

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani yang diselenggarakan di sekolah sesuai dengan sasaran pembinaan dan perkembangan kesegaran jasmani yang dilakukan oleh pemerintah, sebagai sasarannya, yaitu seluruh lapisan masyarakat baik perorangan maupun kelompok. Yang meliputi individu dan keluarga, lembaga pendidikan baik jalur sekolah maupun luar sekolah, organisasi masyarakat, pemerintah dan swasta. Upaya untuk mewujudkan tujuan pendidikan tersebut salah satunya melalui pendidikan jasmani.

Sebagai bagian dalam satuan pendidikan, mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan mempunyai perbedaan khusus dengan mata pelajaran yang lain yaitu dengan menggunakan gerak sebagai media pembelajaran bagi murid. Hal tersebut sejalan dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional (Permendiknas) Nomor 22 Tahun 2010 yang menyatakan bahwa mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan memiliki tujuan untuk membina murid agar mempunyai tujuh kemampuan, antara lain: 1) Kemampuan dalam pengendalian diri sebagai upaya dalam mengembangkan dan memelihara kebugaran jasmani melalui kegiatan olahraga dan pola hidup yang sehat, 2) Kemampuan untuk meningkatkan pertumbuhan dan pengembangan psikis menjadi yang lebih baik; 3) meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar; 4) menempatkan dasar budi pekerti yang kokoh dengan penanaman nilai-

nilai yang terdapat di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan; 5) Menumbuhkan tindakan yang baik, jujur, disiplin, bertanggung jawab, percaya diri dan demokratis; 6) Meningkatkan kemampuan untuk melindungi diri sendiri, orang lain dan lingkungan; dan 7) Mengerti rancangan kegiatan fisik dan olah tubuh pada lingkungan yang bersih sebagai upaya untuk memperoleh perkembangan fisik yang optimal, pola hidup yang sehat, bugar, gesit serta memiliki sikap yang sportif.

Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran di sekolah yang merupakan media pendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, sikap, sportifitas, pembiasaan pola hidup sehat dan pembentukan karakter (mental, emosional, spiritual dan sosial) dalam rangka mencapai tujuan, system pendidikan nasional. Pendidikan jasmani dapat diartikan juga sebagai suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, *psikomotorik*, *kognitif* dan *efektif* setiap murid.

Pada tahun ajaran 2013/2014, tepatnya sekitar pertengahan tahun 2013, kurikulum 2013 diimplementasikan secara terbatas pada sekolah perintis, yakni pada Kelas 1 dan IV untuk tingkat sekolah dasar, kelas VII untuk SMP dan Kelas X untuk jenjang SMA / SMK, sedangkan pada tahun 2014 kurikulum 2013 sudah diterapkan di kelas I, III, IV dan V sedangkan untuk SMP kelas VII dan VIII dan

SMA kelas X dan XI, jumlah sekolah yang menjadi sekolah perintis adalah sebanyak 6.326 sekolah tersebar di seluruh Profinsi di Indonesia.

Kurikulum 2013 (K-13) adalah kurikulum yang berlaku dalam sistem pendidikan Indonesia. Kurikulum ini merupakan kurikulum tetap diterapkan oleh pemerintah untuk menggantikan kurikulum 2006 yang biasa disebut dengan kurikulum tingkat satuan pendidikan atau KTSP yang telah berlaku selama kurang lebih 6 tahun kurikulum 2013 masuk dalam masa percobaannya pada tahun 2013 dengan menjadikannya beberapa sekolah menjadikan sekolah rintisan. Kurikulum 2013 (K-13) merupakan kurikulum terpadu sebagai suatu konsep dan sistem pendekatan pembelajaran yang melibatkan beberapa disiplin ilmu untuk memberikan pengalaman yang bermakna dan luas kepada murid dan ditekankan pada pendidikan karakter, terutama pada tingkat dasar yang akan menjadi pondasi bagi tingkat berikutnya. Pendidikan karakter bertujuan untuk meningkatkan mutu proses dan hasil pendidikan yang mengarah pada budi pekerti dan akhlak mulia murid.

Kurikulum 2013 memiliki empat aspek penilaian, yaitu, aspek pengetahuan, aspek keterampilan, aspek sikap dan perilaku. Di dalam kurikulum 2013, terutama materi pembelajaran tersebut terdapat materi yang dirampingkan dan materi yang ditambahkan. Materi yang dirampingkan terlihat ada di materi Bahasa Indonesia, IPA, PPKN dan sebagainya. Sedangkan materi yang ditambahkan adalah materi matematika.

Pembelajaran adalah proses belajar yang dibangun oleh guru untuk meningkatkan kemampuan berfikir murid. Dalam pembelajaran senam irama,

senam ini biasa disebut senam ritmik. Senam adalah aktifitas fisik yang dilakukan untuk menyegarkan tubuh, sebab dalam senam irama atau senam ritmik kita bisa bergerak bebas sesuai dengan iringan musik yang mengiringi. Irama yang mengiringinya bisa menggunakan jaringan musik, nyanyian, tepuk tangan maupun kosa kata. Adapun unsur-unsur yang terdapat dalam aktifitas ritmik meliputi keluwesan, kesinambungan gerakan dan kecepatan irama.

Tidak semuanya materi pembelajaran Penjas yang diajarkan di sekolah menarik untuk dipelajari oleh murid yang berada pada jenjang sekolah dasar yang merupakan fase pertama dari perkembangan diri seorang anak. Salah satu materi yang kurang diminati oleh murid adalah materi pembelajaran senam, khususnya senam irama. Sebagian besar murid beranggapan bahwa senam irama merupakan materi pembelajaran yang membosankan sehingga tidak memiliki minat untuk mempelajarinya yang berakibat pada rendahnya hasil pembelajaran materi senam irama. Dalam hal ini, seorang guru mata pelajaran penjas sebagai pendidik memiliki tugas untuk merangsang minat murid untuk mengikuti materi pembelajaran senam, khususnya senam irama.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan pada murid kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo yang berjumlah 20 orang murid dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, dengan mengamati aktivitas dan kemampuan senam irama murid diperoleh masih dalam kategori sangat kurang. Dimana dari 20 orang murid hanya terdapat 3 orang murid atau 15% yang sudah dalam kategori tuntas dan 17 orang murid atau 85% dalam kategori tidak tuntas. Hal tersebut disebabkan karena murid yang kurang memiliki

semangat untuk berpartisipasi dalam pembelajaran dan masih banyak murid yang mengeluh ketika diajak untuk melakukan senam karena cenderung mereka menyukai permainan.

Berdasarkan hasil diskusi dengan Guru Penjas yang lain, diketahui bahwa terdapat beberapa faktor yang mengakibatkan kurangnya minat murid terhadap materi pembelajaran senam irama. Adapun faktor-faktor tersebut adalah: 1) rasa bosan terhadap materi yang diberikan; 2) murid merasa takut sehingga tidak dapat melakukan gerakan; 3) keterampilan guru yang kurang dalam membawakan pelajaran dan 4) kurangnya variasi dalam proses pembelajaran.

Masalah mendasar yang menyebabkan aktivitas belajar murid rendah dalam pembelajaran senam irama dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah faktor yang berasal dari guru atau murid itu sendiri. Dalam hal ini, penguasaan keterampilan pada guru yang kurang. Dengan keterampilan mengajar yang kurang menyebabkan guru menjadi sulit untuk mempraktikkan model-model pembelajaran inovatif sehingga guru beranggapan hanya menggunakan satu model pembelajaran dalam rangka meningkatkan hasil belajar dalam senam irama. Dari faktor murid disebabkan tidak adanya motivasi dan minat murid untuk terus belajar senam irama kadang-kadang tidak tepat, serta murid hanya menganggap bahwa senam irama tidak menggunakan teknik dan hanya membutuhkan permainan pada umumnya. Hal inilah yang menyebabkan hasil belajar senam irama murid masih tergolong rendah, yang seharusnya berada di atas standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sekolah yaitu 75 hal ini disebabkan oleh berbagai faktor yang telah disebutkan satu persatu di atas.

Kemajuan teknologi yang sangat pesat dewasa ini melahirkan produk teknologi yang tentunya dapat memberikan kemudahan dalam berbagai aspek kehidupan, juga termasuk di dalamnya adalah dunia pendidikan. Khususnya pada materi pendidikan jasmani adanya media *audio visual* sebagai salah satu produk teknologi dapat memberikan kemudahan bagi guru pendidikan jasmani dalam menyampaikan materi pembelajaran. Media *audio visual* merupakan media yang memadukan antara suara dan gambar yang bergerak sehingga akan merangsang pendengaran dan penglihatan. Pemanfaat media *audio visual* ini diharapkan dapat memberikan kemudahan bagi guru dalam menyampaikan materi pembelajaran.

Penyajian latar suara yang dipadukan dengan gambar yang bergerak merupakan keunggulan yang dimiliki oleh media *audio visual* bila dibandingkan dengan media yang lain. Khususnya dalam materi pembelajaran senam irama yang membutuhkan latar suara sebagai pedoman kesesuaian gerakan dan gambar bergerak yang dapat dijadikan sebagai pedoman dalam rangkaian gerakan senam. Oleh karena itu, penerapan media *audio visual* pada pembelajaran senam irama tentunya akan membantu guru dalam proses pembelajaran. Dalam hal ini, dengan penerapan media *audio visual* guru menampilkan gambar dan suara yang dapat diputar ulang sehingga ketika murid bingung, maka dapat diputar ulang sehingga murid kembali dapat mengikuti gerakan.

Penerapan media *audio visual* juga dapat meningkatkan minat murid dalam pembelajaran senam irama. Gambar bergerak yang dikombinasikan dengan suara menjadi daya tarik tersendiri sehingga proses pembelajaran menjadi tidak membosankan. Selain itu, dengan penerapan media pembelajaran *audio visual*,

guru akan memperoleh kesempatan untuk memanfaatkan berbagai sumber pembelajaran sehingga dapat meningkatkan kemampuan dan kreativitas dalam menyajikan pembelajaran yang menarik. Penyajian gambar dan suara pada media *audio visual* akan dapat merangsang keterampilan dan kreativitas murid menjadi lebih baik yang tentunya diharapkan dapat memaksimalkan hasil pembelajaran senam irama.

Pengertian dari metode gerak adalah gerakan dasar dari latihan senam berirama. Adapun gerakan dasar pada latihan senam irama antara lain seperti: 1) gerak dasar langkah, 2) gerak ayunan lengan. Untuk lebih mempercepat, agar murid bisa mengerti dan tidak kesulitan untuk melakukannya, olehnya itu digunakan metode gerak, sebagai langkah awal mengenali gerakan senam irama atau ritmik.

Pada pembelajaran senam irama ini, khususnya SD 18 Maroangin Kota Palopo, sebelumnya sudah pernah diajarkan namun hasilnya tidak sesuai dengan harapan, karena banyaknya hal-hal yang kurang mendukung diantaranya yaitu banyak murid yang tidak tertarik dengan senam irama. Hal ini dikarenakan mereka kurang memahami cara melakukan senam irama. Khususnya kalau anak laki-laki yang dominan telah memilih permainan bola dan masih banyak lagi faktor-faktor lain yang mempengaruhi sehingga murid tidak tertarik dengan senam irama diantaranya adalah: 1) sulit menyesuaikan gerak dengan musik. 2) sulit bergerak cepat lebih suka dengan gerakan hitungan. Kurangnya minat murid terhadap pembelajaran senam irama tersebut, tentunya dapat mempengaruhi hasil belajar murid yang semestinya dapat ditingkatkan secara optimal.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis merasa tertarik melakukan penelitian dengan judul “**Upaya Meningkatkan Hasil Belajar pada Senam Irama Melalui Media *Audio visual* pada Murid Kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo**”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah penerapan media *audio visual* dapat meningkatkan pembelajaran senam irama pada murid kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dari dilaksanakannya penelitian ini adalah untuk meningkatkan proses dan hasil pembelajaran senam irama melalui media *audio visual* pada murid kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari diadakannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi para peneliti lain untuk pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya pembelajaran senam irama dengan menggunakan media *audio visual* dalam rangka meningkatkan hasil belajar murid pada senam irama.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan ilmiah bagi perkembangan ilmu pengetahuan bagi institusi maupun akademis dan murid

tentang pembelajaran senam irama dengan menggunakan media *audio visual*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Murid

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan yang berharga serta dapat digunakan sebagai motivasi murid dalam mengikuti pembelajaran aktivitas ritmik.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan yang berharga dalam memotivasi murid dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah.

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam penyelenggaraan proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

1.5 Ruang Lingkup dan Batasan Penelitian

Agar permasalahan tidak terlalu meluas sehingga tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda-beda, maka hanya dibahas pada penelitian ini adalah masalah peningkatan hasil belajar senam irama melalui media *audio visual* bagi murid kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Tinjauan tentang Hasil Belajar

1. Pengertian Hasil Belajar

Gagne, seperti yang dikutip Eveline dan Hartini (2011:4), mendefinisikan belajar sebagai suatu perubahan perilaku yang relatif menetap yang dihasilkan dari pengalaman masa lalu ataupun dari pembelajaran yang direncanakan. Sedangkan Sardiman (2011:20-21) mendefinisikan belajar dalam dua bagian, yaitu pengertian secara luas dan sempit. Dalam pengertian luas, belajar dapat diartikan sebagai kegiatan psiko-fisik menuju ke perkembangan pribadi seutuhnya. Dalam arti sempit, belajar dimaksudkan sebagai usaha penguasaan materi ilmu pengetahuan yang merupakan sebagian kegiatan menuju terbentuknya kepribadian seutuhnya.

Menurut Hamalik (2010:154), belajar adalah perubahan tingkah laku yang relatif mantap karena adanya latihan dan pengalaman. Menurut Uno (2012:21) belajar ialah proses perubahan tingkah laku seseorang setelah memperoleh informasi yang disengaja. Adapun pengertian belajar menurut Daryanto dan Rahardjo (2012:17) adalah suatu proses interaksi antara berbagai unsur yang berkaitan. Unsur utama dalam belajar adalah individu sebagai peserta belajar, kebutuhan sebagai sumber pendorong dan situasi belajar yang memberikan kemungkinan terjadinya kegiatan belajar.

Masa usia dini ini merupakan masa perkembangan anak yang pendek, tetapi merupakan masa penting bagi kehidupannya. Oleh karena itu, pada masa ini seluruh potensi yang dimiliki anak perlu didorong sehingga akan berkembang secara optimal (Asmawati, 2014). Karakteristik perkembangan anak pada sekolah dasar biasanya pertumbuhan fisiknya telah mencapai kematangan, mereka telah mampu mengontrol tubuh dan keseimbangannya (Rahman, 2011). Selain itu, perkembangan anak dari sisi sosial. Meningkatkan kompetensi keterampilan motorik dan meningkatkan kebugaran jasmani adalah hasil pembelajaran yang diinginkan untuk anak-anak usia sekolah (Chen, Mason, Hammond-Bennett, & Zalmout, 2016).

Adapun unsur-unsur yang terdapat dalam senam irama meliputi: kelentukan, kesinambungan gerakan, keluwesan, fleksibilitas, kontinuitas, ketepatan gerakan dengan irama musik. Rangkaian senam irama dapat dilakukan dengan cara berjalan, berlari, melompat, loncat serta ayunan dan putaran tangan (Wisahati dan Santosa, 2010).

Selanjutnya, Zulfahmi (2016) memperkuat tentang senam irama yang memiliki peran terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar pada anak. Yuliansih (2015) juga menjelaskan bahwa senam irama dapat meningkatkan kemampuan motorik anak usia 5 tahun, sedangkan Kadi, Halida dan Yuniarni (2018) menyimpulkan senam irama dapat mengembangkan kecerdasan kinestetik pada anak usia 5 tahun.

Berdasarkan uraian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah hasil pengukuran dari penilaian usaha belajar murid yang dapat

dinyatakan dengan angka, huruf maupun kalimat yang menceritakan hasil yang sudah dicapai oleh murid pada waktu tertentu dan aturan-aturan tertentu pula.

2. Fungsi Penilaian Hasil Belajar

Menurut Sudjana (2012:3), fungsi dari penilaian hasil belajar adalah sebagai berikut:

- a. Sebagai alat untuk mengetahui tercapai-tidaknya tujuan *instruksional*. Dengan fungsi ini maka penilaian harus mengacu kepada rumusan-rumusan tujuan instruksional.
- b. Sebagai umpan balik bagi perbaikan proses belajar mengajar. Perbaikan mungkin dilakukan dalam hal tujuan instruksional, kegiatan belajar murid, strategi mengajar guru dan lain-lain.
- c. Sebagai dasar dalam menyusun laporan kemajuan belajar murid kepada para orang tuanya. Dalam laporan tersebut dikemukakan kemampuan dan kecakapan belajar murid dalam berbagai bidang studi dalam bentuk nilai-nilai prestasi yang dicapainya. Melihat uraian tersebut di atas, dapat dikatakan bahwa penilaian hasil belajar sangat perlu dilaksanakan oleh guru. Selain sangat bermanfaat untuk proses belajar mengajar, juga sebagai bukti telah dilaksanakannya pembelajaran di sekolah oleh guru yang bersangkutan

3. Tujuan Penilaian Hasil Belajar

Menurut Sudjana (2012:4), tujuan dari dilaksanakannya penilaian hasil belajar adalah:

- a. Untuk mendeskripsikan kecakapan belajar para murid sehingga dapat diketahui kelebihan dan kekurangannya dalam berbagai bidang studi atau

mata pelajaran yang ditempuhnya. Dalam hal ini, penilaian hasil belajar bertujuan untuk menilai kemampuan murid dalam belajar

- b. Untuk mengetahui keberhasilan proses pendidikan dan pengajaran di sekolah, yakni seberapa jauh keefektifannya dalam mengubah tingkah laku para murid ke arah tujuan pendidikan yang diharapkan.
- c. Untuk menentukan tindak lanjut hasil penilaian, yakni melakukan perbaikan dan penyempurnaan dalam hal program pendidikan dan pengajaran serta strategi pelaksanaannya.
- d. Untuk memberikan pertanggung jawaban (*accountability*) dari pihak sekolah kepada pihak-pihak yang berkepentingan. Sejalan dengan dikemukakannya tujuan penilaian hasil belajar diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa penilaian hasil belajar adalah tujuan dari proses belajar mengajar yang menyangkut semua aspek baik ranah kognitif, afektif, maupun psikomotorik. Penilaian dapat dilakukan pada saat proses berlangsung yaitu pada saat murid melakukan praktik, atau sesudah proses berlangsung dengan cara mengetes murid.

2.1.2 Tinjauan tentang Senam Irama

1. Pengertian Senam Irama

Menurut Kurniasih dan Bawa (2018:137), senam irama adalah gerakan senam yang dilakukan dengan irama tertentu atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama. Menurut Ngatiyono (2018:106), senam irama adalah senam yang dilakukan dengan iringan musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama. Senam irama dapat dilakukan dengan menggunakan alat dan juga dapat

dilakukan tanpa menggunakan alat. Senam irama merupakan pengembangan dari senam yang mempunyai tugas menyalurkan hasrat bergerak, untuk menyiapkan fisik agar menguasai latihan-latihan yang diperlukan dalam seni gerak. Dalam hal ini, senam irama termasuk kedalam jenis olahraga senam umum, karena memiliki ciri-ciri mudah untuk diikuti, tidak membutuhkan biaya yang mahal, melibatkan banyak peserta dan bermanfaat bagi kesehatan tubuh.

Lebih lanjut menurut Muhajir (2017:92), mengemukakan bahwa senam irama (ritmik) merupakan senam yang dilakukan untuk menyalurkan rasa seni atau rasa keindahan atau untuk membina dan meningkatkan seni gerak. Secara prinsip antara senam biasa dengan senam ritmik tidak ada perbedaan, hanya saja pada senam irama ditambah irama (ritme). Tekanan yang harus diberikan pada senam ritmik meliputi irama, kelentukan tubuh dan kontinuitas gerakan.

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa senam irama juga dapat diartikan sebagai salah satu senam yang dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian yang kemudian terbentuk suatu koordinasi gerak antara gerakan anggota badan dengan alunan irama. Senam irama merupakan salah satu bentuk aktivitas gerak yang berirama. Senam irama merupakan senam yang dilakukan dengan hitungan yang sesuai dengan ketukan lagu. Biasanya ketukan yang digunakan dalam senam irama adalah $2/4$, $3/4$ atau $4/4$. Gerakan senam irama merupakan panduan rangkaian gerak tubuh yang dilakukan secara sadar dan terkoordinasi untuk menciptakan gerakan yang indah. Gerakan dalam senam irama akan terlihat indah jika dilakukan dengan luwes serta dengan gerakan-gerakan yang selaras dengan irama musik.

2. Manfaat Senam Irama

Menurut Muhajir (2017:92), manfaat yang dapat diperoleh dalam melakukan senam irama, antara lain sebagai berikut:

a. Manfaat Fisik

Senam adalah kegiatan utama yang paling bermanfaat dalam mengembangkan komponen fisik dan komponen gerak (*motor ability*). Melalui kegiatan senam, khususnya senam irama murid yang aktif dalam senam akan berkembang daya tahan otot, kekuatan, tenaga, kelentukan, koordinasi, kelincahan dan keseimbangannya. Dalam kaitan inilah kegiatan senam dapat membantu murid untuk mempersiapkan dan mengembangkan pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya.

b. Manfaat bagi Mental dan Sosial

Ketika mengikuti program senam, murid dituntut untuk berfikir sendiri tentang pengembangan keterampilannya. Untuk itu, murid harus mampu berfikir secara kreatif. Dengan akan mengembangkan kemampuan mentalnya. Sumbangan yang sangat besar dari program senam yaitu meningkatkan *self-concept* (konsep diri). Hal ini karena kegiatan senam menyediakan begitu banyak pengalaman dalam mengontrol tubuhnya dengan keyakinan dan tingkat keberhasilan yang tinggi. Dan jelas bahwa senam dapat membantu murid dalam membentuk konsep yang baik dan positif.

3. Prinsip Senam Irama

Menurut Wuryati yang dikutip oleh Fetriananingtyas (2017), prinsip yang harus ditekankan pada latihan senam irama adalah sebagai berikut:

a. Irama

Dalam kegiatan senam irama, hal penting adalah mengenal dan merasakan irama dalam lagu-lagu yang akan digunakan sebagai musik pengiring. Irama dalam sebuah lagu dapat ditentukan dari bunyi bass, yaitu keras dan lambatnya petikan bass. Ketika seseorang sudah dapat merasakan irama dalam sebuah lagu, maka dengan sendirinya orang tersebut akan senang untuk menggerakkan badan. Selain itu, seseorang dapat dengan mudah menyesuaikan irama dengan gerakannya. Wuryati menyebutkan irama lagu dalam nyanyian dibedakan menjadi irama $2/4$, $4/4$, $3/4$ dan $6/8$. Penggunaan masing-masing irama lagu tersebut dalam kegiatan senam irama berbeda-beda, tergantung latihan-latihan yang sedang dilakukan. Irama lagu yang digunakan pada saat pemanasan akan berbeda dengan irama lagu yang digunakan saat latihan inti dan pendinginan.

b. Kelenturan Tubuh dalam Gerakan (Fleksibilitas)

Kelenturan tubuh adalah mudahnya seseorang dalam menekuk atau melipat dan meliukkan tubuh sehingga tampak apa adanya elastis dan kelenturan gerakan tubuh misalnya membungkuk badan, meliuk kesamping. Latihan ini penting dalam senam irama agar tidak menimbulkan gerakan-gerakan kaku dan menciptakan keluesan.

c. Kontinuitas Gerakan yang Tidak Terputus-putus

Berbagai macam gerakan yang dilakukan dalam kegiatan senam irama merupakan suatu kelanjutan. Gerakan satu dengan gerakan selanjutnya adalah suatu rangkaian yang tidak terputus. Gerakan-gerakan selanjutnya adalah suatu rangkaian yang tidak dapat diputus. Gerakan-gerakan yang dilakukan merupakan suatu kesatuan

yang berkesinambungan mulai dari awal sampai pada akhir kegiatan senam yang dilakukan.

4. Tahap-tahap Senam Irama

Adapun tahap-tahap dalam senam irama menurut Fetriananingtyas (2017) adalah sebagai berikut:

a. Tahap Pemanasan (*warming up*)

Gerakan pemanasan merupakan gerakan-gerakan tubuh yang dilakukan sebelum melakukan gerakan inti. Gerakan-gerakan pemanasan yang dilakukan dalam senam irama ini bertujuan untuk mempersiapkan keadaan dan kondisi tubuh secara fisiologis maupun psikologis, mempersiapkan sistem pernafasan, peredaran darah, otot dan persendian sebelum melakukan gerakan-gerakan inti dalam kegiatan senam irama.

b. Tahap Inti (*core*)

Secara umum gerakan inti dalam senam irama adalah berbagai aktivitas atau gerakan-gerakan yang dilakukan dalam pembelajaran motorik kasar yang bertujuan untuk melatih kekuatan, kelenturan, kelincahan serta koordinasi otot-otot yang bergerak sesu.

c. Tahap Penenangan (*cooling down*)

Setelah melakukan gerakan inti dari senam irama, dilanjutkan dengan gerakan penenangan atau sering disebut dengan pendinginan. Gerakan ini dilakukan untuk menetralsir metabolisme tubuh setelah melakukan gerakan inti yang bertujuan untuk melenturkan otot, menenangkan kondisi tubuh dan mengatur pernafasan agar tubuh kembali rileks.

2.1.3 Tinjauan tentang Media *Audio Visual*

1. Pengertian Media *Audio Visual*

Menurut Sanjaya (2011:211), media *audio visual* yaitu jenis media yang selain mengandung unsur suara juga mengandung unsur gambar yang dapat dilihat, seperti rekaman video, berbagai ukuran film, slide suara dan lain sebagainya. Media *audio visual* adalah media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar. Jenis media ini mempunyai kemampuan lebih baik, karena meliputi kedua media yang pertama dan kedua. Media *audio visual* ini di bagi ke menjadi dua jenis. Jenis pertama, dilengkapi dengan fungsi peralatan suara dan gambar dalam satu unit, dinamakan media *audio visual* murni, seperti film gerak (*movie*) bersuara, televisi dan video.

Menurut Rusman, dkk (2013:63), media *audio visual*, yaitu media yang merupakan kombinasi antara *audio* dan *visual* atau biasa disebut media pandang-dengar. Menurut Rohani (2014:97), media *audio visual* adalah media instruksional modern yang sesuai dengan perkembangan zaman (kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi), meliputi media yang dapat dilihat, didengar dan yang dapat dilihat dan didengar.

Menurut Sukiman (2012:184), media *audio visual* adalah media penyalur pesan dengan memanfaatkan indera pendengaran dan penglihatan. Sedangkan Munadi (2013:56), sependapat dengan pernyataan di atas, bahwa media *audio visual* adalah media yang melibatkan indera pendengaran dan penglihatan sekaligus dalam satu proses.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa media *audio visual* dapat dinyatakan sebagai alat yang secara fisik digunakan untuk menyampaikan isi materi pengajaran yang berupa perangkat keras yang memberikan penekanan pada pengalaman konkrit atau non verbal melalui mata dan telinga dalam proses belajar. Media *audio visual* dapat diklasifikasikan sebagai media video. Video tersebut dapat diputar dengan bantuan perangkat keras dan perangkat lunak. Video atau gambar hidup merupakan gambar-gambar dalam frame dimana *frame* demi *frame* di proyeksikan melalui lensa proyektor secara mekanis sehingga pada layar terlihat gambar hidup. Media ini pada umumnya digunakan untuk tujuan-tujuan hiburan, dokumentasi dan pendidikan. Video yang dipergunakan dalam kelas adalah video pembelajaran bukan semata-mata sebagai hiburan belaka. Video memang wajar digunakan dalam kelas, karena bukan saja memberikan fakta-fakta, tetapi juga menjawab persoalan dan untuk mengerti tentang materi yang akan dipelajari.

2. Manfaat Media *Audio visual*

Menurut Munadi (2013:127), manfaat penggunaan media pembelajaran audio-visual atau video, sebagai berikut:

- a. Mengatasi keterbatasan jarak dan waktu.
- b. Video dapat diulangi bila perlu untuk menambah kejelasan.
- c. Pesan yang disampaikan cepat dan mudah diingat.
- d. Mengembangkan pikiran dan pendapat para murid.
- e. Mengembangkan imajinasi murid.

- f. Memperjelas hal-hal yang abstrak dan memberikan gambaran yang lebih realistik.
- g. Sangat kuat memengaruhi emosi seseorang.
- h. Sangat baik menjelaskan suatu proses dan ketrampilan; mampu menunjukkan rangsangan yang sesuai dengan tujuan dan respon yang diharapkan dari murid.
- i. Semua murid dapat belajar dari video, baik yang pandai maupun yang kurang pandai.
- j. Menumbuhkan minat dan motivasi belajar.
- k. Dengan video penampilan murid dapat segera dilihat kembali dievaluasi.

3. Langkah-langkah Penggunaan Media *Audio visual*

Menurut Sadiman (2012:198), langkah-langkah penerapan media pembelajaran khususnya media *audio visual* agar dapat digunakan secara efektif dan efisien ada tiga langkah yang perlu diikuti, yaitu sebagai berikut:

a. Persiapan Sebelum Menggunakan Media

Agar media dapat berjalan dengan baik, kita perlu menggunakan persiapan yang baik pula. Adapun persiapan sebelum menggunakan media adalah sebagai berikut:

- 1) Pelajari buku petunjuk yang telah disediakan, kemudian kita ikuti petunjuk-petunjuk itu.
- 2) Peralatan yang diperlukan untuk menggunakan media itu juga perlu dipersiapkan sebelumnya. Dengan demikian pada saat digunakan kita tidak akan diganggu dengan hal-hal yang mengurangi kelancaran penggunaan media itu.

3) Peralatan media perlu ditempatkan dengan baik sehingga kita dapat melihat atau mendengar programnya dengan jelas.

b. Kegiatan Sebelum Menggunakan Media

Adapun yang perlu dijaga selama kita menggunakan media ialah suasana ketenangan. Gangguan-gangguan yang dapat mengganggu perhatian dan konsentrasi harus dihindarkan. Jika mungkin, ruangan jangan digelapkan sama sekali. Hal itu supaya kita masih dapat menulis jika menemui hal-hal penting yang perlu diingat. Jika menulis atau membuat gambar atau membuat catatan singkat, usahakan hal tersebut tidak mengganggu konsentrasi. Jangan sampai perhatian kita terlalu banyak tercurah padahal yang ditulis sehingga tidak dapat memperhatikan sajian media yang sedang berjalan.

c. Kegiatan Tindak Lanjut

Maksud kegiatan tindak lanjut ialah untuk meninjau apakah tujuan telah tercapai atau belum. Selain itu, untuk memantapkan pemahaman terhadap materi yang disampaikan melalui media yang bersangkutan.

Adapun langkah-langkah yang dapat kita lakukan menurut Djamarah dan Zain (2010:136), untuk menerapkan pembelajaran dengan menggunakan media *audio visual* antara lain:

- a. Merumuskan tujuan pengajaran dengan memanfaatkan media.
- b. Persiapan guru, pada fase ini guru memilih dan menetapkan media mana yang akan dimanfaatkan guna mencapai tujuan.
- c. Persiapan kelas, pada fase ini peserta didik atau kelas harus mempunyai persiapan sebelum mereka menerima pelajaran dengan menggunakan media.

Guru harus dapat memotivasi mereka agar dapat menilai, mengantisipasi, menghayati pelajaran dengan menggunakan media pengajaran.

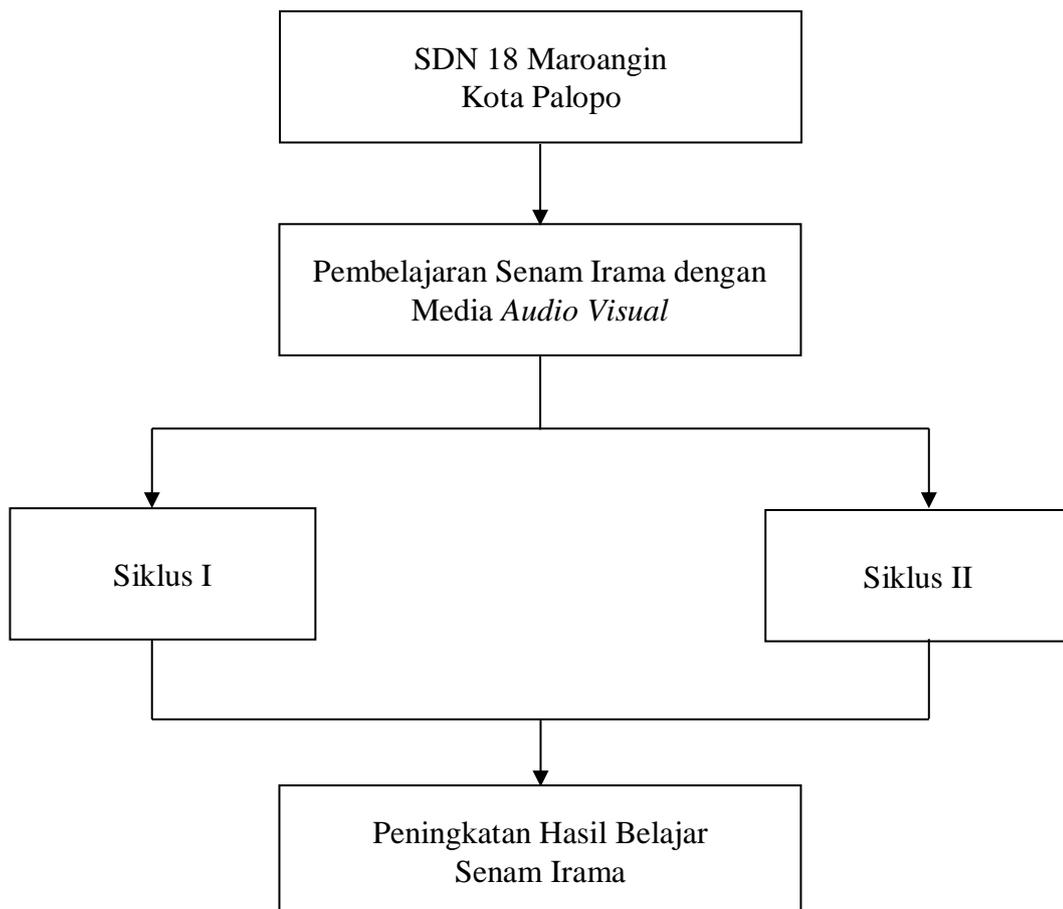
- d. Langkah penyajian pelajaran dan pemanfaatan media, pada fase ini penyajian bahan pelajaran dengan memanfaatkan media pengajaran. Disini keahlian guru sangat dituntut. Media dikembangkan penggunaanya untuk keefektifan dan efisiensi pencapaian tujuan.
- e. Langkah kegiatan belajar peserta didik, pada fase ini peserta didik belajar dengan memanfaatkan media pengajaran.
- f. Langkah evaluasi pengajaran, pada langkah ini kegiatan belajar dievaluasi, sampai sejauh mana tujuan pengajaran tercapai, yang sekaligus dapat dinilai sejauh mana pengaruh media sebagai alat bantu dapat menunjang keberhasilan proses belajar peserta didik.

2.2 Kerangka Konseptual

Proses pembelajaran Penjas di SD Negeri 18 Maroangin masih berjalan monoton dan tidak ada variasi metode yang digunakan guru dalam setiap kegiatan pembelajaran dan hanya berpaku pada buku ajar serta materi yang sesungguhnya. Sehingga materi gerak dasar ritmik hanya disampaikan sesuai buku ajar tanpa variasi apapun yang mengakibatkan kejenuhan pada anak sehingga hasil belajar tidak tercapai. Melihat situasi yang demikian, perlu dilakukan pemecahan masalah untuk dapat meningkatkan hasil belajar materi gerak dasar ritmik. Sebagai alternatif pembelajaran yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan media *audio visual* di SD Negeri 18 Maroangin pada murid. Dengan penggunaan media

audio visual pada materi senam irama diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar murid.

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, yaitu siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari empat tahap (perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi). Data penelitian diperoleh dengan mengamati perkembangan hasil belajar senam irama dengan menggunakan media *audio visual*. Data yang diperoleh dianalisis untuk mengetahui ketuntasan belajar, nilai rata-rata kelas dan uji hipotesis untuk mengetahui perbedaan setiap siklus. Untuk lebih jelasnya tentang alur penelitian ini akan digambarkan pada gambar berikut ini:



Gambar 2.1. Skema Kerangka Konseptual

2.3 Hipotesis Tindakan

Sesuai dengan rumusan masalah, landasan teori dan kerangka konseptual yang dikemukakan di atas, maka hipotesis tindakan pada penelitian ini adalah penerapan media *audio visual* dapat meningkatkan hasil belajar senam irama pada murid kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo.

BAB III

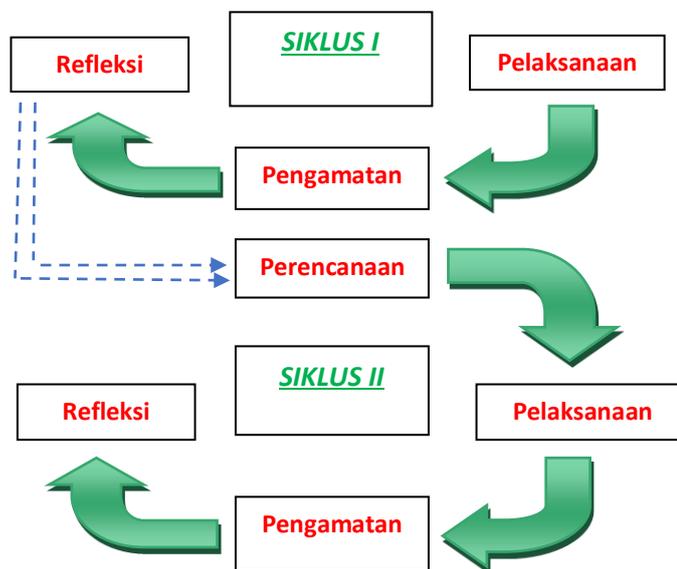
METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian tindakan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Pemilihan metode penelitian tindakan kelas didasarkan atas dasar masalah dan tujuan penelitian yang menuntut adanya perbaikan/peningkatan (tindak lanjut) didalam kelas. Arikunto (2010:2), menjelaskan bahwa penelitian tindakan kelas melalui paparan gabungan definisi dari tiga kata, penelitian, tindakan dan kelas. Penelitian adalah suatu kegiatan mencermati suatu objek dengan menggunakan cara dan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat dalam meningkatkan mutu suatu hal yang menarik minat dan penting bagi peneliti. Tindakan sendiri mempunyai arti sesuatu gerakan kegiatan yang sengaja dilakukan dengan tujuan tertentu, yang dalam penelitian berbentuk rangkaian siklus kegiatan untuk murid. Sedangkan kelas adalah sekelompok murid yang dalam waktu yang sama menerima pelajaran yang sama dari guru yang sama pula.

Model penelitian tindakan kelas yang digunakan dalam penelitian ini adalah model Kemmis & Mc.Taggart. Model penelitian ini menggabungkan dua komponen yaitu komponen acting (tindakan) dan observing (pengamatan) menjadi satu kesatuan. Hal ini dijelaskan oleh Kusumah dan Dwitagama (2010: 20), bahwa penggabungan dua komponen ini karena proses tindakan dan

pengamatan merupakan suatu kesatuan yang tidak bisa dilepaskan. Jadi ketika melakukan suatu tindakan, disaat itu pula peneliti melakukan pengamatan.



Gambar 3.1 Siklus PTK menurut Kemmis & Taggart

Sumber: Kusumah dan Dwitagama (2010:20)

Siklus penelitian ini tergantung pada ketercapaian tujuan penelitian, apabila tujuan penelitian telah tercapai maka siklus selanjutnya tidak dilakukan.

Setiap siklus akan terdiri dari empat tahap:

1. Perencanaan Tindakan Pembelajaran

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

a. Identifikasi masalah dan penyebabnya

Usaha meningkatkan kemampuan aktivitas ritmik melalui media *audio visual* (*video*). Peningkatan aktivitas ritmik akan lebih berhasil jika peneliti

menggunakan media *audio visual (video)*. Peneliti memiliki pengalaman tentang penyebab rendahnya gerak dasar aktivitas ritmik dalam aktivitas ritmik pada murid.

b. Perencanaan solusi masalah

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

c. Penyusunan program tindakan pembelajaran

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

2. Pelaksanaan Tindakan

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

3. Observasi

Observasi adalah upaya merekam segala peristiwa dan kegiatan yang terjadi selama tindakan itu berlangsung. Observasi itu harus bersifat terbuka pandangan dan pikirannya. Pada waktu observasi dilakukan, peneliti mengamati proses pembelajaran dan mengumpulkan data mengenai segala sesuatu yang terjadi pada proses pembelajaran. Baik yang terjadi pada peneliti, murid maupun situasi pembelajaran dan peneliti hanya mencatat apa yang dilihat dan didengar bukan memberikan penilaian. Dalam penelitian ini yang menjadi observer adalah peneliti yang dibantu oleh teman sejawat, sedangkan yang melakukan tindakan pembelajaran adalah guru pendidikan jasmani selaku peneliti. Observer menggunakan lembar observasi untuk melakukan kegiatan observasi tersebut.

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

4. Refleksi

Refleksi dalam PTK adalah upaya untuk mengkaji apa yang telah terjadi atau tidak terjadi. Apa yang telah dihasilkan atau yang belum berhasil dituntaskan

dengan tindakan perbaikan yang telah dilakukan. Hasil refleksi itu digunakan untuk menetapkan langkah lebih lanjut dalam upaya mencapai tujuan PTK. Dengan kata lain, refleksi adalah pengkajian terhadap keberhasilan atau kegagalan dalam mencapai tujuan sementara.

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 18 Maroangin Kota Palopo yang beralamatkan di Kelurahan Maroangin, Kecamatan Telluwanua, Kota Palopo Penulis memilih sekolah tersebut sebagai tempat penelitian berdasarkan pertimbangan sebagai berikut:

1. Penulis merupakan salah satu tenaga pendidik di sekolah tersebut, sehingga penulis memahami kondisi sekolah, karakteristik muridserta proses pembelajaran yang berlangsung
2. Penulis berkeinginan untuk meningkatkan pembelajaran hasil belajar pada senam irama melalui media *audio visual* pada murid kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo dan juga meningkatkan kompetensi serta profesionalisme sebagai seorang guru.

Alokasi waktu pelaksanaan penelitian ini yaitu selama 2 (dua) bulan yaitu dari bulan September sampai dengan bulan Oktober 2020.

3.3 Subjek Penelitian

Menurut Arikunto (2014:88), subjek penelitian adalah benda atau orang tempat data untuk variabel penelitian melekat dan yang dipermasalahkan. Berdasarkan pendapat di atas, maka yang menjadi subjek penelitian dalam penelitian ini adalah

seluruh murid kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo yang berjumlah 20 orang murid.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

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

1. Pengamatan

Kegiatan pengamatan bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh efek tindakan yang telah dicapai. Pengamatan dilakukan dengan mengamati proses pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik baik ketika pratindakan maupun ketika tindakan yaitu gerak dasar aktivitas ritmik dengan bantuan media audio-visual (*video*). Kegiatan pengamatan akan dilakukan oleh dua orang pengamat dan dibantu dengan menggunakan pedoman pengamatan. Pengamatan dilakukan untuk memperoleh data tentang penerapan media *audio-visual* (*video*) dalam pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik di sekolah, sikap peserta didik dalam pembelajaran dan hasil pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik dengan bantuan media audio-visual (*video*). Selain itu, pengamatan juga digunakan untuk mengonfirmasi data yang diperoleh melalui tes, dokumentasi, wawancara dan catatan lapangan.

2. Catatan Lapangan

Catatan lapangan digunakan untuk mendeskripsikan kondisi yang terjadi pada saat proses pembelajaran gerak dasar aktivitas ritmik berlangsung. Segala aktivitas

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

3.5 Definisi Operasional

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

1. Media *Audio visual (Video)*

Audio visual sebenarnya mengacu pada indra yang menjadi sasaran dari media tersebut. Media *audio visual* mengandalkan pendengaran dan penglihatan dari khalayak sasaran (penonton). *Audio visual* adalah segala sesuatu yang memungkinkan sinyal audio dapat dikombinasikan dengan gambar bergerak secara sekuensial. Media *audio visual* merupakan media perantara atau penggunaan materi dan penyerapannya melalui pandangan dan pendengaran sehingga membangun kondisi yang dapat membuat murid mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap. Media *audio visual* dalam penelitian ini berupa video senam irama atau ritmik aktivitas ritmik untuk SD/MI yang diambil dari website www.youtube.com.

2. Pembelajaran Aktivitas ritmik

Hasil pembelajaran aktivitas ritmik adalah hasil penilaian melalui pengamatan atau observasi dan hasil belajar murid terhadap pelaksanaan pembelajaran murid SDN 18 Maroangin Kota Palopo dengan materi pembelajaran aktivitas Senam irama atau ritmik.

3.6 Instrumen Penelitian

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

1. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

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

2. Pedoman Pengamatan/Observasi

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

3.7 Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis kualitatif. Sugiyono (2014:243-245), mengemukakan bahwa analisis data kualitatif adalah bersifat induktif, yaitu analisis hipotesis dicarikan data lagi secara berulang-ulang sehingga selanjutnya dapat disimpulkan apakah hipotesis tersebut diterima atau ditolak berdasarkan data yang dikumpulkan. Menurut model Miles and Huberman dalam Sugiyono (2014:246-253) terdiri atas tiga tahapan yaitu:

1. Reduksi Data

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

2. Penyajian Data

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

3. Penarikan Kesimpulan

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

3.8 Indikator Keberhasilan

Keberhasilan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah adanya peningkatan dari hasil pengamatan yang dilakukan. Adapun indikator keberhasilan yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Indikator Keberhasilan Proses

Indikator keberhasilan proses dinilai dari adanya peningkatan pada proses pembelajaran. Peningkatan yang dimaksud adalah peningkatan keaktifan murid, perhatian murid terhadap materi yang disampaikan, kedisiplinan dan kataatan murid dalam mengikuti perintah yang diberikan oleh guru selama proses pembelajaran berlangsung. Penilaian dikatakan berhasil apabila hasil penilaian proses pembelajaran memperoleh hasil 75% sampai dengan 100% yang tergolong dalam predikat baik dan sangat baik. Untuk mengukur tingkat keberhasilan proses belajar mengajar digunakan pengukuran menurut Syaiful Bahri Djamarah dan Aswan Zain (2010:107) yaitu:

Tabel 3.1 Klasifikasi Persentase untuk Skor Proses Belajar Mengajar

Tingkat Penguasaan	Predikat
93%-100%	Sangat Baik
84%-92%	Baik
75%-83%	Cukup
< 75%	Kurang

Sumber: Djamarah dan Zain, 2010

2. Indikator Keberhasilan Hasil

Indikator keberhasilan hasil didasarkan atas keberhasilan murid dalam pembelajaran aktivitas senam irama atau ritmik dengan media audio-visual

(*video*). Hal ini dapat dilakukan dengan melakukan penilaian terhadap murid yang melakukan aktivitas ritmik setelah diberikan *audio-visual (video)*. Untuk mengetahui keberhasilan tindakan pada penelitian ini adalah dengan melihat rata-rata hasil penilaian afektif atau sikap murid, psikomotorik atau Keterampilan murid dan kognitif atau pemahaman murid yang mencapai KKM pada pembelajaran Penjasorkes. Dimana KKM pembelajaran Penjasorkes SDN 18 Maroangin Kota Palopo adalah 75. Secara klasikal hasil pembelajaran dikatakan berhasil apabila 76 % siswa memperoleh hasil belajar melebihi KKM.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Hasil Pelaksanaan Tindakan Siklus I

1. Perencanaan Tindakan Siklus I

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

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

- a. Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan mempraktikkan keterampilan dasar irama diorientasikan dengan arah dan ruang dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (KD) mempraktikkan gerak ritmik ke depan, belakang ataupun samping secara berpasangan dengan diiringi musik dan nilai kerja sama.
- b. Menyiapkan video senam irama sebagai media pembelajaran.
- c. Menyiapkan instrumen penelitian, diantaranya:

- 1) Lembar observasi sebagai pedoman pengamatan proses pembelajaran.
- 2) Lembar penilaian psikomotor dan afektif murid.
- 3) Tes kognitif dengan memberikan soal pada murid.

2. Pelaksanaan dan Pengamatan Tindakan Siklus I

Pelaksanaan tindakan siklus I pada pertemuan pertama dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 24 Oktober 2020. Jumlah murid yang hadir adalah 20 murid. Pembelajaran dilaksanakan 3x35 menit yaitu pada pukul 16.00 sampai dengan 17.10 WITA. Alokasi waktu pembelajaran dibagi ke dalam tiga tahap pembelajaran yakni 10 menit pertama kegiatan awal, 50 menit kegiatan inti dan 10 menit terakhir penutup. Pelaksanaan pembelajaran pada siklus I membahas pokok bahasan tentang aktivitas senam irama bersama teman.

Berikut ini merupakan rincian pelaksanaan tindakan siklus I:

- a. Guru membuka pelajaran dengan memberikan salam kepada murid dan berdoa terlebih dahulu. Guru melakukan presensi murid.
- b. Guru memberikan apersepsi dengan memberikan contoh gerakan senam irama dengan mengajak salah satu murid mengikuti gerakannya.
- c. Guru menyampaikan materi berupa senam irama dengan media *audio visual* (video). Guru meminta perhatian murid pada video yang diputar.
- d. Setelah selesai diputar, guru memimpin murid untuk melakukan gerakan senam irama dan meminta murid mencari pasangan.
- e. Murid diberikan kesempatan untuk melakukan gerakan senam irama sendiri dengan pengawasan guru.

- f. Guru menilai gerakan senam irama murid untuk dijadikan penilaian psikomotorik.
- g. Guru memberikan pekerjaan rumah kepada murid untuk dikumpulkan pada pertemuan selanjutnya.
- h. Guru mengucapkan salam penutup untuk mengakhiri pertemuan.

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

a. Hasil Pengamatan Keterampilan Murid (Psikomotorik)

Dalam penelitian ini dilakukan penilaian keterampilan (psikomotorik) untuk murid. Pada siklus I pengamatan dilakukan pada akhir pembelajaran setelah murid memperoleh materi senam irama. Deskripsi pengamatan keterampilan (psikomotorik) murid pada pembelajaran senam irama menggunakan media *video* pada siklus I sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Penilaian Keterampilan Murid (Psikomotorik) pada Siklus I

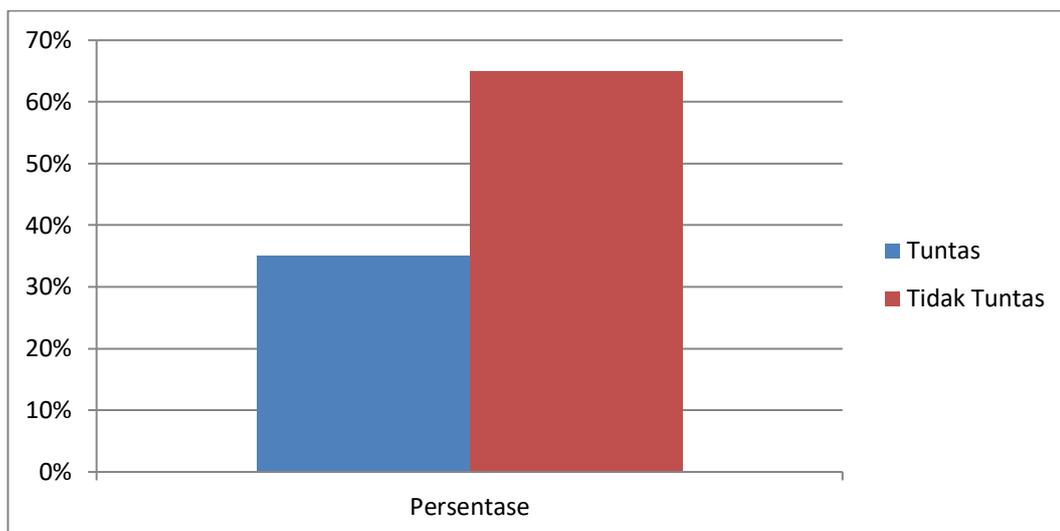
No	Kategori	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	93 - 100	Baik Sekali	0	0
2	84 - 92	Baik	0	0
3	76 - 83	Cukup	7	35
4	< 75	Kurang	13	65
Jumlah			20	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa untuk penilaian keterampilan murid (psikomotorik) pada siklus I, murid yang memperoleh nilai di bawah KKM

yaitu 75 dan termasuk ke dalam kategori kurang berjumlah 13 orang murid atau sekitar 65%. Murid yang memperoleh nilai antara 76-83 dan termasuk ke dalam kategori cukup berjumlah 7 orang murid atau sekitar 35%. Murid yang memperoleh nilai antara 84-92 dan berada ada kategori baik berjumlah 0 orang murid atau sekitar 0%, sedangkan murid yang memperoleh nilai antara 93-100 dan termasuk ke dalam kategori cukup baik berjumlah 0 orang murid atau sekitar 0%.

Hasil penilaian keterampilan murid (psikomotorik) pada siklus I dapat disimpulkan bahwa terdapat 7 orang murid atau sekitar 35% yang tuntas dengan nilai melebihi nilai KKM yaitu 75 dan 13 orang murid atau sekitar 65% yang tidak tuntas dengan nilai yang masih di bawah nilai KKM yaitu 75. Berdasarkan hasil tersebut di atas terlihat bahwa pada penilaian keterampilan murid (psikomotorik), jumlah murid yang belum memenuhi kriteria ketuntasan jauh lebih banyak daripada murid yang telah memenuhi kriteria ketuntasan dengan nilai rata-rata hasil penilaian keterampilan murid (psikomotorik) pada siklus I menunjukkan angka yang masih rendah yaitu 68 dengan kategori tidak tuntas karena masih belum mencapai KKM yaitu 75. Hasil tersebut dapat dijadikan pacuan untuk meningkatkan pembelajaran sehingga nilai psikomotorik murid dapat melebihi KKM pada siklus yang kedua. Berdasarkan pengamatan pelaksanaan pembelajaran, murid cenderung untuk ragu melakukan gerakan sehingga rangkaian gerakana yang dilakukan oleh murid tidak sesuai dengan irama. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 4.1 Diagram Hasil Penilaian Keterampilan Murid (Psikomotorik) pada Siklus I

b. Hasil Pengamatan Perilaku Murid (Afektif)

Dalam penelitian ini dilakukan penilaian perilaku (afektif) untuk murid. Pada siklus I pengamatan dilakukan selama pembelajaran senam irama berlangsung. Deskripsi pengamatan perilaku (afektif) untuk murid pada pembelajaran senam irama menggunakan media video pada siklus I sebagai berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Penilaian Perilaku Murid (Afektif) pada Siklus I

No	Kategori	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	93 - 100	Baik Sekali	0	0
2	84 - 92	Baik	0	0
3	76 - 83	Cukup	7	35
4	< 75	Kurang	13	65
Jumlah			20	100

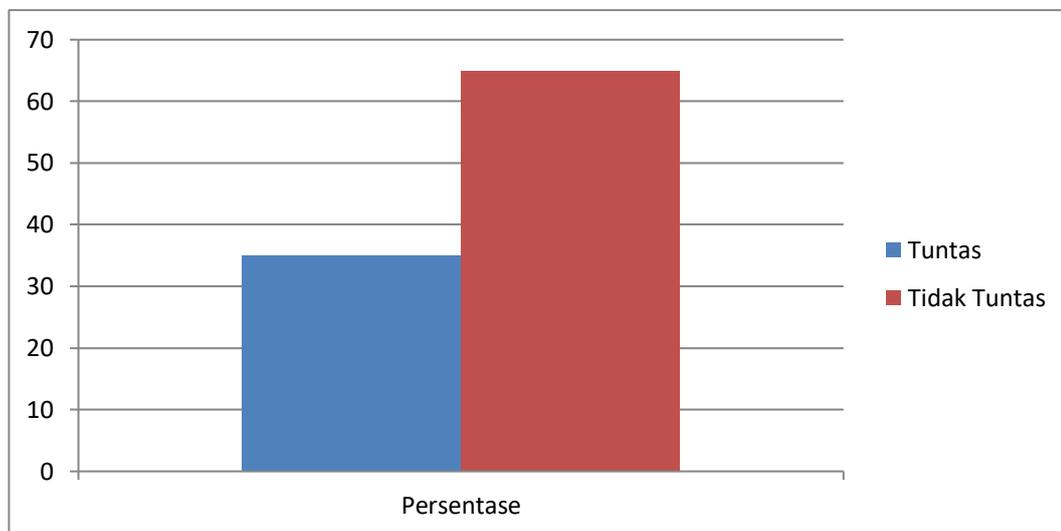
Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa untuk penilaian perilaku murid (afektif) pada siklus I, murid yang memperoleh nilai di bawah KKM yaitu 75 dan termasuk ke dalam kategori kurang berjumlah 13 orang murid atau sekitar 65%.

Murid yang memperoleh nilai antara 76-83 dan termasuk ke dalam kategori cukup berjumlah 7 orang murid atau sekitar 35%. Murid yang memperoleh nilai antara 84-92 dan berada ada kategori baik berjumlah 0 orang murid atau sekitar 0%, sedangkan murid yang memperoleh nilai antara 93-100 dan termasuk ke dalam kategori cukup baik berjumlah 0 orang murid atau sekitar 0%.

Hasil penilaian perilaku murid (afektif) pada siklus I dapat disimpulkan bahwa terdapat 7 orang murid atau sekitar 35% yang tuntas dengan nilai melebihi nilai KKM yaitu 75 dan 13 orang murid atau sekitar 65% yang tidak tuntas dengan nilai yang masih di bawah nilai KKM yaitu 75. Berdasarkan hasil tersebut di atas terlihat bahwa pada perilaku murid (afektif), jumlah murid yang belum memenuhi kriteria ketuntasan jauh lebih banyak daripada murid yang telah memenuhi kriteria ketuntasan dengan nilai rata-rata hasil penilaian perilaku murid (afektif) pada siklus I menunjukkan angka yang masih rendah yaitu 70 dengan kategori tidak tuntas karena masih belum mencapai KKM yaitu 75. Hasil tersebut dapat dijadikan pedoman peningkatan aspek afektif murid sehingga jangan sampai terjadi penurunan nilai. Pada saat pembelajaran murid sudah terlihat kerjasamanya dengan sesama teman terlebih dengan pasangan senam, namun dalam kedisiplinan murid masih kurang khususnya masalah disiplin waktu ketika jam pelajaran dimulai murid masih belum siap di kelas dan juga ketika hendak menuju lapangan murid masih susah untuk diatur dan dibariskan. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:

G4



Gambar 4.2 Diagram Hasil Penilaian Perilaku Murid (Afektif) pada Siklus I

c. Hasil Pengamatan Pemahaman Murid (Kognitif)

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

Deskripsi hasil penilaian pemahaman (kognitif) untuk murid pada pembelajaran senam irama menggunakan media video pada siklus I sebagai berikut:

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Penilaian Pemahaman Murid (Kognitif) pada Siklus I

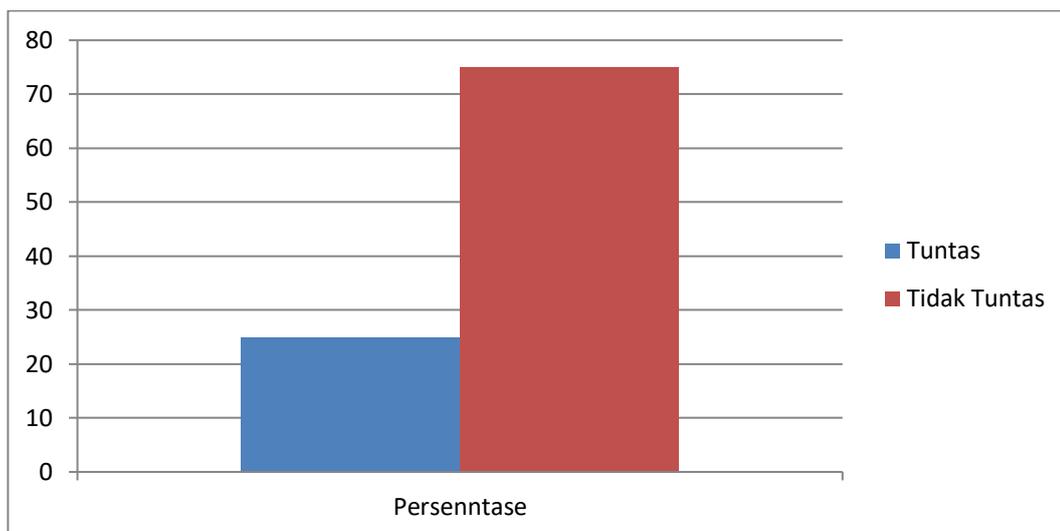
No	Kategori	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	93 - 100	Baik Sekali	0	0
2	84 - 92	Baik	1	5
3	76 - 83	Cukup	4	20
4	< 75	Kurang	15	75
Jumlah			20	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa untuk penilaian pemahaman murid (kognitif) pada siklus I, murid yang memperoleh nilai di bawah KKM yaitu

75 dan termasuk ke dalam kategori kurang berjumlah 15 orang murid atau sekitar 75%. Murid yang memperoleh nilai antara 76-83 dan termasuk ke dalam kategori cukup berjumlah 4 orang murid atau sekitar 20%. Murid yang memperoleh nilai antara 84-92 dan berada ada kategori baik berjumlah 1 orang murid atau sekitar 5%, sedangkan murid yang memperoleh nilai antara 93-100 dan termasuk ke dalam kategori cukup baik berjumlah 0 orang murid atau sekitar 0%.

Hasil penilaian pemahaman murid (kognitif) pada siklus I dapat disimpulkan bahwa terdapat 5 orang murid atau sekitar 25% yang tuntas dengan nilai melebihi nilai KKM yaitu 75 dan 15 orang murid atau sekitar 75% yang tidak tuntas dengan nilai yang masih di bawah nilai KKM yaitu 75. Berdasarkan hasil tersebut di atas terlihat bahwa pada penilaian pemahaman murid (kognitif), jumlah murid yang belum memenuhi kriteria ketuntasan jauh lebih banyak daripada murid yang telah memenuhi kriteria ketuntasan dengan nilai rata-rata hasil penilaian pemahaman murid (kognitif) pada siklus I menunjukkan angka yang masih rendah yaitu 66 dengan kategori tidak tuntas karena masih belum mencapai KKM yaitu 75. Dengan hasil yang masih rendah ini sehingga perlu dilakukan tindakan agar nilai kognitif murid meningkat sehingga mampu melebihi KKM. Berdasarkan pengamatan terhadap hasil pekerjaan murid dapat dilihat bahwa murid masih banyak yang lupa dengan materi senam irama yang telah diberikan sebelumnya. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 4.3 Diagram Hasil Penilaian Pemahaman Murid (Kognitif) pada Siklus I

d. Penilaian Pembelajaran Senam Irama

Berdasarkan nilai yang diperoleh dari pengamatan psikomotorik, afektif dan kognitif murid pada pembelajaran senam irama, maka diperoleh distribusi frekuensi nilai rata-rata keseluruhan pengamatan pada pembelajaran senam irama seperti pada tabel berikut:

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Nilai Rata-rata Senam Irama Murid pada Siklus I

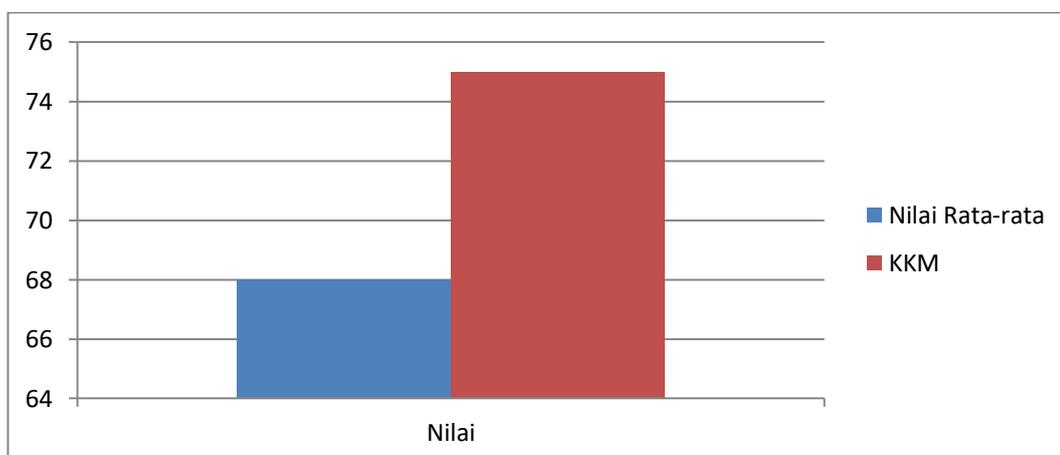
No	Kategori	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	93 - 100	Baik Sekali	0	0
2	84 - 92	Baik	0	0
3	76 - 83	Cukup	6	30
4	< 75	Kurang	14	70
Jumlah			20	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa untuk penilaian secara keseluruhan pembelajaran senam irama pada siklus I, murid yang memperoleh nilai di bawah KKM yaitu 75 dan termasuk ke dalam kategori kurang berjumlah 14 orang murid atau sekitar 70%. Murid yang memperoleh nilai antara 76-83 dan

termasuk ke dalam kategori cukup berjumlah 6 orang murid atau sekitar 30%. Murid yang memperoleh nilai antara 84-92 dan berada ada kategori baik berjumlah 0 orang murid atau sekitar 0%, sedangkan murid yang memperoleh nilai antara 93-100 dan termasuk ke dalam kategori cukup baik berjumlah 0 orang murid atau sekitar 0%.

Berdasarkan nilai rata-rata senam irama pada siklus I di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat 6 orang murid atau sekitar 30% yang tuntas dengan nilai melebihi nilai KKM yaitu 75 dan 14 orang murid atau sekitar 70% yang tidak tuntas dengan nilai yang masih di bawah nilai KKM yaitu 75. Berdasarkan hasil tersebut di atas terlihat bahwa pada penilaian senam irama secara keseluruhan pada siklus I, jumlah murid yang belum memenuhi kriteria ketuntasan jauh lebih banyak daripada murid yang telah memenuhi kriteria ketuntasan dengan nilai rata-rata hasil penilaian senam irama secara keseluruhan pada siklus I menunjukkan angka yang masih rendah yaitu 68 dengan kategori tidak tuntas karena masih belum mencapai KKM yaitu 75. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 4.4 Diagram Nilai Rata-rata Senam Irama pada Siklus I

e. Penilaian Proses Pembelajaran Senam Irama

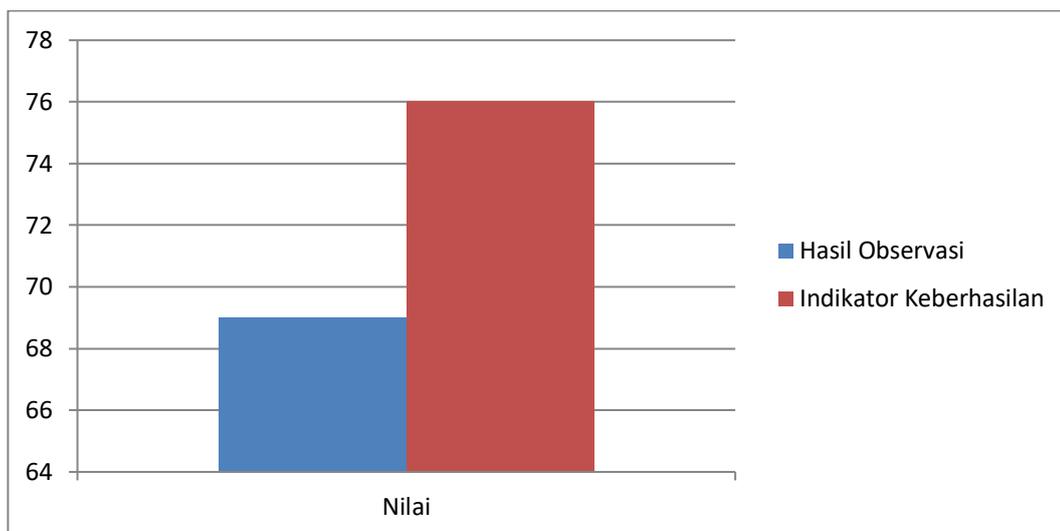
Selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung peneliti melakukan observasi untuk mengetahui proses pembelajaran senam irama. Berdasarkan hasil observasi pembelajaran senam irama, maka diperoleh distribusi frekuensi hasil observasi pembelajaran senam irama pada tabel berikut:

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Hasil Observasi Proses Pembelajaran Senam Irama Murid pada Siklus I

No	Kategori	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	93 - 100	Baik Sekali	0	0
2	84 - 92	Baik	2	10
3	75 - 83	Cukup	6	30
4	< 75	Kurang	12	60
Jumlah			20	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa murid yang memperoleh hasil < 75 dengan kategori kurang berjumlah 12 orang murid atau sekitar 60%, murid yang memperoleh hasil 76-83 dengan kategori cukup berjumlah 6 orang murid atau sekitar 30%, murid yang memperoleh hasil 84-92 dengan kategori baik berjumlah 2 orang murid atau sekitar 10% dan murid yang memperoleh hasil 93-100 dengan kategori baik sekali berjumlah 0 orang murid atau sekitar 0%. Selain itu, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama proses pembelajaran senam irama pada siklus I menunjukkan bahwa murid belum memenuhi kriteria keberhasilan tindakan dengan nilai persentase rata-rata hasil observasi terhadap proses pembelajaran senam irama sebesar 69% sedangkan indikator keberhasilan proses mengharuskan hasil observasi minimal memperoleh 75%. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 4.5 Diagram Hasil Observasi Pembelajaran Senam Irama pada Siklus I

3. Refleksi

Pembelajaran senam irama dengan menggunakan media video pada siklus I secara garis besar sudah berjalan sesuai prosedur yang telah direncanakan. Dari tahap awal persiapan dengan membuat perangkat yang diperlukan dan membawa alat-alat penunjang pembelajaran sampai pada pelaksanaan pembelajaran dan penilaian sampai penutup sudah sesuai dengan yang diharapkan peneliti.

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

- a. Murid hanya memperhatikan tayangan video saja sehingga tidak ada yang mencatat materi yang disampaikan oleh guru.

- b. Pelaksanaan kurang efisien waktu mengingat harus dilakukan penilaian psikomotor dan kognitif pada akhir pelajaran. Guru menghabiskan waktu pelajaran pada penjelasan video.

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

- a. Murid diminta membuat catatan sederhana penjelasan guru. Guru mengarahkan apa saja yang perlu dicatat dengan mendikte kepada murid.
- b. Penyampaian materi dipersingkat dan lebih disiplin waktu agar pelaksanaan penilaian memperoleh alokasi waktu.

4.1.2 Hasil Pelaksanaan Tindakan Siklus II

1. Perencanaan Siklus II

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

- a. Menyiapkan materi yang akan disampaikan pada siklus II.
- b. Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan mempraktikkan keterampilan dasar ritmik diorientasikan dengan arah dan ruang dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya (KD) mempraktikkan gerak ritmik ke depan, belakang ataupun samping secara berpasangan dengan diiringi musik dan nilai kerja sama.
- c. Menyiapkan video senam irama sebagai media pembelajaran.
- d. Menyiapkan instrumen penelitian, diantaranya:

- 1) Lembar observasi sebagai pedoman pengamatan proses pembelajaran.
- 2) Lembar penilaian psikomotor dan afektif murid.
- 3) Tes kognitif dengan memberikan soal pada murid.

2. Pelaksanaan dan Pengamatan Tindakan Siklus II

Pelaksanaan tindakan siklus II dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 31 Oktober 2020. Jumlah murid yang hadir sejumlah 20 murid. Pembelajaran dilaksanakan 2x35 menit yaitu pada pukul 16.00 sampai dengan 17.10 WITA. Alokasi waktu pembelajaran dibagi ke dalam tiga tahap pembelajaran yakni 10 menit pertama kegiatan awal, 50 menit kegiatan inti dan 10 menit terakhir penutup. Pelaksanaan pembelajaran pada siklus II aktivitas senam irama bersama teman. Berikut ini merupakan rincian pelaksanaan tindakan siklus II:

- a. Guru membuka pelajaran dengan memberikan salam kepada murid dan berdoa terlebih dahulu. Guru melakukan presensi murid.
- b. Guru memberikan apersepsi dengan memberikan contoh gerakan berirama dengan mengajak salah satu murid mengikuti gerakannya.
- c. Guru menyampaikan materi berupa senam irama dengan media *audio visual* (video). Guru meminta perhatian murid pada video yang diputar.
- d. Setelah selesai diputar, guru memimpin murid untuk melakukan gerakan senam irama dan meminta murid mencari pasangan.
- e. Murid diberikan kesempatan untuk melakukan gerakan senam irama sendiri dengan pengawasan guru.
- f. Guru menilai gerakan senam irama murid untuk dijadikan penilaian psikomotorik.

- g. Guru membagikan soal untuk dikerjakan dikelas.
- h. Guru mengucapkan salam penutup untuk mengakhiri pertemuan.

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

a. Hasil Pengamatan Keterampilan Murid (Psikomotorik)

Dalam penelitian ini dilakukan penilaian keterampilan (psikomotorik) untuk murid. Pada siklus III pengamatan dilakukan pada akhir pembelajaran setelah murid memperoleh materi senam irama. Deskripsi pengamatan keterampilan (psikomotorik) murid pada pembelajaran senam irama menggunakan media *video* pada siklus II sebagai berikut:

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Penilaian Keterampilan Murid (Psikomotorik) pada Siklus II

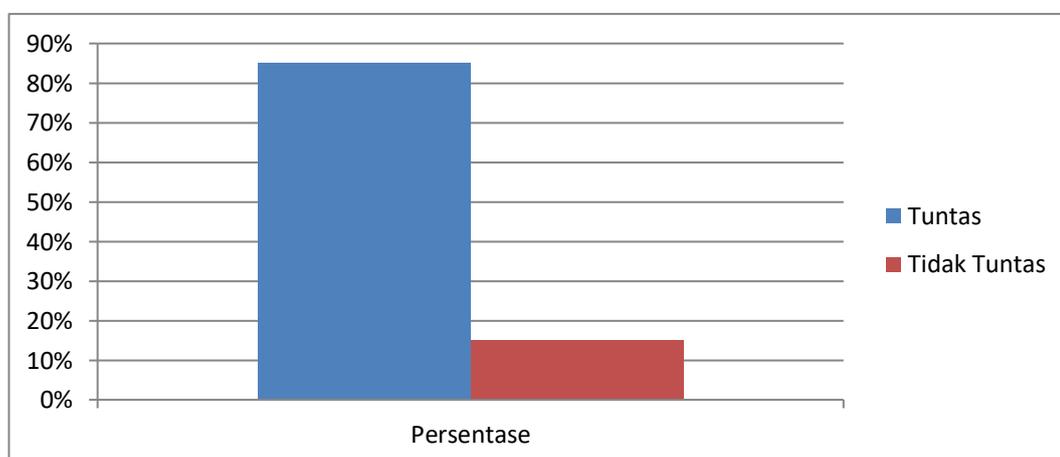
No	Kriteria	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	93 - 100	Baik Sekali	3	15
2	84 - 92	Baik	6	30
3	75 - 83	Cukup	8	40
4	< 75	Kurang	3	15
Jumlah			20	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa untuk keterampilan murid (psikomotorik) pada siklus II, murid yang memperoleh nilai di bawah KKM yaitu 75 dan termasuk ke dalam kategori kurang berjumlah 3 orang murid atau sekitar 15%. Murid yang memperoleh nilai antara 76-83 dan termasuk ke dalam kategori cukup berjumlah 8 orang murid atau sekitar 40%. Murid yang memperoleh nilai

antara 84-92 dan berada ada kategori baik berjumlah 6 orang murid atau sekitar 30%, sedangkan murid yang memperoleh nilai antara 93-100 dan termasuk ke dalam kategori cukup baik berjumlah 3 orang murid atau sekitar 15%.

Hasil penilaian keterampilan murid (psikomotorik) pada siklus I dapat disimpulkan bahwa terdapat 17 orang atau sekitar 85% yang tuntas dengan nilai melebihi nilai KKM yaitu 75 dan 3 orang atau sekitar 15% yang tidak tuntas dengan nilai yang masih di bawah nilai KKM yaitu 75. Berdasarkan hasil tersebut di atas terlihat bahwa pada penilaian keterampilan murid (psikomotorik), jumlah murid yang belum memenuhi kriteria ketuntasan jauh lebih sedikit daripada murid yang telah memenuhi kriteria ketuntasan dengan nilai rata-rata hasil penilaian keterampilan murid (psikomotorik) pada siklus II sebesar 82 dengan kategori tuntas karena sudah melebihi KKM yaitu 75. Hasil tersebut peningkatan dan sudah lebih baik dibandingkan hasil penilaian psikomotorik murid pada siklus I serta melebihi nilai KKM. Berdasarkan pengamatan pelaksanaan pembelajaran pada siklus II ini, murid tidak lagi ragu-ragu untuk melakukan gerakan sehingga rangkaian gerakan yang dilakukan oleh murid dapat sesuai dengan irama. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 4.6 Diagram Hasil Penilaian Keterampilan Murid (Psikomotorik) pada Siklus II

b. Hasil Pengamatan Perilaku Murid (Afektif)

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

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Penilaian Perilaku Murid (Afektif) pada Siklus II

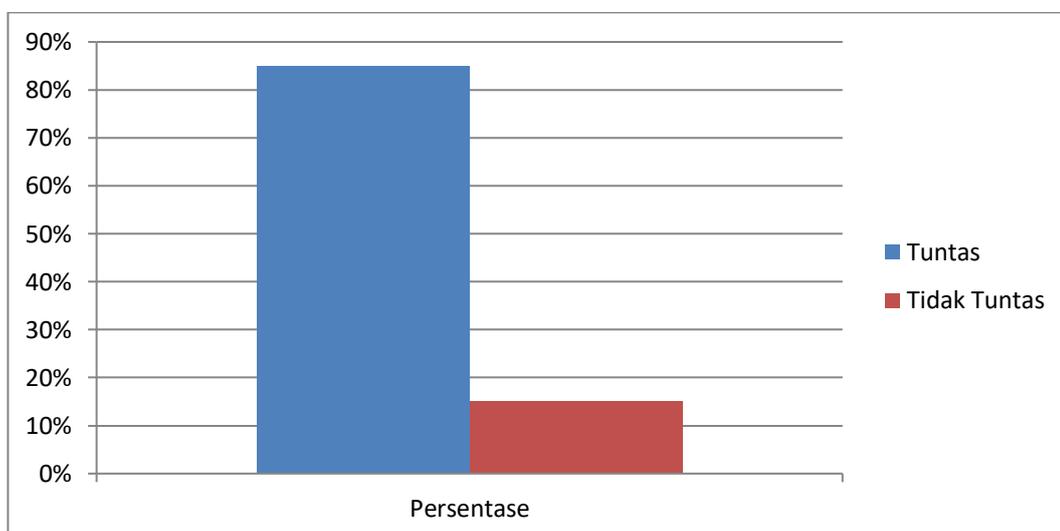
No	Kriteria	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	93 - 100	Baik Sekali	1	5
2	84 - 92	Baik	10	50
3	75 - 83	Cukup	6	30
4	< 75	Kurang	3	15
Jumlah			20	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa untuk perilaku murid (afektif) pada siklus II, murid yang memperoleh nilai di bawah KKM yaitu 75 dan termasuk ke dalam kategori kurang berjumlah 3 orang murid atau sekitar 15%. Murid yang memperoleh nilai antara 76-83 dan termasuk ke dalam kategori cukup berjumlah 6 orang murid atau sekitar 30%. Murid yang memperoleh nilai antara 84-92 dan berada ada kategori baik berjumlah 10 orang murid atau sekitar 50%, sedangkan murid yang memperoleh nilai antara 93-100 dan termasuk ke dalam kategori cukup baik berjumlah 1 orang murid atau sekitar 5%.

Hasil penilaian perilaku murid (afektif) pada siklus II dapat disimpulkan bahwa terdapat 17 orang atau sekitar 85% yang tuntas dengan nilai melebihi nilai KKM yaitu 75 dan 3 orang atau sekitar 15% yang tidak tuntas dengan nilai yang masih di bawah nilai KKM yaitu 75. Berdasarkan hasil tersebut di atas terlihat bahwa pada penilaian perilaku murid (afektif), jumlah murid yang belum

memenuhi kriteria ketuntasan jauh lebih sedikit daripada murid yang telah memenuhi kriteria ketuntasan dengan nilai rata-rata hasil penilaian perilaku murid (afektif) pada siklus II sebesar 82 dengan kategori tuntas karena sudah melebihi KKM yaitu 75. Hasil tersebut menunjukkan peningkatan dan sudah lebih baik dibandingkan hasil penilaian perilaku murid (afektif) pada siklus I serta melebihi nilai KKM. Hasil tersebut dapat dijadikan pedoman peningkatan aspek afektif murid sehingga jangan sampai terjadi penurunan nilai. Berdasarkan pengamatan pelaksanaan pembelajaran pada siklus II ini, murid lebih disiplin karena murid mulai tertarik dengan materi senam selain itu kerjasama dalam pasangan menjadi lebih baik. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 4.7 Diagram Hasil Penilaian Perilaku Murid (Afektif) pada Siklus II

c. Hasil Pengamatan Pemahaman Murid (Kognitif)

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

pembelajaran senam irama menggunakan media video pada siklus II sebagai berikut:

Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Penilaian Pemahaman Murid (Kognitif) pada Siklus II

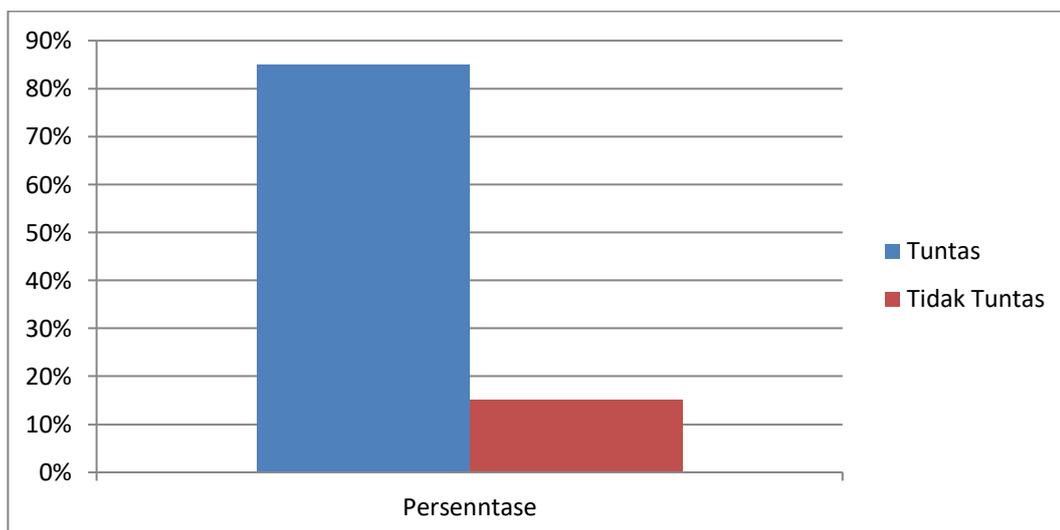
No	Kriteria	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	93 - 100	Baik Sekali	2	10
2	84 - 92	Baik	7	35
3	75 - 83	Cukup	8	40
4	< 75	Kurang	3	15
Jumlah			20	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa untuk pemahaman murid (kognitif) pada siklus II, murid yang memperoleh nilai di bawah KKM yaitu 75 dan termasuk ke dalam kategori kurang berjumlah 3 orang murid atau sekitar 15%. Murid yang memperoleh nilai antara 76-83 dan termasuk ke dalam kategori cukup berjumlah 8 orang murid atau sekitar 40%. Murid yang memperoleh nilai antara 84-92 dan berada ada kategori baik berjumlah 7 orang murid atau sekitar 35%, sedangkan murid yang memperoleh nilai antara 93-100 dan termasuk ke dalam kategori cukup baik berjumlah 2 orang murid atau sekitar 10%.

Hasil penilaian pemahaman murid (kognitif) pada siklus II dapat disimpulkan bahwa terdapat dimana 17 orang atau sekitar 85% yang tuntas dengan nilai melebihi nilai KKM yaitu 75 dan 3 orang atau sekitar 15% yang tidak tuntas dengan nilai yang masih di bawah nilai KKM yaitu 75. Berdasarkan hasil tersebut di atas terlihat bahwa pada penilaian pemahaman murid (kognitif), jumlah murid yang belum memenuhi kriteria ketuntasan jauh lebih sedikit daripada murid yang telah memenuhi kriteria ketuntasan dengan nilai rata-rata

hasil penilaian pemahaman murid (kognitif) pada siklus II sebesar 84 dengan kategori tuntas karena sudah melebihi KKM yaitu 75. Hasil tersebut menunjukkan peningkatan dan sudah lebih baik dibandingkan hasil penilaian perilaku pemahaman murid (kognitif) pada siklus I serta melebihi nilai KKM. Berdasarkan pengamatan terhadap hasil penilaian pemahaman murid (kognitif) pada siklus II ini, dapat dilihat bahwa murid telah mampu mengingat materi senam irama yang telah diberikan sebelumnya. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, sebagai berikut:



Gambar 4.8 Diagram Hasil Penilaian Pemahaman Murid (Kognitif) pada Siklus II

d. Penilaian Pembelajaran Senam Irama

Berdasarkan nilai yang diperoleh dari pengamatan psikomotorik, afektif dan kognitif murid pada pembelajaran senam irama, maka diperoleh nilai rata-rata keseluruhan pengamatan pada pembelajaran senam irama pada siklus II seperti pada tabel berikut:

Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Nilai Rata-rata Senam Irama Murid pada Siklus II

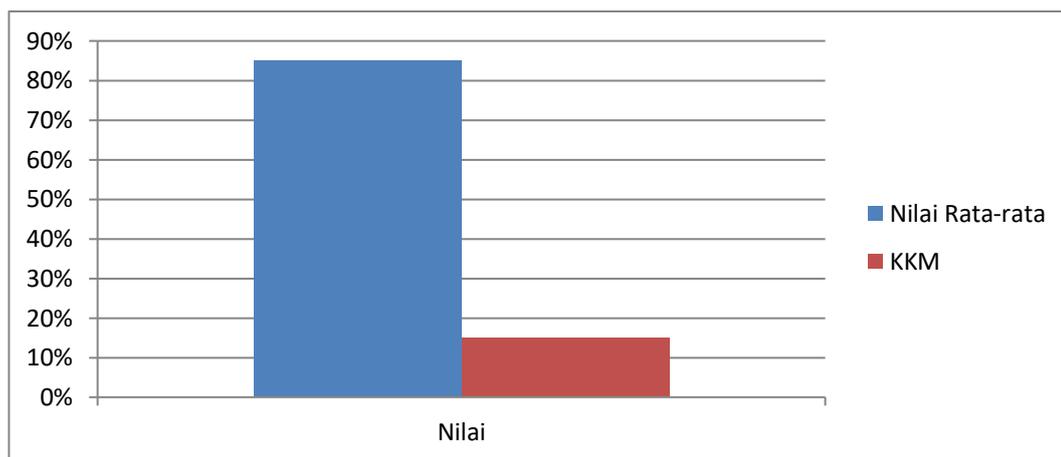
No	Kriteria	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	93 - 100	Baik Sekali	0	0
2	84 - 92	Baik	12	60
3	75 - 83	Cukup	5	25
4	< 75	Kurang	3	15
Jumlah			20	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa untuk penilaian secara keseluruhan pembelajaran senam irama pada siklus II, murid yang memperoleh nilai di bawah KKM yaitu 75 dan termasuk ke dalam kategori kurang berjumlah 3 orang murid atau sekitar 15%. Murid yang memperoleh nilai antara 76-83 dan termasuk ke dalam kategori cukup berjumlah 5 orang murid atau sekitar 25%. Murid yang memperoleh nilai antara 84-92 dan berada ada kategori baik berjumlah 12 orang murid atau sekitar 60%, sedangkan murid yang memperoleh nilai antara 93-100 dan termasuk ke dalam kategori cukup baik berjumlah 0 orang murid atau sekitar 0%.

Berdasarkan nilai rata-rata senam irama pada siklus II terdapat 17 orang murid atau sekitar 85% yang tuntas dengan nilai melebihi nilai KKM yaitu 75 dan 3 orang murid atau sekitar 15% yang tidak tuntas dengan nilai yang masih di bawah nilai KKM yaitu 75. Berdasarkan hasil tersebut di atas terlihat bahwa pada penilaian senam irama secara keseluruhan pada siklus II, jumlah murid yang belum memenuhi kriteria ketuntasan jauh lebih sedikit daripada murid yang telah memenuhi kriteria ketuntasan dengan nilai rata-rata hasil penilaian senam irama secara keseluruhan pada siklus I menunjukkan angka yang masih rendah yaitu 83 dengan kategori tuntas karena telah mencapai KKM yaitu 75. Rata-rata nilai

murid yang melebihi kriteria ketuntasan minimal berarti tindakan penelitian yang dilakukan pada siklus II telah berhasil sehingga tidak perlu dilakukan siklus III dan seterusnya. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 4.9 Diagram Nilai Rata-rata Senam Irama pada Siklus II

e. Penilaian Proses Pembelajaran Senam Irama

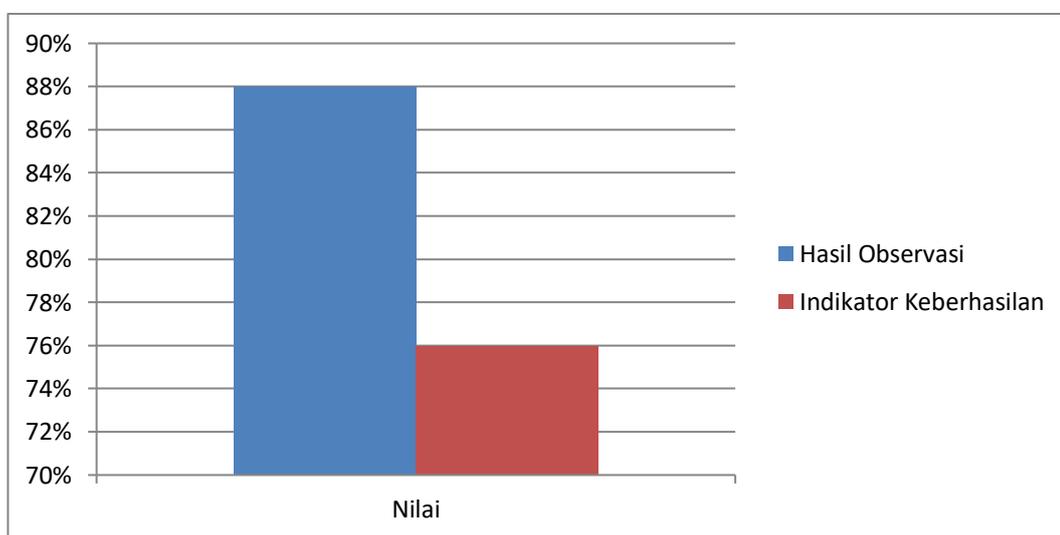
Selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung peneliti melakukan observasi untuk mengetahui proses pembelajaran senam irama. Berdasarkan hasil observasi pembelajaran senam irama, maka diperoleh distribusi frekuensi hasil observasi pembelajaran senam irama pada tabel berikut:

Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Hasil Observasi Proses Pembelajaran Senam Irama Murid pada Siklus II

No	Kriteria	Kategori	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1	93 - 100	Baik Sekali	9	45
2	84 - 92	Baik	6	30
3	75 - 83	Cukup	3	15
4	< 75	Kurang	2	10
Jumlah			20	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa murid yang memperoleh hasil < 75 dengan kategori kurang berjumlah 2 orang murid atau sekitar 10%, murid yang memperoleh hasil 76-83 dengan kategori cukup berjumlah 3 orang murid atau sekitar 15%, murid yang memperoleh hasil 84-92 dengan kategori baik berjumlah 6 orang murid atau sekitar 30% dan murid yang memperoleh hasil 93-100 dengan kategori baik sekali berjumlah 9 orang murid atau sekitar 45%. Selain itu, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama proses pembelajaran senam irama pada siklus II menunjukkan bahwa murid sudah memenuhi kriteria keberhasilan tindakan dengan nilai persentase rata-rata hasil observasi terhadap proses pembelajaran senam irama sebesar 88% sedangkan indikator keberhasilan proses mengharuskan hasil observasi minimal memperoleh 76%. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 4.10 Diagram Hasil Observasi Pembelajaran Senam Irama pada Siklus I

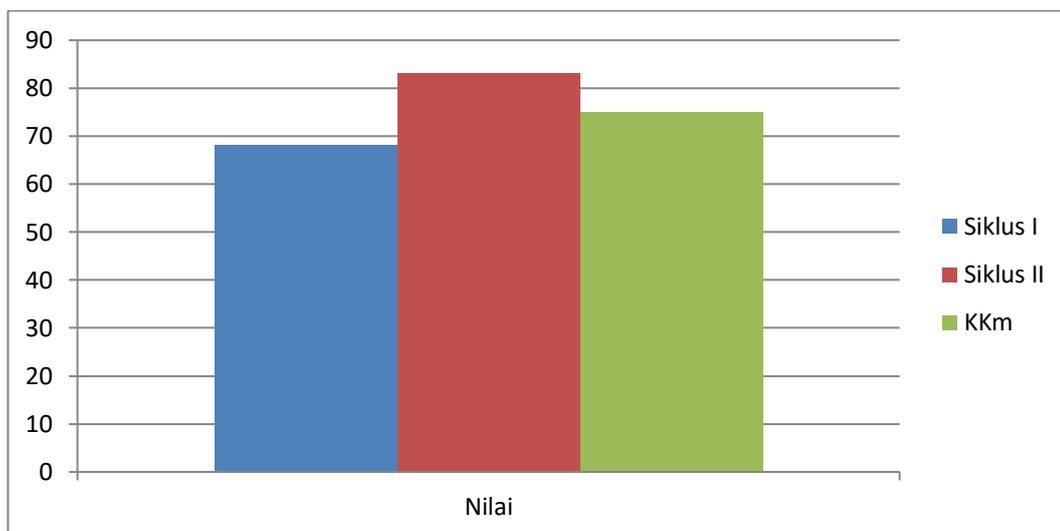
3. Refleksi

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

- a. Murid sudah mulai mencatat materi yang disampaikan guru.
- b. Guru menggunakan waktu secara efisien dengan memperhatikan alokasi waktu untuk evaluasi atau penilaian.

4.2 Pembahasan

Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran penjasorkes materi senam irama dengan menggunakan media *audio visual*. Berdasarkan deskripsi hasil penelitian pada siklus I menunjukkan bahwa nilai pembelajaran senam irama masih menunjukkan hasil yang tidak sesuai dengan harapan. Pada siklus I rata-rata nilai peserta didik hanya mencapai 68 sedangkan KKM ditentukan 75 sehingga masih perlu dilakukan penyempurnaan tindakan. Pada siklus II rata-rata nilai pembelajaran senam irama meningkat dari siklus I 68 menjadi 83. Dalam hal ini, upaya peningkatan pembelajaran ini dirasa berhasil karena hasil akhir dari nilai pembelajaran senam irama oleh murid telah mencapai nilai melebihi KKM yaitu 83. Untuk lebih jelas akan ditampilkan dalam bentuk gambar diagram sebagai berikut:



Gambar 4.11 Diagram Nilai Pembelajaran Senam Irama

Pelaksanaan penelitian ini memberikan dampak yang baik terhadap proses dan hasil pembelajaran senam ritmik dengan materi senam irama murid kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo. Hasil yang diperoleh berdasarkan pengamatan pada sikap murid selama pembelajaran penjasorkes materi senam irama menggunakan media *audio visual* menunjukkan sikap yang baik dan antusias. Sikap murid selama siklus I memang sedikit kaku dan enggan bekerjasama dengan pasangan namun pada siklus II murid sudah lebih baik lagi. Pada siklus II kegiatan senam irama yang dilakukan murid secara berpasangan memperlihatkan kerjasama yang baik, murid mulai berusaha untuk belajar sendiri dengan pasangan sebelum guru akan mengambil nilai keterampilan. Sementara itu dari sikap kedisiplinan selama melaksanakan kegiatan pembelajaran senam irama, murid sudah dibiasakan untuk berdisiplin waktu, bersiap sebelum kegiatan pembelajaran dimulai dan berbaris di lapangan.

Hasil pengamatan terhadap keterampilan murid dalam melaksanakan kegiatan senam berirama menunjukkan peningkatan dari pengamatan siklus I dan

siklus II. Pada siklus I murid memiliki kecenderungan kurang aktif dalam pembelajaran. Fenomena kurang aktifnya murid selama pembelajaran dapat dilihat dari murid yang kurang tergerak untuk membuat catatan sebagai pengingat kegiatan pembelajaran senam irama. Pada siklus I fenomena kurang aktifnya murid terlihat jelas, murid hanya melihat tayangan video sedangkan guru tidak mengingatkan murid untuk mencatat. Hasilnya nilai unjuk kerja pada siklus I kurang memuaskan dan masih kurang dari KKM yaitu 66 masih di bawah nilai KKM yaitu 75.

Setelah melalui kegiatan diskusi peneliti dengan guru berdasarkan refleksi pelaksanaan kegiatan tindakan penelitian pada siklus I, atas kesepakatan peneliti dan guru, pada siklus II akan diupayakan aktivitas murid selama pembelajaran dengan memberikan arahan kepada murid untuk mencatat materi yang disampaikan oleh guru. Catatan sederhana cukup sebagai media pengingat murid terhadap rangkaian senam irama. Guru sedikit mendektekan urutan gerakan untuk mempermudah murid dalam mencatat.

Dengan meminta murid untuk mencatat materi ternyata dapat meningkatkan ingatan murid terhadap rangkaian gerakan senam berirama. Hasilnya dapat dilihat dari hasil rata-rata penilaian Keterampilan murid pada siklus II yang menunjukkan peningkatan dari siklus I yang hanya 68 menjadi 82 dan sudah melebihi KKM yaitu 75. Peningkatan nilai rata-rata Keterampilan murid ternyata dibarengi dengan peningkatan nilai rata-rata sikap dan pemahaman murid terhadap materi. Dimana hasil rata-rata penilaian sikap (afektif) murid pada siklus I yaitu 70 mengalami peningkatan menjadi 82 pada siklus II sedangkan

hasil rata-rata nilai pemahaman murid (kognitif) pada siklus I yaitu 66 mengalami peningkatan menjadi 84 pada siklus II serta sudah mencapai kriteria keberhasilan tindakan.

Ketercapaian tindakan ini menunjukkan efektifitas penggunaan media *audio visual* dalam pembelajaran senam irama. Murid pada siklus I masih membutuhkan dorongan dari guru untuk menghafal gerakan salah satunya dengan mencatat. Fokus murid pada siklus I terlihat sangat tertuju pada tampilan media yang diputar sehingga kurang memperhatikan rangkaian gerakan yang harus dihafalkan. Sehingga guru membimbing murid untuk menghafal gerakan yang ditayangkan salah satunya dengan mencatat urutannya pada siklus II. Tindakan ini terbukti mampu meningkatkan penialain murid dari siklus I ke siklus II.

Selama proses pembelajaran berlangsung siwa juga sangat antusias terhadap pembelajaran senam irama dengan menggunakan *audio visual*. Murid tidak pernah melepaskan pandangan pada penayangan video, selain itu murid mau melakukan gerakan senam irama dengan baik.

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penerapan media *audio visual* dapat meningkatkan hasil belajar senam irama pada murid kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo. Hal tersebut terlihat dari hasil penerapan media pembelajaran senam irama dengan penerapan media *audio visual* bagi murid kelas V SDN 18 Maroangin Kota Palopo menunjukkan peningkatan hasil pembelajaran dari siklus I memperoleh nilai rata-rata sebesar 68 dan kurang dari KKM 75 meningkat menjadi 83 pada siklus II.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, beberapa saran yang dapat direkomendasikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Murid

Disarankan kepada murid harus siap untuk mengikuti pembelajaran dengan strategi pembelajaran apapun yang diberikan guru dan selalu bersedia dengan kesadaran sendiri untuk mengikuti petunjuk dan arahan yang diberikan guru.

2. Bagi Guru

Disarankan kepada guru untuk menggunakan media *audio visual* sebagai salah satu upaya meningkatkan pembelajaran senam irama dalam proses pembelajaran penjasorkes. Selain itu, guru juga harus memperhatikan murid dalam mencapai

pemahaman senam irama dengan mengingatkan untuk mencatat materi atau urutan gerakan sehingga dapat dipelajari dengan mudah dimanapun.

3. Bagi Peneliti

Disarankan kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk menerapkan penerapan media *audio visual* pada pembelajaran yang berbeda. Selain itu, penerapan media *audio visual* dapat diterakan dengan kolaborasi dan pendekatan, strategi dan model pembelajaran yang lain sesuai dengan kebutuhan murid.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asmawati, Luluk. (2014). *Perencanaan Pembelajaran PAUD*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Chen, W., Mason, S., Hammond-Bennett, A., & Zalmout, S. (2016). Manipulative Skill Competency and Health-Related Physical Fitness in Elementary School Students. *Journal of Sport and Health Science*, 5(1), 491–499.
- Daryanto dan Rahardjo, Mulyo. (2012). *Model Pembelajaran Inovatif*. Yogyakarta: Gava Media.
- Djamarah, Syaiful Bahri dan Aswan Zain. (2010). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Evelin dan Hartini. (2011). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Hamalik, Oemar. (2012). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Kurniasih, E.Y dan Bawa, A.A.W. (2018) *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, Solo: Tiga Serangkai Pustaka Mandiri
- Kusuma, Wijaya dan Dwitagama, Dedi. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Indeks.
- Muhajir. (2017). *Penjasorkes 2*. Jakarta: Yudistira.
- Munadi, Yudhi. (2013). *Media Pembelajaran*. Jakarta: GP Press Goup.
- Ngatiyono. (2018). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*, Solo: Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.
- Rohani, Ahmad. (2014). *Pengelolaan Pengajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rusman, dkk. (2013). *Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi dan Komunikasi Mengembangkan Profesionalitas Guru*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

- Sadiman, A.S. (2012) *Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan dan Pemanfaatannya*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Sanjaya, Wina. (2011). *Perencanaan dan Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta : Kencana.
- Sardiman. (2011). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rajagrafindo.
- Sudjana, Nana. (2012). *Penelitian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Sugiyono. (2014) *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukiman. (2012). *Pengembangan Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Pedagogia.
- Uno, Hamzah. B. (2012). *Model Pembelajaran; Menciptakan Proses Belajar Mengajar yang Kreatif dan Efektif* . Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Wisahati, A.S dan Santoso, T. (2010). *Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kementrian Pendidikan Nasional.
- Zulfahmi, MN. (2016). *Pengaruh Senam Irama Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini 5-6 Tahun Di TK Bina Siwi Desa Krasak Kecamatan Pencegaan Kabupaten Jepara*. Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Fetriananingtyas, M.D. (2017). *Pengaruh Metode Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di KB Fatimatuz Zahra Desa Pesayangan Kecamatan Talang Kabupaten Tegal*, Universitas Negeri Semarang: Lib.unnes.ac.id.