

## UPAYA MENINGKATKAN PEMBELAJARAN ROLL DEPAN DENGAN ALAT BANTU BOLA PLASTIK PADA SISWA KELAS V SD NEGERI 4 PUGUNG RAHARJO KECAMATAN SEKAMPUNG UDIK KABUPATEN LAMPUNG TIMUR TAHUN PELAJARAN 2018/2019

**Karjiyo**

Guru Mata Pelajaran  
Penjaskes

**ABSTRACT:** Salah satu masalah utama dalam Penjaskes di Indonesia dewasa ini ialah belum efektifnya pengajaran Penjas di sekolah. Hal ini disebabkan beberapa faktor diantaranya terbatasnya sarana dan prasarana yang digunakan untuk mendukung proses pembelajaran Penjas dan terbatasnya kemampuan guru Penjas untuk melakukan pembelajaran Penjas. Tujuan dalam penelitian ini adalah : (a) Ingin mengetahui Bagaimanakah Upaya Meningkatkan Pembelajaran Roll Depan Dengan Alat Bantu Bola Plastik Pada Siswa Kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur Tahun Pelajaran 2018/2019 ;(b) Ingin Mengetahui Bagaimanakah Pengaruh Meningkatkan Pembelajaran Roll Terhadap Menggunakan Alat Bantu Bola Plastik Pada Siswa Kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur Tahun Pelajaran 2018/2019. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas, penelitian ini menggunakan dua siklus. Adapun langkah-langkah pelaksanaan PTK dilakukan melalui empat tahap, yakni: (1) perencanaan tindakan (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan: (1) metode tes (2) metode dokumentasi (3) Metode observasi (4) metode kuesioner. Analisis data menggunakan beberapa aspek (1) kognitif (2) afektif (3) psikomotor. Hasil penelitian yang diperoleh pada siswa kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur yang berjumlah 28 siswa adalah, (1) Pada pembelajaran pra siklus aktivitas siswa selama mengikuti proses pembelajaran senam lantai roll depan adalah siswa tuntas sebanyak 12 siswa dengan prosentase 57,14%, dan siswa belum tuntas sebanyak 12 siswa dengan prosentase 42,86%. (2) Pada pembelajaran dengan menggunakan alat Bantu Bola Plastik pada siklus I menjadi siswa tuntas sebanyak 25 dengan prosentase 89,29%, siswa yang belum tuntas sebanyak 3 dengan prosentase 10,71%. (3) Hasil penelitian pada siklus 2 siswa tuntas menjadi 28 dengan prosentase 100%. Dari data yang ada maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan alat bantu bola Plastik dalam pembelajaran senam lantai roll depan dapat meningkatkan hasil belajar yang signifikan bagi siswa kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur, Siswa terlihat tertarik, aktif, antusias, memperhatikan dan dapat mengikuti proses pembelajaran roll depan Hal ini ditunjukkan pada hasil siklus I 89,29%, siklus II 100%, dan disarankan bagi guru pendidikan jasmani berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi pembelajaran, kepada guru pendidikan jasmani lain bisa menggunakan media bola Plastik dalam pembelajaran senam ketangkasan roll depan apabila mengalami permasalahan yang sama.

**KEYWORDS:** Pembelajaran, roll depan, bola plastik

\* Corresponding Author: Karjiyo, Guru Mata Pelajaran Penjaskes, Email: [karjiyo1966@gmail.com](mailto:karjiyo1966@gmail.com)



This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

## PENDAHULUAN

### 1. Latar Belakang Masalah

Upaya meningkatkan pembelajaran pada dasarnya merupakan bentuk pembelajaran guna memperbaiki kemampuan peserta didik dalam pembelajaran. Penjas dari awal sampai akhir yang disajikan secara khas oleh guru. Dengan kata lain, upaya meningkatkan pembelajaran merupakan bungkus atau bingkai dari penerapan suatu pendekatan, metode dan teknik pembelajaran. Upaya meningkatkan pembelajaran ini tidak harus mahal ataupun berbelit-belit, bisadengan cara memodifikasi sarana dan prasarananya yang akan digunakan dalam pembelajaran secara kuantitas atau kualitas sesuai dengan materi yang akan diajarkan dalam proses pembelajaran.

Salah satu masalah utama dalam Penjas di Indonesia dewasa ini ialah belum efektifnya pengajaran Penjas di sekolah-sekolah. Hal ini disebabkan beberapa faktor diantaranya terbatasnya sarana dan prasarana yang digunakan untuk mendukung proses pembelajaran Penjas dan terbatasnya kemampuan guru Penjas untuk melakukan pembelajaran Penjas. Salah satu keterbatasan guru Penjas dalam mengajar adalah dalam hal menciptakan situasi lingkungan yang memungkinkan siswa berinteraksi sehingga terjadi perubahan atau perkembangan pada diri siswa. Fenomena itulah yang saat ini terjadi pada siswa kelas V di SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur. Pada standar kompetensi pelajaran senam ketangkasan, siswa banyak mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan roll depan. Di sini peneliti mengalami beberapa masalah yang berkaitan dengan keberhasilan siswa dalam mempraktekan gerakan roll depan tanpa adanya alat bantu. Hal ini terlihat dari hasil tes perbuatan prasiklus, banyak siswa yang belum mencapai target ketuntasan. Dari 23 siswa yang belum mencapai ketuntasan belajar dengan nilai di bawah 75 sebanyak 9 siswa (39,14%), yang sudah mencapai ketuntasan dengan nilai 75 atau lebih sebanyak 14 siswa (60,86%) dengan nilai rata-rata kelas 71,43.

Siswa sering melakukan kesalahan-kesalahan diantaranya adalah : (a) kedua tangan yang bertumpu tidak tepat (dibuka terlalu lebar atau terlalu sempit, terlalu jauh atau terlalu dekat) dengan ujung kaki, (b) tumpuan salah satu atau kedua tangan kurang kuat, sehingga keseimbangan badan kurang sempurna dan akibatnya badan jatuh ke samping, (c) bahu tidak diletakkan di atas matras atau tangan dibengkokkan, (d) saat gerakan berguling ke depan menggunakan dahi dan kedua tangan tidak ikut menolak.

### 2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan: 1) ingin mengetahui bagaimanakah upaya meningkatkan pembelajaran roll depan dengan alat bantu bola plastik pada siswa kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur Tahun Pelajaran 2018/2019; Ingin mengetahui bagaimanakah pengaruh upaya meningkatkan pembelajaran roll depan terhadap alat bantu bola plastik

pada siswa kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur Tahun Pelajaran 2018/2019.

## METODE

Penelitian ini dilaksanakan dengan metode perlakuan proses pembelajaran senam ketangkasan roll depan dalam Penjas dengan alat bantu bola plastik melalui pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Pengertian PTK berkembang dari istilah penelitian tindakan (*action research*)<sup>1</sup>. Oleh karena itu, untuk memahami pengertian PTK perlu ditelusuri pengertian penelitian tindakan terlebih dahulu. Penelitian tindakan mulai berkembang di Amerika dan berbagai negara di Eropa, khususnya dikembangkan oleh merekayang bergerak di bidang ilmu sosial dan humaniora<sup>2</sup>. Orang-orang yang bergerak di bidang itu dituntut untuk terjun mempraktikkan suatu tindakan atau perlakuan di lapangan.

Mereka berarti langsung mempraktikkan tindakan yang telah direncanakan dan mengukur kelayakan tindakan yang diberikan tersebut. Penelitian tindakan adalah suatu bentuk penelitian reflektif dan kolektif yang dilakukan peneliti dalam situasi sosial untuk meningkatkan penalaran praktik sosial mereka<sup>3</sup>. Dalam hal ini, penelitian tindakan memiliki kawasan yang lebih luas daripada PTK, diterapkan diberbagai bidang ilmu di luar pendidikan, misalnya dalam kegiatan praktik bidang kedokteran, manajemen, dan industri<sup>4</sup>. Bila penelitian tindakan yang berkaitan pada bidang pendidikan dilaksanakan dalam kawasan sebuah kelas, maka penelitian tindakan ini disebut PTK.

### 1. Subjek, Objek, Waktu, dan Lokasi Penelitian

Sebagai subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur, dengan jumlah siswa sebanyak 23 anak. Sebagai obyek dalam penelitian senam ketangkasan roll depan. PTK dilaksanakan pada bulan Februari tahun 2019. Siklus I dilaksanakan pada tanggal 18 Februari 2019 dan siklus II dilaksanakan pada tanggal 25 Februari 2019. Dalam satu minggu dilaksanakan satu dua pertemuan sesuai dengan jadwal mata pelajaran Penjas.

### 2. Teknik Pengumpulan Data

Di dalam penelitian ini, pengambilan data dilaksanakan sebanyak dua kali yaitu siklus I dan siklus II. Adapun data tentang proses belajar mengajar pada saat dilaksanakan tindakan kelas dengan lembar observasi. Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah tes dan observasi. Kegiatan ini digunakan untuk mengumpulkan data sebagai bahan

<sup>1</sup> Wina Sanjaya. 2013. *Penelitian Tindakan Kelas*, Jakarta : PT Fajar Interpratama Mandiri. Hal 24

<sup>2</sup> Basrowi dan Suwandi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal 24-25

<sup>3</sup> Wina Sanjaya. 2013. *Penelitian Tindakan Kelas*. Hal 24

<sup>4</sup> Basrowi dan Suwandi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal 25

refleksi dan analisis. Observasi dilakukan sendiri oleh guru dan peneliti untuk mendapatkan data yang rinci dan akurat.

### 3. Instrumen Pengumpulan Data

Tes adalah instrumen pengumpulan data adalah serangkaian pertanyaan/latihan yang digunakan untuk mengukur ketrampilan pengetahuan, intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki individu /kelompok<sup>5</sup>. Metode tes ini digunakan untuk mengambil data tentang hasil belajar siswa setelah mengalami pembelajaran (tes praktek roll depan dengan menggunakan alat bantu bola). Dokumentasi adalah sebagai sesuatu yang tertulis, tercetak atau terekam yang dapat dipakai sebagai bukti atau keterangan. Metode dokumentasi diperlukan untuk mendapatkan data berupa nama siswa, jumlah siswa kelas V serta foto dan video kegiatan pembelajaran roll depan dengan alat bantu bola Plastik. Observasi adalah studi yang disengaja dan sistematis tentang fenomena sosial dan gejala-gejala psikis dengan jalan pengamatan dan pencatatan<sup>6</sup>. Lembar observasi digunakan untuk pengumpulan data tentang proses pelaksanaan tindakan kelas<sup>6</sup>. Selain itu lembar observasi digunakan untuk mengumpulkan data tentang aktifitas siswa dalam pembelajaran.

### 4. Kuesioner Untuk Peserta Didik

Kuesioner adalah sebuah tes pertanyaan yang secara logis berhubungan dengan masalah penelitian, dan tiap pertanyaan merupakan jawaban-jawaban yang mempunyai makna dalam menguji hipotesis. Kuesioner digunakan untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa baik secara kognitif, psikomotor maupun afektif. Instrumen ini digunakan khususnya pada siswa kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur dalam penilaian upaya meningkatkan melakukan gerakan senam ketangkasan melalui roll depan dengan menggunakan media alat bantu bola plastik dalam Penjas.

### 5. Analisis Data

Analisa data adalah Sebagai upaya mengolah data menjadi informasi, sehingga karakteristik atau sifat-sifat data tersebut dapat dengan mudah dipahami dan bermanfaat untuk menjawab masalah-masalah yang berkaitan dengan kegiatan penelitian. Analisis data yang digunakan dalam meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Penilaian aspek kognitif dilaksanakan dengan cara memberikan pertanyaan dalam bentuk lisan sesuai dengan materi pembelajaran. Setiap pertanyaan mempunyai bobot 5. Bobot penilaian aspek kognitif adalah 5. Skor maksimal adalah 90. Penilaian aspek psikomotor yang dilakukan oleh guru dan siswa didasarkan pada unjuk kerja/ gerak yang ditunjukkan siswa selama proses pembelajaran. Penilaian dilaksanakan selama pembelajaran dengan

<sup>5</sup> Adkon, Riduwan. 2006. *Metode dan Teknik Menyusun Tesis*. Bandung: Alfabeta. Hal 37

<sup>6</sup>) Kartini, kartono. 1980. *Pengantar Metodologi Research Sosial*. Alumni, Bandung. Hal 42

menggunakan rubrik penilaian. Bobot penilaian aspek psikomotor adalah 5, dan Skor maksimal adalah 90.

## 6. Prosedur Penelitian

Penelitian tindakan kelas terdiri atas dua siklus. Penelitian tindakan kelas ditujukan untuk meningkatkan hasil belajar siswa materi pokok roll depan. Setiap siklus mencakup empat tahapan yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan. Prosedur penelitian ini meliputi tahap-tahap berikut: 1. Tahap Persiapan Survei Awal. Kegiatan yang dilakukan adalah melakukan observasi di lingkungan sekolah yaitu halaman sekolah, alat-alat untuk menunjang pembelajaran dan kesiapan para siswa 2. Tahap Seleksi informant, Penyiapan Instrument dan Alat. Pada tahap ini peneliti melakukan persiapan yang meliputi: 1) Menentukan subjek penelitian; 2) Menyiapkan alat dan *instrument* penelitian dan evaluasi; 3) Tahap Pengumpulan Data; 4) Pada tahap ini peneliti mengumpulkan data tentang: (1) Hasil belajar roll depan, (2) Kepuasan siswa terhadap proses pembelajaran, (3) Ketepatan rencana pelaksanaan pembelajaran, (4) Media pembelajaran, (5) Pelaksanaan pembelajaran, (6) Semangat dan keaktifan siswa; 5) Tahap Analisis Data. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Teknik analisis tersebut dilakukan karena sebagian besar data yang dikumpulkan berupa uraian deskriptif tentang proses pembelajaran yaitu antusias siswa dalam mengikuti modifikasi pembelajaran roll depan. 6) Tahap Penyusunan Laporan Pada tahap ini peneliti menyusun laporan dari semua kegiatan awal survei sampai dengan menganalisis data yang dilakukan pada waktu penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 4.1. Hasil Penelitian

#### 4.1.1 Perencanaan Tindakan

Perencanaan dilakukan oleh peneliti pada tiap siklus adalah : 1) Merancang skenario pembelajaran berdasarkan hasil refleksi siklus I, 2) Menyusun alat evaluasi, 3) Menyiapkan lembar observasi.

#### 4.1.2 Pelaksanaan Tindakan

Pelaksanaan tindakan dilakukan sesuai dengan rancangan tindakan, yaitu : 1) Melaksanakan Pembelajaran; 2) Melakukan pengamatan, 3) Melakukan tes evaluasi. Pelaksanaan tindakan dilakukan sesuai dengan rancangan tindakan, yaitu: Siswa dibariskan tiga bersaf, guru memimpin berdoa, setelah itu dilakukan presensi, kemudian guru menjelaskan materi pelajaran (Senam lantai) Roll Depan dengan menggunakan alat bantu bola plastik, kegiatan ini dilakukan selama 15 menit. Kegiatan berikutnya adalah pemanasan, waktu yang digunakan untuk Pemanasan adalah 15 menit. Kegiatan pertama siswa melakukan peregangan statis kemudian dilanjutkan pemanasan dinamis. Memasuki kegiatan inti selama 70 menit, siswa melakukan roll depan dengan hitungan. Kemudian

setelah selesai semua dilakukanlah (Senam lantai ) bola Roll Depan dengan menggunakan alat bantu bola plastik. Kegiatan penutup dialokasikan waktu 40 menit yang terdiri dari 20 menit untuk koreksi menyeluruh mengenai cara melakukan Roll Depan dengan benar, kemudian memberikan kesempatan kepada siswa untuk tanya jawab. Setelah selesai, 15 menit berikutnya untuk pendinginan dan diakhir 5 menit untuk penutupan.

#### 4.1.3.3. Pengamatan Tindakan

Setelah dilaksanakan tindakan siklus II dan diadakan evaluasi maka diperoleh hasil pengamatan selama proses pembelajaran berlangsung dalam mengikuti pembelajaran (Senam lantai) Roll Depan dengan menggunakan media alat bantu bola plastik minat dan motivasi siswa sudah mengalami peningkatan.

Tabel 1. Lembar Pengamatan Proses Pembelajaran Siswa Siklus II

No	Objek yang diamati	Skala Penilaian			
		1	2	3	4
1	Minat siswa ketika melakukan tindakan			√	
2	Motivasi siswa selama mengikuti proses pembelajaran			√	
3	Kesungguh-sungguhan siswa			√	
4	Keseriusan siswa melakukan kegiatan				√
5	Keaktifan selama pembelajaran				√
6	Kehangatan suasana pembelajaran			√	
7	Kelancaran langkah-langkah pembelajaran				√
8	Ketertiban siswa selama pembelajaran berlangsung				√
9	Ketepatan selesainya proses pembelajaran				√
10	Antusias siswa dalam pembelajaran				√
Jumlah Skor Tiap Butir		36			

Secara umum kehangatan suasana dalam pembelajaran siswa cukup aktif ini terlihat dari antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran dari pemanasan sampai akhir. Pengisian lembar observasi dilakukan oleh guru, observasi berdasarkan pengamatan pembelajaran yang sedang berlangsung, kaitannya dengan sikap siswa selama mengikuti pembelajaran. Tampak aspek-aspek yang diamati pada kegiatan belajar mengajar (siklus II) yang dilaksanakan oleh kolaborator (peneliti) mendapat penilaian baik dari pengamat. Ini terbukti dengan hasil prosentase 87,5%. Namun demikian penilaian tersebut belum merupakan hasil yang optimal, untuk itu ada beberapa aspek yang perlu mendapat perhatian dalam penyempurnaan penerapan pembelajaran selanjutnya.

Aspek-aspek tersebut adalah motivasi siswa, minat siswa dan kesungguhan siswa. Dengan penyempurnaan aspek-aspek di atas dalam pembelajaran Roll Depan dengan menggunakan alat pemukul modifikasi dan bola lunak siswa dapat lebih bersemangat lagi dalam mengikuti pembelajaran sehingga dapat mencapai hasil belajar yang optimal.

#### 4.1.3.5. Data Hasil Pembelajaran Siklus II

Di bawah ini data hasil belajar

Tabel.2 Hasil Belajar Siklus II

No	Nama Siswa	Penilaian			Jum Skor	Ket.
		Psiko motor	Afektif	Kognitif		
1	Ahmad Andreanto	45	24	20	89	T
2	Akbar Putra P	30	24	16	70	TT
3	Aldito Dwi Prayoga	40	24	16	80	T
4	Algo Fakhrobby	40	24	16	80	T
5	Andara Adisti	40	24	16	80	T
6	Adreanto	35	30	16	81	T
7	Anggi Pratama Y	35	24	16	75	T
8	Anggun Farmalita	35	24	16	75	T
9	Bintang Prayoga	40	24	20	84	T
10	Cicilia Frincesnisa	45	24	16	85	T
11	Destiara Sandrilla P	40	24	16	80	T
12	Dinda Widiawati	40	24	16	80	T
13	Dias Ramadi	35	24	20	79	T
14	Dwi Nur Puspita R	40	24	16	80	T
15	Elrika Rahma Safitri	40	24	16	80	T
16	Irma Tri Susanti	35	24	20	79	T
17	Kartika Sari	40	24	16	80	T
18	Kelana Habimanyu	40	18	20	78	T
19	Kiki Zakiatu S	40	18	20	78	T
20	Kunjara Jaya Sakti	40	24	16	80	T
21	Laela Putri R	35	24	20	79	T
22	Mardani Setiawan	35	24	16	75	T
23	M. Dahfi Wiratama	40	24	16	80	T
JUMLAH		885	546	396	1827	

#### 4.1.3.6. Prosentase ketuntasan siswa

Siswa yang tuntas =  $22/23 \times 100\% = 96\%$ , Siswa yang tidak tuntas =  $1/23 \times 100\% = 4\%$ , Rata-rata kelas =  $1827/2300 \times 100\% = 79,4\%$ . Rata-rata hasil belajar siswa dalam pembelajaran (Senam lantai) Roll Depan dengan menggunakan media alat bantu bola plastik pada siklus II nilai rata-rata

meningkat. Peningkatan tersebut dapat dilihat dari banyaknya siswa yang tuntas, yaitu 96 % siswa (22 siswa) dari jumlah keseluruhan 23 siswa memiliki nilai sama dengan atau diatas Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75.

Tabel.3 Perolehan Nilai Pra Siklus, Siklus I dan Siklus II

Pra Siklus	Siklus I	Siklus II	Kenaikan
71,4 %	75,2 %	79,4 %	4,2 %

Setelah diadakan refleksi secara menyeluruh dengan adanya perbaikan-perbaikan tindakan yang di lakukan pada siklus II dapat disimpulkan terjadi peningkatan ketuntasan belajar siswa dari pra siklus sampai siklus II. Adapun penyebab peningkatan tersebut adalah karena adanya penggunaan alat bantu bola plastik dalam (Senam lantai ) Roll Depan, adanya perbaikan kinerja guru dan pemberian motivasi pada siklus II. Dengan penggunaan alat bantu bola plastik pada (Senam lantai ) Roll Depan, siswa menjadi lebih bersemangat, senang dan pada siklus II ini mereka sudah terbiasa dan mengerti permainannya.

#### 4.1.4. Analisa Data Angket

##### 4.1.4.1. Angket Motivasi

Angket yang diberikan pada siswa setelah siswa melaksanakan proses pembelajaran dengan metode demontrasi (siklus II) dengan jumlah pertanyaan sebanyak 5 butir dan jumlah responden 23 siswa. Untuk mengetahui motivasi siswa terhadap pembelajaran(Senam lantai ) Roll Depan dengan menggunakan media alat bantu bola plastik. Berdasarkan hasil angket siswa pada lampiran diperoleh hasil analisis angket motivasi pada table berikut : Dari tabel diatas menunjukkan bahwa tanggapan siswa terhadap pembelajaran (Senam lantai ) bola Roll Depan dengan menggunakan media alat bantu bola plastik adalah positif.

Tabel.4 Rekapitulasi Angket Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran (Senam lantai ) Roll Depan Menggunakan media alat bantu bola plastik

No Soal	SS		S		TS		STS		Jumlah
	JML	%	JML	%	JML	%	JML	%	
1	10	43%	13	57%	0	0%	0	0%	23
2	15	65%	8	35%	0	0%	0	0%	23
3	9	39%	14	61%	0	0%	0	0%	23
4	16	70%	7	30%	0	0%	0	0%	23
5	8	35%	15	65%	0	0%	0	0%	23
Rata-rata		50,4		49,6		0		0	

Berdasarkan jumlah rata-rata dalam persen menunjukkan bahwa 50,4 % siswa sangat setuju dengan kegiatan pembelajaran tersebut, 49,6 % siswa setuju dan 0 % untuk tidak setuju dan sangat tidak setuju. Hal ini dapat dikatakan bahwa siswa menyukai metode pembelajaran yang disajikan guru.

#### 4.1.4.1. Angket Minat

Angket yang diberikan pada siswa setelah siswa melaksanakan proses pembelajaran dengan metode demonstrasi (siklus II) dengan jumlah pertanyaan sebanyak 5 butir dan jumlah responden 23 siswa. Untuk mengetahui motivasi siswa terhadap pembelajaran (Senam lantai) Roll Depan dengan menggunakan media alat bantu bola plastik. Berdasarkan hasil angket siswa pada lampiran diperoleh hasil analisis angket minat pada table berikut :

Tabel 5. Rekapitulasi Angket Minat Siswa Dalam Pembelajaran

No Soal	SS		S		TS		STS		Jumlah
	JML	%	JML	%	JML	%	JML	%	
1	12	52%	11	48%	0	0%	0	0%	23
2	15	65%	8	35%	0	0%	0	0%	23
3	14	61%	9	39%	0	0%	0	0%	23
4	16	70%	7	30%	0	0%	0	0%	23
5	10	44%	13	56%	0	0%	0	0%	23
Rata-rata		58,4		41,6		0		0	

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa tanggapan siswa terhadap pembelajaran (Senam lantai) Roll Depan dengan menggunakan media alat bantu bola plastik adalah positif. Berdasarkan jumlah rata-rata dalam persen menunjukkan bahwa 58,4 % siswa sangat setuju dengan kegiatan pembelajaran tersebut, 41,6 % siswa setuju dan 0 % untuk tidak setuju dan sangat tidak setuju. Hal ini dapat dikatakan bahwa siswa tertarik dan senang mengikuti metode pembelajaran yang disajikan guru.

#### 4.1.3.4. Refleksi Tindakan

Refleksi adalah perenungan secara kritis apa yang terjadi selama pembelajaran dalam hal ini mulai dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi tindakan siklus II. Dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar (siklus II) diperoleh informasi dari hasil pengamatan sebagai berikut ; 1) Selama proses belajar mengajar guru telah melaksanakan semua pembelajaran dengan baik. Meskipun ada beberapa aspek yang belum sempurna misalnya suasana pembelajaran yang kurang, tetapi presentasi pelaksanaannya setiap aspek cukup besar. 2) Berdasarkan data hasil pengamatan diketahui bahwa siswa semangat dan aktif selama proses belajar berlangsung. 3) Kekurangan pada siklus I sudah mengalami perbaikan dan peningkatan sehingga menjadi lebih baik. 4) Hasil belajar siswa pada siklus II mengalami peningkatan.

## 4.2. Pembahasan

Pembahasan prestasi belajar yang diraih siswa ini berdasar temuan yang dilakukan peneliti saat melaksanakan tindakan perbaikan terhadap 23 siswa kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur pada mata pelajaran Penjas. Pernyataan tersebut mengandung makna bahwa pembelajaran tidak terlepas dari evaluasi untuk mengetahui prestasi belajar siswa, dan dalam pembelajaran (Senam lantai) Roll Depan menggunakan media alat bantu bola plastik yang telah peneliti laksanakan, berdasar temuan dan refleksi dapat dikemukakan beberapa perubahan yang terjadi.

Hasil tindakan siklus I dan diskusi dengan teman sejawat menyatakan bahwa pembelajaran yang sudah dilaksanakan sudah menunjukkan kemajuan. Hal ini ditunjukkan dengan adanya keberhasilan siswa yang dapat menguasai materi pelajaran Penjas lebih dari 85%. Hal ini didasarkan dari siswa yang memenuhi kriteria ketuntasan minimal dengan mendapatkan nilai minimal 75. Siswa yang semula tidak bisa melakukan roll depan dengan akurasi yang baik. Siswa yang sebelumnya takut pada (Senam lantai) Roll Depan sehingga tidak bersemangat menjadi dapat melakukan Roll Depan dengan nyaman dan konsentrasi lebih baik.

Prestasi belajar ini dapat terlihat dari peningkatan hasil belajar dari Pra siklus ke siklus I kemudian siklus II yaitu dari 71,4 % menjadi 75,2% pada siklus I kemudian menjadi 79,4%. Dalam proses belajar mengajar siswa terlihat semangat, mendengarkan, atau memperhatikan penjelasan guru, melakukan kegiatan dengan sungguh-sungguh. Jadi dapat dikatakan bahwa aktifitas siswa sangat aktif mengikuti pembelajaran dengan media.

Minat merupakan sumber motivasi yang mendorong orang untuk melakukan sesuatu, bila mereka melihat bahwa sesuatu itu menguntungkan, mereka juga berminat. Ini kemudian mendatangkan kepuasan. Bila kepuasan berkurang, minatpun akan berkurang<sup>7</sup>. Begitu pula untuk belajar sangat diperlukan adanya minat dan motivasi. Hasil belajar akan menjadi optimal, kalau ada motivasi dan motivasi dapat muncul jika ada minat<sup>8</sup>. Makin tepat motivasi yang diberikan, akan makin berhasil pula pembelajaran itu. Pada analisis angket siswa motivasi dan minat menunjukkan hal positif, hal ini menunjukkan bahwa siswa memberikan respon yang positif terhadap metode pembelajaran (Senam lantai) Roll Depan menggunakan media alat bantu bola plastik. Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa modifikasi alat bantu bola plastik pada pembelajaran (Senam lantai) Roll Depan mata pelajaran Penjas pada siswa Kelas V Semester II SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur Tahun Pelajaran 2018/2019 dapat meningkatkan keterampilan siswa

<sup>7</sup> Elizabeth B. Hurlock. 1978. *Perkembangan Anak*: Jakarta: Penerbit Erlangga. Hal 114

<sup>8</sup> A.M, Sardiman. 2010. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo. Hal 84

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Penelitian Tindakan Kelas yang dilaksanakan di kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur ini dilaksanakan dalam dua siklus. Setiap siklus meliputi empat tahapan, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Simpulan hasil penelitian ini secara singkat yakni bahwapenggunaan alat Bantu Bola Plastik dalam pembelajaran senam lantai roll depan dapat meningkatkan hasil belajar yang signifikan bagi siswa kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur yakni meningkatnya motivasi pembelajaran roll depan (baik proses maupun hasil) pada siswa kelas V SD Negeri 4 Pugung Raharjo Kecamatan Sekampung Udik Kabupaten Lampung Timur. Peningkatan motivasi pembelajaran roll depan (baik proses maupun hasil tersebut terjadi setelah guru melakukan beberapa upaya) yaitu:

- 1) Aplikasi model pembelajaran menggunakan media alat Bantu Bola Plastik untuk meningkatkan motivasi pembelajaran roll depan sebagai media alternatif dalam pembelajaran roll depan.
- 2) Peneliti menjelaskan kesulitan-kesulitan dalam melakukan pembelajaran roll depan kepada siswa.
- 3) Guru memotivasi siswa yang takut, bosan untuk melakukan pembelajaran roll depan dengan memberi inisiatif berupa contoh gerakan.

Upaya yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan aplikasi model pembelajaran menggunakan media alat Bantu Bola Plastik untuk meningkatkan motivasi pembelajaran roll depan pada siswa kelas V SD. Hal tersebut dapat dilihat pada kesimpulan hasil penelitian berikut ini.

- 1) Siswa terlihat tertarik, aktif dan antusias dalam mengikuti proses pembelajaran roll depan. Hal ini ditunjukkan pada siklus I 73,91%, siklus II 96,00%.
- 2) Siswa terlihat memperhatikan pelajaran dengan serius dan terlihat aktif dalam kegiatan belajar mengajar. Hal ini ditunjukkan pada siklus I 73,91%, siklus II 96,00%.
- 3) Siswa yang dapat melakukan tes kemampuan gerak dasar dengan baik. Hal ini ditunjukkan pada siklus I 73,91%, siklus II 96,00%.
- 4) Siswa tertarik dengan media pembelajaran menggunakan alat bantu. Hal ini ditunjukkan pada siklus I 73,91%, siklus II 96,00%.

### Saran

Berkaitan dengan simpulan di atas, maka peneliti dapat mengajukan saransaranebagai berikut:

- 1) Guru hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, menyampaikan materi, serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukannya dapat terus meningkat seiring dengan peningkatan kemampuan yang dimilikinya. Selain itu, guru hendaknya mau membuka diri untuk menerima

berbagai bentuk masukan, saran, dan kritikan agar dapat lebih memperbaiki kualitas pengajarannya. Guru harus lebih inovatif dalam menerapkan metode untuk menyampaikan materi pembelajaran.

- 2) Kepada guru Penjas lain yang belum mempunyai media alat bantu hendaknya mencoba menggunakan alat bantu tersebut dalam pembelajaran di depan apabila mengalami permasalahan yang sama.
- 3) Penelitian ini dapat diterapkan di kelas lain maupun di sekolah lain. Namun tentu saja dalam penerapannya harus diikuti oleh penyesuaian dan modifikasi seperlunya sesuai dengan konteks kelas ataupun sekolah masing-masing. Hal ini disebabkan meskipun sekolah-sekolah yang ada di Indonesia ini pada dasarnya hampir sama satu dengan yang lainnya, namun tetap memiliki suatu karakteristik khusus yang hanya dimiliki oleh masing-masing kelas atau sekolah sebagai akibat dari keanekaragaman yang dimiliki oleh masing-masing individu yang ada di kelas atau sekolah tersebut.

## REFERENSI

- A.M, Sardiman.2010. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo
- Adkon, Riduwan. 2006. *Metode dan Teknik Menyusun Tesis*. Bandung: Alfabeta.
- Basrowi dan Suwandi.2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Elizabeth B. Hurlock. 1978. *Perkembangan Anak*: Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Kartini, kartono. 1980. *Pengantar Metodologi Research Sosial*. Alumni, Bandung
- Wina Sanjaya. 2013. *Penelitian Tindakan Kelas*, Jakarta : PT Fajar Interpratama Mandiri.