

# UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR MERODA SENAM LANTAI MELALUI PENERAPAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL DAN TUTOR SEBAYA PADA SISWA KELAS XII SMK NEGERI 1 KARANGANYAR TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016

Ayub Ridwan Syah<sup>1</sup>, Slamet Riyadi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga FKIP Universitas Sebelas Maret Surakarta  
[AyubRidwan@gmail.com](mailto:AyubRidwan@gmail.com)

**ABSTRAK:** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar meroda senam lantai melalui penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya pada siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar yang berjumlah 36 siswa yang terdiri dari 34 siswa putri dan 2 siswa putra. Sumber data dalam penelitian ini berasal dari guru dan siswa. Teknik pengumpulan data adalah dengan observasi dan penilaian hasil belajar meroda senam lantai. Analisis data menggunakan teknik deskriptif yang didasarkan pada analisis kualitatif dengan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya dapat meningkatkan hasil belajar meroda senam lantai siswa dari prasiklus ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II. Proses pembelajaran pada prasiklus belum menerapkan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya untuk membantu siswa dalam mempelajari gerakan meroda senam lantai sehingga kemampuan meroda senam lantai siswa masih rendah dan hasil belajar meroda senam lantai siswa kurang maksimal. Dari hasil analisis diperoleh peningkatan yang signifikan dari prasiklus ke siklus I dan dari siklus I ke siklus II. Pada prasiklus, siswa yang tuntas mencapai 16,67%, Pada siklus I, siswa yang tuntas mencapai 63,89%, sedangkan pada siklus II mencapai 88,89%.

Simpulan penelitian ini adalah penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya dapat meningkatkan hasil belajar meroda senam lantai siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016.

**Kata kunci:** hasil belajar, meroda senam lantai, penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya.

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan landasan utama pembentuk generasi yang unggul dan harapan setiap bangsa. Perkembangan jaman yang semakin maju dan global menuntut setiap orang memiliki kemampuan yang tidak hanya

dari segi akademik melainkan dalam segala aspek. Melalui pendidikan akan tercipta sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, cakap, dan terampil.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan, yang

bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani. Melihat betapa pentingnya pendidikan jasmani, maka pendidikan jasmani harus diberikan kepada anak, terutama bagi anak dalam usia pertumbuhan yakni mulai dari tingkat pendidikan TK sampai tingkat pendidikan SMA/SMK.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani bukan hanya melalui pengajaran konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, melainkan melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional, dan sosial. Melalui pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani, membiasakan pola hidup sehat, serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Dalam pendidikan jasmani terdapat bermacam-macam cabang olahraga dan permainan, salah satu cabang olahraga tersebut adalah senam lantai. Senam lantai adalah senam yang

dilakukan di atas matras, yang terdiri dari unsur-unsur mengguling, melompat, meloncat, menumpu dengan tangan atau dengan kaki untuk mempertahankan keseimbangan. Dalam pembelajaran senam lantai khususnya gerak meroda, kemampuan siswa-siswi dalam melakukan gerak tersebut dinilai masih kurang, hal tersebut dipengaruhi proses belajar mengajar yang kurang efektif dan monoton.

Dalam hal ini guru biasanya hanya menerapkan pembelajaran dengan metode ceramah dan komando, sehingga siswa kurang bisa untuk memahami materi yang disampaikan dan cenderung malas mengikuti pembelajaran. Selain itu, siswa juga kurang termotivasi dengan penerapan metode pembelajaran yang digunakan oleh guru. Metode pembelajaran yang digunakan oleh guru sangat berpengaruh terhadap jalannya pembelajaran. Keaktifan siswa juga sangat diperlukan dalam pembelajaran. Akan tetapi, dalam pelaksanaannya keaktifan siswa masih minim karena masih terfokus pada arahan guru, jadi siswa tidak bisa mengembangkan pola pikir mereka. Dalam pelaksanaan pembelajaran guru belum memaksimalkan sarana dan prasarana yang ada di lingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil pengamatan dan observasi awal di SMK Negeri 1 Karanganyar (pada saat PPL/Program Pengalaman Lapangan), dari hasil belajar senam lantai gerak meroda diketahui bahwa masih terdapat banyak siswa yang memperoleh nilai dibawah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Dari 36 orang siswa kelas XI 1, 30 siswa (83,33%) orang siswa masih mendapat nilai di bawah KKM (nilai 75), dan hanya 6 siswa (16,67%) orang siswa sudah mendapat nilai di atas KKM. Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa pencapaian hasil pembelajaran senam lantai gerak meroda di SMK Negeri 1 Karanganyar masih rendah.

Penerapan model-model pembelajaran dengan media belajar dinilai sangat efektif untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan gerak meroda senam lantai. Ada banyak media belajar yang dapat digunakan oleh guru dalam upaya meningkatkan hasil belajar gerak meroda senam lantai, misalnya dengan media audio visual dan tutor sebaya (bantuan teman sebaya), karena selama ini media pembelajaran tersebut belum diterapkan di SMK Negeri 1 Karanganyar. Adanya media pembelajaran tersebut siswa dapat lebih memudahkan menerima materi dan

mempelajari materi lebih dalam, serta memacu siswa untuk lebih aktif dalam mencoba gerak meroda senam lantai. Dan secara tidak langsung menuntut kreativitas seorang guru untuk menciptakan atau menemukan model pembelajaran yang lebih aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Meroda Senam Lantai Melalui Penerapan Media Pembelajaran Audio Visual dan Tutor Sebaya pada Siswa Kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar Tahun Pelajaran 2015 / 2016”.

## **METODE PENELITIAN**

Tempat Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dilaksanakan di aula SMK Negeri 1 Karanganyar. Yang beralamatkan di Jalan Monginsidi 01 Tegalgede, Kecamatan Karanganyar, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) telah dilaksanakan pada tanggal 4 November sampai 2 Desember 2015. Subjek Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini adalah siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 yang berjumlah 36 siswa, yang terdiri

dari 34 siswa perempuan dan 2 siswa laki-laki. Teknik Pengumpulan data dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini terdiri dari:

1. Tes: dipergunakan untuk mendapatkan data tentang hasil belajar meroda senam lantai yang dilakukan oleh siswa.
2. Observasi: dipergunakan sebagai teknik untuk mengumpulkan data tentang aktifitas siswa dan guru selama kegiatan belajar mengajar pada saat penerapan model pembelajaran dengan media audio visual dan tutor sebaya.

Teknik analisis data yang digunakan dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini adalah deskriptif kualitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena sebagian besar data yang dikumpulkan berupa uraian deskriptif tentang perkembangan proses pembelajaran yakni partisipasi siswa dalam pembelajaran meroda senam lantai. Dalam penelitian ini ada dua jenis data yang dianalisis yaitu:

1. Hasil belajar meroda senam lantai: dianalisis dengan mencari rata-rata nilai dari ranah kognitif, afektif dan psikomotorik. Kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.

2. Kemampuan melakukan rangkaian gerakan meroda senam lantai: dengan menganalisis rangkaian gerakan meroda senam lantai. Kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.

Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK dianalisis dengan menggunakan presentase untuk melihat peningkatan hasil belajar lompat jauh gaya melenting dalam kegiatan pembelajaran. Hasil belajar meroda senam lantai dianalisis dengan menjumlahkan nilai dari tiga aspek. Kemudian dikategorikan dalam batas tuntas dan tidak tuntas berdasarkan Kriteria Ketuntasan Maksimal (KKM).

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian ini merupakan penelitian praktis yang berfungsi untuk mencari solusi terhadap permasalahan yang dihadapi oleh peneliti. Sesuai dengan prosedurnya Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dilaksanakan secara partisipatif atau kolaboratif antara guru dan tim lainnya. Didalam pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) peneliti menggunakan cara atau tindakan rasional yang telah disepakati oleh peneliti utama dan kolaborator.

Tindakan-tindakan tersebut akan dilaksanakan secara terus menerus dalam siklus yang peneliti berikan kepada siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar sebagai subjek penelitian.

Menurut Agus Kristiyanto (2010: 54) menyatakan bahwa langkah-langkah Penelitian Tindakan Kelas pada prinsipnya meliputi 4 (empat) langkah pokok pada setiap siklusnya. Keempat langkah tersebut meliputi (1) perencanaan tindakan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan (4) refleksi. PTK adalah penelitian praktis untuk menemukan solusi atas masalah yang dihadapi, dengan cara melakukan aksi

melakukan kegiatan survei untuk mengetahui keadaan nyata yang ada di lapangan. Hasil kegiatan survei awal tersebut adalah sebagai berikut:

1. Siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 yang mengikuti materi pelajaran penjasorkes berjumlah 36 anak yang terdiri dari 34 siswa putri dan 2 siswa putra.
2. Dalam proses pembelajaran khususnya pembelajaran meroda banyak yang kurang tertarik. Hal tersebut bisa terjadi karena penggunaan dan pemilihan model dan metode pembelajaran yang

atau tindakan rasional yang telah dipilih dan disepakati oleh peneliti atas masalah praktis, sehingga mayoritas para pakar menyarankan untuk dilakukan minimal 2 siklus.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **A. Deskriptif Pra Tindakan**

Penelitian Tindakan Kelas dilakukan pada siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 pada materi pembelajaran senam lantai meroda. Sebelum melaksanakan proses Penelitian Tindakan Kelas, terlebih dahulu peneliti

kurang efektif dan kurang kreatif untuk siswa. Dengan demikian, siswa banyak yang berbicara dengan teman dan bermain dengan teman saat penyampaian materi.

3. Sarana dan prasarana yang tersedia di sekolah belum digunakan secara maksimal. Tersedianya sarana dan prasarana yang ada disekolah belum dipergunakan secara efektif oleh guru, guru hanya menggunakan metode pembelajaran yang monoton seperti metode ceramah dan metode komando, sehingga sarana dan prasarana yang tersedia di sekolahan

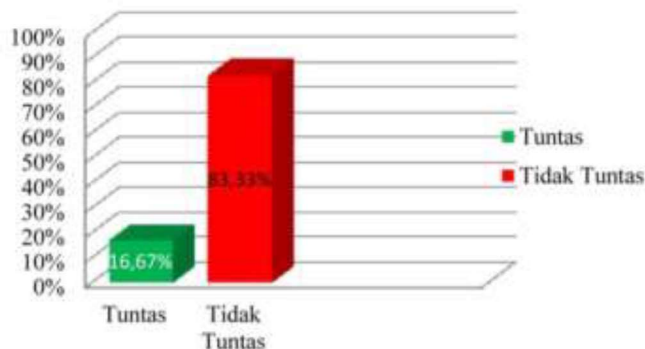
banyak yang tidak terpakai untuk menunjang hasil pembelajaran.

4. Guru sedikit kesulitan menemukan pendekatan pembelajaran dan metode pembelajaran yang baik, efektif, inovatif dan cocok untuk siswa. Metode pembelajaran yang kurang baik, efektif, inovatif dapat mengakibatkan motivasi belajar siswa menurun dan pola pikir siswa tidak bisa berkembang, sehingga akan berdampak pada rendahnya hasil belajar siswa.

Sebelum melakukan pelaksanaan tindakan maka peneliti dan kolaborator (guru) melakukan pengambilan data awal (tes awal), hal ini dimaksudkan untuk mengetahui kondisi awal keadaan kelas pada materi meroda senam lantai. Adapun kondisi hasil belajar meroda siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 sebelum di berikan tindakan dengan penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya, di sajikan dalam bentuk tabel ketuntasan sebagai berikut:

Tabel 4.1 Persentase Ketuntasan Siswa Pra Siklus

Kategori	Jumlah	Persentase
Tuntas	6	16,67 %
Tidak Tuntas	30	83,33 %



Gambar 4.1 Persentase Ketuntasan Siswa Prasiklus

## B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus

### 1. Siklus I

Pembelajaran meroda menggunakan penerapan media pembelajaran

audio visual dan tutor sebaya pada siklus I adalah pengenalan teknik dasar meroda yang meliputi: sikap permulaan, gerak pelaksanaan, dan sikap akhir, juga melakukan latihan meroda dengan

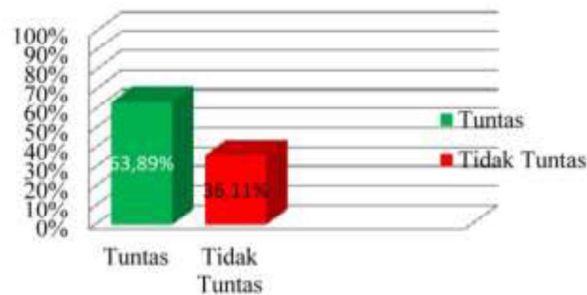
bantuan teman sebaya. Pembelajaran meroda pada siklus I dilakukan selama 3 kali pertemuan.

Berdasarkan hasil pengamatan dan penilaian yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa hasil belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pokok bahasan

meroda senam lantai, setelah pembelajaran melalui penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya pada siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar, ternyata mengalami peningkatan pada siklus I, hal tersebut dapat dilihat dari hasil observasi di bawah ini:

Tabel 4.2. Persentase Ketuntasan Siswa Siklus I

Kategori	Jumlah	Persentase
Tuntas	23	63,89%
Tidak Tuntas	13	36,11%



Gambar 4.2 Persentase Ketuntasan Siswa Siklus I

## 2. Siklus II

Siklus II merupakan tindak lanjut dari hasil analisis dan refleksi yang dilakukan pada siklus I, dimana dalam pelaksanaan tindakan siklus I rata-rata siswa menunjukkan peningkatan hasil belajar dan sudah mencapai target untuk siklus I yaitu 60 %, akan tetapi target dari peneliti dan kolaborator untuk siklus

II belum terpenuhi, oleh sebab itu pelaksanaan siklus II mengacu pada pelaksanaan siklus I, karena siklus II merupakan perbaikan dari siklus I.

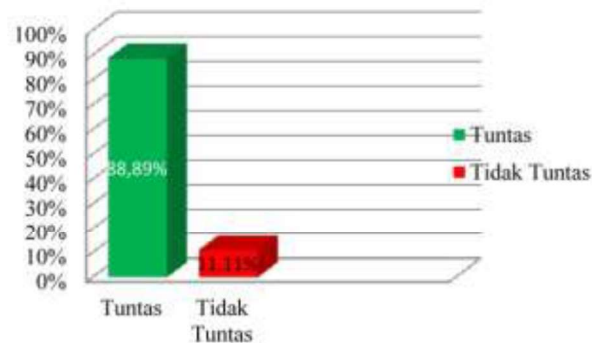
Berdasarkan hasil pengamatan dan penilaian yang telah dilakukan oleh peneliti dan kolaborator bahwa hasil belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan

kesehatan pokok bahasan meroda setelah pembelajaran melalui penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor

sebayu ternyata mengalami peningkatan pada siklus II. hal tersebut dapat dilihat dari hasil observasi di bawah ini:

Tabel 4.3. Persentase Ketuntasan Siswa Siklus II

Kategori	Jumlah	Persentase
Tuntas	32	88,89%
Tidak Tuntas	4	11,11%



Gambar 4.3. Persentase Ketuntasan Siswa Siklus II

### C. Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus

Selama pelaksanaan tindakan dari kondisi awal, siklus I, dan siklus II melalui penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebayu pada siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016, diketahui masing-masing tindakan mengalami peningkatan hasil belajar meroda senam lantai.

Pada kondisi awal diperoleh hasil ketuntasan siswa yang kurang maksimal.

Pada kondisi awal hanya 6 siswa (16,67%) yang mencapai kriteria tuntas, sedangkan sisanya 30 siswa (83,33%) belum tuntas. Pada akhir pembelajaran siklus I mengalami peningkatan menjadi 23 siswa (63,89%) yang mencapai kriteria tuntas dan 13 siswa (36,11%) belum tuntas. Dan pada akhir pembelajaran siklus II mengalami peningkatan menjadi 32 siswa (88,89%) yang mencapai kriteria tuntas dan sampai akhir pertemuan masih terdapat 4 siswa (11,11%) yang belum tuntas.



#### D. Pembahasan

Berdasarkan hasil pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas pada kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 dapat dinyatakan bahwa terjadi peningkatan hasil pembelajaran dari siklus I ke siklus II. Dari Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 3,00, pada hasil belajar awal sebelum dilakukan tindakan terdapat 6 siswa yang tuntas atau sebanyak (16,67%) dan 30 siswa atau (83,33%) yang belum tuntas. Pada siklus I hasil belajar meroda mengalami peningkatan sebesar 47,22% yaitu dengan rincian 23 siswa atau (63,89%) tuntas dan 13 siswa atau (36,11%) belum tuntas. Adapun pada siklus II hasil belajar meroda mengalami peningkatan sebesar 25,00% dengan rincian yaitu 32 siswa atau (88,89%) tuntas dan 4 siswa atau (11,11%) belum tuntas.

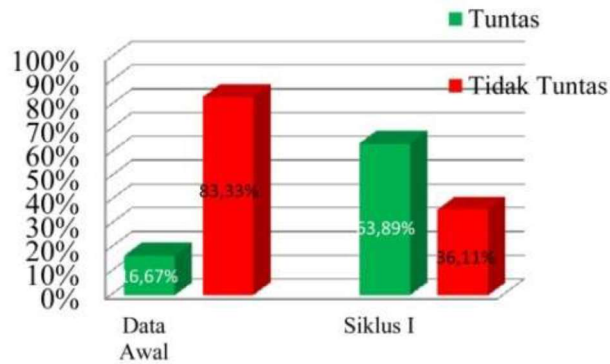
Tabel 4.4 Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Meroda Dari Kondisi Awal ke Siklus I

Kondisi	Ketuntasan		
	Persentase Capaian	Siswa yang Tuntas	Siswa yang Tidak Tuntas
Awal	16,67%	6	30
Siklus I	63,89%	23	13

Peningkatan terjadi pada siklus I dan siklus II setelah diberikan tindakan melalui penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya. Pada siklus I hasil belajar meroda sudah terlihat ada peningkatan walaupun belum begitu maksimal. Pelaksanaan siklus II menyebabkan hasil belajar meroda meningkat menjadi lebih baik dan tercipta proses pembelajaran yang lebih aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan sehingga pembelajaran menjadi berkualitas.

#### 1. Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Gerakan Meroda Senam Lantai Dari Kondisi Awal ke Siklus I

Perbandingan peningkatan hasil belajar meroda siswa kelas XI SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 dari kondisi awal ke siklus I dalam bentuk tabel sebagai berikut:



Gambar 4.4 Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Meroda Dari Kondisi Awal ke Siklus I

Berdasarkan gambar tersebut hasil belajar gerakan meroda senam lantai pada siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 mengalami peningkatan setelah siklus I dilakukan, menunjukkan bahwa dari 36 siswa, 23 siswa telah masuk dalam kriteria tuntas atau (63,89%) sedangkan 13 siswa belum tuntas atau (36,11%). Hasil belajar siswa pada pelaksanaan siklus I belum menunjukkan hasil yang maksimal meskipun telah mengalami peningkatan, akan tetapi belum sesuai

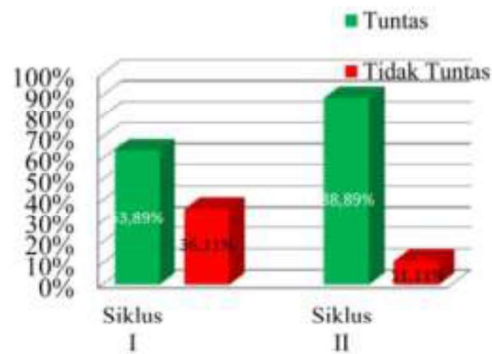
dengan target capaian maksimal. Meskipun secara keseluruhan menunjukkan peningkatan yang cukup baik. Akan tetapi, ada beberapa siswa yang menunjukkan kurangnya kesungguhan dalam pembelajaran. Hal itu dipengaruhi oleh beberapa faktor, misalnya badan yang kurang sehat pada waktu pelajaran, asyik mengobrol dengan teman, dan yang paling utama adalah kurang menguasai teknik rangkaian gerak meroda sehingga nilai psikomotor kurang maksimal.

## 2. Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Gerakan Meroda Senam Lantai Dari Siklus I ke Siklus II

Perbandingan peningkatan hasil belajar meroda siswa kelas XI SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 dari siklus I ke siklus II dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.5 Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Meroda Dari Siklus I Ke Siklus II

Kondisi	Ketuntasan		
	Persentase Capaian	Siswa yang Tuntas	Siswa yang Tidak Tuntas
Siklus I	63,89%	23	13
Siklus II	88,89%	32	4



Gambar 4.5 Persentase Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Meroda Dari Siklus I Ke Siklus II

Berdasarkan gambar tersebut hasil belajar gerakan meroda senam lantai pada siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 mengalami peningkatan setelah siklus II dilakukan, menunjukkan bahwa dari 36 siswa, 32 siswa telah masuk dalam kriteria tuntas atau (88,89%), sedangkan 4 siswa belum tuntas atau (11,11%). Sampai akhir pertemuan masih terdapat 4 siswa belum tuntas dikarenakan masih kurangnya penguasaan teknik rangkaian

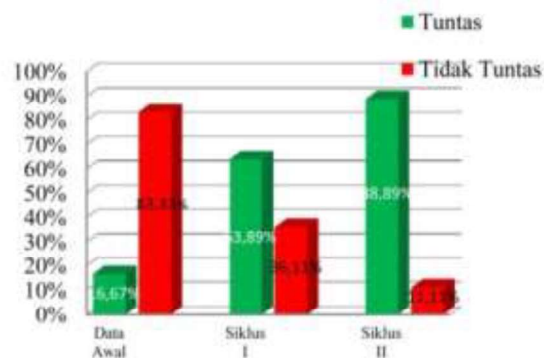
gerak meroda, dan untuk siklus II telah tercapai target yang diinginkan, maka pemberian tindakan tidak dilanjutkan lagi ke siklus berikutnya.

### 3. Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Gerakan Meroda Senam Lantai Dari Kondisi Awal, Siklus I ke Siklus II

Secara keseluruhan capaian hasil belajar dapat dilihat melalui pemaparan tabel pencapaian hasil belajar meroda siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016.

Tabel 4.6 Perbandingan Hasil Belajar Meroda dari Kondisi Awal, Siklus I, dan Siklus II

Kondisi	Ketuntasan		
	Persentase Capaian	Siswa yang Tuntas	Siswa yang Tidak Tuntas
Awal	16,67%	6	30
Siklus I	63,89%	23	13
Siklus II	88,89%	32	4



Gambar 4.6 Persentase Hasil Belajar Meroda dari Kondisi Awal, Siklus I, dan Siklus II

Pada kondisi awal diperoleh ketuntasan hasil belajar yang kurang maksimal. Pada kondisi awal hanya 6 siswa (16,67%) yang mencapai kriteria ketuntasan, sedangkan 30 siswa (83,33%) belum tuntas. Kemudian hasil belajar siswa mengalami peningkatan dengan penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya pada siklus I sejumlah 23 siswa (63,89%) mencapai kriteria tuntas dan 13 siswa (36,11%) belum tuntas. Pada akhir dari siklus II terjadi peningkatan yaitu sejumlah 32

siswa (88,89%) mencapai kriteria tuntas dan 4 siswa (11,11%) belum tuntas. Sampai akhir pertemuan masih terdapat 4 siswa (11,11%) yang belum tuntas.

Di samping memengaruhi peningkatan kemampuan gerak meroda senam lantai pada siswa, penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya dalam pembelajaran gerak meroda senam lantai juga berpengaruh terhadap pemahaman siswa pada teknik meroda. Penerapan media pembelajaran ini cukup efektif dan efisien dalam

pemberian materi kepada siswa, sebab dengan penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya ini siswa lebih mudah untuk mempelajari teknik meroda.

Melalui penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya pada materi gerak meroda senam lantai kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016, mampu meningkatkan hasil belajar. Hal tersebut dikarenakan pembelajaran ini menitik-beratkan pada proses pembelajaran yang menyenangkan dan menarik bagi siswa, sehingga siswa tidak mudah bosan dengan pembelajaran dan lebih mudah memahami teknik meroda.

Melihat peningkatan yang terjadi sejak kondisi awal hingga diberikan tindakan siklus I dan siklus II, dapat disimpulkan bahwa penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya dapat meningkatkan hasil belajar meroda kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016.

## **SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

### **A. Simpulan**

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) pada siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016

dilaksanakan dalam 2 siklus, setiap siklus terdiri atas 4 tahapan, yaitu: (1) perencanaan, (2) pelaksanaan tindakan, (3) observasi dan interpretasi, dan (4) analisis dan refleksi. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah di ungkapkan pada BAB IV, diperoleh simpulan sebagai berikut: (1) dengan penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya pada siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016, (2) terdapat peningkatan hasil belajar dari kondisi awal ke siklus I dan ke siklus II.

Pada siklus I, hasil belajar meroda senam lantai dari 36 siswa, (63,89%) atau 23 siswa telah masuk dalam kriteria tuntas, sedangkan 13 siswa atau (36,11%) dalam kategori tidak tuntas. Pada siklus II mengalami peningkatan persentase hasil belajar siswa dalam kategori tuntas sebesar (88,89%) atau sejumlah 32 siswa dan (11,11%) atau 4 siswa dalam kategori tidak tuntas. Sampai akhir pertemuan masih terdapat 4 siswa atau (11,11%) yang tidak tuntas.

Dari hasil belajar meroda senam lantai yang di kemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa dengan penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya pada siswa kelas XI 1 SMK

Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016, dapat meningkatkan hasil belajar meroda senam lantai siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016.

## **B. Implikasi**

Dari hasil penelitian ini dapat di ketahui bahwa dengan penerapan media pembelajaran audio visual dan tutor sebaya dapat berpengaruh terhadap peningkatan hasil belajar meroda senam lantai.

Implikasi yang diberikan bahwa hasil belajar meroda senam lantai dapat meningkat melalui penerapan media pembelajaran yang diberikan. Dalam penelitian ini pembelajaran menggunakan penerapan media audio visual dan tutor sebaya. Dengan penerapan media pembelajaran ini siswa dapat lebih termotivasi dan mengembangkan pola pikir siswa dalam mengikuti pembelajaran. Oleh karena itu, pembelajaran dapat berjalan dengan lancar, efektif dan menyenangkan, sehingga hasil belajar siswa dapat meningkat.

## **C. Saran**

Sesuai dengan simpulan dan implikasi hasil penelitian, serta dalam

rangka ikut menyumbangkan pemikiran bagi guru penjasorkes, siswa dan sekolah dalam meningkatkan kualitas belajar dan pembelajaran, khususnya bidang studi penjasorkes di SMK Negeri 1 Karanganyar, maka dapat disampaikan saran-saran sebagai berikut:

1. Guru penjasorkes hendaknya mau membuka diri untuk menerima masukan, saran, maupun kritik agar proses pembelajaran dapat lebih maksimal.
2. Guru penjasorkes hendaknya terus berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengembangkan materi, penyampaian materi, serta dalam pengelolaan kelas, sehingga kualitas pembelajaran dapat terus meningkat seiring peningkatan kemampuan yang dimilikinya.
3. Guru penjasorkes hendaknya lebih kreatif dan inovatif dalam penerapan media pembelajaran dan memodifikasi sarana dan prasarana untuk lebih menunjang kegiatan pembelajaran, serta lebih memotivasi siswa untuk lebih aktif dan mengembangkan pola pikir mereka sehingga siswa lebih mudah memahami materi yang diberikan.
4. Guru penjasorkes hendaknya lebih berusaha menciptakan situasi yang

- aktif, inovatif, kreatif dan menyenangkan dalam pembelajaran.
5. Siswa kelas XI 1 SMK Negeri 1 Karanganyar tahun pelajaran 2015/2016 untuk lebih aktif dalam pembelajaran, saling memotivasi antar teman, dan membantu teman yang masih kesulitan dalam pembelajaran, khususnya pembelajaran penjasorkes.

---

## DAFTAR PUSTAKA

- Adisuyanto, B. 2009. *Cerdas dan Bugar Dengan Senam Lantai*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Anitah, S. 2009. *Teknologi Pembelajaran*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- \_\_\_\_\_. 2009. *Media Pembelajaran*. Surakarta: Mata Padi Persindo.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bagawanabiyasa. 2013. *Pembelajaran Tutor Sebaya*. Diperoleh 27 Mei 2015 diakses melalui laman <https://bagawanabiyasa.wordpress.com/2013/07/21/pembelajaran-tutor-sebaya/>
- Herry, Stw. 2013. *Temam Sebaya*. Diperoleh 27 Mei 2015 diakses melalui laman elektronik <https://herrystw.wordpress.com/2013/01/05/teman-sebaya/>
- <http://ahmadpadhillah.blogspot.co.id/2013/04/media-pembelajaran-menurut-ahli.html>
- <http://beibhystarayma.blogspot.co.id/2011/11/senam-lantai-meroda-radschlag.html>
- <http://edukasicenter.blogspot.com/2015/03/pengertian-gerakan-meroda-radschlag.html>
- <http://materipenjasorkes.blogspot.co.id/2014/11/cara-melakukan-latihan-gerakan-meroda.html>
- <http://www.fincaparchite.com/empresas/fotos-empresa>
- <http://www.googletranslate.com>
- Husdarta, & Yudha M. Saputra. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Jihad, A. & Haris, A. 2013. *Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta: Multi Pressindo.
- Kristiyanto, A. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dalam Pendidikan Jasmani & Kepeleatihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Mahendra, A. 2000. *Senam*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Mahendra, A. 2001. *Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas.
- Margono, A. 2009. *Senam*. Surakarta: UNS Press.

- Maryani. 2010. *Penerapan Metode Tutor Sebaya Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Akuntansi Pada Siswa Kelas X AK 1 SMK Batik 2 Surakarta*. Skripsi Tidak Dipublikasikan. Universitas Sebelas Maret Surakarta
- Millah, Asep Saepul. 2013. *Gymnastic*. diperoleh 23 juni 2015, dari <http://asep394.blogspot.com/2013/11/gymnastic-senam-lantai.html>
- Muhajir & Mujahid, J. 2011. *Pendidikan Jasmani Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Mujiono, S. 2010. *Bergembira dengan Senam*. Semarang: Aneka Ilmu.
- Rina Iriani Sri Ratnaningsih. 2003. *Pembelajaran Membaca Permulaan Penerapan Model Tutor Sebaya*. Surakarta: Pustaka Cakra Surakarta
- Sagala, S. 2009. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Syarifuddin, A. & Muhadi. 1991. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Sorbry, M Sutikno. 2013. *Belajar dan Pembelajaran Upaya Kreatif dalam Mewujudkan Pembelajaran yang Berhasil*. Lombok: Holistica
- Sudjana, Nana. 2008. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukiman. 2012. *Pengembangan Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Insan Mandiri.
- Tim Penyusun. 2012. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Surakarta: FKIP UNS.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. 2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Untara, Wahyu. 2014. *Kamus Inggris-Indonesia dan Indonesia-Inggris*. Yogyakarta: Indonesia Tera.
- Waluyo. 2011. *Teknologi Pendidikan dalam Penjas*. Surakarta: UNS Press.
- Warsita. 2008. *Teknologi Pembelajaran Landasan dan Aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Wawasan Pendidikan. 2014. *Kelebihan dan Fungsi Serta Langkah-langkah Metode Tutor Sebaya dalam Kelompok*. Diakses melalui <http://www.wawasanpendidikan.com/2014/09/Kelebihan-dan-Fungsi-serta-Langkah-Langkah-Metode-Tutor-Sebaya-dalam-Kelompok.html>.
- Wibawa, B & Mukti, F. 2001. *Media Pengajaran*. Bandung: CV. Maulana.