

**PERBEDAAN HASIL BELAJAR ANTARA MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO
VISUAL DENGAN METODE KONVENTSIONAL PADA MATERI SENAM
LANTAI GULING DEPAN KELAS IV DI SD SINDUADI 1
DAN SD SENDANGADI 1 MLATI SLEMAN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk memenuhi sebagian persyaratan
guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Dionysius Oktavian Andi Pratikno
NIM. 13604221019

**PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2017**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

PERBEDAAN HASIL BELAJAR ANTARA MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL DENGAN METODE KONVENTSIONAL PADA MATERI SENAM LANTAI GULING DEPAN KELAS IV DI SD SINDUADI 1 DAN SD SENDANGADI 1 MLATI SLEMAN

Disusun oleh:

Dionysius Oktavian Andi Pratikno

NIM 13604221019

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 16 Juni 2017

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Drs. Subagyo, M.Pd
NIP. 19561107 198203 1 002

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Dr. Sri Winarni, M.Pd
NIP. 19700205199403 2 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dionysius Oktavian Andi Pratikno

NIM : 13604221019

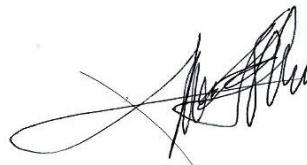
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas

Judul TAS : Perbedaan Hasil Belajar antara Media Pembelajaran Audio Visual dengan Metode Konvensional pada Materi Senam Lantai Guling Depan kelas IV di SD Sinduadi 1 dan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman

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 kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 15 Juni 2017

Yang Menyatakan,



Dionysius Oktavian Andi Pratikno
NIM. 13604221019

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

PERBEDAAN HASIL BELAJAR ANTARA MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL DENGAN METODE KONVENTSIONAL PADA MATERI SENAM LANTAI GULING DEPAN KELAS IV DI SD SINDUADI 1 DAN SD SENDANGADI 1 MLATI SLEMAN

Disusun oleh:

Dionysius Oktavian Andi Pratikno

NIM 13604221019

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Tugas Akhir Skripsi Program
Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas Fakultas Ilmu
Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 7 Juli 2017

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Sri Winarni, M.Pd

14-7-2017

Ketua Pengaji/Pembimbing

17-7-2017

Fitria Dwi Andriyani, M.Or

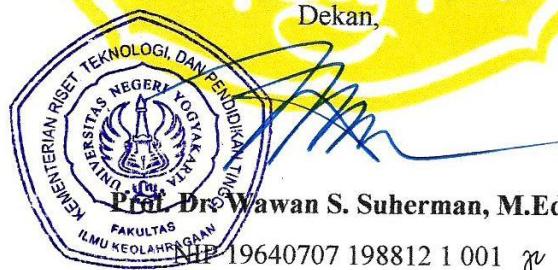
Sekretaris

11-7-2017

Ahmad Rithaudin, M.Or

Pengaji I (Utama)

Yogyakarta, 20 Juli 2017
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



MOTTO

1. Bermimpilah setinggi langit, apabila jatuh, engkau akan jatuh diantara bintang-bintang (Ir. Sukarno).
2. Usaha dan kepercayaan akan membawamu ke tempat yang kamu impikan! Think Big! Get Big! (Dionysius Oktavian A P).

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tuaku tercinta, Bapak Fx Sutikno yang selalu memberikan dukungan moral, material, maupun spiritual dan Ibu Anastasia Sri Sugiyati (Alm) yang menjadi motivasi saya untuk selalu menjadi anak yang baik.
2. Ketiga saudaraku, Y Novian Eko Pratikno, V Pipit Indayati, dan P Hendriawan Adi Pratikno yang selalu memberi dukungan.

**PERBEDAAN HASIL BELAJAR ANTARA MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO
VISUAL DENGAN METODE KONVENTIONAL PADA MATERI
SENAM LANTAI GULING DEPAN KELAS IV DI SD SINDUADI 1
DAN SD SENDANGADI 1 MLATI SLEMAN**

Oleh:
Dionysius Oktavian Andi Pratikno
13604221019

ABSTRAK

Senam Lantai Guling Depan adalah salah satu materi yang ada di dalam kurikulum PJOK. Pembelajaran dengan cara kovensional dan monoton tanpa inovasi baru, membuat hasil belajar kurang maksimal. Berdasarkan observasi di beberapa sekolah, fasilitas media yang ada belum dimanfaatkan dengan maksimal untuk pembelajaran PJOK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan hasil belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran menggunakan media audio visual dan metode konvensional.

Desain penelitian ini adalah penelitian *deskriptif komparatif* dengan metode tes. Teknik pengambilan data menggunakan tes akhir pertemuan. Instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan dan tes pengetahuan dengan materi guling depan. Teknik analisis data menggunakan analisis *uji t*, melalui uji prasyarat analisis uji normalitas, dan uji homogenitas.

Hasil *uji t* diperoleh nilai *sig* 0,004 kurang dari 0,005, dan *t* hitung 2,997 lebih besar dari *t* table 1,997. Data tersebut dapat dinyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada hasil belajar senam lantai guling depan antara SD Sinduadi 1 yang menggunakan metode konvensional dan SD Sendangadi 1 yang menggunakan media audio visual. Dari hasil tes hasil belajar, pembelajaran yang menggunakan media audio visual hasilnya lebih baik daripada yang pembelajaran menggunakan metode konvensional atau media berbasis manusia.

Kata kunci : *Hasil belajar, senam lantai, guling depan, media audio visual, metode konvensional, media berbasis manusia.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala berkat dan perlindungan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Perbedaan Hasil Belajar antara Media Pembelajaran Audio Visual dengan Metode Konvesional pada Materi Senam Lantai Guling Depan Kelas IV di SD Sinduadi 1 dan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman”. Skripsi ini dapat selesai berkat bantuan, bimbingan, dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini.
3. Dr. Subagyo, M.Pd, selaku ketua Prodi PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta dan penasehat akademik yang telah memberikan bimbingan selama masa perkuliahan.
4. Dr. Sri Winarni, M.Pd., selaku pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran dan ketelitian, serta memberikan dorongan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

5. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmunya sebagai bekal saya untuk menghadapi tantangan selanjutnya.
6. Kepala SD Sinduadi 1 dan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman yang telah memberikan izin dan membantu dalam kelancaran penelitian.
7. Bapak dan Ibu guru SD Sinduadi 1 dan Sendangadi 1 Mlati Sleman yang telah membantu dalam kelancaran penelitian.
8. Keluargaku yang selalu memberikan dukungan moral, material, dan spiritual.
9. Teman-teman PGSD Penjas A 2013 yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga segala kebaikan yang diberikan semua pihak mendapat balasan dari Tuhan Yang Maha Esa. Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pihak-pihak yang bersangkutan.

Yogyakarta, 7 Juni 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN	ii
PERNYATAAN.....	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teori	9
1. Belajar.....	9
a. Pengertian Belajar.....	9
b. Sumber Belajar.....	10

c. Hasil Belajar.....	12
2. Teori Asosiasi Stimulus Respons.....	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar Gerak	16
4. Hakikat Media Pembelajaran.....	17
a. Pengertian Media Pembelajaran.....	17
b. Ciri-ciri Media Pembelajaran.....	18
c. Peran dan Manfaat Media dalam Pembelajaran.....	19
d. Taksonomi Media Pembelajaran.....	20
5. Hakekat Audio Visual.....	24
a. Media Audio Visual.....	24
6. Karakteristik Anak Sekolah Dasar	29
7. Metode Pembelajaran Konvensional	32
8. Pengertian Senam Lantai	33
9. Pengertian Guling depan.....	34
B. Penelitian Yang Relevan.....	36
C. Kerangka Berpikir	37
D. Hipotesis Penelitian	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
A. Desain Penelitian	39
B. Variabel Penelitian.....	39
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
D. Populasi dan Sampel.....	41
E. Teknik Pengumpulan Data	43
F. Instrumen Pengumpulan Data.....	43
G. Validitas dan Reabilitas	47
1. Uji Validitas.....	47

2. Uji Realibilitas.....	48
3. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas.....	50
 H. Teknik Analisis Data	 52
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 54
A. Deskripsi Dara Penelitian	54
B. Hasil Uji Prasyarat.....	55
C. Hasil Pengujian Hipotesis.....	56
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	58
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	 61
A. Kesimpulan.....	61
B. Implikasi	61
C. Keterbatasan	62
D. Saran	62
 DAFTAR PUSTAKA	 64
 LAMPIRAN.....	 67

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Taksonomi Rudy Brezt	22
Tabel 2. Populasi Penelitian	41
Tabel 3. Jumlah Siswa yang Dijadikan Sampel.....	42
Tabel 4. Rubrik Penilaian Keterampilan	45
Tabel 5. Kisi-kisi penilaian pengetahuan.....	46
Tabel 6. Interpretasi Koefisien Korelasi.....	49
Tabel 7. Hasil Uji Validitas.....	50
Tabel 8. Hasil Perhitungan Uji Normalitas	55
Tabel 9. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas.....	56
Tabel 10. Hasil Uji Analisis t.....	57

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Beberapa Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Gerak	17
Gambar 2. Kedudukan dan fungsi media dalam proses pembelajaran.....	20

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Permohonan Izin Penelitian FIK UNY.....	68
Lampiran 2. Surat Rekomendasi Penelitian BAPEDA.....	69
Lampiran 3. Surat Rekomendasi Penelitian BKBP.....	70
Lampiran 4. Surat Keterangan Uji Coba Instrumen.....	71
Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian.....	72
Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian.....	73
Lampiran 7. Surat Expert Judgement.....	74
Lampiran 8. Surat Expert Judgement.....	76
Lampiran 9. Daftar nama siswa kelas IV B SD N Sendangadi 1.....	78
Lampiran 10. Daftar nama siswa kelas IV A SD N Sinduadi 1.....	79
Lampiran 11. Instrumen Soal Pengetahuan.....	80
Lampiran 12. Kunci jawaban instrumen pengetahuan.....	84
Lampiran 13. RPP SD Sinduadi 1.....	85
Lampiran 14. RPP SD Sendangadi 1.....	93
Lampiran 15. Data Uji Coba Validitas dan Reabilitas Instrumen.....	103
Lampiran 16. Data Nilai Tes.....	105
Lampiran 17. Data Uji Normalitas dan Homogenitas SPSS.....	107
Lampiran 18. Data Uji Hipotesis SPSS.....	108
Lampiran 19. Dokumentasi.....	109

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sesuai salinan lampiran Peraturan Pemerintah nomor 22 tahun 2006 tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah disebutkan bahwa “Proses pembelajaran pada setiap satuan pendidikan dasar dan menengah harus interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, dan memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik”. Pada hal ini, praktis pendidikan terutama guru dituntut untuk bisa memberikan pembelajaran sesuai dalam ketentuan pada Peraturan Pemerintah. Pembelajaran yang dapat meningkatkan motivasi siswa akan menjadi hal yang sangat penting dalam setiap proses penyampaian materi. Kreatifitas dan inovasi pada setiap mata pelajaran yang diajarkan di sekolah akan menjadi kunci tercapainya suatu tujuan pendidikan.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran wajib yang ada pada setiap jenjang sekolah. Tidak hanya di sekolah dasar saja, di jenjang sekolah yang lebih tinggi, PJOK merupakan mata pelajaran yang diminati oleh peserta didik. Pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, peserta didik diharapkan dapat mengembangkan tidak hanya keterampilannya saja, akan tetapi juga pengetahuan, nilai, dan sikap.

Pada hal ini, guru dituntut untuk dapat memberikan pembelajaran yang tidak hanya berfokus pada psikomotor siswa saja, akan tetapi juga memperhatikan aspek kognitif dan afektifnya. Berdasarkan pengalaman peneliti di beberapa sekolah dari tingkat dasar, menengah hingga atas, mata pelajaran PJOK semata-mata hanya berfokus pada psikomotor siswa saja, dan mengabaikan ranah kognitif dan afektif. Ranah kognitif dan afektif hanya sebagai pelengkap pada RPP dan tidak terlalu ditekankan pada saat pembelajaran.

Sesuai yang tertera pada kurikulum 2013, materi senam lantai guling depan merupakan salah satu materi yang diajarkan pada saat pembelajaran PJOK di sekolah pada jenjang dasar hingga atas. Jika dilihat sekilas, gerakan pada senam lantai guling depan dirasa cukup mudah dan cepat. Akan tetapi setiap siswa yang melakukannya, masih banyak melakukan kesalahan yang tidak disadari. Menurut Roji (2006: 112) gerakan yang dilakukan pada senam lantai guling depan dibagi menjadi tiga tahap dari tahap persiapan, tahap gerakan, dan tahap akhir gerakan. Dari ketiga bagian ini banyak siswa tidak mengamati dengan cermat bagaimana setiap tahap memiliki gerakan yang khusus pada setiap anggota tubuh. Padahal, bisa jadi hal tersebut akan mengakibatkan cidera bagi siswa jika gerakan yang dilakukan salah.

Pada materi senam lantai guling depan (*Forward Roll*) di sekolah dasar tempat penulis melaksanakan PPL, penulis menemukan banyak kesalahan pada gerakan guling depan yang dilakukan siswa. Beberapa siswa melakukan gerakan yang dapat membahayakan tubuh. Kesalahan yang paling banyak terjadi adalah

pada tahap awal gerakan. Siswa sebagian besar menggunakan tumpuan salah pada saat mulai mengguling. Selain itu pada saat tahap proses karena tidak percaya diri dan kurang keseimbangannya, ada pula yang mengguling mengarah ke samping matras. Untuk tahap akhir tidak sedikit siswa yang salah. Kesalahan yang dilakukan saat tahap akhir biasanya siswa tidak berdiri tegak dan menaikkan kedua tangan ke atas, tetapi langsung bergerak dari posisi jongkok dan berjalan keluar dari matras.

Pada setiap pembelajaran dengan materi senam lantai guling depan, siswa siswi memperhatikan contoh gerakan yang dilakukan guru PJOK. Saat memperhatikan gerakan guru, penulis mengamati banyak siswa yang berebut untuk melihat dan berkerumun yang menyebabkan kondisi kurang kondusif di samping matras. Dari masalah tersebut, penulis menganggap kurang tepatnya metode yang digunakan guru PJOK dalam penyampaian contoh gerakan dan pada saat penjelasannya. Dari hal ini penulis meragukan pengetahuan yang didapat oleh peserta didik karena cara mengajar yang kurang tepat. Peserta didik sulit untuk berkonsentrasi dengan pembelajaran karena situasi yang gaduh dan penyampaian materi di luar ruangan.

Menurut Miarso bahwa media merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan, yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan siswa untuk belajar (Dina Indriana, 2011:14). Media pembelajaran di era modern ini sudah banyak berkembang jenisnya, ada gambar gerak, animasi, audio, video dan lain-lain. Di beberapa sekolah, pemanfaatan media yang sudah tersedia ini kurang dimanfaatkan dengan maksimal oleh guru.

Banyak guru yang hanya menggunakan metode konvensional yang menggunakan dirinya sendiri sebagai media manusia yang dirasa simple dan praktis. Di sisi lain, ada pula guru yang masih kurang pengetahuannya tentang penggunaan teknologi. Jika diamati, media modern lebih mempunyai banyak sekali keuntungan, dan juga akan menarik perhatian peserta didik karena dirasa merupakan hal yang baru dan menarik.

Metode konvensional, dikutip dari hasil penelitian Septiana Utaminingrum tentang pengaruh media audio visual pada keterampilan membaca tahun 2015, metode pembelajaran konvensional yang lebih didominasi dengan ceramah merupakan gaya mengajar yang tradisional. Metode ini hanya berfokus pada penyampaian materi secara lisan dengan sedikit demonstrasi oleh guru. Pada metode ini, guru berperan sebagai media penyampaian informasi kepada siswa dari materi pelajaran. Guru sebagai media berbasis manusia ini merupakan media tertua yang digunakan untuk mengirimkan dan mengkomunikasikan pesan atau informasi (Azhar Arsyad 2002: 80).

Selanjutnya, audio visual adalah salah satu teknologi yang dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran di era modern ini. Media audio visual dirasa lebih sederhana dan praktis untuk digunakan sebagai sebuah media pembelajaran. Menurut Syaiful Bahri dan Aswan (2002: 141) media audio visual adalah media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar. Jenis media ini mempunyai kemampuan lebih baik karena mencakup dua aspek media sekaligus. Dengan menggunakan media ini, siswa akan lebih memperhatikan karena karena tidak akan berdesakan pada saat memperhatikan contoh gerakan.

Dari sini diharapkan pembelajaran PJOK tidak hanya berfokus pada keterampilan saja, akan tetapi juga pada pengetahuan siswa tentang guling depan. Dikutip dari hasil studi yang dilakukan oleh Bustanul Arifin tentang pengaruh media pembelajaran audio visual terhadap hasil belajar senam roll depan tahun 2013, menunjukan bahwa media pembelajaran audio visual dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai roll depan. Peningkatan hasil belajar senam roll depan yang diperoleh sebesar 7,8%.

Berdasarkan pengalaman pada saat penulis PPL di SD N Sinduadi 1 Mlati, Sleman, di sekolah tersebut sudah memiliki fasilitas-fasilitas yang dapat mendukung pembelajaran dengan memanfaatkan media yang modern. SD Sinduadi 1 memiliki *LCD Proyektor* dan *Speaker* di beberapa kelas yang sangat mendukung guna pembelajaran yang dapat lebih menarik minat siswa agar lebih memperhatikan dan tetap tertib dalam melihat contoh pada media. Hal ini penulis rasa tepat karena jika menggunakan media audio visual dengan proyektor di dalam kelas, siswa dapat menyaksikan contoh gerakan dan tetap berada di bangku, tidak berebut seperti pada saat menggunakan media gambar ataupun melihat gerakan guru. Keunggulan lainnya, media ini juga bisa dibuat maupun didapatkan dimana saja, bisa membuat sendiri maupun mencari dari internet. Akan tetapi di sekolah tersebut belum memanfaatkan dengan baik dan masih menggunakan media berbasis manusia atau metode konvensional yang identik dengan ceramah saja, hal ini akan memberikan keabstrakan pada siswa. Di sekolah lain, yaitu SD Sendangadi 1 Sleman, fasilitas yang tersedia sudah dimanfaatkan dengan baik, guru sudah menggunakan proyektor yang ada

guna menampilkan video materi sebelum turun ke lapangan sebagai tahap awal dalam kurikulum 2013 yaitu mengamati. Atas dasar latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “Perbedaan hasil belajar antara media pembelajaran audio visual dengan metode konvesional pada materi senam lantai guling depan kelas IV di SD Sinduadi 1 Mlati Sleman dan SD Sendangadi 1 Sleman”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, dapat diidentifikasi beberapa masalah yang muncul antara lain :

1. Metode yang digunakan guru lebih didominasi metode ceramah dan sedikit demonstrasi pada pembelajaran senam lantai guling depan di SD N Sinduadi 1, Mlati, Sleman.
2. Siswa tidak kondusif saat pembelajaran berlangsung, sehingga tidak bisa menyerap materi pembelajaran yang disampaikan guru dengan baik.
3. Siswa masih banyak melakukan gerakan yang salah pada materi senam lantai guling depan.
4. Fasilitas media yang tersedia kurang dimanfaatkan oleh guru pada saat pembelajaran senam lantai guling depan di SD N Sinduadi 1, Mlati, Sleman.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah disebutkan di atas serta terbatasnya waktu dan keterbatasan-keterbatasan yang lain, maka peneliti hanya akan meneliti, apakah terdapat perbedaan hasil belajar kelas yang pelajarannya menggunakan media pembelajaran audio visual dengan kelas yang pelajarannya menggunakan metode konvensional pada materi guling depan antara SD Sinduadi 1 Mlati Sleman dengan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : “Adakah perbedaan hasil belajar kelas yang pelajarannya menggunakan media pembelajaran audio visual dengan kelas yang pelajarannya menggunakan metode konvensional pada materi guling depan antara SD Sinduadi 1 Mlati Sleman dengan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini untuk :

1. Mengetahui hasil belajar siswa yang diajar menggunakan media pembelajaran audio visual pada materi guling depan.
2. Mengetahui hasil belajar siswa yang diajar menggunakan metode pembelajaran konvensional pada materi guling depan.

3. Mengetahui perbedaan hasil belajar antara siswa yang menggunakan media audio visual dengan yang menggunakan metode konvensional pada materi senam lantai guling depan

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi yang dapat dipergunakan guru sebagai bahan pertimbangan untuk menggunakan media pembelajaran audio visual dan metode konvensional dalam proses pembelajaran PJOK.
 - b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar untuk pengembangan sebuah media pembelajaran audio visual yang tentunya dapat dimanfaatkan pada dunia pendidikan.
2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan khususnya dalam bidang ilmu pendidikan serta membantu memahami teori-teori tentang penggunaan media dan metode.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Belajar

a. Pengertian Belajar

Ada asumsi atau anggapan bahwa belajar adalah semata-mata mengumpulkan atau menghafalkan fakta-fakta yang tersaji dalam bentuk informasi dari materi pembelajaran. Menurut Skinner (dalam Dimyati dan Mudjiono, 2009: 9), belajar adalah suatu proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif. Skinner buku Walgito (2010: 184) mendefinisikan belajar sebagai suatu proses adaptasi perilaku yang bersifat progresif. Belajar merupakan tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif.

Belajar merupakan suatu aktivitas yang menimbulkan perubahan yang relatif permanen sebagai akibat dari upaya-upaya yang dilakukannya. Bimo Walgito (2010: 185) menyatakan bahwa belajar merupakan suatu proses yang mengakibatkan adanya perubahan perilaku. Belajar akan lebih efektif apabila dilakukan dalam suasana yang menyenangkan dan dapat menghayati objek pembelajaran secara langsung. Tetapi perlu diketahui pula bahwa sistem lingkungan ini pun dipengaruhi oleh berbagai komponen yang saling berinteraksi, antara lain tujuan pembelajaran, bahan

kajian yang disampaikan guru, siswa, jenis kegiatan yang dikembangkan, metode serta media pembelajaran yang dipilih.

Pandangan seseorang tentang belajar akan mempengaruhi tindakan-tindakannya yang berhubungan dengan belajar, dan setiap orang mempunyai pandangan yang berbeda tentang belajar (Abu Ahmadi dan Widodo Supriono, 2003: 126). Komunikasi merupakan faktor-faktor yang penting dalam proses pembelajaran. Tinggi rendahnya suatu capaian mutu pendidikan dipengaruhi pula oleh faktor komunikasi, khususnya komunikasi pendidikan (Sobri, dkk. 2009: 88). Secara umum ada tiga tujuan pembelajaran, yaitu:

- 1) untuk mendapatkan pengetahuan;
- 2) untuk menanamkan konsep dan pengetahuan;
- 3) untuk membentuk sikap atau kepribadian.

Suatu kegiatan belajar ialah upaya mencapai perubahan tingkah laku, baik yang menyangkut aspek pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Bahkan lebih luas lagi, perubahan tingkah laku ini tidak hanya mengenai perubahan pengetahuan, tetapi juga berbentuk kecakapan, kebiasaan, sikap, pengertian, penghargaan minat, dan penyesuaian diri. Pendeknya mengenai segala aspek organisasi atau pribadi seseorang.

b. Sumber Belajar

Terdapat beberapa pengertian mengenai sumber belajar yang dikemukakan oleh para praktisi pendidikan dikutip dari Eveline & Hartini (2010:127), yaitu sebagai berikut :

- 1) Sumber belajar adalah sekumpulan bahan atau situasi yang diciptakan dengan sengaja dan dibuat agar memungkinkan siswa belajar sendiri secara individual (Percival & Ellington, 1988).
- 2) Sumber belajar yang dapat digunakan oleh pelajar baik secara terpisah maupun dalam bentuk gabungan untuk memberikan fasilitas-fasilitas belajar (AECT, 1986)

Dari pengertian tersebut, maka maksud dari sumber belajar meliputi segala sesuatu yang digunakan untuk memfasilitasi belajar. Sumber belajar tersebut meliputi; pesan, manusia, material atau bahan, peralatan, teknik dan lingkungan yang dipergunakan secara sendiri-sendiri maupun dikombinasikan untuk memfasilitasi terjadinya tindak belajar (AECT, 1997). Selanjutnya menurut AECT dikutip dari Eveline & Hartini (2010:127), sumber belajar dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu :

- 1) Sumber belajar yang direncanakan (*by design*): semua sumber belajar yang secara khusus telah dikembangkan sebagai “komponen” sistem intruksional untuk memberikan fasilitas belajar yang terarah dan bersifat formal.
- 2) Sumber belajar karena dimanfaatkan (*by utilization*): sumber-sumber yang tidak secara khusus didesai untuk keperluan pembelajaran namun dapat ditemukan, diaplikasikan dan digunakan untuk keperluan belajar.

c. Hasil belajar

Dalam literatur hasil selalu dihubungkan dengan aktivitas tertentu seperti dikemukakan oleh Robert M. Gagne yang dikutip oleh W.S. Winkel (1983: 48), bahwa dalam setiap proses akan selalu terdapat hasil nyata yang dapat diukur dan dinyatakan sebagai hasil belajar seseorang. Menurut Lanawati dikutip oleh Reni Akbar (2006: 168), hasil belajar adalah hasil penilaian pendidik terhadap proses belajar dan hasil belajar siswa sesuai dengan tujuan instruksional yang menyangkut isi pelajaran dan perilaku yang diharapkan dari siswa.

Hasil belajar merupakan kemampuan siswa dalam penguasaan materi dan keterampilan berfikir yang meliputi ranah kognitif, psikomotor dan afektif yang dinyatakan dalam proses belajar-mengajar melalui pengukuran penilaian pendapat Bloom yang dikutip oleh Syaifudin Anwar (1987:58), tes hasil belajar secara luas mencakup 3 kelompok yakni:

- 1) Afektif tentang nilai dan sikap.
- 2) Kognitif mencakup tentang intelektual.
- 3) Pesikomotor mencakup tentang keterampilan.

Jadi hasil belajar bisa diartikan sebagai tingkat kemampuan intelektual yang diukur dengan penguasaan pengetahuan dan keterampilan dalam belajar sebagai hasil dari proses belajar mengajar.

Hasil belajar menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007: 895) adalah penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan

oleh mata pelajaran dan ditunjukkan dengan tes atau angka nilai diberikan oleh guru. Pendapat lain mengatakan bahwa hasil dalam belajar merupakan dambaan bagi setiap orang tua terhadap anaknya. Hasil yang baik tentu akan didapat dengan proses belajar yang baik juga. Belajar merupakan proses dari sesuatu yang belum bisa menjadi bisa dari perilaku lama keperilaku yang baru dari pemahaman lama kepemahaman baru.

Dalam proses belajar hal yang harus diutamakan adalah bagaimana anak dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan dan rangsangan yang ada sehingga terjadi reaksi yang muncul dari anak. Reaksi yang dilakukan anak merupakan usaha untuk menciptakan keinginan belajar sekaligus menyelesaikanya sehingga nantinya anak akan mendapat hasil yang mengakibatkan perubahan pada anak sebagai hal yang baru serta menambah pengetahuan. Jadi bisa disimpulkan kegiatan penting baik untuk anak-anak bahkan orang dewasa sekalipun.

Hasil belajar ditentukan oleh interaksi berbagai faktor. Peranan faktor itu tidak selalu sama dan tetap besarnya kontribusi, salah satu faktor akan ditentukan oleh kehadiran faktor lain dan sangat bersifat situasional yang tidak dapat diprediksikan dengan cermat akibat keterlibatan faktor lain yang sangat variatif.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah hasil yang dicapai dari suatu kegiatan atau usaha yang dapat memberikan kepuasan emosional dan dapat diukur dengan alat atau

tes tertentu, dalam proses pendidikan hasil dapat juga diartikan sebagai hasil dari proses belajar mengajar yakni penguasaan materi, perubahan emosional atau perubahan tingkah laku yang dapat diukur dengan tes tententu.

2. Teori Asosiasi Stimulus Respons

Ini merupakan teori yang dikembangkan oleh beberapa ahli yaitu Therndike, Guthrie, Hull, Skinner yang mempunyai kesamaan dan dimasukkan kedalam kelompok teori asosiasi stimulus respons (Rusli Lutan, 1988:123). Sangat penting bagi seorang guru untuk mengenal konsep dasar teori stimulus respons. Menurut para tokohnya, perilaku dapat dikontrol melalui penerapan prinsip *pleasure pain*. Prinsip tersebut akan lebih jelas apabila memahami prinsip dasar dari teori itu sendiri yang terdiri dari dua elemen, yaitu elemen Stimulus Respons yang dinyatakan dalam model S-R. Model tersebut menunjukkan bahwa stimulus berkaitan dengan respons tertentu. Pernyataan ini menggambarkan bahwa hubungan (koneksi) antara stimulus dan respons akan terjadi secara otomatis. Banyak perilaku bawaan, atau perilaku yang tidak dipelajari cenderung mendukung kecenderungan tersebut. Sebagai contoh, pupil mata akan bereaksi secara otomatis terhadap cahaya yang kuat, atau manusia akan menarik tangan jika menyentuh setrika yang panas.

Sebagian besar stimulus di lingkungan manusia menerpa organ-organ pengindraan manusia. Sebagian dari rangsang tersebut akan

ditanggapi dengan respons tertentu yang hanya akan dikuasai melalui proses latihan atau belajar. Dalam hal ini yang menjadi masalah adalah, apakah seseorang mengaitkan stimulus dan respons sehingga asosiasi antara kedua elemen tersebut terjalin menjadi satu hubungan sebab akibat, dimana stimulus tertentu akan diikuti oleh respons tertentu secara otomatis. Hal ini sejalan dengan tujuan akhir dari belajar keterampilan motorik yaitu kemampuan untuk memperagakan keterampilan secara otomatis. Bagi para tokoh teori Stimulus Respons, *reinforcement* sangat perlu dalam koneksi stimulus respons. Karena itulah, para ahli beranggapan bahwa ada hubungan langsung antara sebab dan akibat. Atas dasar asumsi ini, belajar keterampilan gerak dipahami sebagai pembentukan koneksi antara stimulus dan respons motorik. Berkaitan dengan proses pembentukan koneksi tersebut, para psikolog kemudian memahami pembentukan hubungan antara Stimulus dan Respons tak berlangsung secara otomatis, tapi merupakan hasil dari pemikiran siswa.

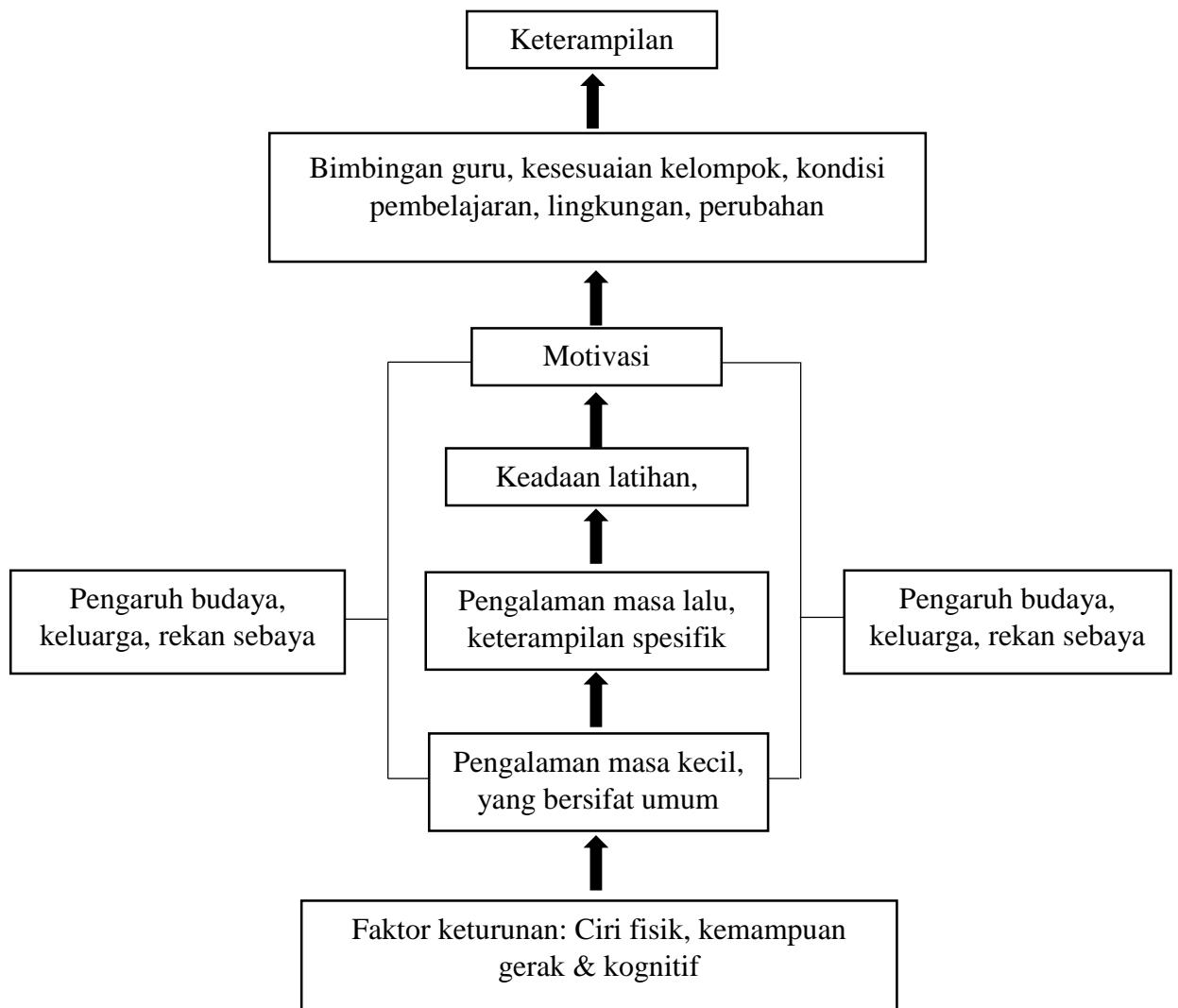
Para ahli stimulus respons beranggapan bahwa koneksi antara stimulus dan respons terjadi dalam keadaan siswa melihat satu kaitan antara kedua elemen tersebut. Dijelaskan juga bahwa belajar adalah suatu proses pembentukan koneksi baru dan mengorganisasikannya ke dalam sistem dan mengembangkannya ke dalam pengetahuan, perilaku, dan kepribadian individu. Jika stimulus itu berkaitan dengan respons yang melibatkan gerakan tubuh, koneksi tersebut disebut *motor bond*. Oxendine (1984) dikutip dari Rusli Lutan (1988: 123) Keterampilan

motorik sederhana bisa melibatkan sebagian kecil koneksi, sementara dalam keterampilan yang kompleks mungkin membutuhkan beberapa koneksi motorik.

Dari pendapat dari beberapa ahli tentang teori stimulus respons di atas, dapat disimpulkan bahwa sebuah media yang menjadi perantara penyampaian informasi kepada siswa, mempunyai peran yang penting. Media menjadi jalan masuk stimulus yang berupa informasi kepada siswa, yang nantinya akan diproses oleh siswa menjadi sebuah respon.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar Gerak

Pencapaian suatu keterampilan gerak dipengaruhi oleh banyak faktor. Adapun faktor-faktor tersebut secara umum dibedakan menjadi tiga hal yang utama, yaitu: (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor pribadi, dan (3) faktor situasional (lingkungan). Ketiga faktor ini yang diyakini telah menjadi penentu utama untuk mencapai keberhasilan dalam mempelajari keterampilan gerak. Untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif dan jelas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian keterampilan gerak maka dapat dilihat pada gambar bagan berikut ini:



Gambar 1. Beberapa Faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Gerak
 Sumber: Singer (Depdiknas, 2000: 74)

4. Hakikat Media Pembelajaran

a. Pengertian Media Pembelajaran

Pengertian media pembelajaran berasal dari kata dasar media, yang dalam bahasa latin yaitu “*medius*”, yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar (Cepi Riyana & Rudi Sisilana, 2009:6). Oleh karena itu media dapat dikatangkan sebagai perantara atau pengantar pesan dari

pengirim ke penerima pesan. Media dapat berupa sesuatu bahan, atau alat. Menurut Miarso bahwa media merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan, yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan siswa untuk belajar (Dina Indriana, 2011:14). Dari pengertian beberapa ahli, dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran merupakan alat penyampai pesan kepada siswa melalui sebuah sumber pesan (media) yang diberikan melalui rangsang indera siswa.

b. Ciri-ciri Media Pembelajaran

Menurut Gerlach & Ely (1971) dikutip dari Giri (2015:19) mengemukakan tiga ciri media yang merupakan petunjuk mengapa media digunakan dan apa-apa saja yang dapat dilakukan oleh media yang mungkin guru tidak mampu melakukannya, yaitu :

1. Ciri Fiksatif

Ciri ini menggambarkan kemampuan media merekam, menyimpan, melestarikan, dan merekonstruksikan suatu peristiwa atau objek. Dengan ciri fiksatif ini, media memungkinkan suatu rekaman kejadian atau objek yang terjadi pada suatu waktu tertentu di transportasikan tanpa mengenal waktu.

2. Ciri *Manipulative*

Transformasi suatu kejadian atau objek dimungkinkan karena media memiliki ciri *manipulative*. Kejadian yang memakan waktu berhari-

hari dapat disajikan kepada siswa dalam waktu dua atau tiga menit dengan teknik pengambilan *time lapse recording*.

3. Ciri *Distributive*

Ciri *distributive* dari media memungkinkan suatu objek atau peristiwa ditransportasikan melalui ruang dan secara bersamaan kejadian tersebut disajikan kepada sejumlah besar siswa dengan stimulus pengalaman yang relatif sama mengenai suatu kejadian itu. Ciri ini juga dapat memungkinkan suatu media dapat disebarluaskan ke seluruh pelosok tempat yang diinginkan dimana saja misalnya buku teks, video, film maupun rekaman.

c. Peran dan Manfaat Media dalam Pembelajaran

Media dapat digunakan dalam proses belajar mengajar dengan dua arah yaitu sebagai alat bantu mengajar dan sebagai media belajar yang dapat digunakan sendiri oleh siswa. Media yang dapat digunakan sendiri oleh siswa dalam kegiatan belajar mandiri, disebut *independent media*. Menurut Rudi Susilana & Cepi Riyana (2009:9) mengungkapkan secara umum kegunaan dari media, yaitu :

1. Memperjelas pesan agar tidak terlalu verbalitas.
2. Mengatasi keterbatasan ruang dan waktu, tenaga dan daya indera.
3. Menimbulkan gairah belajar, interaksi langsung antar murid dengan sumber belajar.
4. Memungkinkan anak belajar mandiri sesuai dengan bakat dan kemampuan visual, auditori & kinestetik.
5. Memberi rangsangan yang sama, mempersamakan pengamatan dan menimbulkan persepsi yang sama.

Dalam proses pembelajaran, media memiliki fungsi sebagai pembawa informasi dari sumber (guru) kepada penerima (siswa). Adapun metode adalah prosedur untuk membantu siswa dalam menerima dan mengolah informasi guna mencapai tujuan pembelajaran. Dengan demikian fungsi media dalam pembelajaran dapat digambarkan sebagai berikut :



Sumber: Wiarto, Giri. (2016). Media Pembelajaran Penjas. Yogyakarta: Laksitas

Gambar 2. Kedudukan dan fungsi media dalam proses pembelajaran

d. Taksonomi Media Pembelajaran

Kata taksonomi diambil dari bahasa Yunanu *tassein* yang berarti *untuk mengelompokkan* dan *nomos* yang berarti *aturan*. Taksonomi dapat diartikan sebagai pengelompokan suatu hal berdasarkan hierarki (tingkatan) tertentu (Giri Wiarto 2016: 75). Menurut beberapa ahli, jenis-jenis media dalam pembelajaran dapat dibagi menjadi beberapa macam, sesuai dengan pemikiran masing-masing.

Berikutnya adalah menurut Rudy Bretz dikutip dari Giri Wiarto (2016: 78), dalam usahanya ini ia mencoba membagi media berdasarkan indera yang terlibat, sehingga ia memilih tiga unsur pokok sebagai dasar dari setiap media, yaitu suara, visual, dan gerak. Unsur suara adalah unsur yang melibatkan indera pendengaran dan visual adalah unsur yang melibatkan indera penglihatan. Bentuk visual dibaginya menjadi gambar,

garis (*line graphic*) dan simbol verbal yang dapat ditangkap oleh indera penglihatan. Namun, pada “unsur gerak” tampaknya Brezt tidak mendasarkan “gerak” pada keterlibatan indera tetapi kepada alat-alat yang mendukung media bersangkutan.

Pada klasifikasinya tersebut, ia juga membedakan antara media siar (*telecommunication*) dengan media rekam (*Recording*) sehingga terdapat 8 klasifikasi media, yakni: media audiovisual gerak, audiovisual diam, audio seni gerak, visual gerak, visual diam, semi gerak, audio, dan media cetak seperti tampak dalam gambar berikut:

Tabel 1. Taksonomi Rudy Brezt (digambar ulang dari Arief S. Sadiman)

Media transmisi	Suara	Gambar	Garis	Simbol	Gerak	Media Rekaman
AUDIO VISUAL GERAK						
		✓	✓	✓	✓	Film/Suara
Televisi (TV)	✓	✓	✓	✓	✓	Pita Video, Film TV
	✓	✓	✓	✓	✓	Holografi
Gambar/Suara	✓	✓	✓	✓	✓	
AUDIO VISUAL DIAM						
Slow-Scan TV Time-Shared TV	✓	✓	✓	✓		TV Diam
	✓	✓	✓	✓		Film Rangkai/Suara
	✓	✓	✓	✓		Film Bingkai/Suara
	✓	✓	✓	✓		Halaman/Suara
	✓	✓	✓	✓		Buku Dengan Audio
AUDIO SEMI GERAK						
Tulisan Jauh	✓		✓	✓	✓	Rekaman Tulisan Jauh
	✓		✓	✓	✓	Audio Pointer
VISUAL GERAK						
		✓	✓	✓	✓	Film Bisu
VISUAL DIAM						
		✓	✓	✓		Halaman Cetak
		✓	✓	✓		Film Rangkai
		✓	✓	✓		Seri Gambar
		✓	✓	✓		Microform
		✓	✓	✓		Arsip Video
SEMI GERAK						
Teleautograph			✓	✓	✓	
AUDIO						
Telepon Radio	✓					Cakram (piringen) Audio Pita Audio
CETAK						
Teletip				✓		Pia Berlubang

Sumber : Wiarto, Giri. (2016).Media Pembelajaran Penjas. Yogyakarta: Laksitas

Dalam sumber ini, jenis-jenis media akan didasarkan pada indera yang terlibat seperti yang telah dilakukan Rudy Brezt, dengan memberikan pengembangan. Klasifikasi media berdasarkan indera ini lebih disebabkan pada pemahaman bahwa pancaindera merupakan pintu gerbang ilmu pengetahuan (*five sense are the golden gate of knowledge*) (Aminuddin Rasyad, 2003: 116).

Bila dilihat dari intensitasnya, maka indera yang paling banyak membantu manusia dalam perolehan pengetahuan dan pengalaman adalah indera pendengaran dan indera penglihatan. Kedua indera ini adakalanya bekerja sendiri-sendiri dan adakalanya bekerja bersama-sama. Media pembelajaran yang melibatkan indera pendengaran (telinga) saja disebut sebagai media audio; media yang melibatkan indera penglihatan (mata) saja disebut sebagai media visual; dan media yang melibatkan keduanya dalam satu proses pembelajaran disebut sebagai media audio visual. Kemudian, jika dalam proses pembelajaran tersebut melibatkan banyak indera dalam arti tidak hanya telinga dan mata saja maka dinamakan sebagai multimedia. Kedua hal tersebut yang mempunyai andil besar alasan penggunaan audio visual sebagai media pembelajaran.

5. Hakekat Audio Visual

a. Media Audiovisual

Kecanggihan teknologi saat ini, memungkinkan manusia untuk berekspresi maupun menyajikan informasi tidak hanya dalam bentuk gambar melainkan juga audio visual. Gambar yang bergerak, sekaligus disertai musik dan suara. Media audio visual adalah sarana atau media yang utuh untuk mengkolaborasi bentuk-bentuk visual dengan audio. Menurut Syaiful Bahri dan Aswan (2002: 141) media audiovisual adalah media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar. Jenis media ini mempunyai kemampuan lebih baik karena mencakup dua aspek media sekaligus. Adapun pembagian dari media audiovisual terbagi menjadi 2 bagian yaitu:

1) Audio visual diam, yaitu media yang menampilkan suara dan gambar diam seperti film bingkai suara (*sound slides*), film rangkai suara, cetak suara.

2) Audio visual gerak, yaitu media yang dapat menampilkan unsur suara dan gambar yang bergerak seperti film suara, tutorial dan *video-cassette*.

Adapun pembagian yang lain dari media audi ovisual ini adalah sebagai berikut:

1) Audio visual murni yaitu baik unsur suara maupun unsur gambar berasal dari satu sumber seperti film *video-cassette*.

2) Audio visual tidak murni yaitu unsur suara dan unsur gambar berasal dari sumber yang berbeda, misalnya film bingkai suara yang unsur gambarnya berasal dari slides proyektor dan unsur suaranya bersumber dari *tape recorder*.

Media audio visual ini bisa dipergunakan untuk membantu penjelasan guru sebagai peneguh, sebagai pengantar, atau sebagai sarana yang didalami. Media ini tidak hanya dikembangkan melalui bentuk film saja, tetapi dapat dikembangkan melalui sarana komputer dengan teknik *powerpoint* dan *flash player*, hal ini perlu ketrampilan dan sarana yang khusus. Menurut Amir H. Sulaiman (1985: 11) alat-alat audiovisual adalah alat-alat “*audible*” artinya dapat didengar dan alat-alat yang “*visible*” artinya dapat dilihat yang berfungsi agar komunikasi menjadi efektif. Dale (1996: 180) dalam Azhar Arsyad (2004: 24) menambahkan bahwa bahan-bahan audiovisual dapat memberikan banyak manfaat asalkan guru berperan aktif dalam proses pembelajaran.

Menurut Azhar Arsyad (2004: 30) penggunaan teknologi *audiovisual* adalah cara menghasilkan atau menyampaikan materi dengan menggunakan mesin-mesin mekanis dan elektronik untuk menyajikan pesan-pesan *audio* dan *visual*. Andre Rinanto (1982: 21) menambahkan media *audiovisual* adalah suatu media yang terdiri dari media visual yang disinkronkan dengan media audio, yang sangat memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah antara guru dan anak didik di dalam proses belajar mengajar. Atau dengan kata lain, media

audiovisual merupakan perpaduan yang saling mendukung antara gambar dan suara, yang mampu menggugah perasaan dan pemikiran bagi yang melihatnya. Jadi, pengajaran melalui *audiovisual* adalah produksi dan penggunaan materi yang penerapannya melalui pandangan dan pendengaran serta tidak seluruhnya tergantung kepada pemahaman kata atau symbol simbol yang serupa. Masih menurut Andre Rinanto, (1982: 52-56) penggunaan media *audiovisual* dalam pembelajaran dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- 1) Pembelajaran menjadi lebih menarik sehingga motivasi anak lebih meningkat dan mampu menghilangkan kejemuhan.
- 2) Siswa lebih banyak melakukan kegiatan belajar seperti mengamati, mendengar dan melakukan demonstrasi.
- 3) Mampu melatih taraf berpikir anak dari yang konkret ke abstrak, dari berpikir sederhana ke berpikir yang komplek.
- 4) Siswa mampu menghubungkan pesan *visual* dengan pengalaman-pengalamannya.

Selain itu, media audiovisual juga mempunyai kepraktisan antara lain: (1) dapat mengatasi keterbatasan pengalaman yang dimiliki anak didik, (2) dapat melampaui batas ruang dan waktu, (3) memungkinkan terjadinya interaksi langsung antara anak didik dengan lingkungannya, (4) memberikan keseragaman pengamatan, (5) dapat menanamkan konsep dasar yang besar, konkret dan realistik, (6) membangkitkan keinginan dan minat baru, dan (7) memberikan pengalaman yang integral dari yang konkret sampai ke abstrak. Menurut Azhar Arsyad (2004: 30) ciri-ciri utama teknologi media audiovisual adalah (1) biasanya bersifat linier, (2) dinamis, (3) sudah ditetapkan sebelumnya, (4) merupakan representasi fisik dari gagasan real atau gagasan abstrak, (5)

dikembangkan menurut prinsip psikologis behaviorisme dan kognitif, dan (6) umumnya berorientasi kepada guru dengan tingkat pelibatan interaktif murid yang rendah.

Menurut Azhar Arsyad (2004: 49-50) media film dan video memiliki keuntungan dan keterbatasan sebagai berikut :

a. Keuntungan Film atau Video

- 1) Film dan video dapat melengkapi pengalaman-pengalaman dasar dari siswa ketika membaca, berdiskusi, berpraktik, dan lain-lain. Film merupakan pengganti alam sekitar dan bahkan dapat menunjukkan objek yang secara normal tidak dapat dilihat, seperti cara kerja jantung ketika berdenyut.
- 2) Film dan video dapat menggambarkan suatu proses secara tepat yang disaksikan secara berulang-ulang jika dipandang perlu. Misalnya, langkah-langkah dan cara yang benar dalam berwudhu.
- 3) Disamping mendorong dan meningkatkan motivasi, film dan video menanamkan sikap dan segi-segi afektif lainnya.
- 4) Film dan video yang mengandung nilai-nilai positif dapat mengundang pemikiran dan pembahasan dalam kelompok siswa. Bahkan film dan video seperti slogan yang sering didengar, dapat membawa dunia kedalam kelas.
- 5) Film dan video dapat menyajikan peristiwa yang berbahaya bila dilihat secara langsung seperti perilaku binatang buas.
- 6) Film dan video dapat ditunjukkan kepada kelompok besar atau kelompok kecil, kelompok yang heterogen maupun perorangan.
- 7) Dengan kemampuan dan teknik pengambilan gambar frame demi frame, film yang dalam kecepatan normal memakan waktu satu minggu dapat ditampilkan dalam satu atau dua menit.

b. Keterbatasan Film atau Video

- 1) Pengadaan film dan video umumnya memerlukan biaya mahal dan waktu banyak.
- 2) Pada saat film dipertunjukkan, gambar-gambar bergerak terus sehingga tidak semua siswa mengikuti informasi yang ingin disampaikan melalui film tersebut.
- 3) Film dan video yang tersedia tidak selalu sesuai dengan kebutuhan dan tujuan belajar yang diinginkan kecuali film dan

video itu dirancang dan diproduksi khusus untuk kebutuhan sendiri.

Adapun tujuan pemakaian media audiovisual menurut Ronald H Anderson (1987 : 104-105), dalam hal ini yang dimaksud secara umum dalam proses pembelajaran adalah :

1) Untuk Tujuan Kognitif

Dengan menggunakan video, mitra kognitif dapat dikembangkan yakni yang menyangkut kemampuan mengenal kembali kemampuan memberikan rangsangan berupa gerak yang serasi. Misalnya : pengamatan benda terhadap kecepatan relatif suatu objek atau benda yang bergerak, penyimpangan dalam gerak interaksi antara objek dan benda. Dengan video dapat pula dipertunjukkan serangkaian gambar diam maupun untuk menunjukkan contoh-contoh bersikap atau berbuat dalam suatu penampilan, khususnya yang menyangkut interaksi manusiawi, sehingga dapat dimungkinkan mengoreksi langsung terhadap penampilan yang tidak memenuhi syarat.

2) Untuk Tujuan Psikomotor

Video merupakan media yang paling tepat untuk memperlihatkan contoh keterampilan yang menyangkut gerak, karena dapat diperjelas dengan cara dipercepat atau diperlambat.

3) Untuk Tujuan Afektif

Dengan menggunakan dengan berbagai teknik dan efek, video dapat menjadi media yang sangat ampuh untuk mempengaruhi sikap dan emosi.

6. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Usia sekolah dasar disebut juga masa intelektual, karena keterbukaan dan keinginan anak mendapatkan pengetahuan, keterampilan, dan hubungan antara siswa dengan guru pada masa proses belajar mengajar. Masa usia sekolah dasar sebagai masa kanak-kanak akhir yang berlangsung dari usia enam tahun. Kemampuan motorik anak pun berbeda-beda tergantung pada banyaknya pengalaman melakukan gerak. Karakteristik utama usia sekolah dasar adalah merupakan penampilan perbedaan-perbedaan individu dalam banyak segi dan bidang, dan bahasa, perkembangan kepribadian dan fisik.

Siswa kelas atas adalah siswa yang duduk di kelas IV, V, VI. Karakteristik jasmani siswa sekolah dasar menurut Sukintaka (2004: 42), sebagai berikut:

- a. Anak kelas III dan IV kira-kira berumur di antara 9-10 tahun, mempunyai karakteristik:
 - 1) Perbaikan koordinasi dalam keterampilan gerak.
 - 2) Daya tahan berkembang.
 - 3) Pertumbuhan tetap.
 - 4) Koordinasi mata dan tangan baik.
 - 5) Sikap tubuh yang tidak baik mungkin diperhatikan.
 - 6) Perbedaan jenis kelamin tidak menimbulkan konsekuensi yang besar.
 - 7) Secara fisiologik putri pada umumnya mencapai kematangan lebih dahulu dari pada anak laki-laki.
 - 8) Gigi tetap, mulai tumbuh.
 - 9) Perbedaan secara perorangan dapat dibedakan dengan nyata.
 - 10) Kecelakaan cenderung memacu mobilitas.

- b. Anak kelas V dan VI, kira-kira berumur antara 11 sampai 12 tahun, mempunyai karakteristik:
- 1) Pertumbuhan otot lengan dan tungkai makin bertambah.
 - 2) Ada kesadaran mengenai badannya.
 - 3) Anak laki-laki lebih menguasai permainan kasar.
 - 4) Pertumbuhan tinggi dan berat tidak baik.
 - 5) Kekuatan otot tidak menunjang pertumbuhan.
 - 6) Waktu reaksi makin baik.
 - 7) Perbedaan akibat jenis kelamin makin nyata.
 - 8) Koordinasi makin baik.
 - 9) Badan lebih sehat dan kuat.
 - 10) Tungkai mengalami masa pertumbuhan yang lebih kuat apabila dibandingkan dengan bagian anggota atas.
 - 11) Perlu diketahui bahwa ada perbedaan kekuatan otot dan keterampilan antara anak laki-laki dan putri.

Ciri-ciri yang lain karakteristik kemampuan motorik anak pada masa usia sekolah dasar adalah kemampuan motorik yang dilakukan masih dalam bentuk motorik kasar. Menurut Desminta (2009: 70), ciri-ciri khusus dalam kemampuan motorik anak usia sekolah dasar adalah:

- a. Gerakan yang dituntut baru dapat dilaksanakan dalam bentuk kasar.
- b. Pelaksanaan gerakan dalam bentuk kasar tersebut hanya dapat dilakukan bila kondisi dan situasi tempat pelaksanaan gerakan cukup membantu dan mendukung.
- c. Gerakan-gerakan yang dapat dilaksanakan masih dalam bentuk gerakan-gerakan yang sederhana.
- d. Penggabungan beberapa gerakan menjadi serangkaian gerakan belum dapat dilaksanakan. Oleh karenanya peningkatan derajat kesulitan baik terhadap peningkatan kesulitan situasi dan kondisi tempat pelaksanaan gerak maupun terhadap derajat kesulitan gerakan itu sendiri dilakukan secara drastis, tapi diberikan secara perlahan-lahan.

- e. Kemampuan dalam menerima, mengartikan dan mengolah informasi yang diberikan masih sangat terbatas. Oleh sebab itu anak sekolah dasar harus lebih sering diberikan bentuk-bentuk latihan yang sederhana dalam upaya meningkatkan peran alat informasi kinestetik yang berguna dalam melakukan pengaturan dan pengendalian terhadap gerakan yang sedang akan berlangsung.
- f. Laju perkembangan berjalan seirama pada masa bayi dan kanak kanak, perubahan fisik sangat pesat, pada usia sekolah dasar menjadi lambat dan mulai masa remaja terjadi amat mencolok, pada permulaan remaja bagi perempuan (akhir) dan penghujung remaja akhir bagi laki-laki perkembangan menurun sangat cepat.

Pendidikan jasmani mempunyai peranan penting untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan. Dari masing masing jenjang pendidikan, pembelajaran PJOK mempunyai tujuan yang berbeda-beda sesuai dengan perkembangan dan pertumbuhan siswa. Berdasarkan tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Dasar bahwa melalui pembelajaran PJOK diharapkan siswa memiliki kemampuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, meningkatkan keterampilan gerak, membentuk karakter moral yang baik, menumbuhkan sikap sportif, mengembangkan keterampilan menjaga keselamatan dan pencapaian pertumbuhan fisik yang sempurna dan pola hidup yang sehat.

7. Metode Pembelajaran Konvensional

Djamarah (1996), menjelaskan metode pembelajaran konvensional adalah metode pembelajaran tradisional atau disebut juga dengan metode ceramah, karena sejak dulu metode ini telah dipergunakan sebagai alat komunikasi lisan antara guru dengan anak didik dalam proses belajar dan pembelajaran. Dalam pembelajaran sejarah metode konvensional ditandai dengan ceramah yang diiringi dengan penjelasan, serta pembagian tugas dan latihan. Dikemukakan juga oleh Winarno Surachmad M.Ed., yang dimaksud dengan ceramah sebagai metode mengajar adalah penerangan dan penuturan secara lisan oleh guru terhadap kelasnya (B.Suryobroto 1985: 19). Hal ini sering ditemui pada proses pembelajaran dalam sekolah-sekolah yang terkesan monoton dan interaksi antara siswa kurang.

Dikutip dari buku Media Pembelajaran Azhar Arsyad (2002: 80) dikatakan bahwa media tertua yang digunakan untuk mengirim dan mengkomunikasikan pesan atau informasi adalah media berbasis manusia. Sesuai dengan ciri media pengajaran bahwa media mengandung dan membawa pesan atau informasi kepada penerima yaitu siswa. Sebagian media dapat mengolah pesan dan respons siswa sehingga media tersebut sering disebut media interaktif (Azhar Arsyad 2002: 79). Metode konvensional berdasarkan penjelasan Azhar Arsyad tentang media berbasis manusia, merupakan metode yang menggunakan manusia sebagai medianya.

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa metode konvensional yang merupakan cara yang digunakan untuk mengajar, adalah pembelajaran dengan guru atau manusia yang dijadikan sebagai media penyampaian informasi dari buku kepada siswa. Dengan kata lain metode konvensional adalah media yang berbasis manusia.

Berikut ini penjelasan mengenai kelebihan dan kelebihan dari metode konvensional.

Kelebihan metode konvensional :

- 1) Berbagai informasi yang tidak mudah ditemukan di tempat lain
- 2) Menyampaikan informasi dengan cepat
- 3) Membangkitkan minat akan informasi
- 4) Mengajari siswa yang cara belajar terbaiknya dengan mendengarkan
- 5) Mudah digunakan dalam proses belajar mengajar.

Sedangkan kelebihan pembelajaran ini adalah sebagai berikut:

- 1) Tidak semua siswa memiliki cara belajar terbaik dengan mendengarkan
- 2) Sering terjadi kesulitan untuk menjaga agar siswa tetap tertarik dengan apa yang dipelajari
- 3) Para siswa tidak mengetahui apa tujuan pembelajaran pada hari itu
- 4) Penekanan sering hanya pada penyelesaian tugas
- 5) Daya serapnya rendah dan cepat hilang karena bersifat menghafal

8. Pengertian Senam Lantai

Senam lantai merupakan salah satu rumpun senam. Disebut dengan senam lantai, karena gerakan senam dilakukan di matras. Senam lantai disebut juga dengan istilah bebas, karena saat melakukannya tidak menggunakan benda atau perkakas lainnya. Senam merupakan terjemahan dari kata *Gymnastiek* (bahasa Belanda) dan *Gymnastic* (bahasa Inggris) yang berasal dari bahasa Yunani (*greek*), yaitu *Gymnos* yang artinya

telanjang atau setengah telanjang, maksudnya dilakukan dengan tidak memakai pakaian atau dengan badan telanjang dimaksudkan agar dapat melakukan gerakan-gerakan yang bebas dan sempurna Agus Mahendra (1999: 20). Senam dapat didefinisikan sebagai latihan jasmani yang diciptakan dengan sengaja, disusun secara sistematis dan dapat dilakukan secara sadar dengan tujuan untuk membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis.

Olahraga senam merupakan olahraga dasar yang mengacu pada gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik, seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan dan ketepatan. Menurut Agus Mukholid (2004: 151) senam lantai adalah salah satu bentuk senam ketangkasan yang dilakukan di matras dan tidak menggunakan peralatan khusus. Adapun contoh dari senam lantai tersebut adalah : 1) sikap lilin, 2) guling depan, 3) guling belakang, 4) berdiri kepala, 5) berdiri dengan lengan, 6) lenting tangan ke depan, 7) meroda, 8) rentang kaki.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat ditarik kesimpulan pengertian senam lantai adalah suatu gerakan latihan tubuh atau menggerakan tubuh di atas lantai dengan tujuan untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelincahan, kelenturan serta koordinasi gerak tubuh.

9. Pengertian Guling Depan

Gerakan berguling yaitu bergerak dengan cara membulatkan badan sedemikian rupa sehingga badan dapat bergerak berguling seperti benda

bulat. Salah satu jenis gerakan berguling adalah berguling ke depan. Menurut Roji (2006: 112) yang dimaksud dengan berguling ke depan adalah gerakan badan berguling kearah depan melalui bagian belakang badan, pinggul, pinggang dan panggul bagian belakang. Teknik melakukan guling depan sebagai berikut:

1) Tahap persiapan

Lakukan sikap jongkok menghadap arah gerakan, kemudian kedua telapak tangan diletakan di atas matras.

2) Tahap gerakan

Angkat pinggul ke atas hingga kedua kaki lurus. Masukan kepala diantara kedua lengan hingga pundak menempel di matras. Kemudian gulingkan badan ke depan hingga bagian badan mulai dari tengkuk, punggung, pinggang dan panggul bagian belakang menyentuh matras.

3) Akhir gerakan

Kembali pada sikap jongkok, kedua lengan lurus ke depan, pandangan kearah depan.

Setelah menguasai dari tahap persiapan jongkok, kemudian lakukan berguling dari tahap persiapan berdiri. Gerakan berguling dapat dilakukan sebagai berikut:

1) Tahap pesiapan

Berdiri menghadap matras, kedua lengan diluruskan ke atas di samping telinga, pandangan ke depan.

2) Tahap gerakan

Letakan kedua telapak tangan pada matras, kedua lutut tetap dipertahankan lurus. Masukan kepala diantara kedua lengan bersamaan kedua sikut tertekuk kesamping dan pundak menempel matras. Gulingkan badan ke depan hingga bagian badan mulai dari tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul bagian belakang menyentuh matras.

3) Akhir gerakan

Setelah posisi jongkok, lanjutkan sikap berdiri dengan kedua kaki rapat. Kedua lengan lurus ke atas di samping telinga. Pandangan ke depan atas.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian relevan ini bertujuan untuk membeuktikan hasil peneltian terdahulu dan membuktikan hasil penelitian saat ini. Adapun penelitian terdahulu yang menjadi acuan dalam penelitian ini yaitu:

1. Septiana Utaminingrum (2015) dalam skripsinya yang berjudul “Pengaruh Media Audiovisual dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia pada Keterampilan Menyimak Cerita Siswa Kelas V SD di Kecamatan Pandak Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta” Hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) Terdapat pengaruh yang signifikan penggunaan media audiovisual terhadap efektifitas pembelajaran Bahasa Indonesia pada keterampilan menyimak cerita, (2) Terdapat perbedaan pengaruh media audiovisual

dalam pembelajaran keterampilan menyimak cerita siswa, dibanding menggunakan metode konvensional.

2. Bustanul Arifin (2003) dalam skripsinya yang berjudul “Pengaruh Media Pembelajaran Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Senam Roll Depan (Siswa Kelas V MI Al-Azhar Modung Bangkalan)” hasil penelitian menunjukkan bahwa media pembelajaran audio visual dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai roll depan. Peningkatan hasil belajar senam roll depan yang diperoleh sebesar 7,8%.

C. Kerangka Berpikir

Pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan untuk mengaktualisasikan potensi yang dimiliki oleh setiap individu dengan berbagai upaya demi penyiapan dirinya di masa yang akan datang. Potensi yang dikembangkan atau diaktualisasikan meliputi cipta, rasa, dan karsa atau potensi yang berhubungan dengan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Peran seorang pendidik dalam membantu siswa mengoptimalkan dan mengaktualisasikan potensinya sangat tinggi. Pendidik bertugas mengemas proses pembelajaran termasuk dalam hal ini menciptakan kondisi belajar yang kondusif, menyenangkan, membangkitkan motivasi, dan menggairahkan tentu menjadi sebuah keniscayaan. Dalam mata pembelajaran PJOK misalnya, karena PJOK berhubungan dengan keterampilan, maka pendidik yang masih melaksanakan pembelajaran tanpa media atau yang masih menggunakan media berbasis manusia yang bisa disebut pembelajaran konvensional, hal ini yang menjadikan siswa cenderung bosan karena monoton. Kebosanan yang timbul

akan membuat rendahnya minat dan motivasi siswa untuk berpartisipasi dalam proses pembelajaran (aktivitas belajar). Jika kedua hal tersebut terus menerus terjadi maka bukan tidak mungkin prestasi siswa juga ikut turun, dan tujuan pembelajaran yang tertuang dalam standart kompetensi lulusan tidak dapat dipenuhi.

Oleh karena itu berdasarkan asumsi sementara ada kecenderungan bahwa pembelajaran PJOK menggunakan media audiovisual pada materi senam lantai guling depan lebih efektif dibandingkan dengan metode konvensional atau pembelajaran dengan media berbasis manusia. Ada keyakinan bahwa pembelajaran PJOK dengan media audiovisual akan lebih menarik dibandingkan dengan pembelajaran konvensional, dan akan berdampak terhadap hasil belajar siswa. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang perbedaan hasil belajar antara media pembelajaran audio visual dan metode konvesional pada materi senam lantai guling depan kelas IV di SD Sinduadi 1 Mlati Sleman dan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman.

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori, penelitian yang relevan dan kerangka berfikir maka hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

Ada perbedaan hasil belajar antara media pembelajaran audio visual dan metode konvesional pada materi senam lantai guling depan kelas IV di SD Sinduadi 1 Mlati Sleman dan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif komparatif. Penelitian komparatif adalah suatu penelitian yang diarahkan untuk mengetahui apakah antara dua variabel atau lebih dari dua kelompok ada perbedaan dari aspek atau variabel yang diteliti (Nana Syaodih Sukmadinata, 2011:56). Dalam penelitian ini kelompok yang dibandingkan dalam hal hasil belajar adalah siswa sekolah SD Sinduadi 1 dan siswa SD Sendangadi 1, dimana siswa SD Sinduadi 1 menggunakan metode Konvensional pada saat pembelajaran penjas, sedangkan SD Sendangadi 1 menggunakan media Audio Visual pada saat pembelajaran penjas.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Sedangkan teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa test hasil belajar. Tes hasil belajar atau biasa disebut test prestasi belajar merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur hasil-hasil belajar yang dicapai siswa selama kurun waktu tertentu. Menurut rentang waktunya, tes yang peneliti gunakan termasuk satu pertemuan (tes akhir pertemuan) (Nana Syaodih Sukmadinata, 2011: 223).

B. Variabel Penelitian

Suharsimi Arikunto (2002: 104) variabel adalah gejala yang bervariasi, yang menjadi objek penelitian.

1. Variabel Bebas (*Independen Variabel*)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah media audiovisual dan metode konvensional.

2. Variabel Terikat (*Dependen Variabel*)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah hasil belajar senam lantai guling depan.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Sinduadi 1 Mlati dan SD Sendangadi 1 Sleman Yogyakarta, dengan alasan SD Sinduadi 1 masih menggunakan media berbasis manusia atau metode konvensional dan SD Sendangadi 1 sudah sering menggunakan media berbasis audio visual pada saat pembelajaran penjas.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada semester II tahun ajaran 2016/2017 di SD Sinduadi 1 dan SD Sendangadi 1 Sleman Yogyakarta. Uji instrumen dilakukan pada peserta didik berjumlah 26 siswa di SD Caturtunggal 7 yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dengan subjek yang menjadi sampel penelitian. Pemilihan didasarkan pada kesamaan penggunaan media, latar belakang pendidikan guru, proses pembelajaran, dan pengalaman guru yang mengampu mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Sasaran uji instrumen untuk melihat validitas dan reliabilitas soal sehingga instrumen yang dipakai adalah instrumen yang valid dan layak untuk menilai siswa.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Riduwan & Akdon (2010: 237) menguraikan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Nawawi (Riduwan & Akdon 2010: 237) menyebutkan bahwa, "populasi adalah totalitas semua nilai yang mungkin, baik hasil menghitung ataupun pengukuran kuantitatif maupun kualitatif pada karakteristik tertentu mengenai sekumpulan objek yang lengkap". Adapun rincian populasi dalam penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 2. Populasi Penelitian

No	Sekolah	Kelas A	Kelas B	Jumlah siswa
1	SD SINDUADI 1	34	31	65
2	SD SENDANGADI 1	30	31	61
TOTAL				126

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa jumlah populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV di SD Sinduadi 1 dan SD Sendangadi 1 Sleman Yogyakarta sebanyak 126 siswa.

2. Sampel

Menurut Suharsimi Arikunto (2006:131) sampel adalah sebagian besar atau wakil populasi yang diteliti. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Sinduadi 1 dan SD Sendangadi 1 Mlati, populasi ini berstata kelas IV yang berjumlah 65 siswa dari 2 kelas SD Sinduadi 1 dan 61 siswa dari 2 kelas SD Sendangadi 1. Menurut Suharsimi Arikunto (2000 : 117),

karena tersedianya waktu, dana, dan tenaga yang terbatas, peneliti mungkin saja membatasi jumlah subjek penelitian yang diambil yakni melaksanakan penelitian sampel, yaitu menggunakan sebagian besar dari populasi sebagai subjek penelitiannya. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel yang memenuhi kriteria sebanyak 50% dari setiap sekolah. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampel bertujuan atau *purposive sampling* karena peneliti hanya meneliti sampel dengan syarat dan ketentuan sebagai berikut:

- a. kelas IV SD Sinduadi 1 yang menggunakan metode konvensional
- b. kelas IV SD Sendangadi 1 yang menggunakan media Audiovisual

Adapun rincian jumlah siswa yang dijadikan sampel dapat dilihat pada table di bawah ini:

Tabel 3. Jumlah Siswa yang Dijadikan Sampel

No	Sekolah	Jumlah siswa
1	SD SINDUADI 1	34
2	SD SENDANGADI 1	31
	TOTAL	65

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data penelitian diperlukan teknik pengumpulan data yang tepat dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa test hasil belajar. test hasil belajar atau biasa disebut test prestasi belajar merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mengukur hasil-hasil belajar yang dicapai siswa selama kurun waktu tertentu. Menurut rentang waktunya, tes yang peneliti gunakan termasuk satu pertemuan (tes akhir pertemuan). Menurut tujuan dan fungsinya tes hasil belajar juga dibedakan antara tes diagostik, penempatan, formatif dan sumatif. Untuk penelitian ini termasuk tes formatif yang mengukur tingkat penguasaan siswa dan posisinya baik antar teman sekelas maupun dalam penguasaan target materi (Nana Syaodih Sukmadinata, 2011:223).

F. Instrumen Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data, diperlukan instrumen yang tepat agar data yang berhubungan dengan masalah dan tujuan penelitian dapat dikumpulkan secara lengkap. Berikut ini prosedur pengumpulan data yaitu:

1. Tes

Metode tes adalah cara untuk mengetahui hasil dari pelajaran yang diberikan dalam jangka waktu tertentu. Dalam penelitian ini tes menjadi metode utama yang terdiri dari tes praktek dan pengetahuan siswa tentang materi senam lantai guling depan. Penelitian dengan metode tes digunakan untuk memperoleh data tentang hasil belajar senam lantai

guling depan setelah dilakukan pembelajaran. Dalam penelitian ini data diperoleh dari tes pilihan ganda tentang pengetahuan dan keterampilan gerakan senam lantai guling depan dari gerakan awal, proses, dan gerakan akhir.

Instrumen penilaian keterampilan, peneliti menggunakan instrument milik Afri Bernada Cinta Dea yang sudah dinilai oleh ahli (*expert judgement*) oleh Drs. F. Suharjana, M.Pd dan Dra.Farida Mulyaningsih, M.Kes. Sedangkan untuk instrument penilaian pengetahuan, peneliti membuat instrumen berupa soal pilihan ganda yang sudah dinilai oleh ahli (*expert judgement*) Drs. F. Suharjana, M.Pd dan Dra. Sri Mawarti, M.Pd.

Penilaian menggunakan skala Guttman, setiap indikator mempunyai skor 1, jika semua gerakan benar skornya 10 dan apabila indikator ada yang salah, skornya 0. Sedangkan secara ringkas, dapat disajikan dalam bentuk rubrik penilaian sebagai berikut:

Tabel 4. Rubrik Penilaian Keterampilan

Konstrak	Faktor	Indikator	Skor
Keterampilan Guling Depan	Sikap Awal	1. Berdiri tegak, kaki rapat	1
		2. Mengangkat kedua tangan, lurus ke atas di samping telinga menghadap ke depan	1
		3. Pandangan mata ke matras	1
	Gerakan Mengguling	4. Letakkan kedua telapak tangan pada matras, pertahankan kaki tetap lurus	1
		5. Masukkan kepala di antara kedua lengan bersamaan kedua sikut tertekuk kesamping	1
		6. Letakkan pundak/tengkuk pada matras	1
		7. Gulingkan badan pada punggung, dan pinggul bagian belakang hingga menyentuh matras	1
		8. Gerakan guling depan lurus	1
		9. Setelah posisi jongkok lanjutkan berdiri tegak, kaki rapat	1
	Sikap Akhir	10. Mengangkat kedua tangan lurus ke atas, telapak tangan terbuka menghadap ke depan serta pandangan mata ke depan atas	1
Total skor			10

catatan :

Skor butir keterampilan :

$$\frac{Jumlah Skor}{Skor Maksimal} \times Bobot =$$

Keterangan : bobot 100 , jumlah skor maksimal 10.

Tabel 5. Kisi-kisi penilaian pengetahuan

Kompetensi Inti	Kompetensi Dasar	Indikator	No Pertanyaan	Jumlah Pertanyaan
4. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain	4.4 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan untuk membentuk keterampilan/ teknik dasar senam (seperti: hand stand, kayang, dsb) dan kombinasi pola gerak dominan posisi statis dan dinamis, tumpuan dan gantungan (misalnya: gerak hand stand berpasangan) secara berpasangan	4.4.1 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan awal pada guling depan	1,2,3,4	4
		4.4.2 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan mengguling pada guling depan	5,6,7,8	4
		4.4.3 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan	9,10,11	3
		4.4.4 Menjelaskan hal-hal yang berhubungan dengan guling depan	12,13,14,15 ,16,17,18,1 9,20	9
Total				20

Catatan :

Skor butir pengetahuan :

$$\frac{Jumlah Skor}{Skor Maksimal} \times Bobot =$$

Keterangan : bobot 100 , jumlah skor maksimal 20.

Total nilai :

$$\frac{Jumlah Skor pengetahuan + jumlah skor keterampilan}{Skor Maksimal} \times Bobot =$$

Keterangan : bobot 100 , jumlah skor maksimal 200

2. Observasi

Observasi (pengamatan) adalah metode pengumpulan data dimana peneliti atau kolaboratornya mencatat informasi sebagaimana yang disaksikan selama penelitian. Observasi akan dilakukan di kelas ketika proses belajar mengajar antar siswa dan guru berlangsung. Observasi yang digunakan ialah observasi tidak terstruktur, yaitu observasi yang tidak dipersiapkan secara sistematis tentang pelaksanaan belajar mengajar atau tanpa instrumen yang telah baku.

G. Validitas Dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen dikatakan valid apabila memiliki validitas yang tinggi. Begitu juga sebaliknya suatu instrumen dikatakan kurang valid apabila memiliki validitas yang rendah Suharsimi Arikunto (2006: 168). Selain itu, menurut Sugiyono (2010: 121) validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang dapat dilaporkan oleh peneliti.

Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 212) terdapat dua macam validitas yaitu validitas logis dan validitas empiris dibagi menjadi dua yaitu validitas konstruk dan validitas isi. Validitas dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan teknik pengujian validitas konstruk, karena instrumen penelitian disusun berdasarkan teori yang relevan dan dirancang dengan menggunakan kisi-kisi instrumen yang dikonsultasikan kepada dosen

pembimbing sebagai ahli (*expert judgement*), kemudian diuji cobakan dan dianalisis dengan analisis butir. Validitas digunakan dengan mengkorelasikan antara skor tiap item dengan skor total.

Teknik uji validitas dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi *product moment* dengan menggunakan fasilitas “Computer Program SPSS For Windows Seri 24.0”. Hasil korelasi dalam uji ini kemudian dibandingkan dengan nilai r tabel pada taraf signifikansi 0,05 dengan jumlah responden sebanyak 26 siswa, maka diperoleh r tabel sebesar 0,388. Menurut Sugiyono (2010: 179) bila korelasi tiap faktor tersebut positif dan $\geq 0,388$ maka faktor tersebut memiliki construct yang kuat dan memiliki validitas yang baik. Sebaliknya apabila korelasi tiap faktor tersebut $\leq 0,388$ maka butir instrumen itu tidak valid.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengacu kepada keterpercayaan hasil ukur yang mengandung makna kecermatan pengukuran (Saifuddin Azwar, 2007: 4). Sama halnya dengan Suharsimi Arikunto (2006: 178) mengatakan bahwa reliabilitas adalah tingkat keterandalan atau terpercayanya suatu instrumen. Setiap alat pengukuran seharusnya memiliki kemampuan untuk memberikan hasil pengukuran relatif konsisten dari waktu ke waktu.

Reliabilitas instrumen merupakan derajat keajegan skor yang diperoleh oleh subjek penelitian dengan instrumen yang sama dalam kondisi yang berbeda. Dalam penelitian ini rumus yang digunakan untuk mencari reliabilitas alat ukur tentang pengetahuan senam lantai guling depan adalah

dengan *Alpha cronbach*. Reliabilitas dianggap memuaskan apabila koefisiennya mencapai 0.600, namun demikian, terkadang suatu koefisien yang tidak setinggi itu masih bisa digunakan bersama-sama dengan skala lain dalam suatu perangkat pengukuran (Saifuddin Azwar, 2007).

Saifuddin Azwar (2007: 83) menjelaskan bahwa reliabilitas instrument dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berkisar 0 sampai 1.00, dalam hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi koefisien reliabilitasnya mendekati 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya jika koefisiennya reliabilitas mendekati 0 maka semakin rendah reliabilitasnya. Reliabilitas ini bertujuan untuk mengetahui derajat keajegan skor yang diperoleh oleh subjek penelitian dengan menggunakan instrumen yang sama dalam waktu dan kondisi yang berbeda. Sugiyono (2010: 257) juga memberikan interpretasi koefisien korelasi dari reliabilitas instrumen yang telah diketahui validitasnya. Interpretasi tersebut yaitu:

Tabel 6. Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval koefisien r_{hitung}	Interpretasi
0,80 – 1,000	Reliabilitas sangat kuat
0,60 – 0,799	Reliabilitas kuat
0,40 – 0,599	Reliabilitas sedang
0,20 – 0,399	Reliabilitas rendah
0,00 – 0,199	Reliabilitas sangat rendah

3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Hasil Uji Validitas

Hasil uji validitas pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 7. Hasil Uji Validitas

No	r hitung	r table	Keterangan
Butir_1	0,736	0,388	Valid
Butir_2	0,585	0,388	Valid
Butir_3	0,643	0,388	Valid
Butir_4	0,807	0,388	Valid
Butir_5	0,543	0,388	Valid
Butir_6	0,807	0,388	Valid
Butir_7	0,588	0,388	Valid
Butir_8	0,813	0,388	Valid
Butir_9	0,602	0,388	Valid
Butir_10	0,705	0,388	Valid
Butir_11	0,900	0,388	Valid
Butir_12	0,893	0,388	Valid
Butir_13	0,690	0,388	Valid
Butir_14	0,936	0,388	Valid
Butir_15	0,712	0,388	Valid
Butir_16	0,313	0,388	Tidak valid
Butir_17	0,434	0,388	Valid
Butir_18	0,571	0,388	Valid
Butir_19	0,380	0,388	Tidak valid
Butir_20	0,458	0,388	Valid

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa terdapat 20 butir soal yang digunakan dalam uji coba instrumen ini dengan jumlah responden sebanyak 26 siswa. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa ada dua butir soal yang tidak valid pada butir soal nomor 16 dan 19, karena nilai r hitung kurang dari 0,388. Jadi dari 20 butir soal, sebanyak 18 soal dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

b. Hasil uji reliabilitas

Uji reliabilitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah suatu instrumen memiliki kehandalan atau konsistensi untuk dapat digunakan sebagai alat yang baik. Selain itu uji realibilitas digunakan untuk mengetahui apakah tugas pembantu dapat menggunakan instrumen tersebut tanpa mengalami kesulitan. Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 24.0. Hasil uji reliabilitas dapat dilihat dari nilai *Alpha Cronbach* kemudian hasilnya di interpretasikan terhadap koefisien korelasi yang dikutip oleh Suharsimi Arikunto (2006: 276) yaitu :

Antara 0,800 sampai dengan 1,00 = sangat tinggi

0,600 sampai dengan 0,800 = tinggi

0,400 sampai dengan 0,600 = cukup

0,200 sampai dengan 0,400 = rendah

0,00 sampai dengan 0,200 = sangat rendah.

Hasil dari uji coba didapatkan nilai *alpha cronbach* sebesar 0,927.

Berdasarkan kriteria diatas, maka hasil reliabilitas instrumen termasuk sangat tinggi dan nilai *alpha cronbach* sebesar 0,927 sudah lebih besar dari 0,6 maka dinyatakan reliabel.

H. Teknik Analisis Data

1. Uji Persyaratan Analisis

Pengujian prasyarat digunakan untuk mengetahui apakah analisis data untuk pengujian hipotesis dapat dilanjutkan atau tidak. Uji persyaratan analisis meliputi uji normalitas dan uji homogenitas.

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas data dimaksudkan untuk mengetahui bahwa data sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal (Muhammad Ali Gunawan 2013: 70). Untuk uji normalitas data dilakukan dengan uji satu sampel *Sapiro Wilk* dengan bantuan program komputer SPSS 24. Pedoman dalam pengambilan keputusan dalam uji ini adalah jika nilai $sig > 0,05$ berarti data berasal dari populasi-populasi yang berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Bertujuan untuk mengetahui bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variansi sama (Muhammad Ali Gunawan 2013: 79). Jika skor-skor paling mudah untuk dikomparasikan secara parametris apabila varian atau sebarannya pada kedua kelompok adalah sama. Pengujian homogenitas dilakukan dengan bantuan program SPSS 24. Kriteria ketentuan yang diambil jika nilai $sig > 0,05$ maka sampel berasal dari populasi yang homogen.

2. Uji Hipotesis

Setelah persyaratan analisis terpenuhi (uji normalitas dan uji homogenitas) langkah selanjutnya adalah melakukan pengujian hipotesis. Uji yang digunakan untuk menguji hipotesis yaitu *uji t*. *Uji t* digunakan untuk melihat ada tidaknya perbedaan yang berarti dari dua hasil pengukuran suatu variabel atau dua variabel yang diteliti. Pengujian hipotesis menggunakan *uji t*. Sampel independen (*Independent-Sample-t-Test*). Jika *Sig.*>0,05 maka H_0 ditolak, dan sebaliknya jika *Sig.*<0,05 maka H_a diterima.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Data yang dianalisis pada penelitian ini adalah data tes hasil belajar keterampilan dan pengetahuan pada materi senam lantai guling depan oleh siswa dengan pembelajaran yang menggunakan media audio visual dan metode konvensional di SD Sinduadi 1 dan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman, pengambilan nilai dengan melakukan tes praktik guling depan dengan skor minimal 0 dan maksimal 10, dan tes pilihan ganda dimana skor minimal 0 dan skor maksimal 100.

Berikut deskripsi data berdasar kelompok masing-masing:

1. Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan SD Sendangadi 1 dengan Media Audio Visual dilambangkan dengan X_1 . Data dari 31 subjek penelitian diperoleh nilai keterampilan dan pengetahuan tentang senam lantai guling depan. Hasil perhitungan diperoleh nilai maksimal 97,22, nilai minimal 72,77, rata-rata (mean) 87,72, median 87,22, modus sebesar 94,44, dan standar deviasi 6,09.
2. Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan SD Sinduadi 1 dengan Metode Konvensional dilambangkan dengan X_2 . Data dari 34 subjek penelitian diperoleh nilai keterampilan dan pengetahuan tentang senam lantai guling depan. Hasil perhitungan diperoleh nilai maksimal 97,22, nilai minimal 60, rata-rata (mean) 81,81, median 81,66, modus sebesar 89,44, dan standar deviasi 9,30.

B. Hasil Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan analisis statistik, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi atau uji persyaratan analisis yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Penggunaan uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data yang diperoleh, sedangkan penggunaan uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah sampel penelitian berasal dari populasi yang bersifat homogen.

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas menggunakan uji *Saphiro Wilk*. Dalam uji ini akan menguji hipotesis sampel berasal dari populasi berdistribusi normal, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga *Asymp. Sig* dengan 0,05. Kriterianya Menerima hipotesis apabila *Asymp. Sig* lebih besar dari 0,05, apabila tidak memenuhi keriteria tersebut maka hipotesis ditolak.

Tabel 8. Hasil Perhitungan Uji Normalitas

Variabel	Saphiro Wilk	Sig.	Kesimpulan
SD Sendangadi 1	0,949	0,150	Normal
SD Sinduadi 1	0,961	0,267	Normal

Dari hasil diatas diperoleh nilai *Sig.* masing-masing variabel lebih besar dari 0,05, sehingga disimpulkan semua data dinyatakan normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas menggunakan Uji F. Dalam uji ini akan menguji hipotesis (H_0) bahwa varians dari variabel-variabel tersebut sama. Untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga

Signifikan perhitungan (*Sig*) dengan 0,05. Kriterianya adalah menerima hipotesis apabila harga Signifikan (*Sig*) lebih besar dari 0,05 ($Sig > 0,05$), dalam hal lain hipotesis ditolak. Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 9. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas

F hitung	df	F tabel	Sig	Kesimpulan
5,751	1	63	0,019	Homogen

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa kedua data di atas memiliki F hitung $< F$ tabel. Jadi, data hasil belajar menggunakan media audio visual dan metode konvensional homogen. Dapat juga dilihat dari *Signifikan* perhitungan 0,019, *Signifikan* hitung lebih besar dari 0,05 ($Sig > 0,05$). Karena harga *signifikan* hitung lebih besar dari 0,05 ($Sig > 0,05$), maka hipotesis yang menyatakan varians dari variabel yang ada sama diterima. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa varians populasi homogen.

C. Hasil Pengujian Hipotesis

Hasil perhitungan uji normalitas dan homogenitas menunjukkan bahwa sebarannya normal dan variansinya homogen, sehingga data dianalisis lebih lanjut dengan statistik parametrik. Berikut hasil pengujian hipotesis berdasarkan hipotesis yang diajukan.

Hipotesis : Ada perbedaan hasil belajar antara media pembelajaran audio visual dan metode konvesional pada materi senam lantai guling depan kelas IV di SD Sinduadi 1 Mlati Sleman dan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman.

Tabel 10. Hasil Uji Analisis t

Variabel	N	Rerata	df	t hitung	t tabel	Asymp.Sig (2-tailed)
SD Sendangadi 1 (Media Audio visual)	31	87,72	63	2,997	1,997	0,004
SD Sinduadi 1 (Metode Konvensional)	34	81,81				

Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa t hitung = 2,997 lebih besar dari $t_{(0,05)(63)} = 1,997$ pada taraf signifikansi 0,004. Hipotesis diterima jika t hitung lebih besar dari t tabel dan $Sig < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada hasil belajar antara media pembelajaran audio visual dan metode konvesional pada materi senam lantai guling depan kelas IV di SD Sinduadi 1 Mlati Sleman dan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman.

Diketahui rerata atau mean hasil belajar guling depan dengan media audio visual di SD Sendangadi 1 adalah 87,72 sedangkan rerata atau mean hasil belajar guling depan dengan metode konvensional di SD Sinduadi 1 adalah 81,81. Dari hasil belajar senam lantai guling depan, pembelajaran yang menggunakan media audio visual hasilnya lebih baik dari pada yang menggunakan metode konvensional.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis, maka pembahasan dalam penelitian ini dapat diuraikan lebih rinci. Dari hipotesis yang terjadi terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil belajar pembelajaran senam lantai guling depan menggunakan media audio visual dan pembelajaran yang menggunakan metode konvensional. Jika dilihat dari hasil belajar keterampilan dan pengetahuan pada materi senam lantai guling depan, pembelajaran yang menggunakan media audio visual hasilnya lebih baik dibandingkan pembelajaran yang menggunakan metode konvensional. Perbedaan itu ditunjukkan oleh besarnya rerata dari kedua kelompok yang berbeda, bahwa rerata kelompok dengan pembelajaran menggunakan media audio visual 87,72 lebih besar daripada rerata kelompok yang pembelajarannya menggunakan metode konvensional yaitu 81,81.

Jika dilihat dari landasan teori, ada beberapa teori yang mendukung hasil tersebut, diantaranya adalah teori asosiasi stimulus respons. Menurut para tokohnya, perilaku dapat dikontrol melalui penerapan prinsip *pleasure pain*. Prinsip tersebut akan lebih jelas jika memahami prinsip dasar dari teori itu sendiri yang terdiri dari dua elemen, yaitu elemen Stimulus Respons yang dinyatakan dalam model S-R. Model tersebut menunjukkan bahwa stimulus berkaitan dengan respons tertentu. Pernyataan ini menggambarkan bahwa hubungan (koneksi) antara stimulus dan respons akan terjadi secara otomatis dan menerpa organ-organ penginderaan siswa. Pada pembahasan

ini, stimulus yang berupa sebuah informasi diberikan melalui media audio visual dan media manusia. Koneksi stimulus yang masuk antara dua media tersebut diterima menjadi sebuah respons yang berupa *output* hasil belajar siswa. Dari sini dapat terlihat, rangsangan stimulus yang diberikan dari media audio visual lebih kuat daripada dari stimulus yang diberikan oleh metode konvensional, hal ini dibuktikan dengan rerata hasil belajarnya.

Selain itu ada teori lain yang mendukung hasil media audio visual lebih baik. Pertama sesuai teori hasil belajar yang dikatakan Bimo Walgito, bahwa belajar akan lebih efektif apabila dilakukan dalam suasana yang menyenangkan dan dapat menghayati objek pembelajaran secara langsung Bimo Walgito (2010: 185). Teori tersebut menyatakan bahwa proses pembelajaran yang dilakukan dengan menggunakan media audio visual, dalam hal ini proses pembelajaran berada di dalam ruang kelas, siswa dapat memperhatikan materi di tempat duduk masing-masing tanpa berebut untuk memperhatikan contoh, selain itu, siswa juga tidak terpengaruh oleh suasana lingkungan di luar kelas sehingga siswa lebih dapat menghayati pembelajaran. Selanjutnya jika pembelajaran menggunakan metode konvensional, guru memberikan informasi langsung di luar kelas dengan duduk di samping matras. Pembelajaran tersebut akan terganggu oleh lingkungan dan posisi duduk siswa yang tidak beraturan, sehingga siswa kurang menghayati. Kedua, dilihat dari keunggulan media audio visual, salah satunya seperti dikatakan oleh Azhar Arsyad bahwa audiovisual atau video dapat menggambarkan suatu proses secara tepat yang disaksikan

secara berulang-ulang jika dipandang perlu (Azhar Arsyad 2004: 49-50). Dari teori tersebut, materi dan gerakan yang disajikan dan ditampilkan pada layar proyektor yang besar, gerakannya dapat diperlambat (*slow motion*), dan gerakan dapat diulang-ulang (*replay*). Hal itu yang menjadi keunggulan utama pada pembelajaran dengan media audio visual, karena siswa dapat memperhatikan dengan lebih detail setiap tahap proses gerakan, dari mulai gerakan awal, proses, dan gerakan akhir.

Sebetulnya jika dilihat dari rata-rata hasil belajar senam lantai guling depan menggunakan media audio visual, hasilnya belum merata atau maksimal pada setiap kelas. Terutama pada saat tes keterampilan. Hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor pribadi, dan (3) faktor situasional (lingkungan). Ketiga faktor tersebut menjadi kunci tercapainya pembelajaran yang lebih sempurna. Dari semua pembahasan tersebut, sebaiknya untuk guru PJOK tidak hanya semata-mata melakukan pembelajaran dengan cepat dan praktis saja akan tetapi juga harus mengaplikasikan teori-teori yang mendukung tercapainya pembelajaran yang lebih baik dan tepat untuk setiap materi.

BAB V **KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa: “Terdapat perbedaan yang signifikan pada hasil belajar senam lantai guling depan kelas IV pada pembelajaran yang menggunakan media audio visual di SD Sendangadi 1 dan metode Konvensional di SD Sinduadi 1 Mlati Sleman”.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian ini mempunyai beberapa implikasi sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan yang bermanfaat bagi guru pendidikan jasmani supaya dalam melaksanakan pembelajaran agar lebih mempunyai variasi-variasi baru dan dapat memanfaatkan teknologi atau fasilitas yang lebih modern untuk membantu meningkatkan hasil belajar dan kualitas siswa.
2. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya agar memudahkan peneliti selanjutnya.
3. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk pengembangan media pembelajaran terutama media pembelajaran audio visual.

C. Keterbatasan

Pelaksanaan penelitian ini diupayakan semaksimal mungkin sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Namun demikian masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari antara lain:

1. Peneliti belum mempertimbangkan kemampuan dasar siswa dari setiap sekolah.
2. Pada pengambilan data tes pengetahuan guling depan dilakukan setelah praktik keterampilan, sehingga dimungkinkan adanya faktor kelelahan yang mengganggu psikologis siswa.
3. Pada pengambilan data tes keterampilan, keterbatasan pengamatan peneliti dalam memberikan penilaian karena gerakan siswa yang melakukan guling depan tentunya banyak indikator gerakan dan cepat.
4. Adanya faktor-faktor psikologis yang diduga ikut mempengaruhi hasil penelitian yang tidak dapat dikontrol antara lain perasaan, minat, bakat atau intelegensi.
5. Kurangnya informasi yang didapat oleh peneliti tentang jadwal ujian nasional dan ujian sekolah, menjadi salah satu sebab hanya mengambil data pada 1 kelas saja pada setiap sekolah karena sudah akan melaksanakan ujian nasional.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Untuk sekolah, sebaiknya meningkatkan kualitas maupun kuantitas sarana dan prasarana yang lebih modern dan sesuai dengan kebutuhan kegiatan pembelajaran khususnya kebugaran jasmani yang identik dengan gerakan-gerakan yang kompleks.
2. Untuk guru pendidikan jasmani disarankan agar lebih berinovasi dalam menyampaikan materi pembelajaran kebugaran jasmani, supaya proses pembelajaran berjalan lebih menarik dan peserta didik lebih antusias dalam mengikutinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Majid, Abdul Azis. (2006). *Perencanaan Pembelajaran*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Abu Ahmadi & Widodo Supriyono. (2004). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Afri Bernada Cinta Dea. (2013). *Tingkat Kemampuan melakukan Guling Depan Siswa Kelas V SDN 3 Pengasih*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Agus Mahendra. (2001). *Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar: Sebuah Pendekatan Pembinaan Pola Gerak Dominan*. Jakarta : Dirjen Olahraga Depdiknas
- Agus Mukholid. (2004). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Yudistira
- Ali Mahsun. (2010). *Pengaruh penerapan media audiovisual dalam pembelajaran bercerita di MI Perguruan Mu'allimat Cukir Jombang*. Thesis. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Amir Hamzah Sulaiman. (1985). *Media Audio Visual untuk Pengajaran Pengarahan dan Penyuluhan*. Jakarta: P.T Gramedia.
- Andre Rinanto. (1982). *Pengaruh Media Audiovisual dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Yayasan Kanisius
- Ari Probawati. (2010). *Mengolah Data Statistik Hasil Penelitian dengan SPSS 17*.Yogyakarta: C.V Andi Offset
- Azhar Arsyad. (2002). *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- _____. (2004). *Media Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pers.
- B Suryobroto. (1986). *Mengenal Metode Pengajaran di Sekolah dan Pendekatan Baru dalam Proses Belajar-Mengajar*.Yogyakarta: Amarta
- Bimo Walgito. (2010). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: C.V Andi. Offset.
- Bustanul Arifin (2003). *Pengaruh Media Pembelajaran Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Senam Roll Depan (Siswa Kelas V MI Al-Azhar Modung Bangkalan)*. Surabaya: FIK UNESA
- Dani Suci Arini. (2011). *Pengaruh Keefektifan Media Komik terhadap Keterampilan Bercerita siswa kelas V SD N Tegalpanggung Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: FIP.
- Depdikbud. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.

- Depdiknas. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Sinar Grafika.
- _____. (2008). *Pengembangan Perangkat Penilaian Psikomotor*. Jakarta: Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Atas.
- _____. (2016). *Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Permendikbud.
- Desminta. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dimyati & Mudjiono. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dina Indriana. (2011). *Ragam Alat Bantu Media Pengajaran*. Yogyakarta: Dive Press.
- Djamarah dan Zain. (1996). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Dwinita Sulistyaningsih. (2015). *Peningkatan Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan melalui Permainan pada Siswa Kelas IV SD Negeri Nogotirto Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman DIY tahun ajaran 2014/2015*. Skripsi. Yogyakarta: FIK.
- Eveline Siregar & Hartini Nara. (2010). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Bogor: Ghalia Indonesia
- Giri Wiarto. (2016). *Media Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Laksitas
- Herman Harry. (1991). *Animasi*. Yogyakarta: Multi Media Training Center.
- Hujair AH. Sanaky. (2009). *Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Safiria Insania Press.
- Ignas. (2014). *Analisis Data Penelitian dengan SPSS 22*.Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Muhammad Ali. (2013). *Statistik untuk Penelitian Pendidikan*.Yogyakarta: Parama Publishing.
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Reni Akbar dan Hawadi. (2006). *Akselerasi; A_Z Informasi Program Percepatan Belajar dan Anak Berbakat Intelektual*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia
- Riduwan dan Akdon. (2010). *Rumus dan Data dalam Analisis Statistika*. Bandung: Alfabeta.

- Roji. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SMP Kelas VII*. Jakarta: Erlangga.
- Ronald H. Anderson. (1987). *Pemilihan dan Pengembangan Media untuk Pembelajaran*. Jakarta : Rajawali Press.
- Rudi Susilana dan Cepi Riyana. (2009). *Media Pembelajaran*. Bandung: CV. Wacana Prima
- Rusli Lutan. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud
- Septiana Utamingrum. (2015). *Pengaruh Media Audiovisual dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia pada Keterampilan Menyimak Cerita Kelas V SD di Kecamatan Pandak Bantul DIY*. Yogyakarta: FIP UNY
- Suharsimi Arikunto. (2000). *Manajemen Penelitian*. Jakarta. Depdikbud
- _____. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sobri, dkk. (2009). *Pengelolaan Pendidikan*. Yogyakarta: Multi Pressindo
- Sukintaka. (2004). *Teori Pendidikan Jasmani*. Bandung: Nuansa.
- Syaifudin Azwar. (1987). *Test Prestasi : Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Jakarta: Gramedia.
- Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain. (2002). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- W.S. Winkel S.J. (1983). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta: PT Gramedia

LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Izin Penelitian FIK UNY



**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541
Email : humas_fik@uny.ac.id Website : fik.uny.ac.id

Nomor : 165/UN.34.16/PP/2017.

03 April 2017.

Lamp. : 1Eks

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada :

**Yth. Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Sleman.
Jl. Candi Gebang, Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta.**

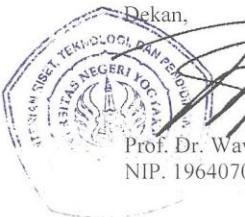
Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Dionysius Oktavian Andi Pratikno.
NIM : 13604221019.
Program Studi : PGSD Penjas.
Dosen Pembimbing : Dr. Sri Winarni M.Pd.
NIP : 197002051994032001.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : April s.d Mei 2017.
Tempat/Objek : SD N Sinduadi 1 dan SD N Sendangadi 1 Mlati, Sleman.
Judul Skripsi : Perbedaan Hasil Belajar antara Media Pembelajaran Audio Visual dengan Metode Konvensional pada Materi Senam Lantai Guling Depan Kelas IV di SD Sinduadi 1 Mlati Sleman dan SD Sendangadi 1 Mlati Sleman.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Dekan,

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD Negeri Sinduadi 1.
2. Kepala Sekolah SD Negeri Sendangadi 1.
3. Kaprodi PGSD Penjas.
4. Pembimbing TAS.
5. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Surat Rekomendasi Penelitian BAPEDA



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511
Telepon (0274) 868800, Faksimile (0274) 868800
Website: www.bappeda.slemankab.go.id, E-mail : bappeda@slemankab.go.id

SURAT IZIN

Nomor : 070 / Bappeda / 1411 / 2017

TENTANG PENELITIAN

KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 45 Tahun 2013 Tentang Izin Penelitian, Izin Kuliah Kerja Nyata, Dan Izin Praktik Kerja Lapangan.

Menunjuk : Surat dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kab. Sleman

Nomor : 070/Kesbangpol/1344/2017

Tanggal : 04 April 2017

Hal : Rekomendasi Penelitian

MENGIZINKAN :

Kepada :
Nama : DIONYSIUS OKTAVIAN ANDI PRATIKNO
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 13604221019
Program/Tingkat : S1
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta
Alamat Rumah : Jl. Purwangan No. 30 RT 37 RW 08 Yogyakarta
No. Telp / HP : 13604221019
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / ~~PKL~~ dengan judul
PERBEDAAN HASIL BELAJAR ANTARA MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO
VISUAL DENGAN METODE KONVENTIONAL PADA MATERI SENAM
LANTAI GULING DEPAN KELAS IV DI SD SINDUADI I MLATI SLEMAN
DAN SD SENDANGADI I MLATI SLEMAN
Lokasi : SDN Sinduadi I dan SDN Sendangadi I
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 04 April 2017 s/d 04 Juli 2017

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- Wajib melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
- Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
- Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
- Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.
- Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 4 April 2017

a.n. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah

Sekretaris

u.b.

Kepala Bidang Penelitian, Pengembangan dan

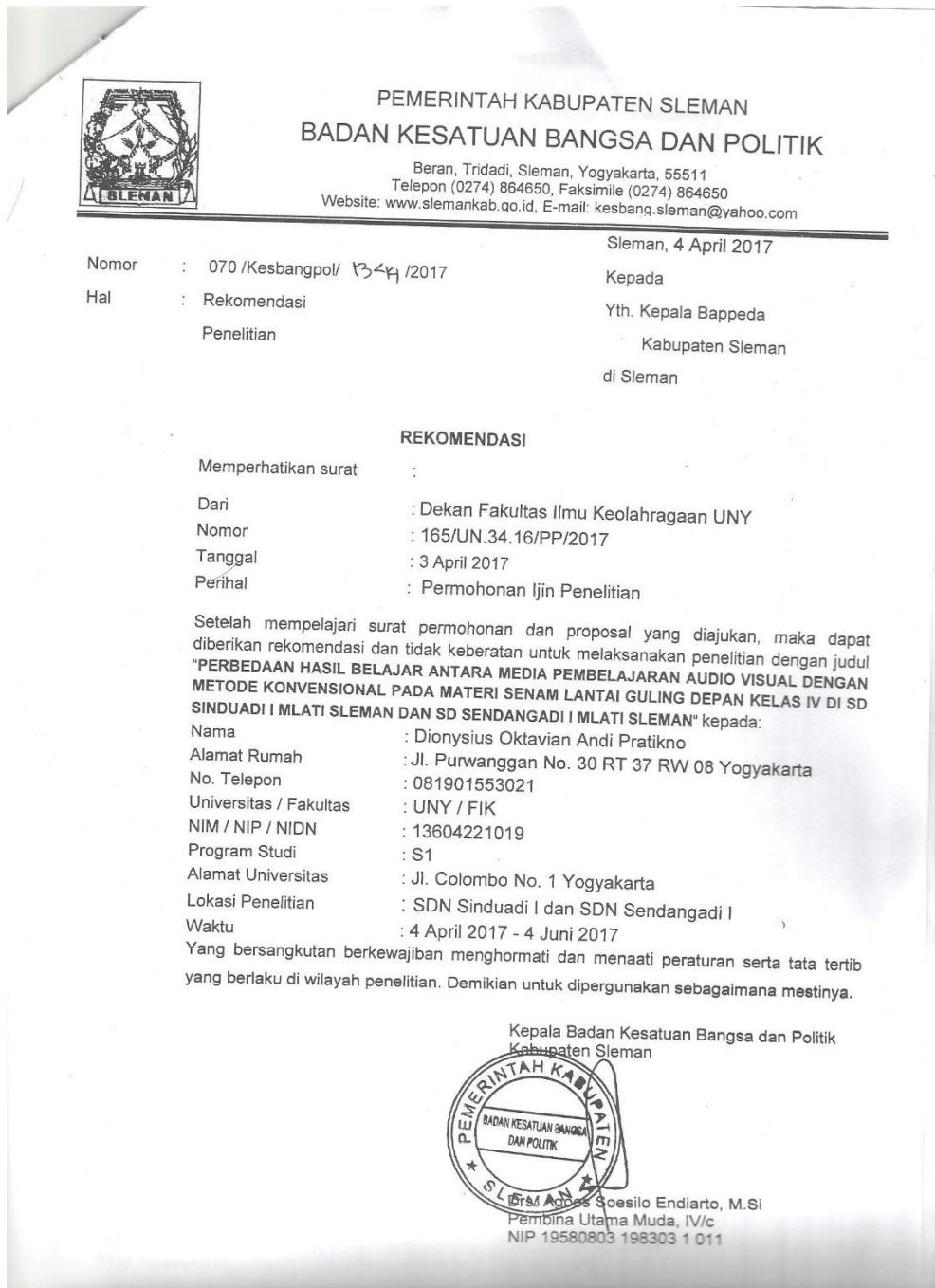
Pengabdian



Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kab. Sleman
3. Kepala UPT Pelayanan Pendidikan Kec. Mlati
4. Kepala SDN Sinduadi I
5. Kepala SDN Sendangadi I
6. Dekan FIK UNY
7. Yang Bersangkutan

Lampiran 3. Surat Rekomendasi Penelitian BKBP



Lampiran 4. Surat Keterangan Uji Coba Instrumen

**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN**
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH DASAR NEGERI CATURTUNGAL 7
Alamat : Jalan Gambir 6B Karangasem Baru Caturtunggal Depok Sleman Telp (0274) 547451

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN UJI COBA INSTRUMEN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : TUKASIH, S.Pd
NIP : 19600610 198303 2 014
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Negeri Caturtunggal 7
Alamat : Jalan Gambir 6B Karangasem Baru Caturtunggal Depok Sleman

Menyatakan bahwa mahasiswa :

Nama : Dionysius Oktavian Andi Pratikno
NIM : 13604221019
Program/Tingkat : S1
Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat Instansi : Jalan Colombo no 1 Sleman Yogyakarta
Waktu Pelaksanaan : Selasa, 9 Mei 2017
Lokasi : SD Negeri Caturtunggal 7
Penelitian :
PERBEDAAN HASIL BELAJAR ANTARA MEDIA PEMBELAJARAN MEDIA AUDIO VISUAL DENGAN METODE KONVENSIONAL PADA MATERI SENAM LANTAI GULING DEPAN KELAS IV DI SD SINDUADI 1 MLATI SLEMAN DAN SD SENDANGADI 1 MLATI SLEMAN

Telah melaksanakan dan mengadakan uji coba instrumen penelitian di SD N Caturtunggal 7 Depok Sleman pada hari Selasa, tanggal 9 Mei 2017

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Sekolah
TUKASIH, S.Pd
NIP. 19600610 198303 2 014

Surat ini dibuat pada 9 Mei 2017

Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN

SEKOLAH DASAR NEGERI SINDUADI 1

SEKOLAH STANDAR NASIONAL

Jalan Magelang KM 06 Karanganyar No 59 A Sinduadi, Mlati, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55284
Telepon (0274) 623636, Faximile : -
Email : sinduadi1mlati@yahoo.com

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor : 284 / SP / SD Sia 1 / V / 2017

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	:	M. THOHaruddin, S.Ag
NIP	:	19590301 198202 1 004
Jabatan	:	Kepala Sekolah
Unit Kerja	:	SD Negeri Sinduadi 1
Alamat	:	Jl. Magelang KM 06 Karanganyar No 59 A Sinduadi Mlati Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta Kode Pos 55284 Telepon 0274 623636

Menyatakan bahwa mahasiswa :

Nama	:	Dionyusius Oktavian Andi Praktikno
NIM	:	13604221019
Program/Tingkat	:	S1
Instansi/Perguruan Tinggi	:	Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat Instansi/Perguruan Tinggi	:	Jl. Colombo No 1 Sleman Yogyakarta
Waktu Pelaksanaan	:	Rabu, 10 Mei 2017
Lokasi	:	SD Negeri Sinduadi 1 Kecamatan Mlati
Penelitian	:	

PERBEDAAN HASIL BELAJAR ANTARA MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL
DENGAN METODE KONVENSIONAL PADA MATERI SENAM LANTAI GULING DEPAN
KELAS IV DI SD SINDUADI 1 MLATI SLEMAN DAN SD SENDANGADI 1 MLATI SLEMAN

Telah melaksanakan dan mengadakan penelitian Di SD Negeri Sinduadi 1
Kecamatan Mlati Kabupaten Sleman pada hari Rabu , tanggal 10 Mei 2017

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya, agar dapat dipergunakan
sebagaimana mestinya.

Sleman, 13 Mei 2017

Kepala Sekolah



Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian



Lampiran 7. Surat Expert Judgement

SURAT PERSETUJUAN *EXPERT JUDGMENT*

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Drs. F. Suharjana, M.Pd

NIP : 19580706 19803 1 002

Menerangkan bahwa instrumen penelitian tugas akhir skripsi saudara :

Nama : Dionysius Oktavian Andi Pratikno

NIM : 13604221019

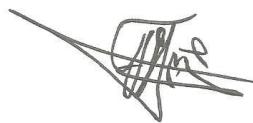
Prodi : PGSD Penjas

Judul : “Perbedaan Hasil Belajar antara Media Pembelajaran Audio Visual dengan Metode Konvesional pada Materi Senam Lantai Guling Depan Kelas IV di SD Sinduadi 1 Mlati Sleman dan SD Sendangadi 1 Sleman”.

Telah disetujui dan layak digunakan sebagai instrumen untuk penelitian tugas akhir skripsi dengan menambahkan revisi dan saran yang dibutuhkan.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 18 April 2017



Drs. F. Suharjana, M.Pd

NIP. 19580706 19803 1 002

**KARTU BIMBINGAN *EXPERT JUDGEMENT*
INSTRUMEN PENELITIAN**

No	Tanggal	Masukan/Saran
1.	6 April 2017	<ul style="list-style-type: none">– Penambahan bentuk bentuk untuk memperjelas– Tata Bahasa– Tata Letak
2.	9 April 2017	<ul style="list-style-type: none">– Penjelasan garis besar awal dan akhir

Yang Menerangkan,



Drs. F. Suharjana, M.Pd
NIP. 19580706 19803 1 002

Lampiran 8. Surat Expert Judgement

SURAT PERSETUJUAN EXPERT JUDGMENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dra. Sri Mawarti, M.Pd

NIP : 195906071987032001

Menerangkan bahwa instrumen penelitian tugas akhir skripsi saudara :

Nama : Dionysius Oktavian Andi Pratikno

NIM : 13604221019

Prodi : PGSD Penjas

Judul : "Perbedaan Hasil Belajar antara Media Pembelajaran Audio Visual dengan Metode Konvesional pada Materi Senam Lantai Guling Depan Kelas IV di SD Sinduadi 1 Mlati Sleman dan SD Sendangadi 1 Sleman".

Telah disetujui dan layak digunakan sebagai instrumen untuk penelitian tugas akhir skripsi dengan menambahkan revisi dan saran yang dibutuhkan.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 20 April 2017



Drs. Dra. Sri Mawarti, M.Pd

NIP. 195906071987032001

**KARTU BIMBINGAN EXPERT JUDGEMENT
INSTRUMEN PENELITIAN**

No	Tanggal	Masukan/Saran
		<p>① Pabah KD dan Cds kitaar sesuai .</p> <p>② individu dan desain dug IC Daya .</p> <p>③ Mosis bnyah baimat dalam soal terdapat bantit ts plesir dan klasit .</p>

Yang Menerangkan,



Dra. Sri Mawarti, M.Pd

NIP. 195906071987032001

Lampiran 9. Daftar nama siswa kelas IV B SD N Sendangadi 1

No	Nama	Jenis Kelamin
1	Bima	L
2	Aleandro Barca Albarqoui	L
3	Aisyah Nur Azizah	P
4	Evan D R	L
5	Dika	L
6	Nano	L
7	Aulia Ramadhani S	P
8	Awanda Nadin N	P
9	Devina Amelia Salsa	P
10	Fariza Lukitasari	P
11	Fitri Mumainnah	P
12	Mala Nur Khasanah	P
13	Ilham Firmansyah	L
14	Ilham Nur	L
15	Nashifah Tanjung A	P
16	Nikita Ema Nurillah	P
17	M Daffa	L
18	Pasya	L
19	Putri Mega Safitri	P
20	Nurul Latifah	P
21	Radea Okta F	P
22	Radita N S	P
23	Rafa	L
24	Ridwan	L
25	Rafi Hakim	L
26	Rizky	L
27	Rimba S G	L
28	Vanisa Risma M	P
29	Dani	L
30	Mohammad	L
31	Hana Kartika	P

Lampiran 10. Daftar nama siswa kelas IV A SD N Sinduadi 1

No	Nama	Jenis Kelamin
1	Brian Umar J	L
2	Abhinaya Hafiz S	P
3	Adhitya Kurniawan	L
4	Aditya Hafizh Ramadhan	L
5	Aditya Oktavianto	L
6	Agung Dwi Ramadhan	L
7	Anandya Aisha Zahwa	P
8	Arya Daren	L
9	Della Oct Rahmadhani	P
10	Difan Efrian Ramadhan	L
11	Garuda Pamengku L K	L
12	Gifara Hanifa Hermawan	P
13	Habib Effendi	L
14	Handhika Zaky Saputra	L
15	Insan Dwi Indrasta	L
16	Lafa Nur F W	P
17	Mufit Fathu Rahman	L
18	Muhammad David F H	L
19	Muhammad Ega W P	L
20	Muhammad Faisal Ghofur	L
21	Nafis Ramadhani	L
22	Natjwa Lily D P S	P
23	Pradnya Melua Azizah	P
24	Rafa Afif Ananta	L
25	Ramon Bagus Wijanarko	L
26	Rifda Alvyani F	P
27	Satria Danendra	L
28	Sava Nazula Setiawan	P
29	Sekar Ayu C F	P
30	Syifa Khusnu C	P
31	Taliya Desy Putri	P
32	Tirza Artha Rahmasari	P
33	Varla Niwan Putri	P
34	Veronica Anggela Z L	P

Lampiran 11. Instrumen Soal Pengetahuan

LEMBAR SOAL

Nama :

No Absen

Kelas : IV (Empat)

Mata Pelajaran : PJOK

Hari, Tanggal

Berilah tanda silang (x) pada jawaban yang kamu anggap paling benar!

1. Bagaimana posisi badan saat sikap awal guling depan?
a. Badan terlentang c. Badan berdiri menyamping
b. Badan berbaring d. Badan berdiri tegak
 2. Bagaimana posisi kaki saat sikap awal guling depan?
a. Kaki ditekuk c. Kaki kiri di depan
b. Kaki lurus d. Kaki kanan di depan
 3. Bagaimana posisi kedua tangan saat sikap awal guling depan?
a. Diangkat lurus ke atas badan c. Diarahkan lurus ke kiri badan
b. Diarahkan lurus ke kanan d. Diangkat lurus ke depan
badan badan
 4. Kemana arah pandangan mata saat posisi awal guling depan?
a. Kearah kaki c. Kearah Depan
b. Kearah atas d. Kearah samping
 5. Dimana tumpuan kedua telapak tangan saat melakukan guling depan?
a. Di depan dada c. Di depan kedua kaki
b. Di samping samping badan d. Di antara kedua kaki

13. Alas apa yang digunakan pada saat senam lantai guling depan?

- a. Tanah c. Lantai
 - b. Matras d. Bak pasir

14. Aktivitas apa yang harus dilakukan sesaat sebelum melakukan guling depan?

- a. Pendinginan
 - b. Pemanasan
 - c. Makan
 - d. Minum

15. Aktivitas apa yang harus dilakukan setelah selesai melakukan guling depan?

- a. Pendinginan c. Tidur
 - b. Pemanasan d. Guling belakang

16. Guling depan merupakan bagian dari senam?

- a. Senam Irama
 - b. Senam Aerobik
 - c. Senam Lantai
 - d. Senam Kebugaran

17. Selain dengan berdiri, posisi badan saat awal guling depan dapat dilakukan dengan?

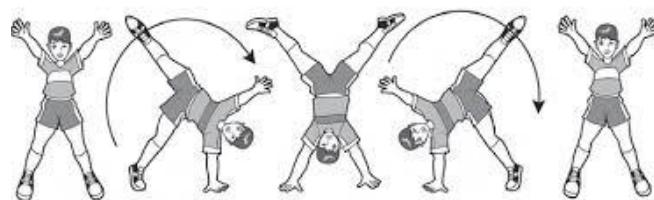
- a. Jongkok c. Berbaring
 - b. Terlentang d. Duduk

18. Gambar manakah dibawah ini yang menunjukkan gerakan guling depan?

a.



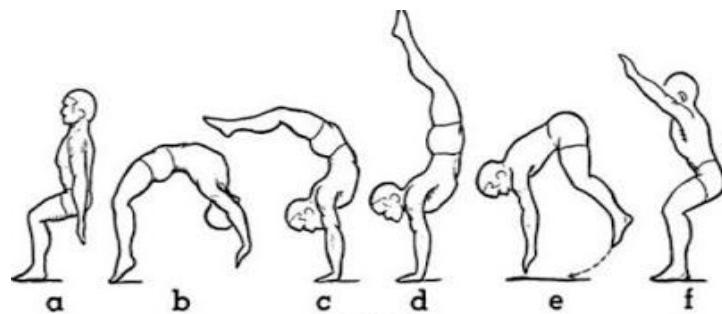
b.



c.



d.



Lampiran 12. Kunci jawaban instrumen pengetahuan

1. D
2. B
3. A
4. C
5. C
6. A
7. B
8. C
9. C
10. A
11. C
12. B
13. B
14. B
15. A
16. C
17. A
18. C

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SD N Sinduadi 1
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas	: IV (Empat)
Materi Pokok	: Senam Lantai Guling Depan
Alokasi Waktu	: 4 x 35 menit)
Hari/Tanggal	: Rabu, 10 Mei 2017

A. Kompetensi Inti

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan di tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian
3.6 Menerapkan variasi dan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai	3.6.1 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan awal pada guling depan 3.6.2 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan saat mengguling pada guling depan 3.6.3 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan 3.6.4 Menjelaskan hal-hal yang berhubungan dengan guling depan 3.6.5 Mempraktikkan tahap-tahap gerakan awal pada guling depan 3.6.6 Mempraktikkan tahap-tahap gerakan saat mengguling pada guling depan 3.6.7 Mempraktikkan tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan

C. Tujuan Pembelajaran

3.6.1.1 siswa dapat mengetahui tahap-tahap gerakan awal pada guling depan

3.6.2.1 siswa dapat mengetahui tahap-tahap gerakan saat mengguling pada guling depan

3.6.3.1 siswa dapat mengetahui tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan

3.6.4.1 siswa dapat mengetahui hal-hal yang berhubungan dengan guling depan

3.6.5.1 siswa dapat mempraktikkan tahap-tahap gerakan awal pada guling depan

3.6.6.1 siswa dapat mempraktikkan tahap-tahap gerakan saat mengguling pada guling depan

3.6.7.1 siswa dapat mempraktikkan tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan

D. Materi Pembelajaran

Guling depan adalah gerakan berguling yaitu bergerak dengan cara membulatkan badan sedemikian rupa sehingga badan dapat bergerak berguling seperti benda bulat. Salah satu jenis gerakan berguling adalah berguling ke depan. Menurut Roji (2006: 112) yang dimaksud dengan berguling ke depan adalah gerakan badan berguling kearah depan melalui bagian tenguk, belakang badan, pinggul, pinggang dan panggul bagian belakang.

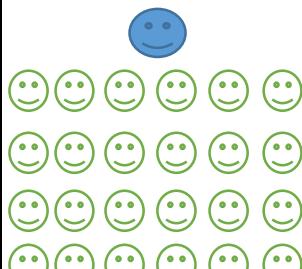
E. Metode Pembelajaran

1. Ceramah
2. Demontrasi
3. Pemberian tugas
4. Evaluasi
5. Tanya jawab
6. Pengulangan/drill

F. Alat dan Bahan

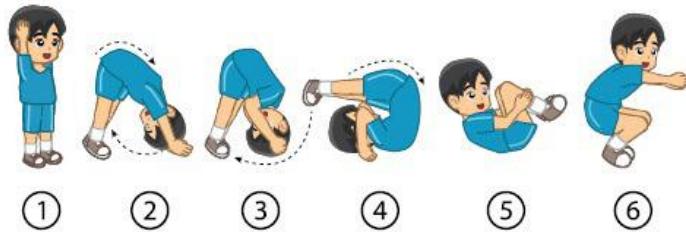
- Alat : - Peluit
- Matras
- Cone

H. Langkah-Langkah Pembelajaran

Gambar	Uraian	Ket
	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none">1. Guru membariskan siswa menjadi empat bersaf.2. Guru memberi salam, dan memimpin berdo'a.	10 menit

	<p>3. Guru mempresensi kehadiran siswa, dan menghitung jumlah siswa yang mengikuti pelajaran.</p> <p>4. Guru menyampaikan apersepsi dan memberikan penjelasan tujuan pembelajaran kepada siswa.</p> <p>5. “ Selamat pagi anak-anak, sudah sarapan pagi ini? Ya sekarang kita akan belajar guling depan, ada yang tau guling depan?” kemudian menjelaskan materi yang akan diajarkan.</p> <p>6. Melakukan pemanasan :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Di awali melakukan lari 2 x lapangan kecil. ▪ Selanjutnya dengan melakukan pemanasan penguluran statis dinamis, terutama bagian kepala untuk persiapan praktek. ▪ Melakukan pemanasan dengan permainan “kucing-kucingan bola” <p>Cara Bermain</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok yaitu putra dan putri. Masing-masing membuat lingkaran ▪ 2 orang anak menjadi kucing di tengah lingkaran ▪ Orang yang menjadi lingkaran memainkan bola dengan menggelindingkan ke teman lain dan lemparan harus membungkuk ▪ Kucing bertugas menangkap bola dan jika tertangkap, orang yang melempar bergantian menjadi kucing 	
--	---	--

- B. Inti
1. Guru mendemonstrasikan gerakan roll depan dengan bantuan beberapa peserta didik
 2. Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru
 3. Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan oleh guru
 4. Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang di demontrasikan oleh guru secara yaitu teknik dasar roll depan secara bergantian.
 5. Siswa diberi kesempatan mencoba gerakan dengan urutan sebagai berikut:



6. Setelah mencoba dan saling mengoreksi sesama teman, siswa dikumpulkan kembali dan guru bertanya kepada siswa dan siswa menjawab sehingga terbentuknya interaksi antara guru dan siswa.

C. Penutup

1. Pendinginan : Siswa melakukan pendinginan secara bersama-sama, dengan membentuk lingkaran kemudian melemaskan tangan dan kaki ditempat mengikuti gerakan guru.

	<p>2. Evaluasi : Guru mengevaluasi siswa tentang pembelajaran guling depan. Salah satunya pada gerakan saat tengkuk akan menyentuh matras.</p> <p>3. Kesimpulan : Guru memberikan kesimpulan tentang materi yang disampaikan. Senam lantai guling depan merupakan senam yang membutuhkan kelentukan tubuh, dan harus melakukan setiap tahap dengan baik agar tidak terjadi cidera.</p> <p>4. Penugasan : Guru memberikan tugas kepada siswa agar melatih atau mengulang kembali gerakan yang telah disampaikan.</p> <p>5. Berdoa : Siswa ditarik untuk melakukan doa syukur untuk mengakhiri pembelajaran. Kemudian siswa dibubarkan</p>	
--	--	--

I. Penilaian

1. Penilaian Pengetahuan

a. Teknik penilaian

Peserta didik mendapat nilai 1 jika mampu menjawab pertanyaan dengan benar.

Tabel kisi-kisi penilaian pengetahuan

Kompetensi Inti	Kompetensi Dasar	Indikator	No Pertanyaan	Jumlah Pertanyaan
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain	3.6 Menerapkan variasi dan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai	3.6.1 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan awal pada guling depan	1,2,3,4	4
		3.6.2 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan mengguling pada guling depan	5,6,7,8	4
		3.6.3 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan	9,10,11	3
		3.6.4 Menjelaskan hal-hal yang berhubungan dengan guling depan	12,13,14,15, 16, 17,18	7
Total				18

Keterangan :

- Setiap butir soal memiliki nilai 1 jika benar
- Skor total apabila jawaban benar adalah 10

Rumus Penghitungan Skor : $Skor Akhir = \frac{Jumlah Skor Yang Diperoleh}{Skor Maksimal} \times 100$

2. Penilaian Keterampilan

Instrumen penilaian ini berupa Praktik/unjuk kerja.

Kriteria Penilaian Keterampilan (Unjuk Kerja)

Konstrak	Faktor	Indikator	1	2	...
Keterampilan Guling Depan	Sikap Awal	1. Berdiri tegak, kaki rapat			
		2. Mengangkat kedua tangan, lurus keatas disamping telinga menghadap kedepan			
		3. Pandangan mata ke matras			
	Gerakan Mengguling	4. Letakkan kedua telapak tangan pada matras, pertahankan kaki tetap lurus			
		5. Masukkan kepala diantara kedua lengan bersamaan kedua sikut tertekuk kesamping			
		6. Letakkan pundak/tenguk pada matras			
		7. Gulingkan badan pada punggung, dan pinggul bagian belakang hingga menyentuh matras			
		8. Gerakan guling depan lurus			
	Sikap Akhir	9. Setelah posisi jongkok lanjutkan berdiri tegak, kaki rapat			
		10. Mengangkat kedua tangan lurus ke atas, telapak tangan terbuka menghadap ke depan serta pandangan mata ke depan atas			
Total skor					

$$Skor Akhir = \frac{Jumlah Skor Yang Diperoleh}{Skor Maksimal} \times 100$$

Skor Maksimal

Yogyakarta, 10 Mei 2017

Mahasiswa

Dionysius Oktavian Andi P

NIM.13604221019

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SD N Sendangadi 1
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas	: IV (Empat)
Materi Pokok	: Senam Lantai Guling Depan
Alokasi Waktu	: 4 x 35 menit)
Hari/Tanggal	: Jumat, 12 Mei 2017

A. Kompetensi Inti

1. Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
2. Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangga serta cinta tanah air.
3. Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan di tempat bermain.
4. Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian Kompetensi

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian
3.6 Menerapkan variasi dan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai	3.6.1 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan awal pada guling depan 3.6.2 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan saat mengguling pada guling depan 3.6.3 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan 3.6.4 Menjelaskan hal-hal yang berhubungan dengan guling depan 3.6.5 Mempraktikkan tahap-tahap gerakan awal pada guling depan 3.6.6 Mempraktikkan tahap-tahap gerakan saat mengguling pada guling depan 3.6.7 Mempraktikkan tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan

C. Tujuan Pembelajaran

- 3.6.1.1 siswa dapat mengetahui tahap-tahap gerakan awal pada guling depan
- 3.6.2.1 siswa dapat mengetahui tahap-tahap gerakan saat mengguling pada guling depan
- 3.6.3.1 siswa dapat mengetahui tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan
- 3.6.4.1 siswa dapat mengetahui hal-hal yang berhubungan dengan guling depan
- 3.6.5.1 siswa dapat mempraktikkan tahap-tahap gerakan awal pada guling depan
- 3.6.6.1 siswa dapat mempraktikkan tahap-tahap gerakan saat mengguling pada guling depan
- 3.6.7.1 siswa dapat mempraktikkan tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan

D. Materi Pembelajaran

Guling depan adalah gerakan berguling yaitu bergerak dengan cara membulatkan badan sedemikian rupa sehingga badan dapat bergerak

berguling seperti benda bulat. Salah satu jenis gerakan berguling adalah berguling ke depan. Menurut Roji (2006: 112) yang dimaksud dengan berguling ke depan adalah gerakan badan berguling kearah depan melalui bagian tengkuk, belakang badan, pinggul, pinggang dan panggul bagian belakang.

E. Metode Pembelajaran

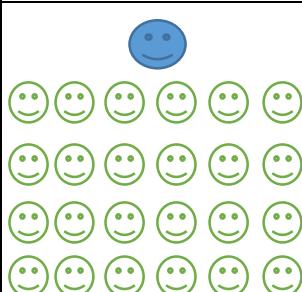
1. Ceramah
2. Demontrasi
3. Pemberian tugas
4. Evaluasi
5. Tanya jawab
6. Pengulangan/drill

F. Alat dan Bahan

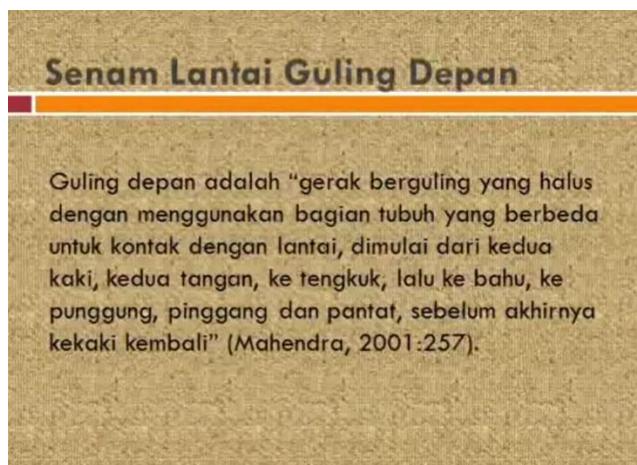
➤ Alat : - Peluit

- Matras
- Cone

G. Langkah-Langkah Pembelajaran

Gambar	Uraian	Ket
	<p>A. Pendahuluan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menertibkan siswa di dalam kelas. 2. Guru memberi salam, dan memimpin berdo'a. 3. Guru mempresensi kehadiran siswa, dan menghitung jumlah siswa yang mengikuti pelajaran. 4. Guru menyampaikan apersepsi dan memberikan penjelasan tujuan pembelajaran kepada siswa. 	10 menit

5. “ Selamat pagi anak-anak, sudah sarapan pagi ini? Ya sekarang kita akan belajar guling depan, ada yang tau guling depan?” kemudian menjelaskan materi yang akan diajarkan.
6. Guru memutar video pembelajaran guling depan
- :



Tahapan Guling Depan

- Sikap Sempurna
- Teknik menempukan telapak tangan dan telapak kaki pada matras serta mengangkat tumit.
- Teknik menggulingkan badan hingga posisi berbaring
- Mengangkat badan hingga dalam posisi setengah duduk dengan ayunan tangan kedepan
- Dari posisi berbaring ayunan kaki dan tangan hingga posisi berdiri dan diakhiri dengan sikap sempurna





7. Melakukan pemanasan :

- Di awali melakukan lari 2 x lapangan kecil.
- Selanjutnya dengan melakukan pemanasan penguluran statis dinamis, terutama bagian kepala untuk persiapan praktek.
- Melakukan pemanasan dengan permainan “kucing-kucingan bola”

Cara Bermain

- Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok yaitu putra dan putri. Masing-masing membuat lingkaran
- 2 orang anak menjadi kucing di tengah lingkaran
- Orang yang menjadi lingkaran memainkan bola dengan menggelindingkan ke teman lain dan lemparan harus membungkuk
- Kucing bertugas menangkap bola dan jika tertangkap, orang yang melempar bergantian menjadi kucing

	<p>B. Inti</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mendemonstrasikan gerakan roll depan dengan bantuan beberapa peserta didik 2. Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru 3. Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan oleh guru 4. Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang di demonstrasikan oleh guru secara yaitu teknik dasar roll depan secara bergantian. 5. Siswa diberi kesempatan mencoba gerakan dengan urutan seperti pada video: 6. Setelah mencoba dan saling mengoreksi sesama teman, siswa dikumpulkan kembali dan guru bertanya kepada siswa dan siswa menjawab sehingga terbentuknya interaksi antara guru dan siswa. <p>C. Penutup</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pendinginan : Siswa melakukan pendinginan secara bersama-sama, dengan membentuk lingkaran kemudian melemaskan tangan dan kaki ditempat mengikuti gerakan guru. 2. Evaluasi : Guru mengevaluasi siswa tentang pembelajaran guling depan. Salah satunya pada gerakan saat tengkuk akan menyentuh matras. 3. Kesimpulan : Guru memberikan kesimpulan tentang materi yang disampaikan. Senam lantai guling depan merupakan senam yang membutuhkan kelentukan tubuh, dan harus 	
--	---	--

	<p>melakukan setiap tahap dengan baik agar tidak terjadi cidera.</p> <p>4. Penugasan : Guru memberikan tugas kepada siswa agar melatih atau mengulang kembali gerakan yang telah disampaikan.</p> <p>5. Berdoa : Siswa ditarik untuk melakukan doa syukur untuk mengakhiri pembelajaran. Kemudian siswa dibubarkan</p>	
--	--	--

H. Penilaian

1. Penilaian Pengetahuan

b. Teknik penilaian

Peserta didik mendapat nilai 1 jika mampu menjawab pertanyaan dengan benar.

Tabel kisi-kisi penilaian pengetahuan

Kompetensi Inti	Kompetensi Dasar	Indikator	No Pertanyaan	Jumlah Pertanyaan
3. Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain	3.6 Menerapkan variasi dan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai	3.6.1 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan awal pada guling depan	1,2,3,4	4
		3.6.2 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan mengguling pada guling depan	5,6,7,8	4
		3.6.3 Mendeskripsikan tahap-tahap gerakan akhir pada guling depan	9,10,11	3
		3.6.4 Menjelaskan hal-hal yang berhubungan dengan guling depan	12,13,14,15, 16, 17,18	7
Total				18

Keterangan :

- Setiap butir soal memiliki nilai 1 jika benar
- Skor total apabila jawaban benar adalah 10

Rumus Penghitungan Skor pengetahuan :

$$Skor Akhir = \frac{Jumlah Skor Yang Diperoleh}{Skor Maksimal} \times 100$$

2. Penilaian Keterampilan

Instrumen penilaian ini berupa Praktik/unjuk kerja.

Kriteria Penilaian Keterampilan (Unjuk Kerja)

Konstrak	Faktor	Indikator	1	2	...
Keterampilan Guling Depan	Sikap Awal	1. Berdiri tegak, kaki rapat			
		2. Mengangkat kedua tangan, lurus keatas disamping telinga menghadap kedepan			
		3. Pandangan mata ke matras			
	Gerakan Mengguling	4. Letakkan kedua telapak tangan pada matras, pertahankan kaki tetap lurus			
		5. Masukkan kepala diantara kedua lengan bersamaan kedua sikut tertekuk kesamping			
		6. Letakkan pundak/tengkuk pada matras			
		7. Gulingkan badan pada punggung, dan pinggul bagian belakang hingga menyentuh matras			
		8. Gerakan guling depan lurus			
	Sikap Akhir	9. Setelah posisi jongkok lanjutkan berdiri tegak, kaki rapat			
		10. Mengangkat kedua tangan lurus ke atas, telapak tangan terbuka menghadap ke depan serta pandangan mata ke depan atas			
Total skor					

$$Skor Akhir = \frac{Jumlah Skor Yang Diperoleh}{Skor Maksimal} \times 100$$

Skor Maksimal

Yogyakarta, 12 Mei 2017

Mahasiswa

Dionysius Oktavian Andi P

NIM.13604221019

Lampiran 15. Data Uji Coba Validitas dan Reabilitas Instrumen

No.	Nomor Butir Angket																				Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
3	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	19
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
6	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	5
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	19
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	19
9	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	7
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
11	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	18
12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	19
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	18
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	18
15	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	12
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	19
17	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	6
18	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	17
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
21	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	5
22	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	17
23	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	15
24	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	16
25	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	7
26	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	11

nomor	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
r tabel	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388
r hitung	0,736	0,585	0,643	0,807	0,543	0,807	0,588	0,813	0,602	0,705	0,900	0,893	0,690	0,936	0,712	0,313	0,434	0,571	0,380	0,458
Ket	valid	gugur	valid	valid	gugur	valid														

1. Data SPSS Uji Validitas Instrumen

		Correlations										
		butir_1	butir_2	butir_3	butir_4	butir_5	butir_6	butir_7	butir_8	butir_9	butir_10	butir_11
skor_total	Pearson Correlation	.736**	.585**	.643**	.807**	.543**	.807**	.588**	.813**	.602**	.705**	.900**
	Sig. (2-tailed)	.000	.002	.000	.000	.004	.000	.002	.000	.001	.000	.000
	N	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26

		Correlations									
		butir_12	butir_13	butir_14	butir_15	butir_16	butir_17	butir_18	butir_19	butir_20	skor_total
skor_total	Pearson Correlation	.893**	.690**	.936**	.712**	.313	.434*	.571**	.380	.458*	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.119	.027	.002	.055	.019	
	N	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

2. Data SPSS Uji Reabilitas Instrumen

Cronbach's Alpha	N of Items	Interpretation
.927	20	Reliable

Lampiran 16. Data Nilai Tes

1. SD Sendangadi 1

SD Sendangadi 1				
No	Nama	Nilai Keterampilan	Nilai Pengetahuan	Nilai Rata-rata
1	Bima	80	83,33	81,66
2	Aleandro Barca Albarqoui	100	88,88	94,44
3	Aisyah Nur Azizah	100	88,88	94,44
4	Evan D R	90	83,33	86,66
5	Dika	90	55,55	72,77
6	Nano	100	72,22	86,11
7	Aulia Ramadhani S	90	100	95
8	Awanda Nadin N	90	88,88	89,44
9	Devina Amelia Salsa	100	88,88	94,44
10	Fariza Lukitasari	60	94,44	77,22
11	Fitri Mumainnah	80	94,44	87,22
12	Mala Nur Khasanah	100	66,66	83,33
13	Ilham Firmansyah	70	88,88	79,44
14	Ilham Nur	100	83,33	91,66
15	Nashifah Tanjung A	100	94,44	97,22
16	Nikita Ema Nurillah	100	88,88	94,44
17	M Daffa	80	83,33	81,66
18	Pasya	90	88,88	89,44
19	Putri Mega Safitri	100	88,88	94,44
20	Nurul Latifah	90	94,44	92,22
21	Radea Okta F	80	88,88	84,44
22	Radita N S	90	77,77	83,88
23	Rafa	100	72,22	86,11
24	Ridwan	100	72,22	86,11
25	Rafi Hakim	90	94,44	92,22
26	Rizky	100	77,77	88,88
27	Rimba S G	100	72,22	86,11
28	Vanisa Risma M	60	94,44	77,22
29	Dani	90	94,4	92,22
30	Mohammad	90	83,33	86,66
31	Hana Kartika	90	94,44	92,22
total				2719,44
nilai maksimal				97,22
nilai minimal				72,77
mean				87,72
median				87,22
modus				94,44
standar deviasi				6,09

2. SD Sinduadi 1

SD Sinduadi 1				
No	Nama	Nilai Keterampilan	Nilai Pengetahuan	Nilai Rata-rata
1	Brian Umar J	90	77,77	83,88
2	Abhinaya Hafiz S	90	72,22	81,11
3	Adhitya Kurniawan	90	55,55	72,77
4	Aditya Hafizh Ramadhan	70	88,88	79,44
5	Aditya Oktavianto	90	83,33	86,66
6	Agung Dwi Ramadhan	60	77,77	68,88
7	Anandya Aisha Zahwa	80	77,77	78,88
8	Arya Daren	90	100	95
9	Della Oct Rahmadhani	90	88,88	89,44
10	Difan Efrian Ramadhan	90	88,88	89,44
11	Garuda Pamengku L K	70	88,88	79,44
12	Gifara Hanifa Hermawan	100	77,77	88,88
13	Habib Effendi	90	88,88	89,44
14	Handhika Zaky Saputra	80	66,66	73,33
15	Insan Dwi Indrasta	80	83,33	81,66
16	Lafa Nur F W	100	88,88	94,44
17	Mufit Fathu Rahman	80	94,44	87,22
18	Muhammad David F H	70	88,88	79,44
19	Muhammad Ega W P	90	72,22	81,11
20	Muhammad Faisal Ghofur	100	94,44	97,22
21	Nafis Ramadhani	80	83,33	81,66
22	Natjwa Lily D P S	80	94,44	87,22
23	Pradnya Melua Azizah	100	88,88	94,44
24	Rafa Afif Ananta	70	50	60
25	Ramon Bagus Wijanarko	80	94,44	87,22
26	Rifda Alvyani F	70	77,77	73,88
27	Satria Danendra	90	88,88	89,44
28	Sava Nazula Setiawan	90	88,88	89,44
29	Sekar Ayu C F	100	77,77	88,88
30	Syifa Khusnu C	80	50	65
31	Taliya Desy Putri	80	72,22	76,11
32	Tirza Artha Rahmasari	80	55,55	67,77
33	Varla Niwan Putri	90	50	70
34	Veronica Anggela Z L	90	55,55	72,77
total				2781,66
nilai maksimal				97,22
nilai minimal				60
mean				81,81
median				81,66
modus				89,44
standar deviasi				9,30

Lampiran 17. Data Uji Normalitas dan Homogenitas SPSS

1. Uji Normalitas Shapiro Wilk

Tests of Normality

Nilai	Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
	SD Sendangadi 1	,128	31	,200 [*]	,949	31	,150
	SD Sinduadi 1	,140	34	,088	,961	34	,267

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

2. Uji Homogenitas Levene Statistic

Test of Homogeneity of Variances

Nilai

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
5,751	1	63	,019

Lampiran 18. Data Uji Hipotesis SPSS

Independent Samples Test

Nilai		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means	
		F	Sig.	t	df
	Equal variances assumed	5,751	,019	2,997	63
	Equal variances not assumed			3,054	57,414

Independent Samples Test

Nilai		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence ...
	Equal variances assumed	,004	5,91029	1,97199	1,96958
	Equal variances not assumed	,003	5,91029	1,93548	2,03517

Tabel distribusi nilai *t* table

Titik Persentase Distribusi t (df = 41 – 80)

Pr df \	0.25 0.50	0.10 0.20	0.05 0.10	0.025 0.050	0.01 0.02	0.005 0.010	0.001 0.002
41	0.68052	1.30254	1.68288	2.01954	2.42080	2.70118	3.30127
42	0.68038	1.30204	1.68195	2.01808	2.41847	2.69807	3.29595
43	0.68024	1.30155	1.68107	2.01669	2.41625	2.69510	3.29089
44	0.68011	1.30109	1.68023	2.01537	2.41413	2.69228	3.28607
45	0.67998	1.30065	1.67943	2.01410	2.41212	2.68959	3.28148
46	0.67986	1.30023	1.67866	2.01290	2.41019	2.68701	3.27710
47	0.67975	1.29982	1.67793	2.01174	2.40835	2.68456	3.27291
48	0.67964	1.29944	1.67722	2.01063	2.40658	2.68220	3.26891
49	0.67953	1.29907	1.67655	2.00958	2.40489	2.67995	3.26508
50	0.67943	1.29871	1.67591	2.00856	2.40327	2.67779	3.26141
51	0.67933	1.29837	1.67528	2.00758	2.40172	2.67572	3.25789
52	0.67924	1.29805	1.67469	2.00665	2.40022	2.67373	3.25451
53	0.67915	1.29773	1.67412	2.00575	2.39879	2.67182	3.25127
54	0.67906	1.29743	1.67356	2.00488	2.39741	2.66998	3.24815
55	0.67898	1.29713	1.67303	2.00404	2.39608	2.66822	3.24515
56	0.67890	1.29685	1.67252	2.00324	2.39480	2.66651	3.24226
57	0.67882	1.29658	1.67203	2.00247	2.39357	2.66487	3.23948
58	0.67874	1.29632	1.67155	2.00172	2.39238	2.66329	3.23680
59	0.67867	1.29607	1.67109	2.00100	2.39123	2.66176	3.23421
60	0.67860	1.29582	1.67065	2.00030	2.39012	2.66028	3.23171
61	0.67853	1.29558	1.67022	1.99962	2.38905	2.65886	3.22930
62	0.67847	1.29536	1.66980	1.99897	2.38801	2.65748	3.22696
63	0.67840	1.29513	1.66940	1.99834	2.38701	2.65615	3.22471
64	0.67834	1.29492	1.66901	1.99773	2.38604	2.65485	3.22253
65	0.67828	1.29471	1.66864	1.99714	2.38510	2.65360	3.22041
66	0.67823	1.29451	1.66827	1.99656	2.38419	2.65239	3.21837
67	0.67817	1.29432	1.66792	1.99601	2.38330	2.65122	3.21639
68	0.67811	1.29413	1.66757	1.99547	2.38245	2.65008	3.21446
69	0.67806	1.29394	1.66724	1.99495	2.38161	2.64898	3.21260
70	0.67801	1.29376	1.66691	1.99444	2.38081	2.64790	3.21079

Lampiran 19. Dokumentasi

1. SD Sinduadi 1



2. SD Sendangadi 1



