

**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN *COOPERATIVE LEARNING*  
*TYPE GROUP INVESTIGATION* UNTUK MENINGKATKAN HASIL  
BELAJAR GULING BELAKANG**

**Dian Noviana Ertanti<sup>(1)</sup> Djoko Nugroho<sup>(2)</sup>**

<sup>(1)(2)</sup> Universitas Sebelas Maret Surakarta

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah meningkatkan hasil belajar guling belakang peserta didik kelas XI-IPS 2 SMA N 2 Surakarta tahun ajaran 2016/2017.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian dilaksanakan dua siklus. Setiap siklus terdiri dari dua pertemuan. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas XI-IPS 2 SMA N 2 Surakarta tahun ajaran 2016/2017 yang berjumlah 25 peserta didik. Sumber data adalah peserta didik, guru, dan peneliti. Teknik pengumpulan data adalah dengan observasi dan tes. Validitas data dengan menggunakan teknik triangulasi. Teknik analisis data menggunakan teknik kualitatif dengan menggunakan teknik persentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam proses pembelajaran.

Pelaksanaan tindakan pada siklus I dan siklus II terjadi proses pembelajaran yang aktif, efektif, efisien, dan menyenangkan sehingga dapat mendukung terjadinya pembelajaran yang berkualitas. Hasil penelitian menunjukkan dari kondisi awal ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II terjadi peningkatan persentase ketuntasan. Ketercapaian ketuntasan hasil belajar guling belakang siklus I sebesar 40% atau 10 dari 25 peserta didik dan pada siklus II ketercapaian ketuntasan hasil belajar mencapai 80% atau 20 dari 25 peserta didik, sedangkan 5 peserta didik tidak tuntas sehingga hasil belajar sudah melampaui target capaian yang ditetapkan dalam penelitian ini yaitu 80%.

Simpulan penelitian ini adalah melalui model pembelajarana cooperative learning tipe group investigation dapat meningkatkan hasil belajar guling belakang pada peserta didik kelas XI-IPS 2 SMA N 2 Surakarta tahun ajaran 2016/2107.

**Kata kunci** : hasil belajar, guling belakang, cooperative learning, group investigation.

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum dan juga merupakan proses untuk mencapai tujuan pendidikan menggunakan aktivitas gerak fisik yang diharapkan dapat menghasilkan perubahan dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, emosional, intelektual, sosial, moral, dan spiritual. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu bagian yang penting dalam peningkatan mutu sumber daya manusia di Indonesia, maka dari itu perlu adanya peningkatan pengajaran demi tercapainya tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu sendiri. Tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah mengoptimalkan perkembangan peserta didik sesuai dengan kemampuan, minat, dan kebutuhan peserta didik.

Banyak materi pembelajaran penjasorkes yang harus diberikan kepada peserta didik, salah satunya adalah materi senam lantai. Senam lantai disebut juga dengan *Floor Exercise*, tidak jarang ada yang menyebutnya dengan *tumbling*.

Senam lantai biasanya dilakukan di atas matras, unsur geraknya terdiri dari mengguling, melompat, meloncat, berputar di udara, menumpu dengan tangan atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang. Didalam senam lantai terdapat berbagai macam gerakan diantaranya mengguling (guling depan dan guling belakang), keseimbangan (berdiri atas kepala, berdiri atas tangan dilanjutkan guling dada, berdiri atas tangan, *back extension*, berdiri atas lengan dilanjutkan guling dada), melenting (melenting tumpuan tengkuk, melenting tumpuan dahi, *front walkover*, *back walkover*, *hand spring*, melenting ke belakang tumpuan tangan), meroda, *round of*. Salah satu materi senam lantai yang diajarkan adalah gerakan Mengguling. Gerakan mengguling terdiri dari guling depan dan guling belakang. Saat melakukan kegiatan PPL di SMA N 2 Surakarta, salah satu kelas yang mendapatkan materi guling depan dan guling belakang adalah kelas XI-IPS 2. Hasil observasi yang diperoleh dari guru adalah peserta didik mengalami

kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang. Model pembelajaran yang digunakan

Guru membuat peserta didik lebih tergantung pada guru dan menganggap jika tidak ada guru maka tidak ada proses belajar mengajar. Selain itu peserta didik kurang aktif selama proses pembelajaran. Guru menjelaskan teknik dasar guling belakang, memberikan contoh guling belakang dan selanjutnya memberi instruksi kepada peserta didik untuk melakukan guling belakang yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama. Ternyata dari pembelajaran yang diterapkan guru sebagian besar peserta didik kurang senang, peserta didik merasa jenuh dan bosan, hal ini menyebabkan peserta didik bercanda dengan peserta didik lainnya. Kondisi yang demikian mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai dengan maksimal, peserta didik kurang menguasai teknik guling belakang sehingga dalam evaluasi/penilaian hasilnya tidak tuntas.

Permasalahan yang terjadi pada peserta didik kelas XI-IPS 2 SMA N 2 Surakarta harus dicarikan solusi yang tepat. Pembelajaran guling belakang yang dilakukan secara konvensional dan klasikal ternyata tidak cukup meningkatkan minat dan keaktifan peserta didik. Pada umumnya peserta didik akan lebih berminat mengikuti pembelajaran guling belakang apabila menggunakan model pembelajaran secara berkelompok, model pembelajaran ini dapat meningkatkan keaktifan peserta didik karena peserta didik akan memiliki peluang mencoba suatu ketrampilan lebih banyak dalam kelompok kecil mereka, bahkan tanpa adanya rasa canggung atau malu saat mereka melakukan kesalahan.. Dari pengamatan hasil belajar peserta didik dalam melakukan guling belakang masih belum optimal sesuai dengan standar pencapaian nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu 75. Dari 25 peserta didik, hanya 5 peserta didik (20%) yang sudah memenuhi standar nilai, dan sisanya peserta didik (80%)

masih jauh dari standar pencapaian nilai yang sudah ditentukan.

Guru dalam hal ini harus memiliki kemampuan untuk melakukan pembelajaran yang membuat peserta didik aktif dan pembelajaran menjadi menyenangkan, bukan seperti pembelajaran konvensional yang cenderung menjadikan guru sebagai satu – satunya sumber informasi sehingga peserta didik menjadi kurang aktif dalam mengikuti proses pembelajaran. Kurang aktifnya peserta didik menyebabkan tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi yang diberikan kurang. Hal ini berdampak pada tidak tercapainya tujuan belajar yaitu hasil belajar yang dibawah kkm.

## **Kajian Pustaka**

### **Senam**

Senam merupakan salah satu olahraga yang harus dilakukan dengan sungguh – sungguh karena untuk dapat melakukan senam dengan baik diperlukan adanya kekuatan, daya tahan, kelentukan, dan koordinasi yang baik antara anggota gerak tubuh. Senam adalah

istilah atau nama (nomer) suatu cabang olahraga. Senam terjemahan dari istilah *gymnastiek* (bahasa belanda), *gymnastic* (bahasa inggris), *gymnastiek* asal kata dari *gymnos* (bahasa greka).

### **Guling Belakang**

Guling belakang adalah gerakan menggulingkan badan ke belakang dengan posisi badan tetap harus membulat dimana dalam melakukan gerakan guling belakang terdapat teknik – teknik tertentu yang harus dipahami oleh seseorang, yaitu : kaki dilipat, lutut tetap melekat di dada, dan kepala ditundukkan sampai dagu melekat di dada. Gerakan guling belakang dapat dilakukan dengan cara awalan sikap jongkok dan sikap berdiri. Pada penelitian ini akan dilakukan senam lantai guling belakang dengan awalan sikap jongkok.

### **Belajar dan Pembelajaran**

Pengertian belajar dari berbagai sumber memiliki perbedaan – perbedaan di dalam rumusan pengertian belajar, namun secara prinsip kita menemukan kesamaan – kesamaanya. Belajar menurut

pendapat Burton (Annurahman, 2014 : 35) adalah sebagai perubahan tingkah laku pada diri individu berkat adanya interaksi antar individu dengan individu dan individu dengan lingkungannya sehingga mereka mampu berinteraksi dengan lingkungannya . Witherington (Annurahman, 2014 : 35) mengemukakan bahwa belajar adalah suatu perubahan di dalam kepribadian yang menyatakan diri suatu pola baru dari reaksi berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, kepribadian, atau suatu pengertian.

### **Model Pembelajaran**

Model pembelajaran dari adanya perbedaan karakteristik peserta didik yang bervariasi. Karena peserta didik memiliki berbagai karakteristik kepribadian, kebiasaan – kebiasaan, cara belajar yang bervariasi antara individu satu dengan individu yang lain, maka model pembelajaran tidak terpaku hanya pada model tertentu.

### **Model Pembelajaran Kooperatif**

Ada beberapa istilah untuk menyebut pembelajaran berbasis

sosial yaitu pembelajar kooperatif (cooperative learning) dan pembelajaran kolaboratif. Pembelajaran kooperatif merupakan aktivitas pembelajaran kelompok yang diorganisir oleh satu prinsip bahwa pembelajaran harus didasarkan pada perubahan informasi secara sosial diantara kelompok – kelompok pembelajaran yang didalamnya setiap pembelajar bertanggungjawab atas pembelajarannya sendiri dan didorong untuk meningkatkan pembelajaran anggota – anggota yang lain.

### **Pembelajaran Kooperatif Group Investigation (GI)**

Metode yang dikembangkan oleh Sahran dan Sahran (1976) ini lebih menekankan pada pilihan dan kontrol peserta didik daripada menerapkan teknik – teknik pengajaran di ruang kelas. Dalam metode GI, peserta didik diberikan kontrol dan pilihan penuh untuk merencanakan apa yang ingin dipelajari dan di investigasi. Pertama – tama, peserta didik ditempatkan dalam kelompok – kelompok kecil.

Masing - masing kelompok diberi tugas atau proyek.

## **METODE**

Teknik pengumpulan data dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini terdiri dari : tes dan observasi. Tes digunakan untuk mendapatkan data tentang hasil gerakan gulling belakang senam lantai peserta didik serta hasil tertulis yang diberika. Observasi digunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang aktivasi peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran guling belakang senam lantai melalui penerapan model pembelajaran *group investigation* (GI).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Deskripsi Pratindakan**

Sebelum melakukan tindakan awal proses penelitian tindakan kelas, dilakukan observasi terlebih dahulu untuk mengetahui keadaan nyata yang ada di SMA N 2 Surakarta. Hasil kegiatan observasi awal tersebut adalah sebagai berikut:

1. Peserta didik kelas XI-IPS 2 SMA N 2 Surakarta tahun

ajaran 2016/2017 yang mengikuti pembelajaran materi senam guling belakang berjumlah 25 peserta didik yang terdiri dari 4 peserta didik laki – laki dan 21 peserta didik putri. Dlihat dari proses pembelajaran senam guling belakang, dapat dikatakan proses pembelajaran dalam kategori kurang berhasil.

2. Peserta didik kurang aktif dan bersemangat dalam mengikuti pembelajaran senam guling belakang sebab metode mengajar yang diterapkan kurang menumbuhkan minat peserta didik yaitu metode klasikal.
3. Menurut peserta didik pembelajaran senam guling belakang sangat sulit untuk dilakukan. Dari hasil observasi, hanya beberapa peserta didik saja yang aktif melakukan gerakan senam guling belakang dan mereka merasa senang dengan materi senam guling belakang, sedangkan peserta didik yang lain memilih untuk duduk – duduk saja dan melihat.

4. Dari hasil pengamatan, ketika pembelajaran berlangsung peserta didik diberikan kesempatan melakukan gerakan senam guling belakang dengan satu matras yang digunakan secara bergantian. Hal ini membuat peserta didik lebih banyak waktu beristirahat karena tidak banyak kesempatan mencoba. Hal ini membuat mereka kurang memahami tentang materi senam guling belakang yang berdampak pada nilai ketrampilan senam guling belakang yang tidak memenuhi KKM yaitu 75.
5. Dilihat dari hasil penilaian guru penjasorkes pada materi senam guling belakang, kelas XI-IPS 2 SMA N 2 Surakarta rata – rata kemampuan peserta didik dalam melakukan gerakan senam guling belakang hanya 5 peserta didik yang sudah memenuhi standar nilai ketuntasan.
6. Guru belum menemukan metode pembelajaran yang tepat. Model pembelajaran yang

konvensional mengakibatkan motivasi belajar peserta didik rendah. Hal ini berdampak pada hasil belajar guling belakang.

Berdasarkan hasil deskripsi rekapitulasi data awal sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas peserta didik belum menunjukkan hasil yang baik, prosentase ketuntasan belajar dengan kriteria C 20%, K 28 %, dan KS 52%. Prosentase ketuntasan belajar 5 peserta didik (20%) dan 80% lainnya tidak tuntas. Melalui deskripsi awal yang telah diperoleh tersebut masing – masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan pembelajaran yang kurang sekali.

### **Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus**

- 1) Hasil belajar peserta didik dalam materi pembelajaran ketrampilan gerak senam guling belakang setelah tindakan siklus I dilakukan menunjukkan hasil bahwa yang mencapai kriteria BS 12%, B 4%, C 24%, K 4%, dan KS 56%. Dalam hal ini sejumlah 10 peserta didik telah masuk dalam kriteria tuntas,

sedangkan 15 peserta didik lainnya tidak tuntas. Sehingga dapat didimpulkan bahwa proses siklus I hasil belajar peserta didik dalam materi pembelajaran senam guling belakang mengalami peningkatan dari data awal yakni dengan peningkatan sebesar 20%.

- 2) Berdasarkan hasil deskripsi siklus II, hasil belajar peserta didik kelas XI-IPS 2 SMA N 2 Surakarta tahun ajaran 2016/2017 setelah diberikan tindakan II adalah kriteria BS adalah 24%, B adalah 32%, C adalah 24%, K adalah 4%, KS adalah 16%. Dalam hal ini sejumlah 20 atau 80% peserta didik telah mencapai kriteria tuntas dan 5 atau 20 % peserta didik tidak tuntas. Dengan demikian hasil belajar senam lantai guling belakang menggunakan model pembelajaran kooperatif GI terjadi peningkatan yang sangat berarti, sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan model

pembelajaran kooperatif GI dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang dan efektif untuk pembelajaran senam khususnya senam lantai guling belakang. Kekurangan yang ada dalam siklus II yaitu peserta didik terkadang kurang berkonsentrasi saat mengikuti proses pembelajaran yang mengakibatkan tidak tuntasnya 20% atau sebanyak 5 peserta didik yang tidak tuntas.

## **SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

### **Simpulan**

Penelitian Tindakan Kelas yang dilakukan pada peserta didik kelas XI-IPS 2 SMA N 2 Surakarta tahun ajaran 2016/2017 ini dilakukan dalam dua siklus dan berjalan dengan lancar. Dalam setiap siklus terdiri dari 4 tahapan, yaitu : (1) perencanaan tindakan : peneliti bersama kolaborator merancang pembelajaran senam lantai guling belakang dengan model pembelajaran kooperatif GI, (2) pelaksanaan : melaksanakan proses



pembelajaran sesuai yang telah dirancang dengan model pembelajaran kooperatif GI, (3) observasi : observasi dilakukan selama proses pembelajaran dengan melakukan penilaian ketrampilan teknik senam lantai guling belakang dengan lembar observasi dan lembar penilaian, (4) refleksi : melakukan refleksi apakah indikator pembelajaran tercapai, apabila belum maka harus merencanakan usaha perbaikan agar indikator tercapai pada siklus berikutnya.

Dari hasil analisis diperoleh peningkatan yang signifikan dari pra siklus ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II. Hal ini terlihat dari hasil belajar peserta didik prasiklus menunjukkan dari 25 peserta didik terdapat 5 peserta didik atau 20% yang tuntas dan tidak tuntas 20 peserta didik atau 80%. Kemudian hasil belajar yang ditunjukkan peserta didik pada siklus I menunjukkan peningkatan sebesar 20%, 10 peserta didik atau 40% masuk kategori tuntas dan sisanya 15 peserta didik atau 60% masuk kategori tidak tuntas. Pada siklus II peningkatan hasil belajar peserta didik lebih baik

yaitu sebesar 40% dari siklus I atau sebesar 60 dari prasiklus. Sebanyak 20 peserta didik atau sebesar 80% masuk dalam kategori tuntas dan 5 peserta didik atau sebesar 20% masuk kategori tidak tuntas.

Dari hasil belajar pembelajaran senam lantai guling belakang yang dikemukakan diatas dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe GI dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas XI-IPS 2 SMA N 2 Surakarta tahun ajaran 2016/2017.

Dalam penelitian yang memberikan hasil bahwa model pembelajaran kooperatif GI dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang atau dalam kata lain penelitian ini berhasil namun pada kenyataannya masih terdapat kendala yang harus diatasi yaitu kurangnya konsentrasi peserta didik dalam memahami materi yang diberikan oleh guru maupun materi yang berasal dari sumber belajar yang mereka gunakan selama proses pembelajaran.

## **Implikasi**

Berdasarkan simpulan penelitian yang telah dikemukakan diatas, maka dapat diketahui bahwa pembelajaran melalui model pembelajaran kooperatif tipe GI dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas XI-IPS 2 SMA N 2 Surakarta tahun ajaran 2016/2017. Dengan demikian, implikasi penelitian rindakan kelas ini adalah :

1. Penelitian ini memberikan suatu gambaran yang jelas bahwa keberhasilan proses pembelajaran tergantung pada beberapa faktor. Faktor – faktor tersebut berasal dari pihak guru maupun peserta didik serta alat/media pembelajaran yang digunakan. Faktor dari pihak guru yaitu kemampuan guru dalam menyampaikan materi, kemampuan guru dalam mengelola kelas, metode yang digunakan guru dalam proses pembelajaran, pendekatan pembelajaran yang tepat sesuai materi ajar, serta teknik yang digunakan guru sebagai

sarana untuk menyampaikan materi. Sedangkan faktor dari peserta didik yaitu minat dan motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran.

2. Memberikan deskripsi yang jelas bahwa dengan melalui model pembelajaran kooperatif GI dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai guling belakang, sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagai suatu pertimbangan bagi guru penjasorkes untuk meningkatkan ketrampilan gerak peserta didik dalam olahraga ketrampilan lainnya dengan penggunaan model pembelajaran kooperatif GI.
3. Penggunaan model pembelajaran kooperatif GI untuk meningkatkan hasil belajar peserta didik terhadap pembelajaran ketrampilan senam lantai gulig belakang, sehingga peserta didik memperoleh pengalaman baru dan berbeda dalam proses pembelajaran penjasorkes. Pembelajaran penjasorkes

yang pada awalnya membosankan bagi peserta didik, menjadi pembelajaran yang menarik dan menyenangkan bagi peserta didik.

4. Penerapan model pembelajaran kooperatif GI terbukti dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik pada pembelajaran senam lantai guling belakang dalam pembelajaran penjasorkes maka mempengaruhi pula hasil belajar peserta didik secara keseluruhan sehingga meningkatkan kualitas sekolah tersebut.
5. Kendala yang masih dialami berdampak terhadap efisiensi waktu guru dalam pemberian materi ajar karena dengan konsentrasi peserta didik yang kurang akan menyebabkan mereka mudah lupa terhadap tahap- tahap sikap awal, pelaksanaan, dan sikap akhir senam lantai guling belakang, dengan adanya kendala ini dalam setiap pertemuan guru harus selalu menjelaskan atau

memberikan waktu kepada peserta didik untuk membuka kembali sumber belajar yang mereka miliki.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Guru hendaknya terus berusaha untuk mengoptimalkan kemampuannya mengembangkan materi, menyampaikan materi, serta dalam mengelola kelas, sehingga kualitas pembelajaran yang dilakukan dapat terus meningkat seiring dengan peningkatan kemampuan yang dimilikinya.
2. Guru hendaknya bersedia untuk membuka diri terhadap hal yang baru termasuk menerima berbagai kritik dan saran agar dapat lebih memaksimalkan lagi kualitas mengajar.
3. Guru hendaknya selalu berinovasi dalam

menerapkan model pembelajaran untuk menyampaikan materi pembelajaran.

4. Sekolah hendaknya menyediakan fasilitas yang dapat mendukung kelancaran kegiatan belajar mengajar.

Pendekatan model pembelajaran ini dapat diterapkan di kelas maupun sekolah lain. Namun tentu saja dalam penerapannya harus diikuti oleh penyesuaian dan modifikasi seperlunya sesuai dengan konteks

kelas maupun sekolah masing – masing. Hal ini disebabkan meskipun sekolah – sekolah yang ada di indonesia ini pada dasarnya hampir sama satu dengan yang lain, namun tetap memiliki satu 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.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Kristiyanto. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani dan Kepeleatihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Agus Mahendra. (2000). *Senam*. Jakarta: Dirjen Dikdasmen Depdiknas.
- Agus Margono. (2009). *Senam*: UNS Press Surakarta.
- Aunurrahman. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Agus Suprijono.(2009). *Coopertative Learning* : Pustaka Pelajar.
- Agung dan Syaiful. (2011). *Metode Penelitian Keolahragaan*. Surakarta : Yuma Pustaka.
- Dimiyati dan Mudjiono.(2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Endang Komara.(2014). *Belajar dan Pembelajaran Interaktif*. Bandung : PT.Refika Aditama.
- Imas Kurniasih dan Berlin Sani. (2015).*Ragam Pengembangan Model pembelajaran: Kata Pena*.
- Suharsimi Arikunto.(2006). *Penelitian Tindakan Kelas*.Jakarta : P.T Bumi Aksara.
- V.Wiratna Sujarweni. (2014). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Winataputra, Udin, S.(2001). *Model – Model Pembelajaran Inovatif*.Jakarta Pusat : Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional
- Wina Sanjaya. (2011). *Perencanaan dan Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.