

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu kegiatan belajar yang dilakukan oleh pendidik dan peserta didik yang dilakukan di lembaga atau instansi dimulai dari SD, SMP, SMA sampai kejenjang selanjutnya. Pendidikan biasanya terjadi di sekolah maupun di luar sekolah seperti pendidikan di lingkungan yang biasa dilakukan baik secara sengaja maupun tidak. Pendidikan dapat membentuk kepribadian seseorang baik secara kedisiplinan, percaya diri, dapat menghargai orang lain, bertakwa, kreatif dan mandiri. Salah satu alat yang berperan sangat penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan manusia adalah pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu alat yang berperan sangat penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan manusia, karena pendidikan jasmani sangat erat kaitannya dengan gerak manusia. Gerak bagi manusia sebagai aktifitas jasmani merupakan salah satu kebutuhan hidup yang sangat penting, yaitu sebagai dasar bagi manusia untuk belajar. Tujuannya bukan hanya kesegaran jasmani, tetapi juga mengembangkan seluruh potensi jiwa, seperti mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas *emosional*, keterampilan sosial, penalaran dan kesehatan rekreasi serta tindakan moral melalui aktifitas jasmani. Bentuk-bentuk gerakan yang telah diprogramkan dalam pengajaran pendidikan jasmani hanyalah merupakan satu alat dalam mencapai tujuan pendidikan dan kesemua bentuk gerakan tersebut termasuk dalam berbagai cabang olahraga yang dipelajari di sekolah.

Kurikulum 2013 (K-13) merupakan kurikulum yang berlaku dalam sistem pendidikan di Indonesia saat ini. Kurikulum ini diterapkan oleh pemerintah untuk menggantikan kurikulum 2006 atau yang biasa kita sebut dengan KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan) yang telah berlaku selama kurang lebih 6 tahun. Kurikulum 2013 (K-13) telah masuk dalam masa percobaannya pada tahun 2013 dengan menjadikan beberapa sekolah sebagai sekolah rintisan. Kurikulum 2013 memiliki empat aspek penilaian, yaitu aspek pengetahuan, aspek keterampilan, aspek sikap, dan aspek perilaku.

Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang berperan penting sebagai wadah mendidik siswa untuk menjadi cerdas, terampil, dan memiliki wawasan yang luas dan juga dapat berfungsi mencari bibit-bibit unggul dalam pendidikan. Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga yang diajarkan pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). khususnya kelas VII semester 2. Standar kompetensi senam untuk siswa SMP yaitu, mempraktikkan senam dasar dengan teknik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Sedangkan kompetensi dasar senam yaitu, mempraktikkan teknik dasar gerak guling depan serta nilai kedisiplinan, keberanian dan tanggung jawab. Senam lantai adalah kegiatan olahraga yang di peragakan di lantai atau di matras, Senam lantai memiliki beberapa rangkaian gerakan seperti berguling, melompat, meloncat, berputar di udara. teknik dasar senam lantai yaitu *roll* depan, *roll* belakang, sikap lilin, loncat harimau, *handstand* dan kayang . Pada senam lantai, siswa dilatih agar memiliki tubuh yang lentur dan kuat sehingga dapat melaksanakan aktivitas dan dapat menerima pelajaran yang disampaikan oleh guru dengan baik. Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga senam *artistic*

cabang olahraga ini salah satu olahraga yang menarik. Kebanyakan orang memiliki kemampuan salto berguling di udara, namun mereka belum tau bagaimana cara dan berlatihnya.

Mereka tidak menyadari bahwa gerakan yang mereka lakukan sangat berbahaya. Apabila mereka mencoba gerakan salto berguling di udara, tanpa perhitungan bahwa gerakan tersebut harus mempelajari tahapan-tahapan latihan yang berjenjang dan berkesinambungan. Untuk mengurangi resiko terjadinya cedera dengan cara latihan *roll* belakang salah satu latihannya adalah latihan kelentukan. Berdasarkan standar kompetensi dan kompetensi dasar materi senam kelas VII semester 2 SMP tersebut, banyak aspek yang harus dikembangkan pada diri siswa baik aspek *afektif*, *kognitif* dan *psikomotorik*. Aspek yang harus dikembangkan dalam pembelajaran senam lantai *roll* depan khususnya pada siswa yaitu: pengembangan sikap disiplin, berani dan tanggung jawab serta dapat menjelaskan teknik gerakan *roll* depan dengan benar. Ketiga aspek tersebut merupakan satu kesatuan yang utuh dan saling berkaitan, sehingga dalam pembelajaran pendidikan jasmani harus dikembangkan secara serentak.

Salah satu jenis senam dasar yang diajarkan kelas VII semester 2 SMP yaitu mempraktikkan teknik dasar guling depan atau *roll* depan. Berdasarkan cara pelaksanaannya *roll* depan dilakukan dengan dua cara yaitu, dengan awalan jongkok dan berdiri. Dari cara pelaksanaan *roll* depan tersebut, *roll* depan yang diajarkan pertama kali untuk siswa smp yaitu *roll* depan dengan awalan jongkok Tujuan pembelajaran *roll* depan, baik aspek *afektif*, *kognitif* dan *psikomotorik* telah dituangkan dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan saat pembelajaran *roll* depan berlangsung dan hasil wawancara dengan guru, permasalahan yang dihadapi siswa antara lain: takut cidera, tidak memiliki keberanian,

Sehingga siswa tidak mau melakukan *roll* depan terlebih lagi bagi siswa putri. Untuk mengatasi kesulitan dalam pembelajaran *roll* depan, maka seorang guru penjas harus *kreatif* dan *inovatif* untuk menciptakan bentuk pembelajaran *roll* depan yang menyenangkan dan memberi kemudahan siswa untuk melakukan *roll* depan. Dapat dikatakan bahwa, peserta didik yang dapat melakukan *roll* depan dengan benar telah tuntas, karena telah memenuhi kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) untuk siswa kelas VII semester 2 SMP Negeri 8 Palopo adalah 70. Namun jika siswa tidak mampu mencapai KKM, maka siswa dinyatakan tidak lulus dari mata pelajaran tersebut dan harus mengulang. Berdasarkan hasil data jumlah dan persentase siswa kelas VII 8 SMP Negeri 8 Palopo yang mendapatkan nilai tuntas sebanyak 9 siswa dengan persentase 30%, dan siswa yang mendapatkan nilai tidak tuntas sebanyak 21 siswa dengan persentase 70%.

Hal ini dengan jelas terlihat ketika mereka mengikuti materi pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya materi teknik dasar *roll* depan, di mana gerakan yang mereka lakukan cenderung tidak benar dan lebih banyak mengarah pada bahaya. Selama ini pembelajaran senam *roll* depan pada bidang datar menggunakan matras. membuat siswa mengalami kesulitan. Kesulitan dalam pembelajaran senam *roll* depan hanya sebatas dibantu oleh guru Penjas yang bersangkutan. Melalui bantuan guru pada saat siswa melakukan *roll* depan sebagian

siswa dapat melakukan *roll* depan, tetapi ada juga yang tidak bisa bahkan tidak mau dibantu oleh gurunya.

Pemanfaatan modifikasi alat bantu bidang miring dalam penelitian ini dengan cara merancang atau membuat bidang miring yang terbuat dari kayu/papan untuk meletakkan matras. Pembuatan bidang miring dengan menggunakan kayu atau papan dirancang sedemikian rupa dengan ketinggian 50 cm, lebar 1 meter dan panjang 50 cm. Dengan ketinggian bidang miring 50 cm dari lantai, maka bidang untuk berguling terlihat curam, sehingga akan memudahkan berguling ke bawah untuk melakukan *roll* depan. Bisa dikatakan, *roll* depan dari atas matras pada ketinggian 50 cm, dengan posisi siap melakukan *roll* depan dan menjatuhkan/berguling ke bawah, maka gerakan *roll* depan dapat dilakukan dengan mudah. Membelajarkan senam khususnya *roll* depan dengan bentuk pembelajaran yang tepat sangat penting dan harus didukung dengan sarana yang memadai. Untuk mengatasi kesulitan dalam pembelajaran *roll* depan dapat dilakukan dengan pemanfaatan alat bantu bidang miring. Untuk mengetahui apakah benar, pemanfaatan alat bantu bidang miring dapat meningkatkan hasil belajar *roll* depan, maka perlu dilakukan penelitian tindakan dengan judul,

“Upaya peningkatan kemampuan *Roll* depan melalui modifikasi matras pada siswa SMPN 8 Palopo”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: Apakah dengan melalui modifikasi matras dapat meningkatkan kemampuan *roll* ke depan pada siswa SMPN 8 Palopo?

1.3 Tujuan Penelitian

untuk mengetahui ada peningkatan kemampuan *roll* ke depan melalui dengan melalui modifikasi matras pada siswa SMPN 8 Palopo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi guru

- a. Untuk meningkatkan kreatifitas guru penjas dalam pembelajaran penjas agar diperoleh hasil belajar yang optimal.
- b. Sebagai bahan masukan guru dalam pembelajaran penjas dengan kreatifitas dan inovasi-inovasi untuk mengatasi kesulitan dalam pembelajaran penjas.
- c. Untuk meningkatkan kinerja guru dalam menjalankan tugasnya secara *profesional*, terutama dalam *kreatifitas* dan *inovasi* pembelajaran penjas.

1.4.2 Bagi siswa

- a. Menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan meningkatkan peran aktif siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas, serta meningkatkan hasil belajar *roll* depan.
- b. Dapat meningkatkan kemandirian siswa, keberanian siswa dan menghilangkan rasa pesimis dalam mengikuti pembelajaran *roll* depan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Senam Lantai

Senam lantai adalah salah satu cabang olahraga yang melibatkan seluruh anggota tubuh. Itulah sebabnya, senam juga disebut sebagai olahraga dasar. Senam lantai

mengacu pada gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu setiap komponen motorik/gerak, seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan, kelincahan, dan ketepatan. (Dadan Heryana, 2010: 89). senam adalah suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai spiritual. Senam bermanfaat untuk mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak, selain itu senam dapat pula menyumbang pada pengayaan perbendaharaan gerak pesertanya. Senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan fisik yang disusun secara sistematis dengan melibatkan gerakan-gerakan yang terpilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu (Sutrisno & Khafadi, 2010). Senam lantai merupakan bagian dari senam yang terdapat pada *Federation Internationale de Gymnastique* yang termasuk senam artistik (Wisahati & Santosa, 2010). Senam lantai merupakan salah satu nomor dalam cabang olahraga senam yang dilakukan di atas lantai atau matras (Mashar & Dwinarhayu, 2010).

Berdasarkan uraian di atas dapat dikatakan bahwa senam lantai adalah salah satu cabang olahraga yang melibatkan seluruh anggota tubuh dan senam dapat disebut olahraga dasar.

2.1.2 Roll Depan

Roll depan merupakan gerakan badan berguling ke arah depan melalui bagian belakang badan (tengkuk), pinggul pinggang dan panggul bagian belakang (Sarjono & Sumarjo, 2010). Roll depan juga dapat diartikan gerakan ke depan (*forward roll*) badan yang menggrollkan ke depan mulai tengkuk punggung kaki

pinggang dan panggul belakang (Chandra, 2010). Roll depan dapat juga diawali dengan sikap jongkok maupun berdiri (Sujarwadi & Sarjiyanto, 2010). Pengerjaan roll ke depan dimulai dari posisi berdiri dengan lengan ke atas, setelah itu senam berjongkok dan membungkuk ke depan sambil menempatkan tangan di depan tubuh, pinggul bergerak ke atas, lepas landas dilakukan dengan kedua kaki dan dagu diletakkan di dada, memulai berguling-guling di punggung dalam posisi terselip, tangan menyentuh kaki, ketika kedua kaki menyentuh lantai pada saat yang sama pemain berdiri ke posisi seimbang melalui jongkok (Milcic, Markovic, & Aleksic-Veljkovic, 2017). Pada intinya, *roll* depan dapat dilakukan dengan posisi awal berdiri maupun jongkok, kemudian badan berguling ke arah depan melalui bagian tengkuk, pinggul pinggang dan panggul bagian belakang.

Kemudian kembali lagi pada posisi semula (berdiri maupun jongkok). Kompetensi Dasar dalam materi pokok Senam Lantai *roll* depan adalah mempraktekan teknik dasar *roll* depan (Muhajir, 2014). Artinya, siswa yang mau dengan bersungguh-sungguh dalam mempraktekan teknik dasar *roll* depan, itu sudah sesuai dengan kompetensi dasar yang ada



Gambar : Roll depan Sumber : Roji dan eva yulianti : 2017

Berdasarkan uraian di atas dapat dikatakan bahwa motivasi merupakan salah satu faktor *psikologis* yang dapat mempengaruhi dorongan dalam diri seseorang untuk mengubah perilaku baik *kognitif*, *afektif*, maupun *psikomotor*. Sebagai seorang pendidik harus sadar bahwa seorang pendidik sangat penting dalam sebuah lingkungan, dan bahwa pendidik dapat memengaruhi motivasi baik secara langsung maupun tidak langsung (Weinberg & Gould, 2011).

2. 1.3 Pembelajaran

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Menurut Setyosari (2005:148) Dalam Elva Setiawati 2018 berpendapat bahwa pembelajaran sebagai suatu sistem terdiri atas komponen-komponen, yaitu: tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran, yang didalamnya termasuk penggunaan metode pembelajaran, alat dan sumber pembelajaran, serta penilaian hasil belajar. Pembelajaran merupakan proses interaksi peserta didik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar yang meliputi guru dan peserta didik yang saling bertukar informasi. Pembelajaran bertujuan untuk membantu peserta didik dalam proses belajar, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang dan disusun sedemikian rupa untuk mendukung dan mempengaruhi terjadinya proses belajar peserta didik yang bersifat integral. Lingkungan atau stimulus (Hamdani, 2011: 23). Menurut waluyo (2013 : 18), Pembelajaran *instruction* adalah suatu usaha untuk membuat siswa untuk belajar atau suatu kegiatan untuk membelajarkan siswa. Menurut Suprihartiningrum (2014: 75), pembelajaran adalah sekumpulan kegiatan yang

melibatkan informasi dan lingkungan yang disusun secara terencana untuk memudahkan peserta didik dalam belajar. Selain itu, menurut Wenger (dalam Huda, 2013: 2), pembelajaran bukanlah suatu aktivitas yang dilakukan oleh seseorang ketika sedang tidak melakukan aktivitas yang lain. Menurut Hosnan (2014: 294), pembelajaran dapat berhasil jika ada umpan balik antara pendidik dan peserta didik. Pendidik berusaha mendorong peserta didik dalam membentuk tingkah laku yang diinginkan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan pendidik yang saling bertukar informasi dan bertujuan untuk membantu peserta didik dalam proses belajar yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang dan disusun sedemikian rupa untuk mendukung dan mempengaruhi proses belajar peserta didik dan untuk memudahkan peserta didik dalam belajar.

2.1.4 Modifikasi

Pengertian Modifikasi secara umum (on line) adalah mengubah atau menyesuaikan. Menurut (Bangun & Correspondence:, 2018) Modifikasi dapat diartikan sebagai upaya melakukan perubahan dengan penyesuaian- penyesuaian baik dalam segi fisik material (fasilitas dan perlengkapan) maupun dalam tujuan dan cara (metoda, gaya, pendekatan, aturan serta penilaian) dari pernyataan diatas mengenai pengertian modifikasi, modifikasi merupakan suatu usaha perubahan yang dilakukan berupa penyesuaian- penyesuaian baik dalam bentuk fasilitas dan perlengkapan atau dalam metoda, gaya, pendekatan, aturan serta penilaian.

Modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan dengan tujuan agar:

- a) Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran.
 - b) Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi.
 - c) Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.
- Sedangkan tujuan modifikasi menurut Bahagia dan Suherman (2000), sebagai berikut:
4. Modifikasi tujuan pembelajaran
 5. Modifikasi materi pembelajaran
 6. Modifikasi lingkungan pembelajaran
 7. Modifikasi evaluasi pembelajaran. (Bangun & Correspondence:, 2018)

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa modifikasi adalah upaya melakukan perubahan dengan penyesuaian-penyesuaian baik dalam segi fisik material (fasilitas dan perlengkapan) maupun dalam tujuan dan cara (metoda, gaya, pendekatan, aturan serta penilaian) dari pernyataan di atas mengenai pengertian modifikasi, modifikasi merupakan suatu usaha perubahan yang dilakukan berupa penyesuaian-penyesuaian baik dalam bentuk fasilitas dan perlengkapan atau dalam metoda, gaya, pendekatan, aturan serta penilaian.

2.1.5 Alat Bantu Matras Bidang Miring

Wulandari & Tuasikal (2014) menyatakan bahwa, "Alat bantu pembelajaran merupakan salah satu komponen pembelajaran yang mempunyai peranan penting dalam kegiatan belajar mengajar. Alat Bantu Matras Bidang Miring Menurut Zainuri (2011: 3) bidang miring adalah suatu permukaan datar yang memiliki suatu sudut, yang bukan sudut tegak lurus, terhadap permukaan *horizontal*. Menurut Wahyuningsih (2017) Bidang miring merupakan suatu permukaan datar yang memiliki suatu sudut, yang bukan sudut tegak lurus, terhadap permukaan

horizontal. Menurut Wahyuningsih (2017) Secara umum bidang miring merupakan suatu permukaan datar yang terdiri dari yang salah satu ujungnya lebih tinggi dari pada ujung yang lain.

Berdasarkan uraian diatas dapat di simpulkan bahwa bidaang miring adalah suatu permukaan datar yang memiliki suatu sudut yang salah satu ujungnya lebih tinggi dan bukan sudut tegak lurus terhadap permukaan *horizontal*.

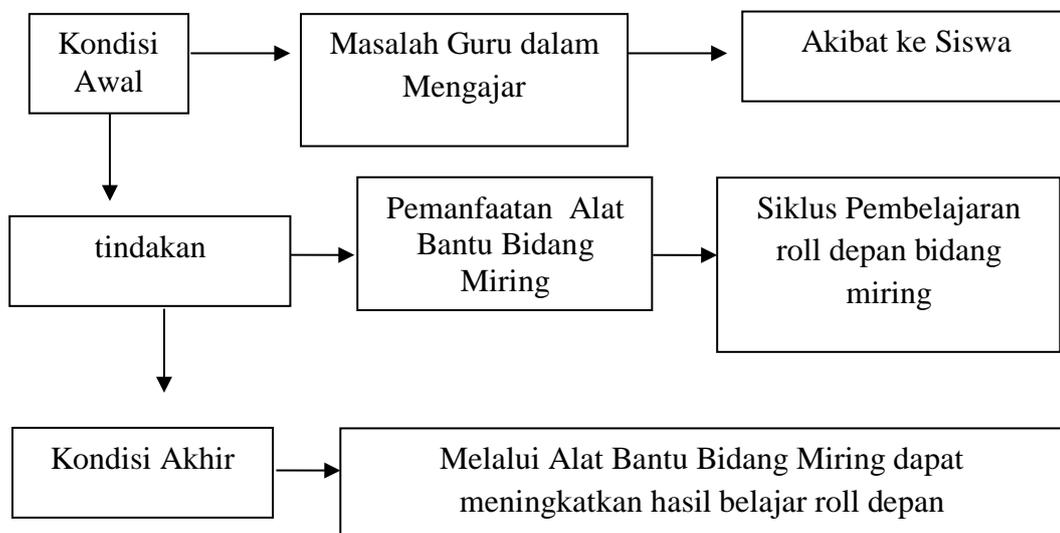
2.1.6 Kerangka Berfikir

Dalam pembelajaran *roll* depan banyak kesulitan atau permasalahan yang dihadapi siswa. Dari kesulitan atau permasalahan yang dihadapi dalam pembelajaran *roll* depan, mengakibatkan hasil belajar *roll* depan tidak optimal.

Kesulitan atau permasalahan yang dihadapi siswa dalam pembelajaran *roll* depan antara lain: takut, merasa tidak mampu berguling, pusing dan lain sebagainya. Pembelajaran *roll* depan pada umumnya dilakukan dengan matras mendatar. Jarang sekali atau bahkan guru penjas melakukan inovasi atau memiliki kreativitas dalam pembelajaran senam *roll* depan, jika siswanya mengalami kesulitan. Guru penjas tidak mau bersusah menciptakan alat pembelajaran senam yang bertujuan mengatasi kesulitan yang dihadapi siswa.

Pembelajaran *roll* depan pada umumnya hanya sebatas dengan memberi bantuan dorongan, itu pun hasilnya tidak optimal. Kesulitan yang dihadapi siswa dalam pembelajaran *roll* depan seharusnya dicarikan solusi yang tepat. Terbiasanya prasarana olahraga menurut seorang guru penjas harus memiliki kreatifitas dan inovasi-inovasi untuk mengatasi kesulitan siswa dengan menciptakan alat bantu seperti membuat bidang miring untuk pembelajaran *roll* depan.

Kreatifitas dan inovasi dalam pembelajaran materi penjas termasuk *roll* depan sangat penting agar diperoleh hasil belajar yang maksimal. Melalui pemanfaatan bidang miring dalam pembelajaran *roll* depan, maka kesulitan yang dihadapi siswa dapat teratasi. Pembelajaran *roll* depan dengan pemanfaatan bidang miring akan meingkatkan motivasi belajar siswa, siswa merasa mampu dan mudah melakukan gerakan berguling (*roll*), siswa lebih aktif melaksanakan tugas ajar. Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa, pemanfaatan, alat bantu bidang miring dapat meningkatkan hasil belajar *roll* depan.



Gambar 2.1 Konseptual Kerangka Berfikir

2.1.7 Hipotesis Tindakan

Menurut sugiyono (2015:3) hipotesis penelitian adalah pendapat atau kesimpulan yang sifatnya masih sementara. Untuk menjadi kebenaran yang kuat, hipotesis harus di uji menggunakan data yang dikumpulkan. Berdasarkan uraian diatas dapat

disimpulkan hipotesis penelitian ini adalah ada peningkatan pembelajaran roll depan melalui modifikasi matras pada siswa SMPN 8 Palopo.

BAB III METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Menurut sugiyono (2017:9) bahwa metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi yang alamiah. Dimana peneliti merupakan instrument kunci , teknik pengumpulan data dilakukan dengan triangulasi (gabungan). Analisis data bersifat induktif/kualitatif,dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif, penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bersifat deskriptif dan cenderung-cenderung menggunakan analisis. Berdasarkan pendapat diatas, maka metode penelitian kualitatif cocok untuk digunakan dalam melakukan penelitian tindakan kelas (PTK), karena metode metode penelitian kuliitatif akan mengkaji tentang bagaimana pembelajaran berlangsung dengan memperlihatkan interaksi seorang guru dengan siswa pada saat proses pemebelajaran dikelas maupun dilapangan.

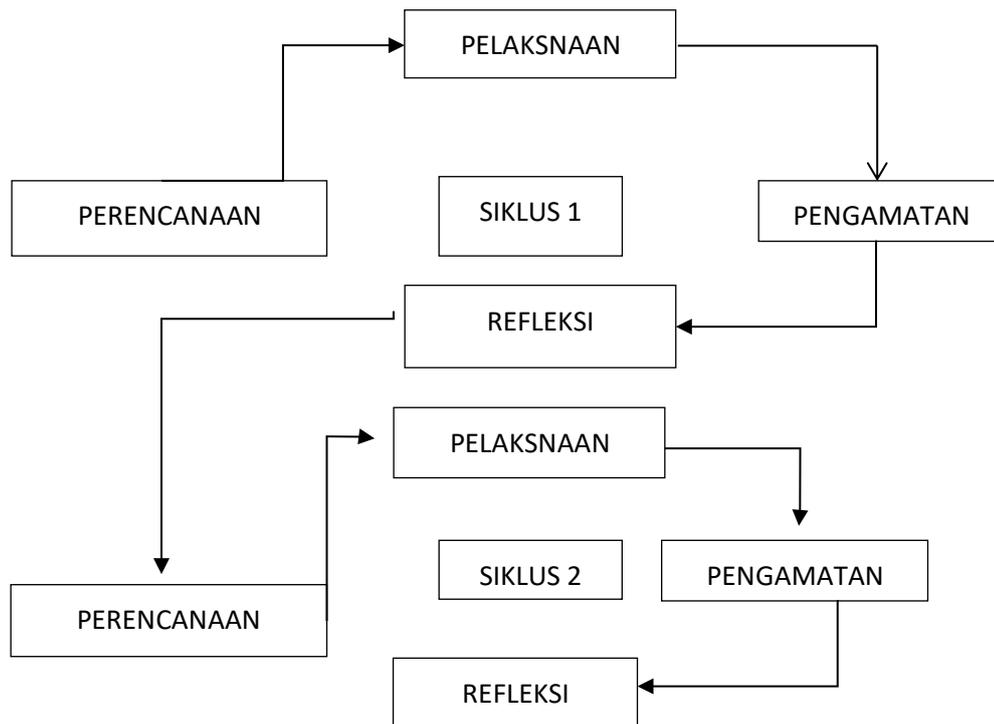
3.2. Desain Penelitian

Penelitian yang akan dilaksanakan ini menggunakan metode penelitian PTK Menurut wariatmadja (2010) mengemukakan “Penelitian Tindakan Kelas (*classroom action research*)” bukan objektivitas yang dituju, melainkan subjektivitas sistematis yang mengarah kepada paradigma baru untuk mengkonstruksikan wacana dan analisis alternatif. Desain yang digunakan didalam penelitian tindakan kelas ini adalah desain yang dikemukakan oleh Arikunto. Menurut Arikunto (2009: 20) dalam Tugimin (2012), ada empat tahapan penting dalam penelitian tindakan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Keempat tahapan dalam penelitian tindakan tersebut akan membentuk sebuah siklus, jadi satu siklus dimulai dari tahap perencanaan sampai dengan refleksi. Banyaknya siklus tergantung pada masih atau tidaknya tindakan tersebut diperlukan, selain itu juga tergantung pada permasalahan pembelajaran yang perlu dipecahkan.

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) merupakan suatu pencerminan kegiatan yang sengaja dilaksanakan dalam sebuah kelas yang sama, dilakukan oleh guru secara kolaborasi dan bertujuan untuk memperbaiki keadaan ke arah yang lebih baik. Penelitian ini diharapkan dapat memecahkan permasalahan yang dihadapi guru sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lancar dan tujuan pembelajaran dapat dicapai secara efektif dan efisien. Melalui pendekatan penelitian tindakan kelas ini permasalahan yang dirasakan dan ditemukan oleh guru dan siswa dapat dicarikan solusinya. Secara keseluruhan keempat tahapan dalam PTK ini membentuk suatu siklus PTK yang digambarkan dalam bentuk spiral. Untuk

mengatasi masalah mungkin diperlukan lebih dari satu siklus, siklus tersebut saling terkait dan berkelanjutan.

Adapun rancangan siklus penelitian tindakan ini digunakan dalam bagan dibawah ini:



Gambar 3.1 : Rancangan Siklus Penelitian Tindakan.

Berikut penjelasan dari aturan tindakan penenelitian dalam skema diatas, dapat di jelaskan sebagai berikut:

SIKLUS 1

1. Perencanaan

Pada proses perencanaan, peneliti membuat rancangan pelaksanaan pembelajaran (RPP) tentang materi yang akan diajarkan, menyediakan

lembar observasi siswa serta menyediakan lembar catatan lapangan yang digunakan pada saat pembelajaran.

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan peneliti melaksanakan langkah-langkah kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah disiapkan. pada tahap ini peneliti menyampaikan materi untuk pembelajaran dan model pembelajaran yang digunakan serta memberikan kesempatan kepada siswa mencari materi kemudian memperagakannya dalam pembelajaran roll depan melalui modifikasi matras dengan menggunakan kardus

3. Pengamatan

Pada tahap ini peneliti di bantu oleh guru penjaskes SMPN 8 PALOPO (yang bertindak sebagai observer) untuk mengamati peneliti (yang bertindak sebagai guru) yang secara langsung menerapkan pembelajaran roll depan melalui modifikasi matras dengan menggunakan kardus dan mengisi lembar observasi yang telah disiapkan sebelumnya. Observer mengamati aktivitas pembelajaran yang berlangsung. Hasil pengamatan ini akan dicatat dilembar observasi, adapun kegiatan ysng diamati adalah aktivitas guru,aktivitas siswa dan mengawasi pelaksanaan tes yang di berikan diakhir siklus

4. Refleksi

Pada akhir siklus diadakan refleksi terhadap hal-hal yang diperoleh baik dari hasil observasi maupun catatan peneliti. Tahapan refleksi meliputi kegiatan memahami dan menyimpulkan data. Peneliti dan observer berdiskusi untuk melihat keberhasilan dan kegagalan yang terjadi setelah proses pembelajaran dalam selang waktu tertentu. Kekurangan-kekurangan yang ada pada siklus 1 yang telah dilaksanakan, dibuatkan rencana perbaikan demi penyempurnakan tindakan pada siklus ke 2

SIKLUS II

1. Perencanaan

Pada tahap perencanaan pada siklus yang ke II peneliti membuat rencana pembelajaran berdasarkan hasil refleksi pada siklus I. kekurangan yang ada pada siklus I akan dilakukan perbaikan rencana pembelajaran terhadap materi agar mampu mendapatkan peningkatan pada siklus II.

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan siklus II peneliti menyampaikan materi pembelajaran yang telah diperbaiki dan melaksanakan pembelajaran dengan modifikasi matras bidang miring dengan alas papan

3. Pengamatan

Pada tahap ini peneliti akan dibantu oleh guru penjaskes mengamati secara langsung penerapan modifikasi matras bidang miring pada materi roll depan senam lantai berdasarkan perbaikan rencana pembelajaran dari hasil refleksi pada siklus I dan mengamati aktifitas pembelajaran yang berlangsung

4. Refleksi

Pada akhir siklus peneliti melakukan refleksi terhadap pelaksanaan siklus II dan memahami serta menyimpulkan data atas pelaksanaan pembelajaran. Dengan melihat hasil observasi, apakah kegiatan yang telah dilakukan dapat meningkatkan kemampuan roll depan senam lantai dengan modifikasi matras bidang miring.

Tahap refleksi dibagi menjadi dua yaitu refleksi proses dan refleksi hasil sebagai berikut:

1. Refleksi proses yaitu peneliti dan guru mendiskusikan tindakan peneliti saat atau belum dengan menerapkan model pembelajaran dengan modifikasi bidang miring.
2. Refleksi hasil peneliti dan guru melakukan refleksi tentang nilai siswa apakah hasil belajar setelah melaksanakan pembelajaran berhasil apa tidak. Apabila belum berhasil maka dilaksanakan perencanaan siklus berikutnya dengan melengkapi kekurangan-kekurangan pada siklus sebelumnya.

3.3. Kehadiran Peneliti

Peneliti terlibat langsung Dari awal hingga akhir penelitian. Hal ini bertujuan agar data yang diperoleh lengkap. kedudukan peneliti dalam penelitian ini yaitu itu sebagai perencana, pelaksana, pengumpulan data, analisis dan pengamatan dalam pelaksanaan tindakan.

3.4. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian tindakan ini adalah siswa kelas VII.8 SMPN 8 Palopo.

Dengan jumlah 30 siswa

3.5. Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada 17 juni - 25 Juni 2021 di SMPN 8 Palopo.

3.6. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas yaitu:

3.6.1. Siswa untuk mendapatkan data tentang hasil roll depan senam lantai dengan modifikasi matras.

3.6.2. Guru sebagai kolabolator, untuk melihat tingkat keberhasilan hasil belajar roll depan dengan modifikasi matras.

3.7 Teknik Pengumpulan Data

3.7.1. Observasi

Observasi merupakan salah satu cara dalam mengumpulkan data untuk mendapatkan data untuk mendapatkan gambaran fakta kehidupan yang diteliti. Oleh karena itu, observasi memegang peran penting dan pengumpulan data pada sebuah penelitian Suyanto dan Sukinah, (2011) Berdasarkan penjelasan di atas Observasi dalam penelitian ini dilakukan dengan mengunjungi dan melakukan pengamatan di lingkungan sekolah. Observasi ini, peneliti memperoleh informasi lebih atau informasi tambahan terkait informan penelitian. pengumpulan data ini dilakukan pada saat observasi awal

3.7.2. Tes

Tes adalah alat atau prosedur yang digunakan dalam rangka pengukuran dan penelitian. Peneliti memilih teknik tes untuk mengukur dan menilai hasil belajar

siswa apakah meningkat atau belum selama pembelajaran senam lantai melalui metode pembelajaran yang diterapkan.

3.7.3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, surat, catatan harian, gambar, ataupun karya-karya monumental, cendramata, jurnal kegiatan dan sebagainya dari seseorang. Dalam penelitian kualitatif, dokumentasi merupakan perlengkapan dari penggunaan teknik observasi yang digunakan dalam penelitian kualitatif. Hasil pengumpulan dari observasi akan lebih kredibel atau dapat dipercaya apabila didukung dengan dokumentasi Sugiyono, (2015). Dokumentasi dalam penelitian ini adalah foto-foto atau gambar-gambar dan arsip mengenai serangkaian kegiatan yang dilakukan peneliti saat berada dilapangan.

3.8. Instrumen Penelitian

Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Lembar observasi. Lembar RPP digunakan untuk acuan dalam proses pembelajaran, agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Tes psikomotor yang digunakan untuk mengambil nilai siswa.

1.9. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas dilakukan selama dan sesudah pengumpulan data. Menurut sugiyono (2016: 244) bahwa analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data kedalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih nama yang penting dan akan

dipelajari, dan memuatkan kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri dan orang lain.

Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus PTK dianalisis secara deskriptif untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam kegiatan pembelajaran.

1. Menganalisis rata-rata tes roll depan, kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.
2. Menganalisis rangkaian gerakan roll depan, kemudian dikategorikan dalam klasifikasi skor yang telah ditentukan.

Tabel 3.4: Tes untuk keterampilan (Psikomotor)

No	Nama siswa	Aspek Yang diteliti			Skor
		Sikap awal	Sikap Pelaksanaan gerakan	Sikap akhir	
1					
2					
3					
Dst.					

Keterangan

Skor 1 : Baik

Skor 2 : Cukup

Skor 3 : Kurang

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah yang diperoleh}}{\text{Skor total}} \times 100$$

Petunjuk penilaian keterampilan:

1) Kriteria penskoran:

a. Sikap awalan melakukan gerakan

Skor Baik jika:

- (1) Posisi berdiri.
- (2) Kedua tangan lurus disamping badan
- (3) Pandangan lurus ke depan

Skor Cukup jika: hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar Skor

Kurang jika: hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

b. Sikap pelaksanaan melakukan gerakan:

Skor Baik jika:

- (1) Menekuk kedua lutut hingga agak jongkok atau setengah jongkok dan tangan lurus kedepan
- (2) Gulingkan badan ke belakang dengan tangan siap menyanggah dan memberi dorongan agar mendapat gulingan yang maksimal
- (3) Pada saat berguling kaki lurus dan saat menjatuhkan kaki dijatuhkan jauh di atas kepala

Skor Cukup jika: hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar Skor

Kurang jika: hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

c. Sikap akhir melakukan gerakan:

Skor Baik jika:

- (1) posisi berdiri
- (2) tangan lurus ke atas
- (3) pandangan lurus ke depan

Skor Cukup jika: hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor Kurang jika: hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

3.10. Indikator keberhasilan

Indikator keberhasilan dalam penelitian ini sebagai berikut:

3.10.1 Pemahaman teknik roll depan senam lantai melalui modifikasi matras terlihat adanya peningkatan jumlah siswa yang tuntas dengan kriteria 80% dari total siswa yang menjadi sampel penelitian.

3.10.1. Kemampuan teknik roll depan senam lantai melalui modifikasi matras siswa mengalami peningkatan dengan kriteria ketuntasan minimal (KKM) dengan nilai 75

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini dilaksanakan pada kelas VII SMP Negeri 8 Palopo. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII.7 yang berjumlah 30 siswa di SMP Negeri 8 Palopo. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan, untuk

mengetahui bagaimana kondisi siswa dan kelas, ditemukan permasalahan seperti siswa takut cidera dan tidak percaya diri melakukan roll depan. Setelah mengetahui permasalahan tersebut, maka Upaya yang dilakukan pada awal penelitian ini yaitu kondisi awal atau prasiklus untuk mengukur seberapa besar kemampuan dalam melakukan roll depan sebelum sampai kepada melakukan roll depan dengan menggunakan modifikasi media pembelajaran yang telah disiapkan, hal ini dilakukan peneliti dengan melihat data awal roll depan yang diperoleh dari sekolah.

Pelaksanaan penelitian tindakan kelas atau PTK pada mata pelajaran Senam Lantai Pendidikan Jasmani akan dilaksanakan ke dalam siklus. Jadwal pelaksanaan PTK sebagai berikut :

Tabel 4.1. Jadwal Pelaksanaan Penelitian Kelas (PTK)

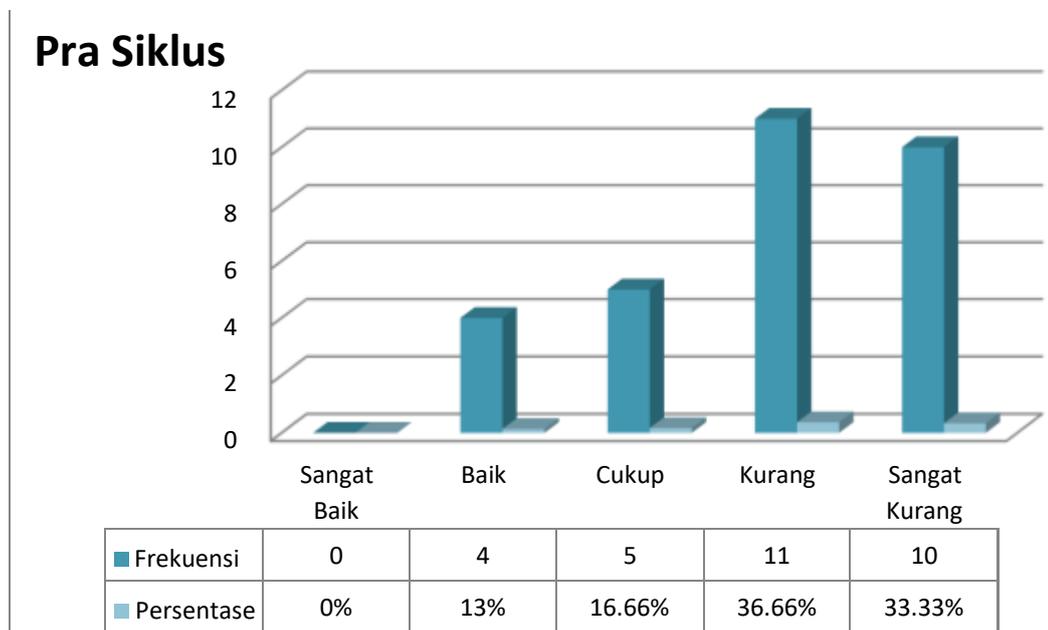
No	Siklus	Hari/tanggal	Waktu
1	Siklus I	17 Juni 2021	09.00-16.30
2	Siklus II	25 Juni 2021	09.00-16.30

dapat dilihat hasil observasi dan tes yang telah dilakukan dalam tahap pra siklus ini, sebelum melakukan penerapan modifikasi media pembelajaran kita mendapatkan hasil sebagai berikut.

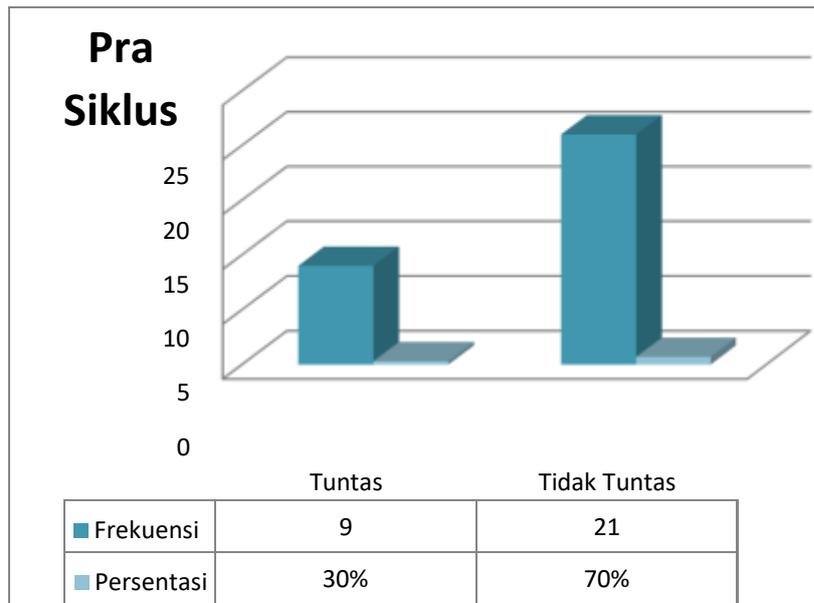
Tabel 4.2 Kondisi Awal (Pra Siklus) Roll Depan Senam Lantai

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentasi
1	91 – 100	Sangat Baik	0	
2	83 – 90	Baik	4	13,33%
3	75 – 82	Cukup	5	16,66%
4	45 – 74	Kurang	11	36,66%

5	1 – 44	Sangat Kurang	10	33,33%
Jawaban			30	100%



Berdasarkan tabel 4.1 kita dapat mengetahui bahwa dari 30 jumlah siswa yang menjadi objek penelitian terdapat 10 siswa yang memiliki nilai sangat kurang, 11 siswa memiliki nilai kurang, 5 siswa memiliki nilai yang cukup, 4 siswa memiliki nilai baik, dan tidak ada siswa yang mencapai nilai sangat baik, selanjutnya dalam penilain pra siklus ini tingkat ketuntasan siswa hanya memperoleh 30% (9 siswa) sedangkan 70% lainnya (21) belum tuntas, dengan perolehan nilai tertinggi (89) dan terrendah (44) dan nilai rata-ratanya (5,5). kita juga dapat melihat hasil dari tes dari tahap pra siklus ini dengan diagram di bawah ini.



Gambar 4.1 Grafik Hasil Belajar Tahap Pra Siklus

Dari diagram tersebut menggambarkan bahwa tingkat kemampuan siswa dalam melakukan roll depan masih sangat rendah, sehingga peneliti dalam hal ini melanjutkan penelitiannya dengan melakukan upaya perbaikan agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan maksimal. Pada penelitian ini peneliti akan melakukan tes pada siklus pertama kemudian menerapkan modifikasi media pembelajaran jika pada siklus pertama tidak kurang dari 80% siswa tidak memiliki nilai KKM.

SIKLUS 1

1. Tahap Perencanaan

Pada siklus pertama ini, peneliti dengan dibantu oleh observer melakukan tahap perencanaan, adapun kegiatan yang dilakukan pada tahap ini yaitu, a) membuat rencana pembelajaran dengan acuan tindakan yang akan

dilakukan, b) menyediakan segala alat atau media yang dipergunakan pada pelaksanaan, c) menyusun lembar pengamatan pembelajaran.

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan peneliti melaksanakan langkah-langkah kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah disiapkan, dengan hasil kegiatan sebagai berikut.

a) Kegiatan pendahuluan

Guru mengarahkan siswa untuk bersedia mengikuti pembelajaran dengan berbaris dengan rapi kemudian guru menyuruh salah satu siswa untuk berdoa, setelah selesai berdoa, guru lanjut melakukan absensi kepada siswa dan melakukan pemanasan sebelum masuk kepada inti kegiatan

b) Kegiatan inti

Dalam kegiatan inti ini guru memulai memberikan penjelasan kepada siswa mengenai kegiatan yang akan dilakukan yaitu roll depan dan mulai menjelaskan dengan singkat mengenai materi roll depan tersebut, guru mata pelajaran selaku observer memanggil satu persatu siswa berdasarkan urutan absen untuk melaksanakan latihan praktek yang telah dijelaskan singkat oleh guru. Setelah masing-masing siswa telah melakukas dua kali latihan praktek, guru memanggil satu persatu siswa lagi berdasarkan urutan absen untuk melaksanakan penilaian pada praktiknya dengan menggunakan nilai.

c) Kegiatan penutup

Kegiatan penutup ini guru memanggil seluruh siswa untuk memperhatikan, kemudian guru mengoreksi beberapa gerakan yang keliru dan memberi apresiasi kepada siswa, setelah selesai mengoreksi dan memberikan apresiasi.

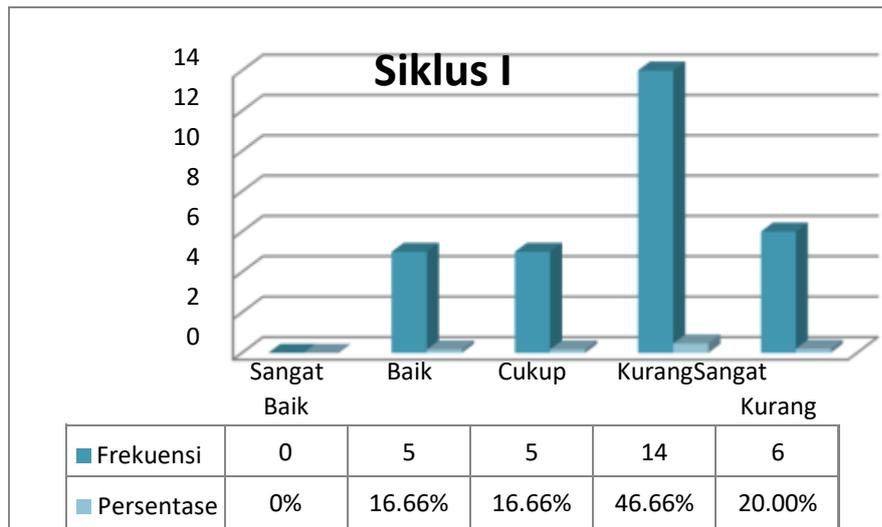
Dari pelaksanaan siklus I ini berdasarkan hasil penilaian mengenai pembelajaran roll depan yang telah diperoleh oleh peneliti yaitu pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.2 Hasil Tes Keterampilan Roll Depan Senam Lantai

No	Kriteria	Hasil
1	Nilai Tertinggi	89
2	Nilai Terendah	44
3	Nilai Rata-rata	73
4	Tuntas	10
5	Tidak Tuntas	20
	KKM	75

Tabel 4.3 Rentang Nilai Keterampilan Siklus I

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentasi
1	91 – 100	Sangat Baik	0	0%
2	83 – 90	Baik	5	16,66%
3	75 – 82	Cukup	5	16,66%
4	45 – 74	Kurang	14	46,66%
5	1 – 44	Sangat Kurang	6	20%
Jawaban			30	100%

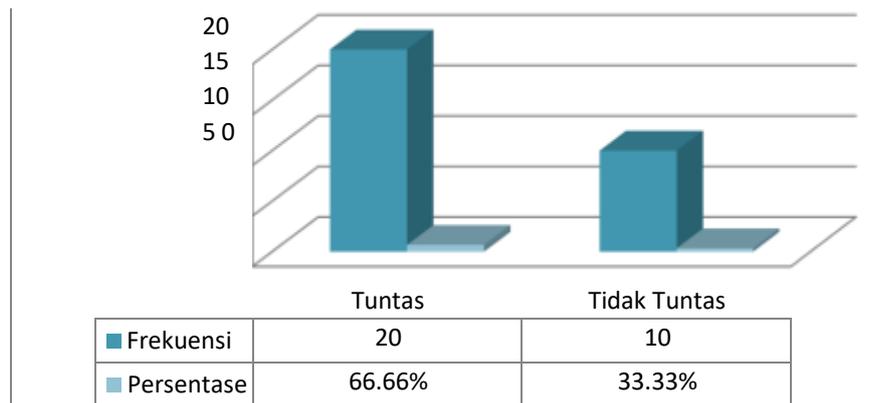


Berdasarkan tabel siklus I diatas siswa yang mendapatkan nilai 83-90 kategori Baik sekitar 5 siswa, siswa mendapatkan nilai 75-82 kategori cukup sekitar 5 siswa, siswa mendapatkan nilai dibawah nilai KKM 45-74 kategori kurang sekitar 14 siswa dan nilai sangat kurang 1-44 sekitar 6 siswa. Ini membuktikan dalam siklus I tanpa alat belum mampu melampaui kriteria ketuntasan minimal 75. Yang tidak tuntas sekitar 20 siswa dan yang tuntas 10 siswa.

Tabel 4.2. Hasil akhir keterampilan roll depan senam lantai siklus I

Kriteria ketuntasan	kategori	frekuensi	Persentase (%)
0-74	Tidak tuntas	20	66,66%
75-100	Tuntas	10	33,33%
Jumlah		30	100%

Siklus I



Gambar 4.2 Diagram Persentasi Hasil akhir roll depan senam lantai siklus I

Gambar 4.2 dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan yang telah dialami oleh siswa yang pada awalnya tidak menggunakan modifikasi matras dan setelah melakukan modifikasi matras, hasil penilaian pada siklus I menunjukkan terdapat 10 siswa (33,33%) tuntas dan 20 siswa (66,66%) yang belum tuntas.

3. Pengamatan

Adapun hasil pengamatan yang telah diperoleh pada pelaksanaan siklus I ini yaitu:

- a. Siswa sangat semangat melakukan kegiatan
- b. Siswa menurut dengan arahan-arahan yang diberikan oleh guru
- c. Peneliti mengamati dengan baik
- d. Beberapa siswa takut untuk melakukan sehingga hasilnya kurang maksimal

4. Refleksi

Pada akhir siklus diadakan refleksi terhadap hal-hal yang diperoleh baik dari hasil observasi maupun catatan peneliti. Tahapan refleksi meliputi kegiatan memahami dan menyimpulkan data. Peneliti dan observer berdiskusi untuk melihat keberhasilan dan kegagalan yang terjadi setelah proses

pembelajaran dalam selang waktu tertentu. Kekurangan-kekurangan yang ada pada siklus 1 yang telah dilaksanakan, dibuatkan rencana perbaikan demi penyempurnakan tindakan pada siklus ke 2, adapun yang diperoleh antara lain:

a) Keberhasilan guru

Dengan adanya modifikasi media pembelajaran ini siswa lebih mudah dan berani dalam melakukan roll depan

b) Kegagalan guru

Masih ada beberapa siswa yang masih mengalami ketakutan gagal maupun ketakutan mengalami kecelakaan dalam pelaksanaan roll depan ini.

c) Rencana perbaikan

Adapun rencana perbaikan yang dapat dilakukan pada siklus kedua nantinya yaitu peneliti akan memberikan motifasi dan bimbingan khusus pada siswa yang belum berhasil.

SIKLUS II

1. Tahap Perencanaan

Pada siklus pertama dihari pertama ini, peneliti dengan dibantu oleh observer melakukas tahap perencanaan, adapun kegiatan yang dilakukan pada tahap ini yaitu, a) membuat rencana pembelajaran dengan acuan tindakan yang akan dilakukan, b) menyediakan segala alat atau media yang dipergunakan pada pelaksanaan, c) menyusun lembar pengamatan pembelajaran.

2. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan peneliti melaksanakan langkah-langkah kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah disiapkan, dengan hasil kegiatan sebagai berikut.

d) Kegiatan pendahuluan

Guru mengarahkan siswa untuk bersedia mengikuti pembelajaran dengan berbaris dengan rapi kemudian guru menyuruh salah satu siswa untuk berdoa, setelah selesai berdoa, guru lanjut melakukan absensi kepada siswa dan melakukan pemanasan sebelum masuk kepada inti kegiatan

e) Kegiatan inti

Dalam kegiatan inti ini peneliti memberikan papan berbentuk bidang miring sebagai bentuk modifikasi dalam melakukan pelaksanaan roll depan, pada pelaksanaannya peneliti dan guru mata pelajaran selaku observer memanggil satu persatu siswa berdasarkan urutan absen untuk melaksanakan latihan praktek yang telah dijelaskan singkat oleh guru. Setelah masing-masing siswa telah melakukan dua kali latihan praktek, guru memanggil satu persatu siswa lagi berdasarkan urutan absen untuk melaksanakan penilaian pada praktiknya.

f) Kegiatan penutup

Kegiatan penutup ini guru memanggil seluruh siswa untuk memperhatikan, kemudian guru mengoreksi beberapa gerakan yang keliru

dan memberi apresiasi kepada siswa, setelah selesai mengoreksi dan memberikan apresiasi.

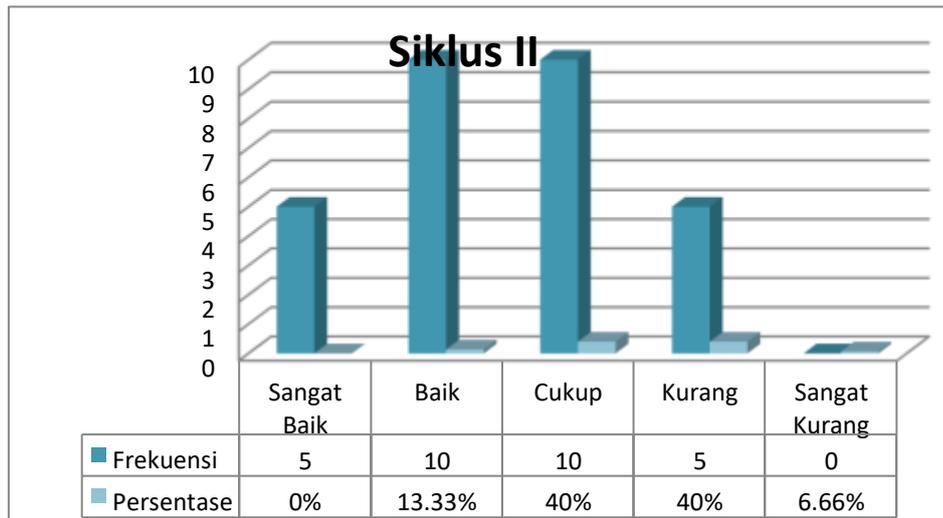
Dari pelaksanaan siklus II ini berdasarkan hasil penilaian mengenai pembelajaran roll depan yang telah diperoleh oleh peneliti yaitu pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.4 Hasil Tes Roll Depan Siklus II

No	Kriteria	Hasil
1	Nilai Tertinggi	100
2	Nilai Terendah	56
3	Nilai Rata-rata	82
4	Tuntas	25
5	Tidak Tuntas	5
	KKM	75

Tabel 4.5 Rentang Nilai Siklus II

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentasi
1	91 – 100	Sangat Baik	5	16,66%
2	83 – 90	Baik	10	33,33%
3	75 – 82	Cukup	10	33,33%
4	45 – 74	Kurang	5	16,66%
5	1 – 44	Sangat Kurang	0	0%
Jawaban			30	100%

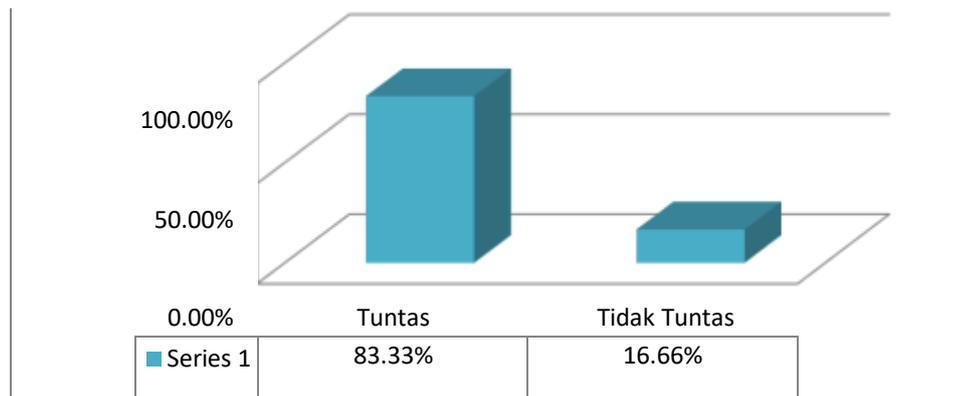


Dari tabel diatas dapat dilihat nilai 91-100 kategori sangat baik ada 5 siswa, nilai 83-90 kategori baik ada 10 siswa , nilai 75-82 kategori cukup ada 10 siswa dan kategori kurang ada 5 siswa. Sehingga siswa yang mencapai nilai KKM 75 adalah 25 siswa (83,33%) dan yang tidak mencapai KKM 75 Sekitar 5 siswa (16,66%)

4.3.Tabel. hasil akhir roll depan senam lantai siklus II

Kriteria Penilaian	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
0-74	Tidak tuntas	5	16,66%
75-100	Tuntas	25	83,33%
Jumlah		30	100%

Siklus II



Gambar 4.3 Diagram Persentasi Hasil Siklus II

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan yang telah dialami oleh siswa setelah melakukan perbaikan dari hasil refleksi tahap I yang, hasil penilaian pada siklus II menunjukkan 25 anak (83,33%) tuntas dalam pembelajaran dan 5 anak (16,66%) yang belum tuntas, dengan perolehan nilai tertinggi 100, nilai terendah 44,dan nilai rata-rata kelas 83.

3. Pengamatan

Adapun hasil pengamatan yang telah diperoleh pada pelaksanaan siklus I ini yaitu:

- a. Siswa terlihat bersemangat malakukan kegiatan setelah dibetikan motifasi
- b. Sebagian besar siswa sangat antuasias melakukan dalam melakukan praktik roll depan menggunakan modifikasi media pembelajaran yang diberikan.

4. Refleksi

Pada akhir siklus diadakan refleksi terhadap hal-hal yang diperoleh baik dari hasil observasi maupun catatan peneliti. Tahapan refleksi meliputi kegiatan memahami dan menyimpulkan data, adapun yang diperoleh

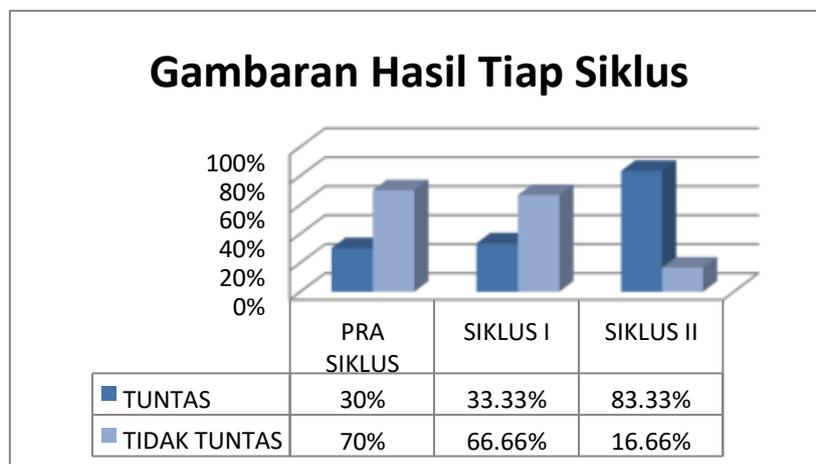
antara lain:

- a. Pada perlakuan yang diberikan menggunakan modifikasi media pembelajaran kemampuan siswa melakukan roll depan menjadi meningkat.
- b. Masih ada empat orang siswa yang belum berhasil, hal ini diakibatkan masih ada ketakutan yang dialami walaupun sudah diberikan motifasi dan perhatian.

Tabel 4.4 Peningkatan Pembelajaran Roll Tiap Siklus

No.	Kegiatan Pembelajaran	Siswa Tuntas		Siswa Tidak Tuntas	
		Jumlah siswa	Persentasi Kelulusan	Jumlah siswa	Persentasi Kelulusan
1	Pra Siklus	9	30%	21	70%
2	Siklus I	10	33,33%	20	66,66%
3	Siklus II	25	83,33%	5	16,66%

Dari tabel 4.4 tersebut, dapat dilihat perbandingannya dalam grafik di bawah ini.



Gambar 4.4 Grafik Kelulusan Tiap Siklus

Berdasarkan data diatas, menunjukkan bahwa perolehan hasil akhir pada nilai keterampilan siswa pada siklus I belum bisa mengalami perubahan yang signifikan dikarenakan belum mencapai indikator keberhasilan atau KKM yang terdapat pada RPP. Pada siklus II sudah mengalami perubahan yang signifikan dari siklus sebelumnya.

4.2 Pembahasan

Hasil penelitian yang dilakukan menghasilkan sebuah kesimpulan bahwa pendekatan modifikasi matras pada SMP Negeri 8 Palopo selama dua siklus pada pembelajaran roll depan telah berhasil. Pada tahap pra siklus yang hanya memiliki persentasi ketuntasan 30% meningkat pada siklus I menjadi 66,66% kemudian setelah melakukan tahap refleksi dan menggunakan modifikasi matras untuk siklus II ketuntasan kembali meningkat pesat menjadi 83,33%.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan lebih rinci pada study pra siklus tingkat ketuntasan siswa pada pembelajaran roll depan mencapai 30% dan yang belum tuntas 70%. Kemudian memasuki siklus pertama tingkat ketuntasan siswa pada pembelajaran roll depan mencapai 66,66% dan yang belum tuntas 33,33%. Sehingga mengalami peningkatan ketuntasan sebanyak 36% dan Pada siklus kedua, tingkat ketuntasan siswa pada pembelajaran roll depan mencapai 83,33% dan yang belum tuntas 16,66%. Pada siklus ini mengalami lagi kenaikan tingkat ketuntasan sebesar 17%

Dari hasil pengamatan yang dilakukan peningkatan ketuntasan siswa pada pembelajaran roll depan mengalami kenaikan yang signifikan pada saat diberikan media pembelajaran berupa modifikasi matras.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diurai pada bab sebelumnya dan dengan dipadukan dengan rumusan masalah dan rumusan hipotesis, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan modifikasi media pembelajaran dapat meningkatkan kemampuan belajar roll depan pada SMP Negeri 8 Palopo, hal ini dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan ketuntasan belajar siswa sebelum diberikan media pembelajaran berupa modifikasi matras sebny 7 siswa dengan persentasi 23% dan sesudah diberikan media pembelajaran modifikasi matras naik dengan signifikan sebanyak 26 siswa dengan persentasi 87%.

5.2 Saran

Dari kesimpulan dari hasil penelitian dan pembahasan peneliti menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

- 1 Bagi guru penjaskesrek, harus lebih kreatif memiliki motode dan media pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran
- 2 Bagi sekolah, sarana dan prasaran sangat menunjang aktifitas dalam meningkatkan kemampuan siswa pada pembelajaran, sehingga adanya sarana dan prasarana yang memadai guru dapat lebih kreatif untuk memberikan motede pembelajaran yang tempat dalam meningkatkan pembelajaran siswa.
- 3 Bagi peneliti selanjutnya, peniliti berharap agar penelitian ini dapat terus berlanjut untuk mendapatkan temuan yang lebih signifikan

DAFTAR PUSTAKA

- Bangun, M. W. A. (2018). Pemanfaatan Hasil Modifikasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Slb-Ypac Cabang Medan. *Journal Physical Education, Health And Recreation*, 2(2), 97. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v2i2.9553>
- Dodik Aprihadi, M. Furqon Hidayatullah, S. K. P. (2018). Perbedaan Pengaruh Penggunaan Alat Bantu Matras Lebih Tinggi Dan Matras Gulung Terhadap Peningkatan Keterampilan Handspring Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Sebelas Maret Surakarta Pendahuluan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekr. 4.
- Fitriani. (2013). Pengaruh Kekuatan Otot Lengan, Keseimbangan Dan Kecemasan Terhadap Kemampuan Roll Ke Depan Pada Senam Lantai Peserta Didik Smp Negeri 3 Watansoppeng The. *Persepsi Masyarakat Terhadap Perawatan Ortodontik Yang Dilakukan Oleh Pihak Non Profesional*, 53(9), 1689–1699.
- Gunawan, H. (2013). Pengaruh Latihan Kelentukan Togok Terhadap Kemampuan Roll Depan Pada Senam Lantai Artikel. *Artikel Penelitian*, 66(1997), 37–39.
- Hamdani, Kaswari, I. (2014). Peningkatan Kemampuan Roll Depan Menggunakan Matras Dimiringkan Pada Siswa Sdn 04 Parit Merdeka Kabupaten Sambas. 9.
- Hartono Hadjarati 1, A. I. H. 2. (2020). Motivasi Untuk Hasil Pembelajaran Senam Lantai. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 137. <https://doi.org/10.20527/Multilateral.V19i2.8646>
- Imansyah, F. (2018). Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Roll Depan Melalui Alat Bantu Pada Siswa Kelas Vii Smp Iba Palembang. *Interciencia*, 489(20), 313–335.
- Kusumawardan, A. (2017). Upaya Meningkatkan Kemampuan Berguling Ke Belakang Menggunakan Model Pembelajaran Langsung Dengan Modifikasi Matras Menjadi Bidang Miring Untuk Siswa Kelas V Sdn 1 Tanjung. 4(2), 9–12.
- Mawla, H. (2016). Tingkat Keterampilan Guling Depan Siswa Kelas Vii Smp Negeri 2 Playen Kabupaten Gunungkidul Tahun Ajaran 2015/2016.
- Nuki, I. (2012). Pengaruh Metode Pembelajaran Demonstrasi Terhadap Hasil Belajar Roll Depan Pada Senam Lantai Smp Negeri 7 Gorontalo.
- Rumekso, G. A. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga

- Dan Kesehatan Senam Ketangkasan Roll Belakang Dengan Menggunakan Media Matras Bidang Miring Peserta Didik Kelas V Mi Muhammadiyah Tamansari Karangmoncol Kabupaten Purbalingga Tahun Pelajaran 2017/2018.
- Setiawati, E. (2018). Pengaruh Alat Bantu Matras Bidang Miring Dan Bantuan Guru Terhadap Roll Depan Dalam Senam Lantai Pada Siswa Kelas V Sdn 5 Lempuyang Bandar Kecamatan Way Pengubuan Kabupaten Lampung Tengah Tahun Ajaran 2016/2017.
- Wahyud, N. (2015). Penerapan Model Pembelajaran Berbasis Masalah Terhadap Hasil Belajar Roll Depan Kaki Tekuk Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani , (Studi Pada Siswa Kelas Iv Sidomlanean , Kedungpring , Lamongan) Nur Wahyudi Sasminta Christina Yuli Hartati. 03, 380–386.
- Wahyuningsih, E. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Melalui Modifikasi Media Pembelajaran Pada Peserta Didik Kelas X-1 Sma Islam 1 Surakarta Tahun Ajaran 2016/2017 Jurnal. *Jurnal Sains Dan Seni Its*, 6(1), 51–66.
[Http://Repositorio.Unan.Edu.Ni/2986/1/5624.Pdf%0ahttp://Fiskal.Kemenkeu.Go.Id/Ejournal%0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Cirp.2016.06.001%0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Powtec.2016.12.055%0ahttps://Doi.Org/10.1016/J.Ijfatigue.2019.02.006%0ahttps://Doi.Org/10.1](http://Repositorio.Unan.Edu.Ni/2986/1/5624.Pdf%0ahttp://Fiskal.Kemenkeu.Go.Id/Ejournal%0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Cirp.2016.06.001%0ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Powtec.2016.12.055%0ahttps://Doi.Org/10.1016/J.Ijfatigue.2019.02.006%0ahttps://Doi.Org/10.1)
- Wardani, A. A. K. (2013). Meningkatkan Hasil Belajar Roll Depan Melalui Pemanfaatan Alat Bantu Bidang Miring Pada Siswa Kelas Vii C Smp Negeri 1 Purwodadi Tahun Pelajaran 2011/2012. 66(1997), 37–39.
- Yulianti, Eva dan Roji (2017). Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. Jakarta: Pusat Kurikulum Dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.