka A lebih besar dari C.

b. Siswa kelas atas

Maslichah Asya'ari (2006:38) mengungkapkan bahwa karakteristik siswa kelas atas adalah:

- 1) Dapat berpikir bolak-balik.
- 2) Dapat melakukan pengelompokan dan menentukan urutan.
- 3) Telah mampu melakukan operasi logis tetapi pengalaman yang dipunyai masih terbatas. Oleh karena itu, mereka sudah dapat memecahkan masalah yang bersifat verbal atau formal.

## **B. Penelitian yang Relevan**

1. Dhony Fitrianto (2010) dalam penelitian tentang “Peningkatan Kualitas Pembelajaran Renang Melalui Media Audio Visual Siswa Kelas VI SD Muhammadiyah Domban II Tempel di Sleman” menyatakan adanya peningkatan kualitas pembelajaran gerak renang setelah menggunakan media VCD. Peningkatan kualitas belum terlihat pada siklus pertama, karena pengamatan kualitas pembelajaran masih terlihat rendah, pada siklus kedua dengan adanya tindakan pada refleksi diperoleh informasi kualitas pembelajaran. Setelah menggunakan media VCD terlihat peningkatan pemahaman siswa yang kemudian diaplikasikan dalam bentuk gerakan yang benar pada pembelajaran praktek. Hasil pembelajaran siswa dalam praktik pengenalan air mengalami peningkatan sebanyak (29,4%), kemampuan posisi badan (20%), kemampuan mengapung sebanyak

(23,5%), kemampuan meluncur (50%), kemampuan gerakan tungkai (20%), kemampuan gerakan lengan (60%), kemampuan mengambil nafas sebanyak (20%), kemampuan gerakan renang lengkap (20%).

2. Chamdani Lukman Bachtiar (2013) dalam penelitian yang berjudul “Media Pembelajaran Audio Visual Terhadap Pembelajaran Lompat Jauh Pada Siswa Kelas IV SDN Grobogan 04 Kabupaten Grobogan Tahun Ajaran 2012/2013”. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa penerapan media pembelajaran audio visual (video) terhadap pembelajaran atletik (lompat jauh) dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Data hasil pengamatan unjuk kerja psikomotor diperoleh hasil pada siklus I rata-rata 59,67 (cukup baik) dan mengalami kenaikan pada siklus II rata-rata 81,25 (baik). Data hasil pengamatan afektif diperoleh hasil pada siklus I rata-rata 71 (cukup baik) dan mengalami kenaikan pada siklus II rata-rata 84,6 (baik). Data hasil pengamatan pemahaman siswa (kognitif) diperoleh hasil pada siklus I rata-rata 57 (cukup baik) dan mengalami kenaikan pada siklus II rata-rata 80,08 (baik). Sedangkan untuk tanggapan siswa terhadap media pembelajaran audio visual pada siklus I sebesar 83% (baik) sedangkan pada siklus II sebesar 90,6% (baik). Secara keseluruhan nilai yang diperoleh untuk setiap aspek pernyataan dalam angket mengalami peningkatan

### **C. Kerangka Berpikir**

Penggunaan metode pembelajaran merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan belajar mengajar. Keanekargaman model

mengajar yang ada pada saat ini merupakan alternatif yang dapat digunakan oleh guru untuk memilih metode mana yang disukai dengan materi yang di sampaikan. Permasalahan yang muncul di MI Islamiyah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas dalam proses pembelajaran berdasarkan wawancara dengan beberapa peserta didik kelas II MI Islamiyah Somakaton salah satunya dipengaruhi oleh proses pembelajaran yang dilakukan guru kurang menarik terutama pemilihan metode atau media pembelajaran.

Media audio visual ( video ) merupakan salah satu metode yang dapat diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam proses pembelajaran aktivitas ritmik dengan menggunakan media audio visual ( video ), guru merancang pembelajaran agar siswa aktif dalam proses pembelajaran aktivitas ritmik, serta diutamakan partisipasi siswa dalam mengikuti proses mengawali dan mengahiri pembelajaran, partisipasi siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan guru, dan partisipasi siswa dalam tugas dan reaksi terhadap tugas yang diberikan terkait dengan materi aktivitas ritmik. Selain itu, guru juga merancang pembelajaran dengan menggunakan kegiatan melalui media audi visual ( video ). Pada pertemuan pertama memberikan video yang bertujuan untuk kegiatan pemanasan dan gerakan dasar kaki dan tangan. Pertemuan kedua memberikan video yang bertujuan untuk mulai masuk ke inti aktivitas ritmik. Kegiatan media video tersebut dilakukan supaya siswa lebih tertarik mengikuti pembelajaran.

Pemilihan media audio visual (video) dalam proses pembelajaran aktivitas ritmik di MI Islamiyah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas, yang pertama media audio visual merupakan media perantara atau penggunaan materi dan penyerapannya melalui pandangan dan pendengaran sehingga membangun kondisi yang dapat membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap. Hal yang kedua yang menjadi dasar pemilihan media audio visual ( video ) adalah peserta didik kelas II MI Islamiyah Somakaton masih asing terhadap teknologi yang berkembang sekarang di karenakan wilayah MI Islamiyah Somakaton berada di daerah pedesaan yang jauh dari pusat kota, sehingga dengan media audio visual anak – anak akan lebih tertarik mengikuti proses pembelajaran aktivitas ritmik.

#### **D. Hipotesis Tindakan**

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir yang sudah disebut di atas, maka dapat dirumuskan hipotesis, sebagai berikut:

Ha : Penerapan media audio visual (*video*) dalam pembelajaran aktivitas ritmik dapat meningkatkan proses pembelajaran dan hasil belajar pada peserta didik kelas II di MI Islamiyah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas Tahun 2014.

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Desain 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 (Wina Sanjaya, 2009:26).

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.



Gambar 1. Model penelitian tindakan kelas

Adapun penjelasan lebih rinci dalam perencanaan penelitian ini sebagai berikut:

### 1. Perencanaan Tindakan Pembelajaran

Perencanaan tindakan ini mengacu pada permasalahan kemampuan aktivitas ritmik sebagai fokus permasalahan. Pada perencanaan tindakan kelas ini melibatkan teman sejawat, yaitu memadukan hasil pengalaman serta persepsi peneliti terhadap siswa selama proses kegiatan belajar-mengajar berlangsung.

#### a. Identifikasi masalah dan penyebabnya

Usaha meningkatkan kemampuan aktivitas ritmik melalui media audio visual (*video*). Peningkatan aktivitas ritmik akan lebih berhasil jika peneliti menggunakan media audio visual (*video*). Peneliti memiliki pengalaman tentang penyebab rendahnya gerak dasar aktivitas ritmik dalam aktivitas ritmik pada siswa.

b. Perencanaan solusi masalah

Solusi yang ditawarkan untuk meningkatkan kemampuan aktivitas ritmik pada siswa adalah menggunakan media audio visual (*video*). Dengan menggunakan video sebagai media, siswa dapat melihat secara langsung rangkaian gerakan aktivitas ritmik. Siswa usia SD/MI pada umumnya lebih mudah menangkap materi dengan melihat, terlebih melalui video sehingga jika siswa kurang paham dapat diulang sampai seluruh siswa paham serta penayangan video ini belum pernah dilakukan sebelumnya sehingga menjadi daya tarik bagi siswa nantinya.

c. Penyusunan program tindakan pembelajaran

Solusi untuk mengatasi masalah peningkatan kemampuan aktivitas ritmik perlu disusun kedalam suatu program tindakan pembelajaran. Program yang akan dilaksanakan adalah melakukan aktivitas ritmik melalui media audio visual (*video*).

## 2. Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan dilakukan oleh peneliti yang dibantu oleh satu orang teman sejawat. Pada tahap pelaksanaan tindakan penelitian, peneliti melaksanakan kegiatan aktivitas ritmik melalui media audio visual (*video*). Suatu perencanaan bersifat fleksibel dan siap dilakukan perubahan sesuai dengan kemampuan siswa dalam memahami konsep gerak dasar aktivitas ritmik dalam aktivitas ritmik melalui media audio visual (*video*).

### 3. Observasi

Observasi adalah upaya merekam segala peristiwa dan kegiatan yang terjadi selama tindakan itu berlangsung. Observasi itu harus bersifat terbuka pandangan dan pikirannya. Pada waktu observasi dilakukan, peneliti mengamati proses pembelajaran dan mengumpulkan data mengenai segala sesuatu yang terjadi pada proses pembelajaran. Baik yang terjadi pada peneliti, siswa maupun situasi pembelajaran dan peneliti hanya mencatat apa yang dilihat dan didengar bukan memberikan penilaian.

Dalam penelitian ini yang menjadi observer adalah peneliti yang dibantu oleh teman sejawat, sedangkan yang melakukan tindakan pembelajaran adalah guru pendidikan jasmani selaku peneliti. Observer menggunakan lembar observasi untuk melakukan kegiatan observasi tersebut.

Berdasarkan data yang ingin diperoleh, maka pengamat (peneliti, guru pendidikan jasmani yang bertindak mengajar kelas II dan Kepala Sekolah) melakukan observasi partisipasi pasif dengan pedoman observasi. Pedoman observasi ini dibagi menjadi tiga bagian, yaitu: a) observasi tindak mengajar yang disesuaikan dengan rencana pembelajaran, b) observasi tindak belajar yang berkaitan dengan inisiatif dan reaksi siswa kelas II dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada materi subtema 3: hidup rukun di sekolah, dan c) keterangan tambahan

yang berkaitan dengan tindak mengajar maupun tidak belajar yang belum terjaring.

#### **4. Refleksi**

Refleksi dalam PTK adalah upaya untuk mengkaji apa yang telah terjadi atau tidak terjadi. Apa yang telah dihasilkan atau yang belum berhasil dituntaskan dengan tindakan perbaikan yang telah dilakukan. Hasil refleksi itu digunakan untuk menetapkan langkah lebih lanjut dalam upaya mencapai tujuan PTK. Dengan kata lain, refleksi adalah pengkajian terhadap keberhasilan atau kegagalan dalam mencapai tujuan sementara.

### **B. Definisi Operasional Variabel**

Untuk mencapai tujuan penelitian ini, perlu diketahui terlebih dahulu variabel penelitiannya. Variabel yang terdapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Media *Audio Visual (Video)***

Penyebut audio visual sebenarnya mengacu pada indra yang menjadi sasaran dari media tersebut. Media audio visual mengandalkan pendengaran dan penglihatan dari khalayak sasaran (penonton). Audio visual adalah segala sesuatu yang memungkinkan sinyal audio dapat dikombinasikan dengan gambar bergerak secara sekuensial.

Media audio visual merupakan media perantara atau penggunaan materi dan penyerapannya melalui pandangan dan pendengaran sehingga membangun kondisi yang dapat membuat siswa mampu memperoleh

pengetahuan, keterampilan, atau sikap.

Media audio visual dalam penelitian ini berupa video senam ritmik atau aktivitas ritmik untuk SD/MI yang diambil dari website [www.youtube.com](http://www.youtube.com).

## 2. Pembelajaran Aktivitas ritmik

Hasil pembelajaran aktivitas ritmik adalah hasil penilaian melalui pengamatan atau observasi dan hasil belajar siswa terhadap pelaksanaan pembelajaran peserta didik kelas II MI Islamiah Somakaton dengan materi pembelajaran aktivitas ritmik.

### **C. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah benda atau orang tempat data untuk variabel penelitian melekat, dan yang dipermasalahkan (Suharsimi Arikunto, 2005: 88). Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas II di MI Islamiah Somakaton sebanyak 20 siswa yang terdiri dari 12 laki-laki dan 8 perempuan.

### **D. Lokasi Penelitian**

Untuk mendapatkan keterangan yang dibutuhkan dalam pemecahan masalah penelitian, penelitian ini akan dilaksanakan di MI Islamiah Somakaton Kabupaten Banyumas. Peneliti melakukan penelitian disini karena sudah melakukan observasi awal dimana peneliti melaksanakan wawancara dan diskusi terkait kendala dalam pembelajaran penjas di MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas. Peneliti menemukan beberapa masalah yang harus dipecahkan dan diselesaikan dalam

proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya aktivitas ritmik pada gerak dasar aktivitas ritmik.

## **E. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian merupakan alat yang dipakai untuk mengumpulkan data dalam sebuah penelitian. Instrumen pada penelitian ini adalah peneliti sendiri dengan dibantu alat pengumpul data sebagai berikut.

### **1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)**

Rencana pelaksanaan pembelajaran digunakan sebagai pedoman dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani meliputi rencana kegiatan pendahuluan, isi hingga penutup. Dalam RPP juga dirancang rencana pengambilan nilai sebagai hasil belajar siswa dalam suatu kegiatan pembelajaran.

### **2. Pedoman Pengamatan/ Observasi**

Pedoman pengamatan digunakan untuk mengamati jalannya tindakan, pada penelitian ini hanya menggunakan satu siklus. Pedoman pengamatan dikembangkan berdasarkan sikap peserta didik dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh efek tindakan yang telah dicapai terhadap proses pembelajaran. Pedoman pengamatan berbentuk tabel yang memuat banyaknya peserta didik terkait sikapnya dalam mengikuti pembelajaran.

### **3. Lembar Catatan Lapangan**

Catatan lapangan digunakan untuk mendeskripsikan segala aktivitas, dan kondisi ketika proses pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik berlangsung.

### **4. Pedoman Wawancara**

Pedoman wawancara digunakan untuk memandu kegiatan wawancara yang akan dilakukan. Oleh karena jenis wawancara yang digunakan adalah wawancara terpimpin, penggunaan pedoman wawancara sangat diperlukan. Pedoman wawancara dikembangkan berdasarkan informasi yang hendak diperoleh terkait penelitian yang dilakukan. Berikut ini adalah tabel kisi-kisi pedoman wawancara kepada kepala sekolah, dan guru mata pelajaran Penjasorkes MI Islamiah Somakaton ketika survei dan setelah tindakan.

## **F. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pengamatan/observasi, catatan lapangan, wawancara, dan dokumentasi foto. Adapun uraian masing-masing teknik pengumpulan data tersebut adalah sebagai berikut.

### **1. Pengamatan**

Kegiatan pengamatan bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh efek tindakan yang telah dicapai. Pengamatan dilakukan dengan mengamati proses pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik baik ketika pratindakan maupun ketika tindakan yaitu gerak dasar aktivitas

ritmik dengan bantuan media audio-visual (*video*). Kegiatan pengamatan akan dilakukan oleh dua orang pengamat dan dibantu dengan menggunakan pedoman pengamatan. Pengamatan dilakukan untuk memperoleh data tentang penerapan media audio-visual (*video*) dalam pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik di sekolah, sikap peserta didik dalam pembelajaran, dan hasil pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik dengan bantuan media audio-visual (*video*). Selain itu, pengamatan juga digunakan untuk mengonfirmasi data yang diperoleh melalui tes, dokumentasi, wawancara, dan catatan lapangan.

## **2. Catatan Lapangan**

Catatan lapangan digunakan untuk mendeskripsikan kondisi yang terjadi pada saat proses pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik berlangsung. Segala aktivitas pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik dideskripsikan dalam catatan lapangan, mulai dari pratindakan hingga tindakan pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik dengan bantuan media audio-visual (*video*) pada siklus I dan siklus II. Catatan lapangan digunakan dengan tujuan untuk memperoleh data tentang penerapan bantuan media audio-visual (*video*) dalam pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik di sekolah, sikap peserta didik dalam pembelajaran, dan hasil pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik dengan bantuan media audio-visual (*video*).

## **3. Wawancara**

Wawancara dilakukan kepada kepala sekolah, dan guru mata pelajaran Penjasorkes MI Islamiah. Jenis wawancara yang digunakan

adalah wawancara terpinin. Penggunaan pedoman wawancara dalam teknik ini, dapat menunjukkan arah tanya jawab yang akan dilakukan. Wawancara kepada kepala sekolah MI Islamiah Somakaton dilakukan ketika survei, dengan tujuan untuk memperoleh data mengenai kondisi sekolah, kelas, peserta didik, sarana dan prasarana sekolah yang mendukung kegiatan pembelajaran. Adapun wawancara kepada guru mata pelajaran Penjasorkes MI Somakaton Somagede dilakukan ketika survei dan setelah kegiatan penelitian berlangsung. Wawancara ini bertujuan untuk memperoleh data mengenai sikap, pendapat, serta wawasan subjek penelitian mengenai baik buruknya proses belajar yang telah berlangsung.

#### **G. Teknik Analisis Data**

Langkah-langkah yang dilakukan oleh peneliti setelah semua data terkumpul meliputi:

Analisis data adalah proses mengolah data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data melalui observasi, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. 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 (Sugiyono, 2007: 243-245)

Menurut model miles and huberman dalam (Sugiyono 2007: 246-253) terdiri atas tiga tahapan yaitu:

### 1. Reduksi Data

Reduksi data merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting untuk dicari tema dan polanya dari jumlah data yang banyak diperoleh di lapangan. Dengan demikian dapat membantu untuk memberikan gambaran lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk mengumpulkan data selanjutnya.

### 2. Penyajian Data

Penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar variabel dan lain-lain. Dengan tujuan untuk mempermudah dalam memahami apa yang terjadi, dan merencanakan langkah selanjutnya.

### 3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan kesimpulan penelitian kualitatif yang dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi memungkinkan juga jika tidak. Atau temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada, yaitu berupa deskripsi suatu obyek yang sebelumnya masih samu sehingga setelah diteliti menjadi jelas.

## **H. Indikator Keberhasilan**

Keberhasilan dalam penelitian tindakan ini ditandai dengan adanya perubahan menuju arah perbaikan. Indikator keberhasilan dalam penelitian tindakan ini dikelompokkan atas dua hal yaitu sebagai berikut.

## 1. Indikator Keberhasilan Proses

Indikator keberhasilan proses dilihat dari perkembangan proses pembelajaran. Analisis ini dilakukan dengan mendeskripsikan hal-hal yang terjadi selama proses tindakan kelas. Hasil proses pembelajaran pada penelitian ini dilihat dalam lembar observasi siswa selama pembelajaran senam ritmik. Penelitian dikatakan berhasil apabila hasil dari pengamatan siswa selama mengikuti pembelajaran aktivitas ritmik tergolong dalam predikat baik sekali atau istimewa dengan tingkat penguasaan 76% sampai 100%.

Untuk mengukur tingkat keberhasilan proses belajar mengajar digunakan pengukuran menurut Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain (2006: 107) yaitu:

**Tabel 1. Klasifikasi Persentase untuk Skor Proses Belajar Mengajar**

<b>Tingkat Penguasaan</b>	<b>Predikat</b>
86%-100%	Istimewa
76%-85%	Baik sekali
60%-75%	Baik
< 60%	Kurang

## 2. Indikator Keberhasilan Hasil

Indikator keberhasilan hasil didasarkan atas keberhasilan siswa dalam pembelajaran aktivitas ritmik dengan media audio-visual (*video*). Hal ini dapat dilakukan dengan melakukan penilaian terhadap siswa yang melakukan aktivitas ritmik setelah diberikan *audio-visual (video)*. Untuk mengetahui keberhasilan tindakan pada penelitian ini adalah dengan melihat rata-rata hasil penilaian afektif atau sikap siswa, psikomotor atau

unjuk kerja siswa, dan kognitif atau pemahaman siswa yang mencapai KKM pada pembelajaran penjasorkes. Dimana KKM pembelajaran penjasorkes di MI Islamiah Somakaton adalah 76.

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **A. Deskripsi Hasil Penelitian**

Penelitian Tindakan Kelas dengan metode pengenalan aktivitas ritmik senam berirama ini dimulai dengan kegiatan pratindakan, serta 2 siklus tindakan dengan masing-masing 1 kali pertemuan. Standar Kompetensi (SK) yang diambil yaitu mempraktikkan keterampilan dasar ritmik diorientasikan dengan arah dan ruang dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

#### **1. Hasil Pelaksanaan Tindakan Siklus I**

##### **a. Perencanaan Tindakan Siklus I**

Pada tahap perencanaan guru dan peneliti mendiskusikan pokok-pokok penting terkait pembelajaran yang akan digunakan yaitu pembelajaran dengan menggunakan media *audio visual (video)*. Selain itu, guru dan peneliti juga mendiskusikan pokok materi yang akan diajarkan, pelaksanaan tindakan serta waktu pelaksanaan tindakan.

Pelaksanaan dalam kegiatan tindakan siklus I dilakukan dalam 1 kali pertemuan dengan 2 jam pelajaran dan alokasi waktu (3x35 menit). Pada siklus I fokus tindakan adalah perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Setelah berdiskusi dengan guru, peneliti menyiapkan proses pelaksanaan pembelajaran, antara lain:

- 1) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan mempraktikkan keterampilan dasar ritmik diorientasikan dengan arah dan ruang dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (KD)

mempraktikkan gerak ritmik ke depan, belakang ataupun samping secara berpasangan dengan diiringi musik, dan nilai kerja sama.

- 2) Menyiapkan *video* senam ritmik sebagai media pembelajaran.
- 3) Menyiapkan instrumen penelitian, diantaranya:
  - a) Lembar observasi sebagai pedoman pengamatan afektif dan psikomotor siswa.
  - b) Lembar observasi guru
  - c) Pedoman wawancara siswa
  - d) Tes kognitif dengan memberikan soal pada siswa

Dalam penelitian ini pelaksana tindakan adalah guru penjasorkes, peneliti menjadi observer I bersama dengan 2 orang rekan menjadi observer II, dan III. Pelaksanaan tindakan disesuaikan dengan jadwal pelajaran kelas II MI Islamiah Somakaton.

**Tabel 2. Jadwal Pelajaran Kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus I)**

Hari	Kegiatan Penelitian	Waktu
Senin, 1 Desember 2014	Siklus I	07.00 s.d. 08.10 WIB

Sumber: Dokumen Sekolah

#### **b. Pelaksanaan dan Pengamatan Tindakan Siklus I**

Pelaksanaan tindakan siklus I dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 1 Desember 2014. Jumlah siswa yang hadir adalah 20 siswa. Pembelajaran dilaksanakan 3x35 menit yaitu pada pukul 07.00 s.d. 08.10 WIB. Alokasi waktu pembelajaran dibagi ke dalam tiga tahap

pembelajaran yakni 10 menit pertama kegiatan awal, 50 menit kegiatan inti, dan 10 menit terakhir penutup. Pelaksanaan pembelajaran pada siklus I membahas pokok bahasan tentang aktivitas ritmik bersama teman..

Berikut ini merupakan rincian pelaksanaan tindakan siklus I:

- 1) Guru membuka pelajaran dengan memberikan salam kepada siswa dan berdoa terlebih dahulu. Guru melakukan presensi siswa.
- 2) Guru memberikan apersepsi dengan memberikan contoh gerakan berirama dengan mengajak salah satu siswa mengikuti gerakannya.
- 3) Guru menyampaikan materi berupa senam berirama dengan media *audio visual (video)*. Guru meminta perhatian siswa pada *video* yang diputar.
- 4) Setelah selesai diputar, guru memimpin siswa untuk melakukan gerakan senam berirama dan meminta siswa mencari pasangan.
- 5) Siswa diberikan kesempatan untuk melakukan gerakan senam berirama sendiri dengan pengawasan guru.
- 6) Guru menilai gerakan senam berirama siswa untuk dijadikan penilaian psikomotorik
- 7) Guru memberikan pekerjaan rumah kepada siswa untuk dikumpulkan pada pertemuan selanjutnya.
- 8) Guru mengucapkan salam penutup untuk mengakhiri pertemuan.

Selama kegiatan pembelajaran berlangsung peneliti membantu guru untuk melakukan penilaian sikap siswa. Hasil penelitian pada siklus I dideskripsikan dengan data berupa nilai psikomotor, kognitif, dan afektif. Deskripsi hasil penelitian sebagai berikut:

1) Hasil Pengamatan Unjuk Kerja Siswa (Psikomotor)

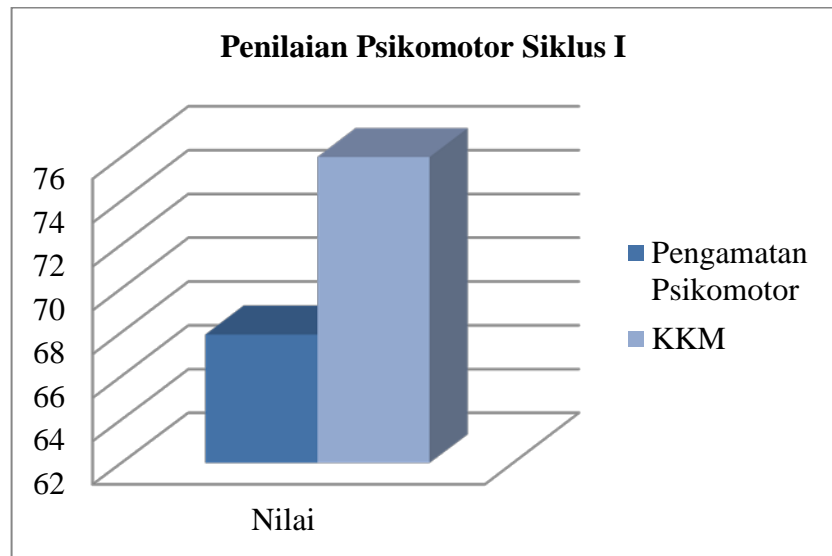
Dalam penelitian ini dilakukan penilaian unjuk kerja (psikomotor) untuk siswa. Pada siklus I pengamatan dilakukan pada akhir pembelajaran setelah siswa memperoleh materi senam berirama. Deskripsi pengamatan unjuk kerja (psikomotor) siswa pada pembelajaran senam ritmik menggunakan media *video* pada siklus I sebagai berikut :

**Tabel 3. Deskripsi Hasil Penilaian Unjuk Kerja (Psikomotor)  
Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus I)**

No	Nama	Nilai
1	Siswa 1	50
2	Siswa 2	58
3	Siswa 3	58
4	Siswa 4	75
5	Siswa 5	58
6	Siswa 6	92
7	Siswa 7	75
8	Siswa 8	92
9	Siswa 9	50
10	Siswa 10	83
11	Siswa 11	83
12	Siswa 12	50
13	Siswa 13	75
14	Siswa 14	67
15	Siswa 15	58
16	Siswa 16	67
17	Siswa 17	58
18	Siswa 18	67
19	Siswa 19	75
20	Siswa 20	67
Rata-rata		67,9

Sumber: Data Primer

Dari tabel di atas diketahui bahwa rata-rata hasil penilaian unjuk kerja (psikomotor) siswa pada siklus I menunjukkan angka yang masih rendah yaitu 67,9 dan masih belum mencapai KKM yaitu 76. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, sebagai berikut :



Gambar 2. Diagram Hasil Penilaian Unjuk Kerja (Psikomotor) Siswa Siklus I

Berdasarkan pada diagram di atas terlihat bahwa hasil penilaian psikomotor siswa masih jauh dari KKM dengan selisih 8,1. Hasil tersebut dapat dijadikan pacuan untuk meningkatkan pembelajaran sehingga nilai psikomotor dapat melebihi KKM pada siklus yang kedua. Berdasarkan pengamatan pelaksanaan pembelajaran, siswa cenderung untuk ragu melakukan gerakan sehingga ketika berpasangan terlihat kurangnya keterpaduan antar siswa yang berpasangan.

## 2) Hasil Pengamatan Perilaku Siswa (Afektif)

Dalam penelitian ini dilakukan penilaian perilaku (Afektif) untuk siswa. Pada siklus I pengamatan dilakukan selama pembelajaran senam ritmik berlangsung. Deskripsi pengamatan

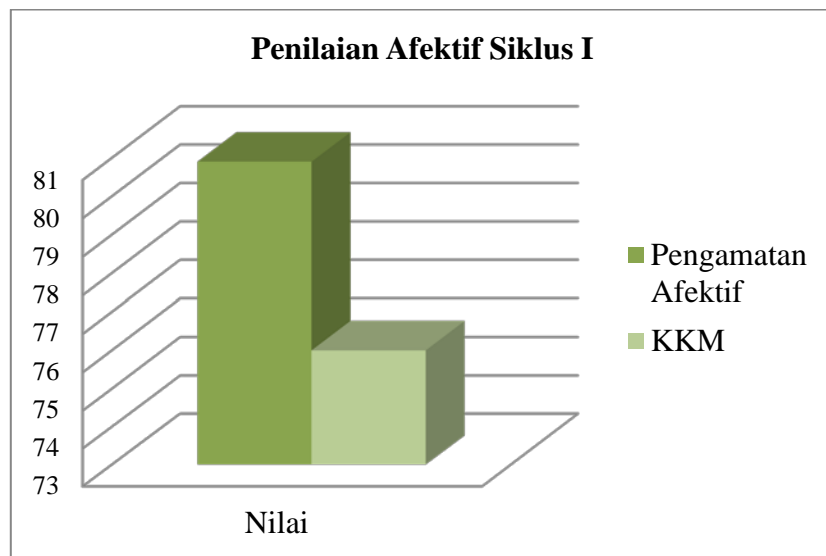
perilaku (Afektif) untuk siswa pada pembelajaran senam ritmik menggunakan media *video* pada siklus I sebagai berikut :

**Tabel 4. Deskripsi Hasil Penilaian Perilaku (Afektif) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus I)**

No	Nama	Nilai
1	Siswa 1	75
2	Siswa 2	88
3	Siswa 3	81
4	Siswa 4	81
5	Siswa 5	81
6	Siswa 6	81
7	Siswa 7	81
8	Siswa 8	75
9	Siswa 9	81
10	Siswa 10	88
11	Siswa 11	88
12	Siswa 12	75
13	Siswa 13	81
14	Siswa 14	81
15	Siswa 15	81
16	Siswa 16	81
17	Siswa 17	88
18	Siswa 18	75
19	Siswa 19	81
20	Siswa 20	75
Rata-rata		80,9

Sumber: Data Primer

Dari tabel di atas diketahui bahwa rata-rata hasil penilaian perilaku (afektif) siswa pada siklus I menunjukkan angka yang sudah tinggi yaitu 80,9 dan telah melebihi KKM yaitu 76. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, sebagai berikut :



Gambar 3. Diagram Hasil Penilaian Sikap (Afektif) Siswa Siklus I

Berdasarkan pada diagram di atas terlihat bahwa hasil penilaian afektif siswa sudah melebihi KKM dengan selisih 4.9. Hasil tersebut dapat dijadikan pedoman peningkatan aspek afektif siswa sehingga jangan sampai terjadi penurunan nilai. Pada saat pembelajaran siswa sudah terlihat kerjasamanya dengan sesama teman terlebih dengan pasangan senam, selain itu siswa dibiasakan disiplin waktu ketika jam pelajaran dimulai siswa sudah disiapkan dikelas dan juga ketika hendak menuju lapangan siswa mudah untuk diatur dan dibariskan.

### 3) Hasil Pengamatan Pemahaman Siswa (Kognitif)

Dalam penelitian ini dilakukan penilaian pemahaman (kognitif) untuk siswa. Pada siklus I penilaian dilakukan dengan memberikan tugas rumah atau PR pada siswa. Deskripsi hasil

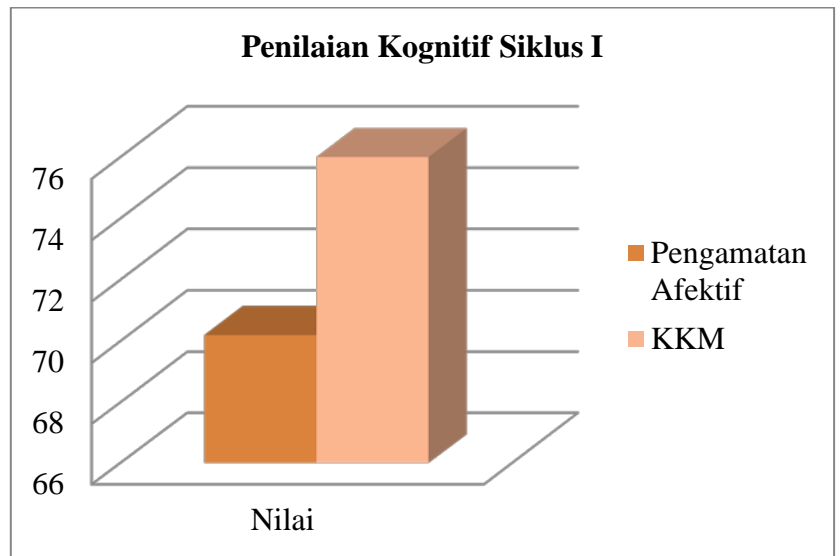
penilaian pemahaman (kognitif) untuk siswa pada pembelajaran senam ritmik menggunakan media *video* pada siklus I sebagai berikut:

**Tabel 5. Deskripsi Hasil Penilaian Pemahaman (Kognitif) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus I)**

No	Nama	Nilai
1	Siswa 1	67
2	Siswa 2	67
3	Siswa 3	67
4	Siswa 4	67
5	Siswa 5	67
6	Siswa 6	67
7	Siswa 7	83
8	Siswa 8	67
9	Siswa 9	67
10	Siswa 10	83
11	Siswa 11	83
12	Siswa 12	67
13	Siswa 13	67
14	Siswa 14	67
15	Siswa 15	67
16	Siswa 16	67
17	Siswa 17	83
18	Siswa 18	67
19	Siswa 19	67
20	Siswa 20	67
Rata-rata		70,2

Sumber: Data Primer

Dari tabel di atas diketahui bahwa rata-rata hasil penilaian pemahaman (kognitif) siswa pada siklus I menunjukkan angka yang masih rendah yaitu 70,2 namun hampir mencapai KKM yaitu 76. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Hasil Penilaian Pemahaman (Kognitif) Siswa Siklus I

Berdasarkan pada diagram di atas terlihat bahwa hasil penilaian Kognitif siswa belum melebihi KKM namun hampir menyampai KKM dengan selisih 5,8. Dengan hasil yang masih rendah ini sehingga perlu dilakukan tindakan agar nilai kognitif siswa meningkat sehingga mampu melebihi KKM. Berdasarkan pengamatan terhadap hasil pekerjaan siswa dapat dilihat bahwa siswa masih banyak yang lupa dengan urutan gerakan.

#### 4) Penilaian Pembelajaran Senam Ritmik

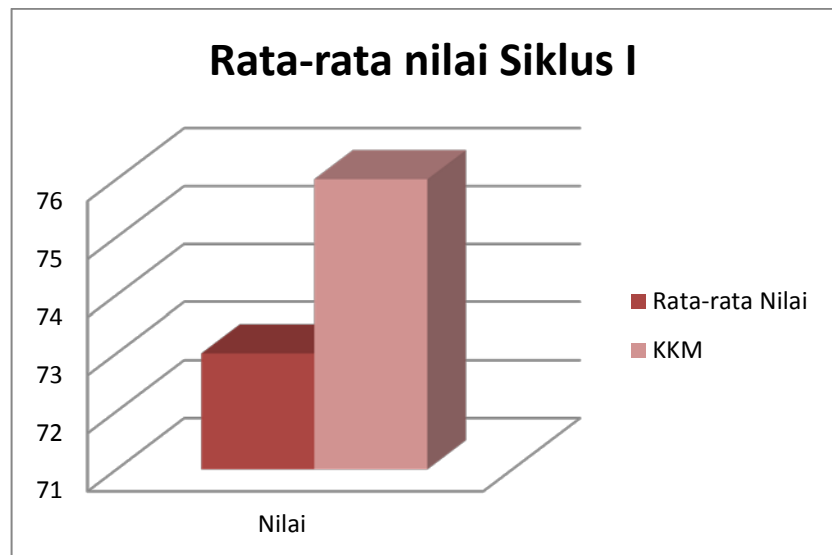
Berdasarkan nilai yang didapatkan di atas dapat dihimpun dalam tabel berikut:

**Tabel 6. Rata-rata Nilai Senam Ritmik Siswa Kelas II MI Islamiah Somakaton Siklus I**

Kegiatan	Nilai Rata-rata Per-Aspek			Rata-rata	Keterangan
	Psikomotor	Afektif	Kognitif		
Siklus I	67,9	80,9	70,2	73	Belum mencapai KKM 76

Sumber: Data Primer

Tabel tersebut jika ditampilkan dalam gambar diagram sebagai berikut :



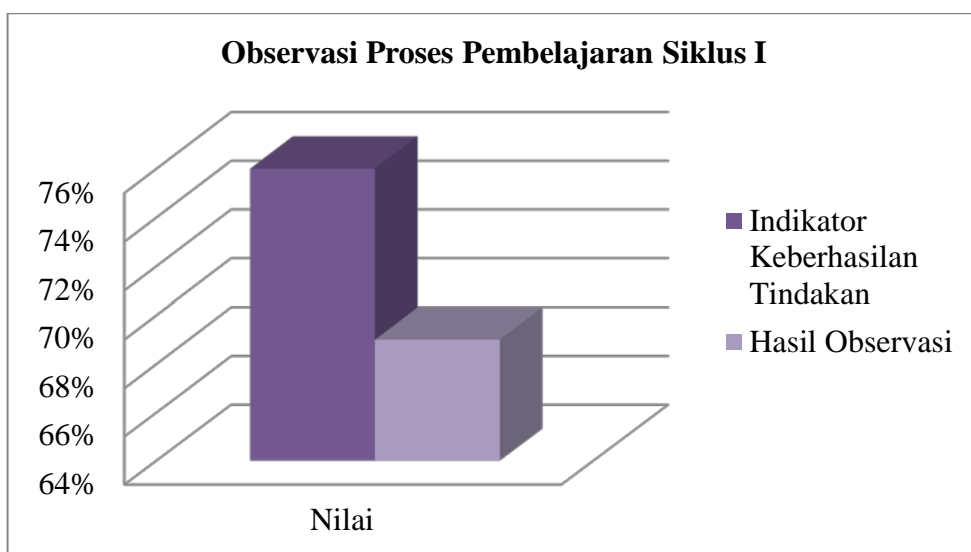
Gambar 5. Rata-rata Nilai Siswa Siklus I

Berdasarkan pada grafik tersebut dapat dilihat bahwa nilai KKM masih belum dicapai. Rata-rata nilai siswa siklus 1 pada pelajaran senam ritmik masih berada dibawah KKM yaitu 73.

#### 5) Penilaian Proses Pembelajaran Senam Ritmik

Selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung peneliti melakukan observasi untuk mengetahui proses pembelajaran

senam ritmik. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama proses pembelajaran senam ritmik pada siklus I menunjukkan bahwa siswa belum memenuhi kriteri keberhasilan tindakan dengan hasil nilai 69% sedangkan indikator keberhasilan proses menghasruskan hasil observasi minimal memperoleh 76%. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, sebagai berikut:



Gambar 6. Hasil Observasi Proses Pembelajaran Siklus I

**c. Refleksi**

Pembelajaran senam ritmik dengan menggunakan media *video* pada siklus I secara garis besar sudah berjalan sesuai prosedur yang telah direncanakan. Dari tahap awal persiapan dengan membuat perangkat yang diperlukan dan membawa alat-alat penunjang

pembelajaran sampai pada pelaksanaan pembelajaran dan penilaian sampai penutup sudah sesuai dengan yang diharapkan peneliti.

Pelaksanaan siklus II hendaknya dapat lebih baik daripada siklus I, mulai dari rencana tindakan hingga modifikasi dari pembelajaran pada siklus I agar diperoleh hasil yang lebih baik. Hal itu dikarenakan pelaksanaan siklus II telah merujuk pada refleksi pada siklus I. Kekurangan yang ditemui di siklus I diperbaiki pada siklus II. Beberapa kekurangan banyak dijumpai pada siklus I, antara lain:

- 1) Siswa hanya memperhatikan tayangan *video* saja sehingga tidak ada yang mencatat materi yang disampaikan oleh guru.
- 2) Pelaksanaan kurang efisien waktu mengingat harus dilakukan penilaian psikomotor dan kognitif pada akhir pelajaran. Guru menghabiskan waktu pelajaran pada penjelasan video.

Berdasarkan kekurangan pada siklus I, guru dan peneliti berusaha memperbaiki kekurangan pada siklus II dengan beberapa cara, antara lain:

- 1) Siswa diminta membuat catatan sederhana penjelasan guru. Guru mengarahkan apa saja yang perlu dicatat dengan mendekati pada siswa.
- 2) Penyampaian materi dipersingkat, dan lebih disiplin waktu agar pelaksanaan penilaian memperoleh alokasi waktu.

## 2. Hasil Pelaksanaan Tindakan Siklus II

### a. Perencanaan Tindakan Siklus II

Refleksi pada siklus I digunakan sebagai pedoman perencanaan dan pelaksanaan tindakan pada siklus II. Pada dasarnya pelaksanaan siklus II adalah perbaikan dari pelaksanaan siklus I. Hal-hal yang disiapkan untuk pelaksanaan siklus II antara lain:

- 1) Menyiapkan materi yang akan disampaikan pada siklus II
- 2) Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan mempraktikkan keterampilan dasar ritmik diorientasikan dengan arah dan ruang dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (KD) mempraktikkan gerak ritmik ke depan, belakang ataupun samping secara berpasangan dengan diiringi musik, dan nilai kerja sama.
- 4) Menyiapkan *video* senam ritmik sebagai media pembelajaran.
- 5) Menyiapkan instrumen penelitian, diantaranya:
  - a) Lembar observasi sebagai pedoman pengamatan afektif dan psikomotor siswa.
  - b) Lembar observasi guru
  - c) Pedoman wawancara siswa
  - d) Tes kognitif dengan memberikan soal pada siswa

**Tabel 7. Jadwal Pelajaran Kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus II)**

Hari	Kegiatan Penelitian	Waktu
Senin, 8 Desember 2014	Siklus II	07.00-08.10 WIB

Sumber: Dokumen Sekolah

#### **a. Pelaksanaan dan Pengamatan Tindakan Siklus II**

Pelaksanaan tindakan siklus II dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 8 Desember 2014. Jumlah siswa yang hadir sejumlah 20 siswa. Pembelajaran dilaksanakan 2x35 menit yaitu pada pukul 07.00 s.d. 08.10 WIB. Alokasi waktu pembelajaran dibagi ke dalam tiga tahap pembelajaran yakni 10 menit pertama kegiatan awal, 50 menit kegiatan inti, dan 10 menit terakhir penutup. Pelaksanaan pembelajaran pada siklus II aktivitas ritmik bersama teman. Berikut ini merupakan rincian pelaksanaan tindakan siklus II:

- 1) Guru membuka pelajaran dengan memberikan salam kepada siswa dan berdoa terlebih dahulu. Guru melakukan presensi siswa.
- 2) Guru memberikan apersepsi dengan memberikan contoh gerakan berirama dengan mengajak salah satu siswa mengikuti gerakannya.
- 3) Guru menyampaikan materi berupa senam berirama dengan media *audio visual (video)*. Guru meminta perhatian siswa pada *video* yang diputar.
- 4) Setelah selesai diputar, guru memimpin siswa untuk melakukan gerakan senam berirama dan meminta siswa mencari pasangan.
- 5) Siswa diberikan kesempatan untuk melakukan gerakan senam berirama sendiri dengan pengawasan guru.

- 6) Guru menilai gerakan senam berirama siswa untuk dijadikan penilaian psikomotorik
- 7) Guru membagikan soal untuk dikerjakan dikelas.
- 8) Guru mengucapkan salam penutup untuk mengakhiri pertemuan.

Selama kegiatan pembelajaran berlangsung peneliti membantu guru untuk melakukan penilaian sikap siswa. Hasil penelitian pada siklus I dideskripsikan dengan data berupa nilai psikomotor, kognitif, dan afektif. Deskripsi hasil penelitian sebagai berikut :

- 1) Hasil Pengamatan Unjuk Kerja Siswa (Psikomotor)

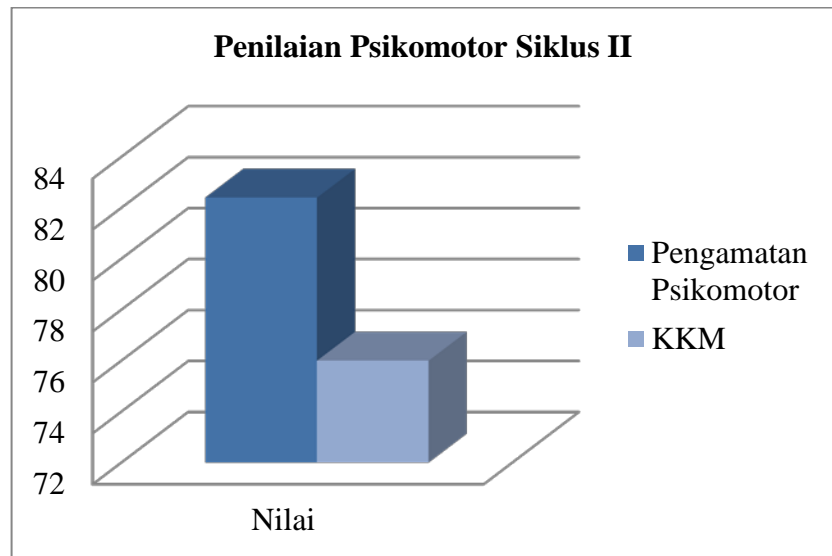
Dalam penelitian ini dilakukan penilaian unjuk kerja (psikomotor) untuk siswa. Pada siklus II pengamatan dilakukan pada akhir pembelajaran setelah siswa memperoleh materi senam berirama. Deskripsi pengamatan unjuk kerja (psikomotor) siswa pada pembelajaran senam ritmik menggunakan media *video* pada siklus II sebagai berikut:

**Tabel 8. Deskripsi Hasil Penilaian Unjuk Kerja (Psikomotor) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus II)**

No	Nama	Nilai
1	Siswa 1	75
2	Siswa 2	92
3	Siswa 3	83
4	Siswa 4	83
5	Siswa 5	75
6	Siswa 6	83
7	Siswa 7	83
8	Siswa 8	92
9	Siswa 9	75
10	Siswa 10	83
11	Siswa 11	92
12	Siswa 12	75
13	Siswa 13	83
14	Siswa 14	83
15	Siswa 15	75
16	Siswa 16	83
17	Siswa 17	75
18	Siswa 18	83
19	Siswa 19	92
20	Siswa 20	83
Rata-rata		82,4

Sumber: Data Primer

Dari tabel di atas diketahui bahwa rata-rata hasil penilaian unjuk kerja (psikomotor) siswa pada siklus II menunjukkan peningkatan dari 67,9 menjadi 82,4. dan sudah mencapai KKM yaitu 76. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, sebagai berikut:



Gambar 7. Diagram Hasil Penilaian Unjuk Kerja (Psikomotor) Siswa Siklus II

Berdasarkan pada diagram di atas terlihat bahwa hasil penilaian psikomotor siswa sudah lebih baik dibandingkan siklus I dengan nilai 82,4 dan melebihi KKM dengan selisih 6,4. Pada siklus II siswa sudah tidak ragu-ragu lagi dalam melakukan gerakan dalam senam ritmik. Dengan hasil yang demikian sehingga

## 2) Hasil Pengamatan Perilaku Siswa (Afektif)

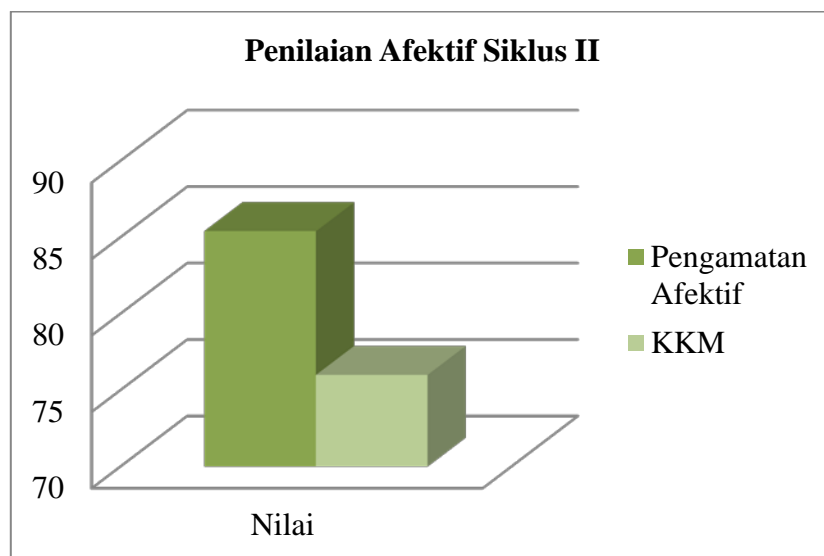
Dalam penelitian ini dilakukan penilaian perilaku (afektif) untuk siswa. Pada siklus II pengamatan dilakukan selama pembelajaran senam ritmik berlangsung. Deskripsi pengamatan perilaku (afektif) untuk siswa pada pembelajaran senam ritmik menggunakan media *video* pada siklus II sebagai berikut :

**Tabel 9. Deskripsi Hasil Penilaian Perilaku (Afektif) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus II)**

No	Nama	Nilai
1	Siswa 1	94
2	Siswa 2	81
3	Siswa 3	81
4	Siswa 4	88
5	Siswa 5	81
6	Siswa 6	88
7	Siswa 7	94
8	Siswa 8	88
9	Siswa 9	81
10	Siswa 10	88
11	Siswa 11	88
12	Siswa 12	81
13	Siswa 13	81
14	Siswa 14	81
15	Siswa 15	94
16	Siswa 16	94
17	Siswa 17	88
18	Siswa 18	81
19	Siswa 19	81
20	Siswa 20	75
Rata-rata		85,4

Sumber: Data Primer

Dari tabel di atas diketahui bahwa rata-rata hasil penilaian perilaku (afektif) siswa pada siklus I menunjukkan angka yang sudah tinggi yaitu 85,4 dan telah melebihi KKM yaitu 76. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, sebagai berikut:



Gambar 8. Diagram Hasil Penilaian Sikap (Afektif) Siswa Siklus II

Berdasarkan pada diagram di atas terlihat bahwa hasil penilaian afektif siswa sudah melebihi KKM dengan selisih 9.4. Meningkat dibandingkan dengan penilaian afektif pada siklus I, peningkatan sebesar 4,5. Selama proses pembelajaran pada siklus II siswa lebih disiplin karena siswa mulai tertarik dengan materi senam selain itu kerjasama dalam pasangan menjadi lebih baik.

### 3) Hasil Pengamatan Pemahaman Siswa (Kognitif)

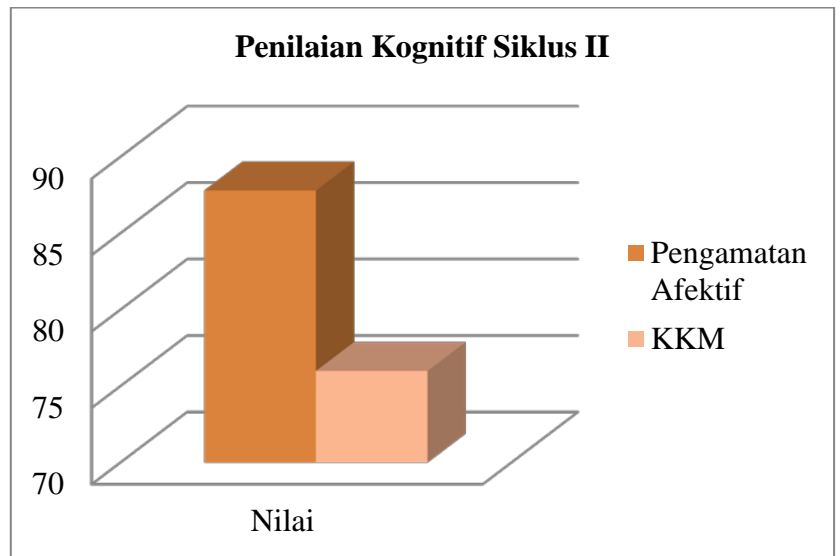
Dalam penelitian ini dilakukan penilaian pemahaman (kognitif) untuk siswa. Pada siklus II penilaian dilakukan dengan memberikan tugas yang dikerjakan disekolah setelah siswa melakukan penilaian unjuk kerja. Deskripsi hasil penilaian pemahaman (kognitif) untuk siswa pada pembelajaran senam ritmik menggunakan media *video* pada siklus II sebagai berikut :

**Tabel 10. Deskripsi Hasil Penilaian Pemahaman (Kognitif) Siswa kelas II MI Islamiah Somakaton (siklus II)**

No	Nama	Nilai
1	Siswa 1	83
2	Siswa 2	83
3	Siswa 3	83
4	Siswa 4	100
5	Siswa 5	75
6	Siswa 6	67
7	Siswa 7	100
8	Siswa 8	83
9	Siswa 9	83
10	Siswa 10	100
11	Siswa 11	100
12	Siswa 12	83
13	Siswa 13	83
14	Siswa 14	100
15	Siswa 15	83
16	Siswa 16	100
17	Siswa 17	83
18	Siswa 18	83
19	Siswa 19	100
20	Siswa 20	83
Rata-rata		87,7

Sumber: Data Primer

Dari tabel di atas diketahui bahwa rata-rata hasil penilaian pemahaman (kognitif) siswa pada siklus II menunjukkan nilai yang tinggi yaitu 87,8 sudah melebihi KKM yaitu 76. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, sebagai berikut:



Gambar 9. Diagram Hasil Penilaian Pemahaman  
(Kognitif) Siswa Siklus II

Berdasarkan pada diagram di atas terlihat bahwa hasil penilaian kognitif siswa sudah melebihi KMM yaitu 87,8. Dengan demikian nilai pemahaman siswa pada siklus II sudah melebihi KKM.

#### 4) Penilaian Pembelajaran Senam Ritmik

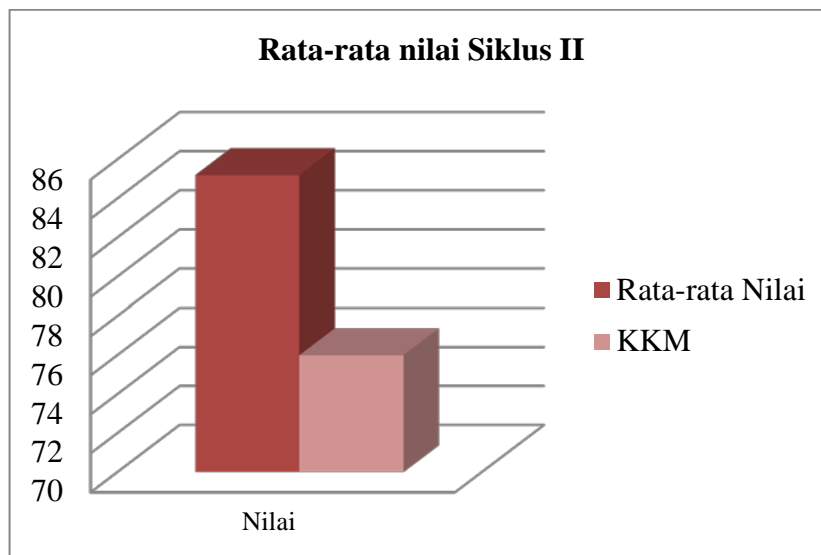
Berdasarkan nilai yang didapatkan diatas dapat dihimpun dalam tabel berikut:

**Tabel 11. Rata-rata Nilai Senam Ritmik Siswa Kelas II MI Islamiah Somakaton Siklus II**

Kegiatan	Nilai Rata-rata Per-Aspek			Rata-rata	Keterangan
	Psikomotor	Afektif	Kognitif		
Siklus II	82,4	85,4	87,8	85,2	Mencapai KKM 76

Sumber: Data Primer

Tabel tersebut jika ditampilkan dalam gambar diagram sebagai berikut :



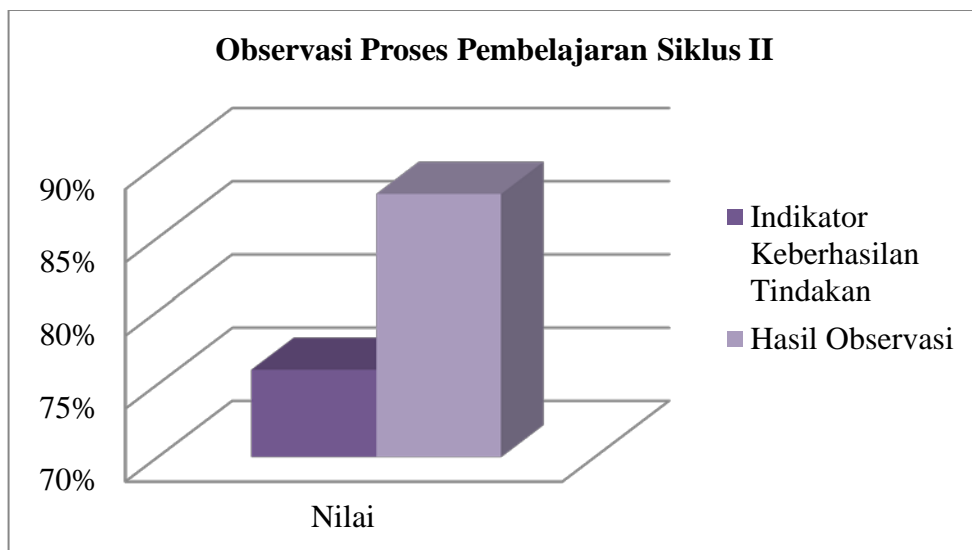
Gambar 10. Rata-rata Nilai Siswa Siklus II

Berdasarkan pada grafik tersebut dapat dilihat bahwa nilai KKM telah tercapai. Rata-rata nilai siswa siklus II pada pelajaran senam ritmik berada diatas KKM yaitu 85,2. Rata-rata nilai siswa yang melebihi kriteria ketuntasan minimal berarti tindakan penelitian yang dilakukan pada siklus II telah berhasil sehingga tidak perlu dilakukan siklus III dan seterusnya.

#### 6) Penilaian Proses Pembelajaran Senam Ritmik

Selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung peneliti melakukan observasi untuk mengetahui proses pembelajaran senam ritmik. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama proses pembelajaran senam ritmik pada siklus II menunjukkan

bahwa siswa sudah memenuhi kriteria keberhasilan tindakan dengan hasil nilai 88% sudah melebihi indikator keberhasilan proses hasil observasi yaitu 76%. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, sebagai berikut:



Gambar 11. Hasil Observasi Proses Pembelajaran Siklus II

#### d. Refleksi

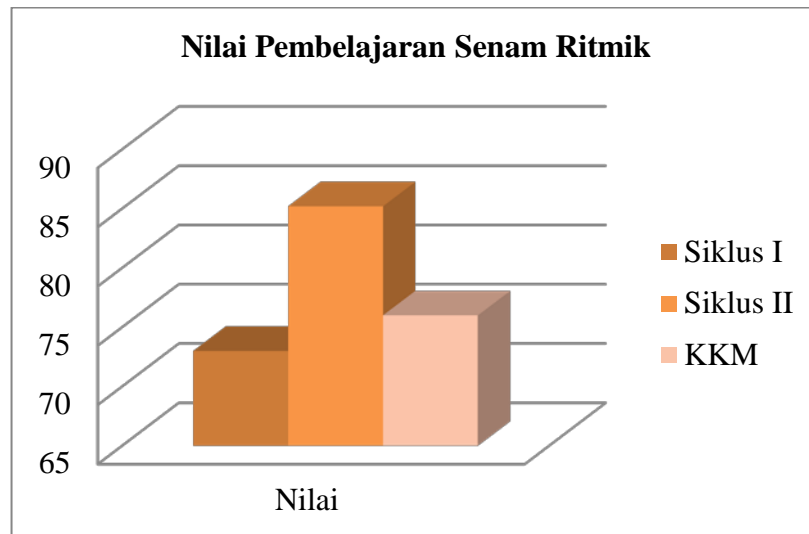
Refleksi pada siklus II dilaksanakan berdasarkan permasalahan yang ditemukan serta hasil dari pelaksanaan tindakan, Dari kegiatan refleksi diketahui bahwa peningkatan pembelajaran penjasorkes pada materi senam ritmik siswa sudah mencapai kriteria keberhasilan tindakan. Penelitian dihentikan pada siklus ke II karena siklus II telah mencapai indikator keberhasilan tindakan. Kekurangan pada siklus I sudah diperbaiki pada siklus II, seperti:

- 1) Siswa sudah mulai mencatat materi yang disampaikan guru.
- 2) Guru menggunakan waktu secara efisien dengan memperhatikan alokasi waktu untuk evaluasi atau penilaian.

## **B. Pembahasan**

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran penjasorkes 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. Untuk lebih jelas akan ditampilkan dalam bentuk gambar diagram sebagai berikut:



Gambar 12. Nilai Pembelajaran Senam Ritmik MI Islamiah Somakaton

Pelaksanaan penelitian ini memberikan dampak yang baik terhadap proses dan hasil pembelajaran senam ritmik dengan materi aktivitas ritmik kelas II MI Islamiah Somakaton. Hasil yang diperoleh berdasarkan pengamatan pada sikap siswa selama pembelajaran penjasorkes 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 mendektekan 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 penilaian 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.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Penerapan media pembelajaran aktivitas ritmik melalui audio visual (*video*) bagi peserta didik kelas II MI Islamiah Somakaton 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 II MI Islamiah Somakaton.

#### **B. Implikasi**

Pada dasarnya penelitian ini merupakan upaya untuk mengetahui bagaimana peningkatan pembelajaran aktivitas ritmik melalui media audio visual (*video*) bagi peserta didik kelas II MI Islamiah Somakaton. Berdasarkan simpulan pelaksanaan penelitian, maka untuk meningkatkan pembelajaran aktivitas ritmik, guru dapat menggunakan media audio visual (*video*) agar terwujud tujuan pembelajaran penjasorkes.

#### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah diusahakan secara maksimal, tetapi masih terdapat beberapa keterbatasan penelitian diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Penelitian ini hanya membahas tentang upaya meningkatkan pembelajaran aktivitas ritmik menggunakan *audio visual (video)* sehingga peneliti tidak membahas metode lain selain menggunakan

media *audio visual (video)* dan tidak mengetahui peningkatan pembelajaran dengan menggunakan metode yang lain.

- b. Sulitnya mencari media *audio visual (video)* tentang aktivitas ritmik.

#### **D. Saran**

Berdasarkan simpulan, implikasi dan keterbatasan penelitian, disarankan kepada guru untuk menggunakan media *audio visual (video)* sebagai salah satu upaya meningkatkan pembelajaran senam ritmik aktivitas ritmik dalam proses pembelajaran penjasorkes. 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 dimanapun. Guru juga lebih baik memiliki sumber media dari semua materi sehingga mempermudah dalam pencarian media yang dibutuhkan untuk menunjang pembelajaran penjasorkes 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
- \_\_\_\_\_. (2004). *Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Universitas Negeri Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Aip Syarifudin. (1992). *Atletik*. Jakarta: Depdikbud.
- Akhmad Sudrajat. (2008). Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research). Diakses dari <http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/21/penelitian-tindakan-kelas-pada-tanggal-12-november-2014,-jam-06.27-wib>.
- Amung Ma'mun, dkk. (1999). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Anas Sudijono. (2007). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Anin Rukmana. (2010). Penyuluhan Tentang Pembelajaran Aktivitas Ritmik Terstruktur Bebas Pada Guru-Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Se Kecamatan Ganeas Kabupaten Sumedang. *Jurnal Penjas UPI*. Hlm. 1-15
- Anni Catharina Tri.(2004). *Psikologi Belajar*. Semarang: Unnes Press.
- \_\_\_\_\_.(2006). *Psikologi Belajar*. Semarang: Unnes Press.
- Azhar Arsyad. (2010). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Pusat Kurikulum. (2001). *Kebijakan Umum Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Basuki Sunarjo. (1999). *Atletik: Latihan dan Penyelenggaraan Perlombaan*. Jakarta: Depdikbud.
- Daryanto. (2010). *Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Gava Media
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya

- Dhony Fitrianto. (2010). Peningkatan Kualitas Pembelajaran Renang Melalui Media Audio Visual Siswa Kelas VI SD Muhammadiyah Domban II Tempel di Sleman". *Skripsi*. FIK UNY.
- Endang R. Sukamti, Panggung Sutapa, dan B. Suhartini. (2007). *Diklat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: FIK UNY
- Eddy Purnomo. (2007). *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Fajar Sri W. (2009). Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Demontrasi dengan Media Audiovisual Terhadap Penguasaan Keterampilan Dasar Senam Ritmik Pada Anak Pemula Siswa Putri SDN 2 Bantul Tahun 2009. *JORPRES*. Hlm. 1-12.
- F. Suharjana. (2010). Aktivitas Ritmik dalam Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* (Nomor 2 tahun 2009). Hal. 28-35.
- Gagne, R. M. (1977). *The condition of learning*. New Yoark: Holt Rinehart and Winston
- Gruthie Mark. (2008). *Sukses Melatih Atletik*. Yogyakarta: PT.Pustaka Insan Madani
- Oemar Hamalik. (2008). *Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Husdarta, dkk. (1999). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Depdikbud.
- Muhajir. (2006). *Penddikan Jasmani Olahraga dan kesehatan*. Bandung: Yudhistira.
- Murniasari. (2008). *Atletik*. Bandung: PT Ganeca Exact
- Rochiati Wiriarmaja. (2006). *Metode Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Rusli Lutan. (1999). *Mengajar Pendidikan Jasmani Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar*. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Rusli Lutan. (2001). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud.
- Rusli Lutan dan Adang Suherman. (2000). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

- Saidihardjo. (2004). *Cakrawala Pengetahuan Sosial untuk Kelas 4 SD dan MI, KBK*. Solo: PT. Tiga Serangkai
- Saiful Amien. (2012). “ Media Audio Dan Video Untuk Pembelajaran”. <http://benramt.wordpress.com/2010/01/18/media-audio-dan-video-untukpembelajaran/>. ( Diunduh pada tanggal 22 Mei 2012.)
- Sanjaya Yasin. (2012). “Pengaruh Media Pembelajaran Audio Visual.” <http://www.sarjanaku.com/2011/05/media-audio-visual.html>. ( Diunduh pada tanggal 22 Mei 2012. )
- Singer, Robert N. (1980). *Teaching Physical Education: A System Approach*. Boston: Houghton Mifflin Company
- Sugiyono.(2007). “*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*”. Bandung: Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Suwarsih. dkk. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Sinar Grafika.
- \_\_\_\_\_. (2011). *Teori dan Praktik Penelitian Tindakan*. Bandung: CV. Alfabeta
- Syaiful Bahri Djamarah & Azwan Zain. (2010). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- TIM. (2011). *Pedoman Tugas Akhir*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Triyanti Saptarini. (2008). “Perbedaan Pengaruh Media Gambar Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Passing Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri 1 Pundong”. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Wina Sanjaya. (2008). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta : Kencana Prenada Media

# LAMPIRAN



**LEMBAGA PENDIDIKAN MA'ARIF NU KABUPATEN BANYUMAS  
MADRASAH IBTIDAIYAH ISLAMİYAH SOMAKATON  
KECAMATAN SOMAGEDE**

Alamat : Jl. Masjid No. 01 Desa Somakaton Kec. Somagede Kab. Banyumas 53193

**SURAT KETERANGAN**

No : 07/MI/069/XII/2014

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala MI Islamiyah Somakaton Kabupate Banyumas,

Nama : Ninik Haryani, A.Ma  
NIP : 19790423 200701 2 018  
Golongan Ruang : II/C  
Jabatan : Kepala Madrasah

Menerangkan Bahwa,

Nama : Ari Wahyudi  
NIM : 12604227074  
PRODI : PGSD Penjas

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Telah benar-benar melakukan penelitian tugas akhir di MI Islamiyah Somakaton mulai tanggal 27 November – 17 Desember 2014 dengan judul PENINGKATAN PEMBELAJARAN AKTIVITAS SENAM RITMIK MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL (VIDEO) BAGI PESERTA DIDIK KELAS II MI ISLAMİYAH SOMAKATON KECAMATAN SOMAGEDE KABUPATEN BANYUMAS TAHUN 2013/2014.

Demikian surat keterangan ini kami buat, agar diperlukan sebagaimana mestinya.

Somakatoan, 17 November 2014



Kepala Madrasah

Ninik Haryani, A.Ma

NIP. 19790423 200701 2 018



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 685/UN.34.16/PP/2014 28 November 2014  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

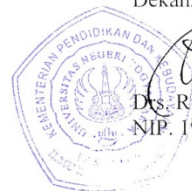
Yth. : Kepala Sekolah MI Islamiyah  
Desa Somakakon, Kec. Somagede  
Kab. Banyumas, Jawa Tengah

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan izin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahraagaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Ari Wahyudi  
NIM : 12604227074  
Prodi : S1 PGSD Penjas  
Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : 27 November s.d. 17 Desember 2014  
Tempat/obyek : *MI Islamiyah Somakakon*  
Judul Skripsi : Peningkatan Pembelajaran Aktivitas Senam Ritmik Melalui Media *Audio Visual (Video)* Bagi Peserta Didik Kelas II MI Islamiyah Somakakon, Kec. Somagede, Kab. Banyumas Tahun 2014/2015.

Demikian surat izin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi. S1 PGSD Penjas
2. Pembimbing TAS
3. Mahasiswa ybs

### **Lampiran 3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus I**

#### **RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**

SD / MI	: MI Islamiah Somakaton
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester	: II/ Semester I
Pertemuan ke-	: I
Alokasi Waktu	: 2 X 35 Menit ( 1X Pertemuan)
Standar Kompetensi	: 4. Mempraktikkan keterampilan dasar ritmik diorientasikan dengan arah dan ruang dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
Kompetensi Dasar	: 4.1 Mempraktikkan gerak ritmik ke depan, belakang ataupun samping secara berpasangan dengan diiringi musik, dan nilai kerja sama.
Indikator	: 1. Menunjukkan perilaku kerja sama, toleransi, disiplin, dan kesungguhan 2. Mengetahui rangkaian gerak senam berirama. 3. Menunjukkan gerak senam berirama berpasangan.

#### **I. Tujuan Pembelajaran**

1. Siswa menunjukkan perilaku kerja sama.
2. Siswa menunjukkan perilaku kerja toleransi.
3. Siswa menunjukkan perilaku disiplin.
4. Siswa menunjukkan perilaku kesungguhan selama mengikuti pembelajaran aktivitas ritmik.
5. Siswa mampu memahami rangkaian aktivitas ritmik.
6. Siswa menunjukkan aktivitas ritmik berpasangan.

## **II. Materi Pembelajaran**

Senam ritmik : aktivitas ritmik

## **III. Metode Pembelajaran**

### **1. Komando**

### **2. Demonstrasi**

## **IV. Langkah-langkah Pembelajaran**

### **A. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)**

- Mengucapkan salam
- Guru memastikan bahwa peserta didik dalam keadaan sehat, dan siap untuk mengikuti proses pembelajaran
- Guru menanyakan kondisi siswa secara umum
- Guru mengajak siswa berdoa sebelum pembelajaran dimulai
- Guru melakukan presensi
- Guru melakukan apersepsi dengan memberikan gambaran kepada siswa terkait pembelajaran senam ritmik dengan materi aktivitas ritmik
- Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai oleh peserta didik

### **B. Kegiatan Inti (50 menit)**

#### **Eksplorasi**

- Guru menggali pemahaman siswa tentang senam ritmik atau aktivitas ritmik dengan memberikan contoh gerakan sederhana
- Guru menyajikan gerakan senam ritmik atau aktivitas ritmik melalui media audio visual (*video*).
- Guru menyampaikan materi dan menjelaskan urutan kegiatan dalam senam ritmik atau aktivitas ritmik.

#### **Elaborasi**

- Guru membagi siswa dalam kelompok dimana satu kelompok terdiri dari 2 orang atau berpasangan boleh dengan teman satu meja atau dengan yang lain.
- Guru bersama siswa melakukan pemanasan dengan gerakan senam
- Guru bersama siswa mengulang gerakan yang ditunjukkan dalam media.
- Guru memberikan kesempatan siswa untuk melakukan sendiri dengan pasangan.

#### **Konfirmasi**

- Guru melakukan penilaian unjuk kerja siswa secara berpasangan
- Guru bersama siswa melakukan *cooling down*
- Guru memberikan penugasan untuk dikerjakan dirumah dan dikumpulkan pada pertemuan selanjutnya.

#### **C. Kegiatan Penutup (10 Menit)**

1. Bersama-sama peserta didik atau sendiri membuat rangkuman pembelajaran.
2. Melakukan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan.
3. Menyampaikan materi pembelajaran minggu depan.

#### **V. Sumber, Bahan, Alat, Media**

1. BSE :
  - Bumi, Sindhu Cindar, 2010, *Senang Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas*, Kemendiknas. Jakarta
2. Media audio visual (*video*) tentang aktivitas ritmik dari youtube.com
3. *Speaker/* pengeras suara
4. *LCD Proyektor*
5. *Screen LCD*

6. Laptop
7. Halaman sekolah

## **VI. Penilaian**

Penilaian dilakukan selama dan dan sesudah proses pembelajaran.

### 1. Teknik Penilaian

- **Tes unjuk kerja (psikomotor)**

- Siswa melakukan rangkaian gerakan aktivitas ritmik

Keterangan :  $\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$

- **Tes pengamatan sikap (afektif)**

- Selama proses pembelajaran

Keterangan :  $\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$

- **Kuis (kognitif)**

- Jawaban soal/kuis

Keterangan :  $\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$

**Nilai akhir yang diperoleh siswa = Nilai tes unjuk kerja + Nilai observasi perilaku + Nilai Kuis / Kognitif**

2. Rubrik Penilaian

**Rubrik Penilaian**  
**Unjuk Kerja Siswa**

NO	NAMA	ASPEK YANG DIAMATI				JUMLAH
		A	B	C	D	
1						
2						
3						
4						
DS						
T.						
<b>JUMLAH NILAI</b>						
<b>PERSENTASE</b>						

**Keterangan :**

**A. Gerakan kaki**

**B. Gerakan tangan**

**C. Rangkaian Gerakan**

**D. Kekompakan dengan Pasangan**

**Skor maksimal : 4**

**Jumlah skor maksimal : 16**

**Rubrik Penilaian**  
**Perilaku dalam Teori Penerapan Hidup Sehat**

Nama Siswa	Kerja sama (√)	Disiplin (√)	Tolera nsi (√)	Kesunggu han (√)	Jumlah
<b>JUMLAH NILAI</b>					
<b>PERSENTASE</b>					

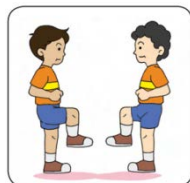
**Skor maksimal : 4**

**Jumlah skor maksimal : 16**

## LKS Aktivitas ritmik

### I. Memasangkan gambar

Tarik garis dan pasangkan gambar



## II. Pilihlah jawaban yang paling tepat

1. Berapa jumlah hitungan dalam aktivitas ritmik?

- a. 8 x 1      b. 8 x 2      c. 8 x 3

2. Berapa jumlah gerakan dalam aktivitas ritmik yang kamu lakukan bersama teman?

- a. 7      b. 8      c. 9

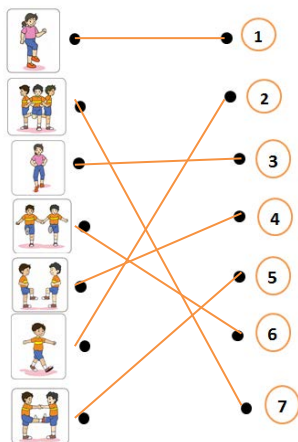
3. Apa yang kamu lakukan bersama pasangan agar tidak jatuh ketika melakukan gerak berirama?

- a. Saling berjauhan      b. Berpegangan      c. Dekat tapi tidak berpegangan

## KUNCI JAWABAN LKS 1 AKTIVITAS RITMIK

Kunci jawaban

### I. Urutan



### II. Jawaban

1. B
2. A
3. B

Menyetujui,  
Kepala Sekolah

Yogyakarta, 30 November 2014  
Guru Penjasorkes

Ninik Haryani, S.Pd  
NIP.19790423 200701 2 018

Ari Wahyudi

## **Lampiran 4. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus II**

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

SD / MI	: MI Islamiah Somakaton
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester	: II/ Semester I
Pertemuan ke-	: I
Alokasi Waktu	: 2 X 35 Menit ( 1X Pertemuan)
Standar Kompetensi	: 4. Mempraktikkan keterampilan dasar ritmik diorientasikan dengan arah dan ruang dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.
Kompetensi Dasar	: 4.2 Mempraktikkan gerak ritmik diorientasikan dengan ruang secara beregu tanpa menggunakan musik, serta nilai disiplin dan kerja sama.
Indikator kesungguhan	: 1. Menunjukkan perilaku kerja sama, toleransi, disiplin, dan kesungguhan 2. Mengetahui rangkaian gerak senam berirama. 3. Menunjukkan gerak senam berirama berpasangan/beregu.

#### **VII. Tujuan Pembelajaran**

7. Siswa menunjukkan perilaku kerja sama, toleransi, disiplin, dan kesungguhan selama mengikuti pembelajaran aktivitas ritmik.
8. Siswa mampu memahami rangkaian aktivitas ritmik.
9. Siswa menunjukkan aktivitas ritmik berpasangan/beregu.

#### **VIII. Materi Pembelajaran**

Senam ritmik : aktivitas ritmik

## **IX. Metode Pembelajaran**

### **3. Komando**

### **4. Demonstrasi**

## **X. Langkah-langkah Pembelajaran**

### **D. Kegiatan Pendahuluan (10 menit)**

- Mengucapkan salam
- Guru memastikan bahwa peserta didik dalam keadaan sehat, dan siap untuk mengikuti proses pembelajaran
- Guru menanyakan kondisi siswa secara umum
- Guru mengajak siswa berdoa sebelum pembelajaran dimulai
- Guru melakukan presensi
- Guru melakukan apersepsi dengan memberikan gambaran kepada siswa terkait pembelajaran senam ritmik dengan materi aktivitas ritmik
- Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang harus dicapai oleh peserta didik

### **E. Kegiatan Inti (50 menit)**

#### **Eksplorasi**

- Guru menggali pemahaman siswa tentang senam ritmik atau aktivitas ritmik dengan memberikan contoh gerakan sederhana
- Guru menyajikan gerakan senam ritmik atau aktivitas ritmik melalui media audio visual (*video*).
- Guru menghimbau siswa untuk membuat catatan kecil agar mudah mengingat urutan kegiatan senam.
- Guru menyampaikan materi dan menjelaskan urutan kegiatan dalam senam ritmik atau aktivitas ritmik.

#### **Elaborasi**

- Guru membagi siswa dalam kelompok dimana satu kelompok terdiri dari 2 orang atau berpasangan boleh dengan teman satu meja atau dengan yang lain.
- Guru bersama siswa melakukan pemanasan dengan gerakan senam
- Guru bersama siswa mengulang gerakan yang ditunjukkan dalam media.
- Guru memberikan kesempatan siswa untuk melakukan sendiri dengan pasangan.

#### **Konfirmasi**

- Guru melakukan penilaian unjuk kerja siswa secara berpasangan
- Guru bersama siswa melakukan *cooling down*
- Guru memberikan penugasan untuk dikerjakan di rumah dan dikumpulkan pada pertemuan selanjutnya.

#### **F. Kegiatan Penutup (10 Menit)**

4. Bersama-sama peserta didik atau sendiri membuat rangkuman pembelajaran.
5. Melakukan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan.
6. Menyampaikan materi pembelajaran minggu depan.

### **XI. Sumber, Bahan, Alat, Media**

1. BSE :
  - Bumi, Sindhu Cindar, 2010, *Senang Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas*, Kemendiknas. Jakarta
2. Media audio visual (*video*) tentang aktivitas ritmik dari youtube.com
3. *Speaker/* pengeras suara
4. *LCD Proyektor*
5. *Screen LCD*

6. Laptop
7. Halaman sekolah

## **XII. Penilaian**

Penilaian dilakukan selama dan dan sesudah proses pembelajaran.

### 1. Teknik Penilaian

- **Tes unjuk kerja (psikomotor)**

- Siswa melakukan rangkaian gerakan aktivitas ritmik

Keterangan :  $\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$

- **Tes pengamatan sikap (afektif)**

- Selama proses pembelajaran

Keterangan :  $\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$

- **Kuis (kognitif)**

- Jawaban soal/kuis

Keterangan :  $\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$

**Nilai akhir yang diperoleh siswa = Nilai tes unjuk kerja + Nilai observasi perilaku + Nilai Kuis / Kognitif**

2. Rubrik Penilaian

**Rubrik Penilaian**  
**Unjuk Kerja Siswa**

NO	NAMA	ASPEK YANG DIAMATI				JUMLAH
		A	B	C	D	
1						
2						
3						
4						
DS						
T.						
<b>JUMLAH NILAI</b>						
<b>PERSENTASE</b>						

**Keterangan :**

**A. Gerakan kaki**

**B. Rangkaian Gerakan**

**C. Kekompakan dengan Pasangan**

**Skor maksimal : 4**

**Jumlah skor maksimal : 16**

**Rubrik Penilaian**

**Perilaku dalam Teori Penerapan Hidup Sehat**

<b>Nama Siswa</b>	<b>Kerjasama (√)</b>	<b>Disiplin (√)</b>	<b>Toleransi (√)</b>	<b>Kesungguhan (√)</b>	<b>Jumlah</b>
<b>JUMLAH NILAI</b>					
<b>PERSENTASE</b>					







**Skor maksimal : 4**

**Jumlah skor maksimal : 16**

## LKS Aktivitas ritmik

### I. Memasangkan gambar

Tarik garis dan pasangkan gambar

	●	●	1
	●	●	2
	●	●	3
	●	●	4
	●	●	5
	●	●	6

## II. Pilihlah jawaban yang paling tepat

1. Berapa jumlah hitungan dalam aktivitas ritmik?

- a. 8 x 1      b. 8 x 2      c. 8 x 3

2. Berapa jumlah gerakan dalam aktivitas ritmik yang kamu lakukan bersama teman?

- a. 7      b. 8      c. 9

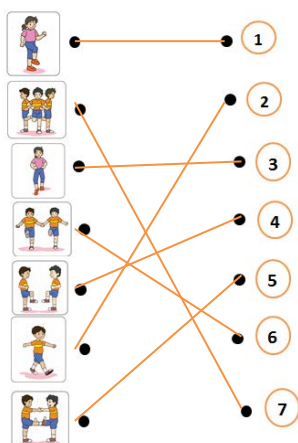
3. Apa yang kamu lakukan bersama pasangan agar tidak jatuh ketika melakukan gerak berirama?

- a. Saling berjauhan      b. Berpegangan      c. Dekat tapi tidak berpegangan

## KUNCI JAWABAN LKS 1 AKTIVITAS RITMIK

Kunci jawaban

### I. Urutan



### II. Jawaban

1. B
2. A
3. B

Menyetujui,  
Kepala Sekolah

Yogyakarta, 30 November 2014  
Guru Penjasorkes

Ninik Haryani, S.Pd  
NIP.19790423 200701 2 018

Ari Wahyudi

**Lampiran 5. Kisi-kisi Lembar Observasi Keterampilan Psikomotorik**

No	Keterampilan yang dinilai	Aspek yang dinilai	Kriteria penilaian dan skor	
			Kriteria Penilaian	Skor
1.	Gerakan kaki	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melakukan gerakan jalan ditempat</li> <li>- Tanpa ragu melangkahkan kaki kekiri dan kekanan</li> <li>- Kaki tidak diam terus melakukan gerakan mengikuti arahan</li> <li>- Gerakan kaki dilakukan sesuai irama ketukan musik</li> </ul>	Dapat mempraktikkan semua aspek yang dinilai dengan benar	4
			Dapat mempraktikkan paling tidak tiga aspek dengan benar	3
			Dapat mempraktikkan paling tidak dua aspek dengan benar	2
			Dapat mempraktikkan paling tidak satu aspek dengan benar	1
2.	Gerakan tangan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Melakukan ayunan tangan</li> <li>- Gerakan tangan dilakukan tanpa ragu</li> <li>- Melakukan gerakan tangan sesuai arahan</li> <li>- Gerakan tangan dilakukan sesuai dengan irama ketukan musik</li> </ul>	Dapat mempraktikkan semua aspek yang dinilai dengan benar	4
			Dapat mempraktikkan paling tidak tiga aspek dengan benar	3
			Dapat mempraktikkan paling tidak dua aspek dengan benar	2
			Dapat mempraktikkan paling tidak satu aspek dengan benar	1
3.	Rangkaian Gerakan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perpaduan gerakan tangan dan kaki</li> <li>- Merangkai gerakan tangan berikut perpindahan dari tangan</li> </ul>	Dapat mempraktikkan semua aspek yang dinilai dengan benar	4
			Dapat mempraktikkan paling tidak tiga aspek dengan benar	3
			Dapat mempraktikkan paling tidak	2

		<p>kanan ke kiri atau sebaliknya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Merangkai gerakan kaki berikut perpindahan dari kaki kanan ke kiri atau sebaliknya</li> <li>- Gerakan tubuh, tangan, dan kaki dilakukan sesuai dengan irama ketuka musik</li> </ul>	<p>dua aspek dengan benar</p> <p>Dapat mempraktikkan paling tidak satu aspek dengan benar</p>	1
4.	Kekompakan dengan pasangan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tidak mendahului teman dalam melakukan gerakan</li> <li>- Tidak terlambat melakukan gerakan</li> <li>- Saling mengingatkan dalam melakukan gerakan</li> <li>- Kekompakan pakaian</li> </ul>	<p>Dapat mempraktikkan semua aspek yang dinilai dengan benar</p> <p>Dapat mempraktikkan paling tidak tiga aspek dengan benar</p> <p>Dapat mempraktikkan paling tidak dua aspek dengan benar</p> <p>Dapat mempraktikkan paling tidak satu aspek dengan benar</p>	<p>4</p> <p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>

### Lampiran 6. Kisi-kisi Obervasi Sikap Siswa

No	Keterampilan yang dinilai	Aspek yang dinilai	Kriteria penilaian dan skor	
			Kriteria Penilaian	Skor
1.	Kerjasama	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bekerjasama dengan teman</li> <li>- Saling mengingatkan</li> <li>- Melakukan pemanasan kelompok</li> <li>- Menghitung pemanasan dengan serempak</li> </ul>	Dapat menunjukkan semua aspek yang dinilai dengan benar	4
			Dapat menunjukkan paling tidak tiga aspek dengan benar	3
			Dapat menunjukkan paling tidak dua aspek dengan benar	2
			Dapat mempraktikkan paling tidak satu aspek dengan benar	1
2.	Disiplin	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hadir tepat waktu</li> <li>- Melakukan kegiatan sesuai prosedur</li> <li>- Memakai seragam</li> <li>- Tidak bolos</li> </ul>	Dapat mempraktikkan semua aspek yang dinilai dengan benar	4
			Dapat mempraktikkan paling tidak tiga aspek dengan benar	3
			Dapat mempraktikkan paling tidak dua aspek dengan benar	2
			Dapat mempraktikkan paling tidak satu aspek dengan benar	1
3.	Toleransi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sportif</li> <li>- Tidak mengganggu teman dalam belajar</li> <li>- Mau menerima saran dari teman</li> <li>- Mendengarkan guru</li> </ul>	Dapat mempraktikkan semua aspek yang dinilai dengan benar	4
			Dapat mempraktikkan paling tidak tiga aspek dengan benar	3
			Dapat mempraktikkan paling tidak dua aspek dengan benar	2
			Dapat mempraktikkan paling tidak satu aspek dengan benar	1
4.	Kesungguhan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mau berbagi dengan</li> </ul>	Dapat mempraktikkan semua aspek	4

		teman	yang dinilai dengan benar	
		- Melakukan aktivitas ritmik dengan sungguh-sungguh	Dapat mempraktikkan paling tidak tiga aspek dengan benar	3
		- Bersungguh sungguh saat pelajaran	Dapat mempraktikkan paling tidak dua aspek dengan benar	2
		- Percayadiri	Dapat mempraktikkan paling tidak satu aspek dengan benar	1

**Lampiran 7. Daftar Nama Siswa**

**Daftar Nama Siswa Kelas II MI Islamiah Somakaton Kabupaten Banyumas**

**Tahun Ajaran 2014/2015**

<b>No</b>	<b>Nama Siswa</b>	<b>Kode Responden</b>
1.	Anisa Herlina	Siswa 1
2.	Arza Wibisono	Siswa 2
3.	Aynun Silvi A	Siswa 3
4.	Denta Anggara	Siswa 4
5.	Dwi Khusnul K	Siswa 5
6.	Dwi Marlupi	Siswa 6
7.	Fara Nurhanifa	Siswa 7
8.	Hanna Irama	Siswa 8
9.	Harum Arrasid	Siswa 9
10.	Jefri Anindito	Siswa 10
11.	Muhammad Ridwan	Siswa 11
12.	Musa Jagad Nata	Siswa 12
13.	Nafa Lidya	Siswa 13
14.	Nanda Septia	Siswa 14
15.	Nisa Nur L	Siswa 15
16.	Raka Gandhi Putra	Siswa 16
17.	Robiano K	Siswa 17
18.	Saptana Eka Budi	Siswa 18
19.	Sasi Mutiara F	Siswa 19
20.	Surya Sangkono	Siswa 20

**Lampiran 8. Presensi Kehadiran Siswa**

**Daftar Hadir Siswa Kelas II MI Islamiah Somakaton Kabupaten Banyumas**

**Tahun Ajaran 2014/2015**

<b>No</b>	<b>Nama Siswa</b>	<b>Siklus I</b>	<b>Siklus II</b>
1.	Anisa Herlina	√	√
2.	Arza Wibisono	√	√
3.	Aynun Silvi A	√	√
4.	Denta Anggara	√	√
5.	Dwi Khusnul K	√	√
6.	Dwi Marlupi	√	√
7.	Fara Nurhanifa	√	√
8.	Hanna Irama	√	√
9.	Harum Arrasid	√	√
10.	Jefri Anindito	√	√
11.	Muhammad Ridwan	√	√
12.	Musa Jagad Nata	√	√
13.	Nafa Lidya	√	√
14.	Nanda Septia	√	√
15.	Nisa Nur L	√	√
16.	Raka Gandhi Putra	√	√
17.	Robiano K	√	√
18.	Saptana Eka Budi	√	√
19.	Sasi Mutiara F	√	√
20.	Surya Sangkono	√	√

## Lampiran 9. Lembar Observasi Guru

**Sekolah** :  
**Nama Guru** :  
**Kelas** :  
**Materi** :

**Waktu Pelaksanaan** :  
**Pengamat** :  
**Siklus** :

No.	Aspek Yang diamati	Kemunculan	
		Ya	Tidak
<b>I</b>	<b>Pendahuluan</b>		
1	Guru menyiapkan siswa		
2	Guru melakukan presensi siswa		
3	Guru memimpin berdoa		
4	Guru melakukan kegiatan apersepsi kepada siswa		
5	Guru menyampaikan tujuan pembelajaran		
6	Guru memberikan motivasi kepada siswa		
<b>II</b>	<b>Kegiatan Awal</b>		
1	Guru melakukan penguatan materi		
2	Guru memberikan intruksi penjelasan kepada siswa		
3	Guru memberikan bimbingan kepada siswanya		
<b>II</b>	<b>Kegiatan Inti</b>		
1	Guru mampu memberikan contoh gerakan yang benar sesuai dengan video pembelajaran senam ritmik		
2	Guru memberikan koreksi lagsung kepada siswa		
3	Guru memberikan ungkapan atau motivasi kepada siswa		
4	Guru memberikan penjelasan dalam melakukan senam yang baik dan benar kepada siswa		
5	Sikap guru untuk bersifat adil kepada siswa		
<b>III</b>	<b>Kegiatan Penutup</b>		

1	Guru memberikan kegiatan pendinginan dengan permainan		
2	Guru melakukan pendinginan dengan penguluran		
3	Guru melakukan pendinginan secara berurutan		
2	Guru dapat menjelaskan inti dari pembelajaran aktivitas ritmik dengan menggunakan media audio visual		
3	Guru memberikan umpan balik terhadap pertanyaan siswa		
4	Guru menutup pertemuan dengan doa		

Banyumas, Desember 2014  
Peneliti,

Ari Wahyudi

## Lampiran 10. Observasi Guru Siklus I

**Sekolah** : MI Islamiah  
**Somakaton** :  
**Nama Guru** : Ari Wahyudi  
**Kelas** : II  
**Materi** : Senam Ritmik  
**(Aktivitas ritmik)**

**Waktu Pelaksanaan** : 1 Desember  
**2015**  
**Pengamat** :  
**Siklus** : I

No.	Aspek Yang diamati	Kemunculan	
		Ya	Tidak
<b>I</b>	<b>Pendahuluan</b>		
1	Guru menyiapkan siswa	√	
2	Guru melakukan presensi siswa	√	
3	Guru memimpin berdoa	√	
4	Guru melakukan kegiatan apersepsi kepada siswa	√	
5	Guru menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
6	Guru memberikan motivasi kepada siswa	√	
<b>II</b>	<b>Kegiatan Awal</b>		
1	Guru melakukan penguatan materi	√	
2	Guru memberikan intruksi penjelasan kepada siswa	√	
3	Guru memberikan bimbingan kepada siswanya	√	
<b>II</b>	<b>Kegiatan Inti</b>		
1	Guru mampu memberikan contoh gerakan yang benar sesuai dengan video pembelajaran senam ritmik	√	
2	Guru memberikan koreksi langsung kepada siswa	√	
3	Guru memberikan ungkapan atau motivasi kepada siswa	√	
4	Guru memberikan penjelasan dalam melakukan senam yang baik dan benar kepada siswa	√	
5	Sikap guru untuk bersifat adil kepada siswa	√	
<b>III</b>	<b>Kegiatan Penutup</b>		

1	Guru memberikan kegiatan pendinginan dengan permainan	√	
2	Guru melakukan pendinginan dengan penguluran	√	
3	Guru melakukan pendinginan secara berurutan	√	
2	Guru dapat menjelaskan inti dari pembelajaran aktivitas ritmik dengan menggunakan media audio visual	√	
3	Guru memberikan umpan balik terhadap pertanyaan siswa	√	
4	Guru menutup pertemuan dengan doa	√	

Banyumas, Desember 2014  
Peneliti,

Ari Wahyudi

## Lampiran 11. Observasi Guru Siklus II

**Sekolah** : MI Islamiah  
**Somakaton** :  
**Nama Guru** : Ari Wahyudi  
**Kelas** : II  
**Materi** : Senam Ritmik  
**(Aktivitas ritmik)**

**Waktu Pelaksanaan** : 8 Desember  
**2015**  
**Pengamat** :  
**Siklus** : II

No.	Aspek Yang diamati	Kemunculan	
		Ya	Tidak
<b>I</b>	<b>Pendahuluan</b>		
1	Guru menyiapkan siswa	√	
2	Guru melakukan presensi siswa	√	
3	Guru memimpin berdoa	√	
4	Guru melakukan kegiatan apersepsi kepada siswa	√	
5	Guru menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
6	Guru memberikan motivasi kepada siswa	√	
<b>II</b>	<b>Kegiatan Awal</b>		
1	Guru melakukan penguatan materi	√	
2	Guru memberikan intruksi penjelasan kepada siswa	√	
3	Guru memberikan bimbingan kepada siswanya	√	
<b>II</b>	<b>Kegiatan Inti</b>		
1	Guru mampu memberikan contoh gerakan yang benar sesuai dengan video pembelajaran senam ritmik	√	
2	Guru memberikan koreksi langsung kepada siswa	√	
3	Guru memberikan ungkapan atau motivasi kepada siswa	√	
4	Guru memberikan penjelasan dalam melakukan senam yang baik dan benar kepada siswa	√	
5	Sikap guru untuk bersifat adil kepada siswa	√	
<b>III</b>	<b>Kegiatan Penutup</b>		

1	Guru memberikan kegiatan pendinginan dengan permainan	√	
2	Guru melakukan pendinginan dengan penguluran	√	
3	Guru melakukan pendinginan secara berurutan	√	
2	Guru dapat menjelaskan inti dari pembelajaran aktivitas ritmik dengan menggunakan media audio visual	√	
3	Guru memberikan umpan balik terhadap pertanyaan siswa	√	
4	Guru menutup pertemuan dengan doa	√	

Banyumas, Desember 2014  
Peneliti,

Ari Wahyudi

**Lampiran 12. Kisi-kis Lembar Observasi Siswa**

**Pengamatan Terhadap Siswa Dalam Pembelajaran Senam Ritmik**

**Sekolah** : \_\_\_\_\_ **Waktu Pelaksanaan** : \_\_\_\_\_  
**Kelas** : \_\_\_\_\_ **Pengamat** : \_\_\_\_\_  
**Materi** : \_\_\_\_\_ **Pertemuan** : \_\_\_\_\_

No	Aspek yang diamati	Kemunculan	
		Ya	Tidak
1	<b>Keaktifan Siswa:</b> a. Siswa melakukan gerakan yang diperagakan oleh guru dan video b. Siswa aktif dalam melakukan senam ritmik dengan media pembelajaran audio visual c. Siswa menunjukkan antusias yang baik terhadap pemberian pembelajaran dengan <i>audio visual</i> d. Siswa tidak menguap saat mengikuti pembelajaran senam ritmik		
2	<b>Perhatian Siswa:</b> a. Bersemangat mengikuti pembelajaran b. Fokus atau memperhatikan pada gerakan c. Antusias tinggi siswa d. Siswa bergurau saat melakukan aktivitas e. Siswa tidak mengobrol dengan teman		
3	<b>Kedisiplinan:</b> a. Siswa mengikuti kegiatan pembelajarn dengan dengan tertib b. Siswa mampu menjaga konsistensi pelajaran dari awal sampai akhir c. Siswa tidak bergurau saat pembelajaran		
4	<b>Penugasan</b> a. Siswa melakukan perintah dengan segera b. Mengerjakan perintah dengan tepat c. Siswa memberikan respon yang baik		

**Keterangan**

**Ya** : Apabila siswa melakukan gerakan yang tidak sesuai dengan penilaian minimal 5 kali

**Tidak** : Apabila siswa melakukan gerakan yang tidak sesuai dengan penilaian minimal

### Lampiran 13. Lembar Observasi Siswa

#### LEMBAR OBSERVASI PEMBELAJARAN SENAM RITMIK/ AKTIVITAS RITMIK

##### Proses Pembelajaran Penjasorkes dengan menggunakan

##### *Media audi visual (video)* di MI Islamiah Soamakaton

Nama Sekolah :  
Alamat Sekolah :  
Mata Pelajaran :  
Kelas/Semester :  
Observer :  
    1. Observer 1 :  
    2. Observer 2 :  
    3. Observer 3 :  
    4. Observer 4 :  
Hari/Tanggal :  
Siklus/Pertemuan :

Petunjuk Pengisian Lembar Observasi:

1. Berikan angka (1) ketika subjek **melakukan** aspek yang diamati
2. Berikan angka (0) ketika subjek **tidak melakukan** aspek yang diamati

NO	NAMA	NOMOR BUTIR SOAL															TOTAL SKOR
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	Anisa Herlina																
2	Arza Wibisono																
3	Aynun Silvi A																
4	Denta Anggara																
5	Dwi Khusnul K																
6	Dwi Marlupi																
7	Fara Nurhanifa																
8	Hanna Irama																
9	Harum Arrasid																
10	Jefri Anindito																
11	Muhammad Ridwan																
12	Musa Jagad Nata																
13	Nafa Lidya																
14	Nanda Septia																
15	Nisa Nur L																
16	Raka Gandhi Putra																
17	Robiano K																
18	Saptana Eka Budi																
19	Sasi Mutiara F																
20	Surya Sangkono																
	<b>JUMLAH SKOR</b>																
	<b>SKOR MAKSIMAL</b>																
	<b>PERSENTASE</b>																

Observer,

.....  
NIM .....

Observer,

.....  
NIM .....

Observer,

.....  
NIM .....

Observer,

.....  
NIM .....

## Lampiran 14. Hasil Observasi Siswa Siklus I

### LEMBAR OBSERVASI PEMBELAJARAN SENAM RITMIK/ AKTIVITAS RITMIK

#### Proses Pembelajaran Penjasorkes dengan menggunakan

#### *Media audi visual (video)* di MI Islamiah Somakaton Siklus I

Nama Sekolah : MI Islamiah Somakaton

Alamat Sekolah : Banyumas

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas/Semester : II/ semester I

Observer :

1. Observer 1 : Rahmat

2. Observer 2 : Ali

3. Observer 3 : Ismail

4. Observer 4 : Bagas

Hari/Tanggal : 1 Desember 2014

Siklus : I

Petunjuk Pengisian Lembar Observasi:

1. Berikan angka (1) ketika subjek **melakukan** aspek yang diamati
2. Berikan angka (0) ketika subjek **tidak melakukan** aspek yang diamati

NO	NAMA	NOMOR BUTIR SOAL															TOTAL SKOR
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	Anisa Herlina	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	13
2	Arza Wibisono	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	12
3	Aynun Silvi A	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	12
4	Denta Anggara	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	10
5	Dwi Khusnul K	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	11
6	Dwi Marlupi	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	13
7	Fara Nurhanifa	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	6
8	Hanna Irama	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	12
9	Harum Arrasid	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	12
10	Jefri Anindito	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	12
11	Muhammad Ridwan	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	9
12	Musa Jagad Nata	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	12
13	Nafa Lidya	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	10
14	Nanda Septia	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	9
15	Nisa Nur L	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	10
16	Raka Gandhi Putra	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	9
17	Robiano K	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	7
18	Saptana Eka Budi	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	11
19	Sasi Mutiara F	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	10
20	Surya Sangkono	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	8
	<b>JUMLAH SKOR</b>	20	14	10	14	13	13	15	10	16	16	10	14	17	12	14	208
	<b>SKOR MAKSIMAL</b>	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	300
	<b>PERSENTASE</b>	100%	70%	50%	70%	65%	65%	75%	50%	80%	80%	50%	70%	85%	60%	70%	69%

Observer,

.....  
NIM .....

Observer,

.....  
NIM .....

Observer,

.....  
NIM .....

Observer,

.....  
NIM .....

## Lampiran 15. Hasil Observasi Siswa Siklus II

### LEMBAR OBSERVASI PEMBELAJARAN SENAM RITMIK/ AKTIVITAS RITMIK

#### Proses Pembelajaran Penjasorkes dengan menggunakan

#### Media *audi visual (video)* di MI Islamiah Somakaton Siklus II

Nama Sekolah : MI Islamiah Somakaton

Alamat Sekolah : Banyumas

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas/Semester : II/ Semester I

Observer :

1. Observer 1 : Rahmat

2. Observer 2 : Ali

3. Observer 3 : Ismail

4. Observer 4 : Bagas

Hari/Tanggal : 8 Desember 2014

Siklus : II

Petunjuk Pengisian Lembar Observasi:

1. Berikan angka (1) ketika subjek **melakukan** aspek yang diamati
2. Berikan angka (0) ketika subjek **tidak melakukan** aspek yang diamati

NO	NAMA	NOMOR BUTIR SOAL															TOTAL SKOR
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	Anisa Herlina	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	13
2	Arza Wibisono	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
3	Aynun Silvi A	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	14
4	Denta Anggara	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	13
5	Dwi Khusnul K	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
6	Dwi Marlupi	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	12
7	Fara Nurhanifa	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	12
8	Hanna Irama	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	11
9	Harum Arrasid	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
10	Jefri Anindito	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14
11	Muhammad Ridwan	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	13
12	Musa Jagad Nata	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	11
13	Nafa Lidya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	14
14	Nanda Septia	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	13
15	Nisa Nur L	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	14
16	Raka Gandhi Putra	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	13
17	Robiano K	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	12
18	Saptana Eka Budi	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	14
19	Sasi Mutiara F	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	14
20	Surya Sangkono	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	14
	<b>JUMLAH SKOR</b>	20	20	15	15	17	16	18	19	17	19	15	18	18	19	17	263
	<b>SKOR MAKSIMAL</b>	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	300
	<b>PERSENTASE</b>	100%	100%	75%	75%	85%	80%	90%	95%	85%	95%	75%	90%	90%	95%	85%	88%

Observer,

.....  
NIM .....

Observer,

.....  
NIM .....

Observer,

.....  
NIM .....

Observer,

.....  
NIM .....

## Lampiran 16. Rekapitulasi Nilai Siklus I

### Rekapitulasi Nilai Pembelajaran Senam Ritmik

#### MI Islamiah Somakaton Siklus I

No	Nama	Nilai Psikomotor	Nilai Afektif	Nilai Kognitif	Nilai Akhir
1	Siswa 1	50	75	67	64
2	Siswa 2	58	88	67	71
3	Siswa 3	58	81	67	69
4	Siswa 4	75	81	67	74
5	Siswa 5	58	81	67	69
6	Siswa 6	92	81	67	80
7	Siswa 7	75	81	83	80
8	Siswa 8	92	75	67	78
9	Siswa 9	50	81	67	66
10	Siswa 10	83	88	83	85
11	Siswa 11	83	88	83	85
12	Siswa 12	50	75	67	64
13	Siswa 13	75	81	67	74
14	Siswa 14	67	81	67	72
15	Siswa 15	58	81	67	69
16	Siswa 16	67	81	67	72
17	Siswa 17	58	88	83	76
18	Siswa 18	67	75	67	70
19	Siswa 19	75	81	67	74
20	Siswa 20	67	75	67	70
Rata-rata		67.9	80.9	70.2	73

## Lampiran 17. Rekapitulasi Nilai Siklus II

### Rekapitulasi Nilai Pembelajaran Senam Ritmik

#### MI Islamiah Somakaton Siklus II

No	Nama	Nilai Psikomotor	Nilai Afektif	Nilai Kognitif	Nilai Akhir
1	Siswa 1	75	94	83	84
2	Siswa 2	92	81	83	85
3	Siswa 3	83	81	83	82
4	Siswa 4	83	88	100	90
5	Siswa 5	75	81	75	77
6	Siswa 6	83	88	67	79
7	Siswa 7	83	94	100	92
8	Siswa 8	92	88	83	88
9	Siswa 9	75	81	83	80
10	Siswa 10	83	88	100	90
11	Siswa 11	92	88	100	93
12	Siswa 12	75	81	83	80
13	Siswa 13	83	81	83	82
14	Siswa 14	83	81	100	88
15	Siswa 15	75	94	83	84
16	Siswa 16	83	94	100	92
17	Siswa 17	75	88	83	82
18	Siswa 18	83	81	83	82
19	Siswa 19	92	81	100	91
20	Siswa 20	83	75	83	80
Rata-rata		82.4	85.4	87.8	85.2

## Lampiran 18. Dokumentasi Foto

