

Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Senam Lantai *Roll* Depan Melalui Media *Audiovisual*

Andi Taufan Bayu D.A.¹ Gilang Wiji Prasetya^{1*}, dan Sri Rahayu Pudjiastuti²

¹Pendidikan Olahraga, STKIP Kusuma Negara, Indonesia

²Pendidikan Pancasila & Kewarganegaraan, STKIP Arrahmaniyah, Indonesia

*eggallx7@gmail.com

Abstrak

Senam merupakan salah satu materi pembelajaran yang menyenangkan apabila dilakukan dengan berbagai variasi yang sesuai teknik pelaksanaannya. Peningkatan hasil belajar gerak dasar senam lantai *roll* depan melalui media *audiovisual* adalah tujuan dari penelitian ini. Penelitian ini dilaksanakan di SDIT Tunas Islam Global pada bulan Oktober-Nopember 2023. Sumber data diperoleh dari peserta didik kelas IV sebanyak 24 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tes, observasi, dan wawancara. Penelitian dilakukan dengan metode penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) menggunakan media *audiovisual*. Ketercapaian hasil belajar peserta didik dalam menyampaikan materi pembelajaran senam lantai *roll* depan tidak terlepas dari faktor keadaan peserta didik, keadaan sekolah, proses belajar, serta cara maupun media yang digunakan. Hasil penelitian dari 24 peserta didik saat pra-siklus dilakukan *pretest* hasilnya menunjukkan 9 peserta didik (37.5%) tuntas KKM, sedangkan 15 peserta didik (62.5%) tidak tuntas. Hasil pelaksanaan pembelajaran siklus I terdapat peningkatan yang ditunjukkan dengan 17 peserta didik (70.8%) tuntas, sedangkan 7 siswa (29.2%) tidak tuntas. Sedangkan pada siklus II terjadi peningkatan yang signifikan, 24 peserta didik (100%) dinyatakan tuntas KKM. Sehingga disimpulkan terdapat peningkatan hasil belajar gerak dasar senam lantai *roll* depan melalui media *audiovisual* pada peserta didik kelas IV SDIT Tunas Islam Global.

Kata kunci: *Audiovisual*, gerak dasar, *roll* depan, senam lantai.

Dikirim: 05 Februari 2024

Direvisi: 30 Maret 2024

Diterima: 23 April 2024

Identitas Artikel:

Alsaudi, ATBD., Prasetya, G.W., Pudjiastuti, S.R. (2024). Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Senam Lantai *Roll* Depan Melalui Media *Audiovisual*. *Sportology Journal (S. J.)*, 1(1), 17-26.

PENDAHULUAN

Guru merupakan tenaga profesional sekaligus penentu dari keberhasilan pendidikan melalui kinerjanya pada tingkatan institusional dan instruksional (Apdila, 2021). Tugas guru antara lain merencanakan serta melaksanakan proses pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melakukan pembimbingan dan pelatihan, serta melakukan penelitian dan pengabdian pada masyarakat untuk pendidikan tinggi. Kedudukan guru sebagai agen pembelajaran berkaitan dengan peran guru dalam proses pembelajaran, antara lain fasilitator, motivator, pemacu, perekayasa pembelajaran, dan pemberi inspirasi belajar bagi peserta didik. Peran tersebutlah yang menuntut guru untuk meningkatkan kinerjanya serta profesionalismenya seiring dengan perubahan dan tuntutan yang muncul terhadap dunia pendidikan.

Berdasarkan uraian tersebut dapat diidentifikasi bahwa guru sebagai pendidik memiliki tugas untuk merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melakukan pembimbingan dan pelatihan terhadap peserta didik. Keberhasilan peserta didik sangat ditentukan oleh keprofesionalan guru dalam melaksanakan proses pembelajaran yang antara lain menentukan tujuan pembelajaran yang akan disampaikan dalam bentuk Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Karena itu guru harus memahami benar tentang tujuan pengajaran, cara merumuskan tujuan pengajaran, secara khusus memilih dan menentukan metode mengajar sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai (Hazmi, N., 2019).

Olahraga prestasi adalah kegiatan olahraga yang dilakukan dan diatur dengan tujuan untuk memberikan kesempatan kepada atlet yang ingin memperoleh prestasi yang optimal (Pramata, A., 2016). Prestasi dalam olahraga merupakan suatu sistem yang terukur dan tampak sehingga dalam membina prestasi olahraga perlu adanya pendekatan secara ilmiah yang dimulai dari permasalahan, pemanduan, bakat, hingga proses pembinaan (Sobarna, A., dkk., 2016).

Begitu juga dalam proses kegiatan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang seyogyanya menjadi bagian dari sistem pendidikan dalam mencapai tujuan pendidikan nasional. Melalui pendidikan jasmani anak didik akan memperoleh berbagai pengalaman terutama yang sangat erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan, berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, keterampilan gerak, kebugaran jasmani, membiasakan hidup sehat, pengetahuan dan pemahaman terhadap sesama manusia.

Senam merupakan salah satu materi pembelajaran yang sangat menyenangkan apabila dilakukan dengan berbagai variasi yang sesuai dengan teknik cara pelaksanaannya. Sahara, S. (2003) mengatakan, senam atau *gymnastic* merupakan suatu sistem latihan yang dilakukan untuk meningkatkan pengembangan fisik melalui latihan tubuh. Menurut Agus, M., (2011) bahwa senam ialah latihan tubuh yang dipilih dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis. Jenis senam juga bermacam ragamnya, diantaranya adalah senam lantai, gerak dominan senam irama, senam ketangkasan, senam artistik dan lain-lain. Semua materi senam tersebut terdapat dalam Kurikulum. Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dalam aspek senam lantai meliputi : ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, dan ketangkasan dengan alat. Materi yang disampaikan meliputi gerakan head stand, berguling (guling depan dan belakang), kayang, sikap lilin, loncat kangkang, dan lain sebagainya. Aktivitas senam lantai lebih banyak menggunakan gerakan seluruh bagian tubuh. Istilah senam lantai sendiri merupakan gerakan atau bentuk latihannya yang dilakukan diatas lantai dengan beralaskan media berupa matras sebagai alat yang dipergunakan.

Memilih suatu metode mengajar dan media pengajaran sebagai alat bantu harus dapat dilakukan dengan tepat. Untuk itu guru pendidikan jasmani dituntut menentukan kesuksesan dalam pengajaran. Dengan cara penyampaian yang tepat akan memudahkan siswa untuk menguasai teknik yang baik dan benar sehingga menimbulkan rasa percaya diri dan dapat memacu siswa untuk belajar dan berlatih. Selain metode mengajar, media merupakan salah satu unsur penting guna tercapainya tujuan dalam proses belajar mengajar. Dengan menggunakan media pengajaran akan lebih bervariasi dan siswa akan lebih banyak melakukan kegiatan

belajar mengajar sebab tidak hanya mendengarkan uraian guru, tetapi juga melakukan aktifitas lain seperti mengamati, mendemonstrasikan, memerankan, dan lain-lain. Dalam proses belajar mengajar kehadiran media mempunyai arti yang cukup penting. Media dapat mewakili apa yang kurang mampu guru ucapkan melalui kata-kata atau kalimat tertentu. Sebab setiap materi pelajaran tertentu memiliki tingkat kesukaran yang bervariasi.

Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan perubahan perilaku yang diperoleh pembelajar setelah mengalami aktifitas belajar (Djonomiarjo, T., 2020). Diantara pertanda bahwa seseorang telah belajar adalah adanya perubahan tingkah laku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut menyangkut perubahan yang bersifat pengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor), maupun yang menyangkut nilai dan sikap (afektif). Menurut Bloom (Anni Catharina Tri, 2006), penampilan-penampilan yang dapat diamati sebagai hasil belajar disebut dengan kemampuan. Ada lima kemampuan yang dikatakan sebagai hasil dari belajar, yaitu: (1) Keterampilan Intelektual, (2) Informasi Verbal, (3) Strategi Kognitif, (4) Keterampilan Motorik, dan (5) Sikap (Siregar, E. & Hartini N., 2017). Berdasarkan paparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah hasil daripada sebuah proses dalam belajar yang menghasilkan adanya perubahan pola tingkah laku yang ditandai dengan adanya perubahan pengetahuan, sikap, dan perubahan keterampilan gerak peserta didik.

Tujuan penilaian proses belajar maupun mengajar pada hakikatnya adalah untuk mengetahui kegiatan belajar mengajar, terutama efisiensi, keefektifan dan produktifitasnya dalam mencapai tujuan pengajaran. Penilaian hasil belajar dilakukan oleh pendidik, satuan pendidikan dan pemerintah. Berdasarkan pendapat di atas maka peneliti simpulkan bahwa tujuan dari penilaian hasil belajar untuk mengetahui dan mengukur tingkat kemampuan siswa selama proses pembelajaran yang sudah berlangsung. Oleh sebab itu penelitian ini ingin membuktikan apakah ada peningkatan hasil belajar gerak dasar senam lantai roll depan melalui media audiovisual. Namun terlebih dahulu harus dipahami pula tentang senam lantai, dan media audiovisual.

Senam Lantai

Senam atau *gymnastics* merupakan suatu sistem latihan yang dilakukan untuk meningkatkan pengembangan fisik melalui latihan tubuh (Sahara S., 2003). *“Gymnastics may be globally defined as any physical exercises on the floor or apparatus that designed to promote endurance, strength, flexibility, agility, coordination and body control”*. Jika diartikan, senam adalah bentuk latihan tubuh yang dilakukan di lantai atau dengan menggunakan alat-alat tertentu yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi, serta kontrol tubuh. Fokus utama senam adalah pada pengembangan kualitas fisik dan kemampuan pengendalian tubuh, bukan hanya pada alat-alat atau pola gerakan yang digunakan (Mahendra, A., 1999).

Senam dapat diartikan sebagai serangkaian bentuk latihan yang dilakukan guna melatih serta mengembangkan kemampuan atau potensi fisik meliputi aspek fisik, mental, sosial, emosional, serta moral. Menurut Wardani, A.A.K. (2012), senam lantai merupakan gerakan atau bentuk latihannya dilakukan di atas lantai dengan

beralaskan matras atau permandani sebagai alat yang dipergunakan. Materi senam dikelas IV (empat) adalah gerak dasar mengguling seperti guling depan. Guling depan (*forward roll*) merupakan bagian dasar senam artistik yang gerakannya bertumpu pada kedua telapak tangan disamping telinga, siku bengkok, dan kedua kaki lurus hingga posisi pinggul lebih tinggi dari bahu.

Mengajarkan aktivitas senam lantai pada siswa Sekolah Dasar harus dilakukan dengan tepat. Siswa harus diberi pemahaman yang tepat dari pengertian senam lantai. Senam lantai *roll* depan merupakan jenis senam ketangkasan. Dalam senam ketangkasan ini dibutuhkan beberapa kemampuan, di antaranya kemampuan fisik yang baik dan keberanian.

Media Audiovisual

Media *audiovisual* adalah seperangkat media yang secara serentak dapat menampilkan gambar dan suara dalam waktu yang bersamaan, yang berisi pesan-pesan pembelajaran (Nurfadhillah, S., dkk., 2021). Media pembelajaran ini mempunyai lebih dari satu komponen sehingga merupakan integrasi dari beberapa unsur sehingga dapat menampilkan suara dan gambar bergerak secara serentak telah direncanakan secara matang, sistematis dan logis sesuai dengan tujuan dan tingkat kesiapan siswa yang menerimanya.

Media pembelajaran berbasis *audiovisual* adalah media penyaluran pesan dengan memanfaatkan indera pendengaran dan penglihatan. Menurut Sukiman (2012) Secara umum media *audiovisual* menurut teori kerucut pengalaman Edgar Dale memiliki efektivitas yang tinggi daripada media *visual* dan *audio*. Media *audiovisual* adalah seperangkat media yang secara serentak dapat menampilkan gambar dan suara dalam waktu yang bersamaan, yang berisi pesan-pesan pembelajaran. Media pembelajaran ini mempunyai lebih dari satu komponen sehingga merupakan integrasi dari beberapa unsur sehingga dapat menampilkan suara dan gambar bergerak secara serentak telah direncanakan secara matang, sistematis dan logis sesuai dengan tujuan dan tingkat kesiapan siswa yang menerimanya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada peserta didik kelas IV SDIT Tunas Islam Global, dengan jumlah responden 24 orang. Penelitian ini dilakukan pada semester gasal tepatnya bulan Oktober-Nopember 2021. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas yang difokuskan pada situasi kelas, atau lazimnya dikenal dengan *Classroom Action Research*. Penelitian tindakan adalah penelitian yang bertujuan untuk memperbaiki efektivitas dan efisiensi praktik pendidikan (Aqib, Z., 2008). Penelitian tindakan ini merupakan suatu cara untuk melakukan perbaikan praktik pembelajaran dikelas dengan tujuan tertentu.

Dalam penelitian tindakan kelas ini, ada dua aktivitas yang dilakukan secara simultan, yaitu pertama aktivitas tindakan (*Action*) dan kedua, aktivitas Riset (*Research*). Riset adalah program atau rencana kerja yang disusun untuk memecahkan masalah utama (Arikunto, S., Suhardjono., Supardi, 2010) yang dalam penelitian ini berkaitan dengan keterampilan gerak dasar dalam aktivitas *roll* depan senam lantai. Aktivitas tindakan merupakan salah satu aspek terpenting dalam penelitian tindakan kelas. Aktivitas tindakan perlu direncanakan agar dapat

dilaksanakan dengan sebaik mungkin. Perencanaan tindakan diarahkan pada proses pembelajaran dikelas secara *daring/online* yang menggunakan teknik pembelajaran berbasis *audiovisual*.

Adapun model yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas ini mengadopsi model Stephen Kemmis dan Robin Mc. Taggart. Siklus berlangsung tidak hanya satu kali, tetapi beberapa kali hingga tercapai tujuan yang diharapkan. Model Kemmis dan Taggart, setelah suatu siklus diimplementasikan, diakhiri dengan refleksi dan diikuti perencanaan ulang (*Replanning*) atau revisi terhadap implementasi siklus sebelumnya. Menurut Kemmis dan Taggart, penelitian tindakan kelas memiliki 4 komponen yang pada dasarnya merupakan suatu siklus yang meliputi tahap-tahap sebagai berikut: (1) Merumuskan masalah dan merencanakan tindakan, (2) Melaksanakan tindakan dan pengamatan, (3) Mengevaluasi hasil analisis data dan (4) Merefleksi, yang diikuti dengan merevisi perencanaan untuk siklus selanjutnya sesuai dengan rekomendasi dari refleksi, begitu seterusnya membentuk suatu spiral.

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan gerak senam peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga melalui penerapan teknik *audiovisual*. Fokus utamanya adalah pada peningkatan hasil belajar peserta didik, khususnya dalam materi keterampilan gerak dasar roll depan. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan nilai hasil belajar keterampilan gerak dasar roll depan pada siklus I dengan nilai hasil belajar pada siklus II dan siklus-siklus berikutnya, jika diperlukan.

Alur penelitian ini mengikuti empat kegiatan utama sesuai dengan model Kemmis dan Mc. Taggart, yang meliputi perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Metode ini, sebagaimana diuraikan oleh Saur M. Tampubolon (2014), digunakan sebagai kerangka kerja untuk memandu proses penelitian..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun deskripsi hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan berupaya untuk meningkatkan hasil belajar gerak senam lantai *roll* depan dengan metode penelitian tindakan kelas melalui penerapan metode pembelajaran berbantuan media *audiovisual* sebagai berikut.

Deskripsi Data Hasil Penelitian

Sebelum memulai pelaksanaan siklus pertama, peneliti menjalankan serangkaian langkah persiapan. Langkah pertama adalah melakukan wawancara dengan Bapak Angga Rahmanda Saputra, S.Pd, yang menjabat sebagai guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SDIT Tunas Islam Global, Cileungsi Bogor. Wawancara ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang keterampilan dalam pelaksanaan aktivitas senam lantai roll depan.

Hasil temuan dari observasi awal dan wawancara tersebut menunjukkan beberapa hal penting. Pertama, ditemukan bahwa guru belum menggunakan metode yang tepat dalam mengajarkan keterampilan gerak ini. Kedua, guru mengandalkan media sosial WhatsApp sebagai sarana komunikasi utama karena proses pembelajaran masih terhambat oleh pembatasan tatap muka langsung. Ketiga, peserta didik masih mengalami kekurangan dalam percaya diri, seringkali merasa ragu dan takut saat melakukan senam lantai roll depan. Terakhir, pencapaian

ketuntasan hasil belajar keterampilan gerak senam lantai roll depan pada siswa masih belum optimal.

Temuan ini menjadi dasar utama dalam merancang dan melaksanakan program penelitian untuk meningkatkan keterampilan gerak senam lantai roll depan di lingkungan tersebut. Lebih terperinci temuan awal disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Data awal pra-siklus

Variabel yang diamati	Jumlah responden	Kategori			
		Tuntas		Belum Tuntas	
		Jumlah	Presentase	Jumlah	Presentase
Gerak Dasar Senam Lantai <i>Roll</i> Depan (KI 4)	24	9	37.5	15	62.5

Berdasarkan data yang diperoleh pada Tabel 1, dari jumlah 24 responden yang diamati, hanya 9 peserta didik atau 37.5% yang dinyatakan tuntas, sedangkan sebanyak 15 peserta didik atau 62.5% belum tuntas. Masih tergolong besar jumlah peserta didik yang belum mencapai KKM, hal ini diasumsikan pelaksanaan pembelajaran belum optimal. Oleh sebab itu peneliti dan kolaborator melaksanakan obeservasi pada proses tindakan kelas siklus I untuk mendapatkan data hasil belajar gerak senam lantai *roll* depan dengan mengimplementasikan metode pembelajaran berbantuan media *audiovisual*.

Siklus I

Berdasarkan data yang diperoleh melalui pengamatan pada tindakan siklus I terhadap peserta didik, hasilnya dapat dilihat pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Data temuan pra-siklus dan siklus I

Aspek Ketuntasan	Nilai	
	Pra-Siklus	Siklus I
Jumlah yang tuntas (orang)	9	17
Jumlah yang tidak tuntas (orang)	15	7
Tuntas (%)	37.5%	70.8%
Tidak Tuntas (%)	62.5%	29.2%

Peneliti bersama dengan kolaborator melakukan pengamatan siklus I selama proses pembelajaran gerak senam lantai *roll* depan dengan menggunakan bantuan media *audiovisual* (*zoom meeting*). Selanjutnya bersama kolaborator mengamati serta menganalisis data hasil pembelajaran yang diperoleh berupa tes evaluasi siswa dalam melakukan rangkaian keterampilan gerak senam lantai *roll* depan. Hasil dari observasi pada siklus I (Tabel 2.) menunjukkan 17 peserta didik atau 70.8% dinyatakan tuntas sedangkan masih ada 7 peserta didik atau 29.2% tidak tuntas dalam melakukan gerak senam lantai *roll* depan.

Peneliti dan kolaborator melakukan refleksi hasil temuan siklus I tentang keterampilan gerak senam lantai *roll* depan. Berdasarkan acuan pada kriteria ketuntasan hasil belajar klasikal, dimana standar minimum tercapai jika minimal

80% dari jumlah peserta didik telah mencapai ketuntasan individual. Adapun kriteria nilainya yaitu sangat baik (81% - 100%), baik (61% - 80%) dan kurang (nilai < 60%). Karena yang tuntas baru mencapai 70,8%, maka disepakati tujuan penelitian belum tercapai, dan penelitian tindakan harus dilanjutkan ke siklus II dengan menerapkan pembelajaran berbasis media audiovisual.

Siklus II

Pembelajaran pada siklus II masih menerapkan pembelajaran berbasis media *audiovisual*. Peneliti serta kolaborator menganalisis data yang diperoleh dari hasil pembelajaran pada siklus II berupa penilaian gerak senam lantai *roll* depan yang disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Data temuan siklus I dan siklus II

Aspek Ketuntasan	Nilai	
	Siklus I	Siklus II
Jumlah yang tuntas (orang)	17	24
Jumlah yang tidak tuntas (orang)	7	0
Tuntas (%)	70.8%	100%
Tidak Tuntas (%)	29.2%	0

Melihat hasil capaian pada siklus II, proses pembelajaran berjalan sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), peneliti telah berhasil memperbaiki semua kekurangan yang terdapat pada siklus I. Hal ini bisa dilihat pada hasil presentase diatas.

Hasil dari diskusi peneliti bersama dengan kolaborator mengenai tindakan siklus II ini dapat disimpulkan, baik perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), dan pengamatan (*observing*) berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Hal ini ditunjukkan dengan adanya perubahan peningkatan hasil belajar peserta didik dari siklus I ke siklus II. Sehingga pada siklus II bisa dinyatakan berhasil dengan kata lain peneliti telah selesai pada siklus II mencapai target ketuntasan dan tidak adanya tindakan selanjutnya (siklus berikutnya). Hasil dari presentase nilai akhir pada siklus II adalah 100% tuntas dengan total peserta didik yang mengikuti pembelajaran 24 orang, dan tidak ada yang tidak tuntas.

Pembahasan Siklus I dan II

Pada siklus I, terdapat sejumlah peserta didik yang mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran. Kendala teknis menjadi salah satu faktor utama yang menyebabkan hal ini terjadi. Gangguan sinyal menjadi masalah serius yang menghambat proses pembelajaran, menyebabkan keterbatasan dalam akses informasi dan instruksi yang diberikan. Selain itu, beberapa peserta didik juga mengalami kendala tidak memiliki kuota internet yang cukup, atau bahkan menghadapi pemadaman listrik yang secara langsung mempengaruhi konektivitas online mereka.

Tak hanya itu, kondisi psikologis peserta didik juga turut mempengaruhi proses dan hasil pembelajaran. Banyak di antara mereka yang masih merasa ragu-ragu, takut, dan kurang percaya diri saat melakukan gerak senam lantai *roll* depan. Hal ini dapat dipahami, mengingat kehadiran guru yang biasanya memberikan bimbingan langsung tidak ada, sehingga peserta didik merasa kurang aman dan

terdorong untuk lebih mengandalkan diri sendiri. Keluarga yang mendampingi mereka belajar tentunya tidak sama arahnya seperti guru. Kesulitan ini menjadi titik fokus untuk diperbaiki dan ditangani dalam pelaksanaan siklus berikutnya. Diperlukan strategi yang lebih efektif dalam mengatasi masalah teknis serta pembangunan kepercayaan diri peserta didik melalui pendekatan yang lebih mendalam dan berkelanjutan.

Sedangkan pada siklus II ada perubahan peningkatan sehingga peserta didik memperoleh hasil yang sangat baik, terlihat pada presentase keterampilan gerak siswa dalam mempraktekan senam lantai *roll* depan yang mencapai 100%. Peningkatan yang terjadi mulai dari pra-siklus sampai dengan siklus II disajikan pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Data temuan pra-siklus, siklus I, dan siklus II

Pelaksanaan Tindakan	Jumlah Siswa	Kategori			
		Tuntas		Tidak Tuntas	
		Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
Pra-Siklus	24	9	37.5	15	62.5
Siklus I	24	17	70.8	7	29.2
Siklus II	24	24	100	0	0

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas dari siklus I dan siklus II dengan menggunakan bantuan media *audiovisual* dalam pembelajaran gerak senam lantai *roll* depan pada peserta didik kelas IV SDIT Tunas Islam Global, dapat meningkatkan hasil belajar gerak senam lantai *roll* depan.

Hasil belajar pada siklus I masih ditemukan 7 peserta didik yang belum mencapai kriteria keberhasilan belajar atau masih 29,2%, sedangkan pada siklus II keberhasilan belajar peserta didik telah mencapai persentase maksimal yaitu 100% tuntas. Penelitian Tindakan Kelas ini tidak terlepas dari peran pentingnya guru dalam mempersiapkan strategi pembelajaran, yang pada awalnya terasa baru, belum pernah, sulit untuk dipahami dan dilaksanakan (adaptasi baru pembelajaran), kini lebih mudah untuk diterapkan dan dilaksanakan oleh peserta didik. Dengan media *audiovisual* pembelajaran senam dilakukan dengan lebih variatif. Peserta didik dapat meniru dengan lebih nyaman sehingga senam yang dilakukan peserta didik menjadi lebih menyenangkan.

Suatu kegiatan belajar mengajar akan lebih baik bila ditunjang oleh kemampuan guru dalam menciptakan suatu interaksi yang dinamis yang mengacu pada pencapaian tujuan khusus. Guru dalam proses pembelajaran harus mampu merencanakan, menetapkan tujuan, mempersiapkan materi, memilih metode, dan media pembelajaran serta alat bantu yang tepat dalam proses pembelajaran agar proses pembelajaran berjalan efektif, serta tercapainya tujuan pembelajaran (Indra, 2019).

Usman (2010) menyatakan bahwa: kegiatan guru dalam konteks proses interaksi belajar mengajar ditujukan untuk mengatasi kebosanan murid sehingga, dalam situasi belajar mengajar murid menunjukkan ketekunan, antusiasme serta penuh partisipasi, karenanya diperlukan ketrampilan guru untuk menggunakan media pembelajaran yang tepat.

Menurut Husdata (2014), komponen variasi dari proses pembelajaran terdiri dari variasi gaya mengajar, variasi media dan bahan ajar, dan variasi interaksi. Variasi media, akan membantu siswa, dimana masing-masing siswa memiliki kemampuan pendengaran, penglihatan, maupun fisik yang tidak sama. Untuk menarik perhatian siswa, guru bisa memanfaatkan media *audiovisual* untuk dapat membantu memberikan contoh atau peragaan yang langsung dapat dilihat dan ditiru oleh peserta didik (Daryanto, 2013).

Sejalan dengan hasil penelitian ini juga telah diteliti oleh Cahyo (2013) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa penggunaan alat bantu bola lonceng dalam pembelajaran senam lantai roll depan dapat meningkatkan hasil belajar yang signifikan bagi siswa kelas V SD Muhammadiyah Kota Tegal. Selanjutnya Candra Buana, dkk. (2016) dari hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa pembelajaran senam lantai khususnya pada materi gerak roll depan, dengan menggunakan alat bantu dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar roll depan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang dilakukan untuk meningkatkan hasil belajar gerak senam lantai roll depan dengan menggunakan media audiovisual di kelas IV SDIT Tunas Islam Global pada semester gasal 2021, dapat disimpulkan sebagai berikut: Analisis dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar dalam keterampilan gerak senam lantai roll depan. Penerapan pembelajaran dengan memanfaatkan media audiovisual terbukti efektif dalam meningkatkan rata-rata hasil belajar siswa pada aktivitas senam lantai roll depan. Terlihat peningkatan signifikan dalam persentase siswa yang mencapai atau melebihi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) pada setiap siklus pembelajaran.

REFERENSI

- Agus, M. (2011). *Senam*. Surakarta: UNS Press.
- Anni, Catharina Tri, dkk. (2006). *Psikologi Mengajar*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.
- Apdila, M.N. (2021). Peran Kepala Madrasah Sebagai Supervisor dalam Peningkatan Kinerja Guru. *Chalim Journal of Teaching and Learning*, 1(1), 73-84.
- Aqib, Z. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Ypramawidya.
- Arikunto, S., Suhardjono., Supardi. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara
- Cahyo, N.D.P. (2014). Meningkatkan Pembelajaran Roll Depan Dengan Alat Bantu Bola Lonceng Pada Siswa Kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Tegal. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 3(1), 837-842.
- Candra Buana, Herman Tarigan, Akor Sitepu (2016). Upaya Mengoptimalkan Keterampilan Roll Depan Menggunakan Alat Bantu Simpai dan Bola. *JUPE (Jurnal Penjaskesrek)*, 4(2), 1-12.
- Daryanto (2013). *Strategi dan Tahapan Mengajar Bekal Ketrampilan Dasar Bagi Guru*. Bandung: Yrama Widya.
- Djonomiarjo, T. (2020). Pengaruh model problem based learning terhadap hasil belajar. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 5(1), 39-46.

- Hazmi, N. (2019). Tugas guru dalam proses pembelajaran. *Journal of Education and Instruction (JOEAI)*, 2(1), 56-65.
- Husdarta, J.S. (2014). *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Indra, R. (2019). Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerakan Roll Ke Depan Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas X IPA 2 SMAN 9 Mandau (*Doctoral dissertation*, Universitas Islam Riau), tidak dipublikasikan.
- Mahendra, A. (1999). *Senam*. Jakarta: Depdikbud.
- Nurfadhillah, S., Cahyani, A. P., Haya, A. F., Ananda, P. S., & Widyastuti, T. (2021). Penerapan media audio visual berbasis video pembelajaran pada siswa kelas IV di SDN Cengklong 3. *Pandawa*, 3(2), 396-418.
- Pramata, A. (2016). Analisis kemampuan VO2 max pada atlet karate ranting permata Sidoarjo. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6(02), 575-581.
- Sahara, S. (2003). *Senam Dasar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Siregar, E. dan Hartini N. (2017). *Teori Belajar & Pembelajaran*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Sobarna, A., Rizal, R. M., Hambali, S., Asmara, H., & Sunarsi, D. (2022). Peningkatan Prestasi Olahraga Ditinjau Dari Konsep Ilmiah Dan Teknologi Di Koni Kota Cimahi. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 9(2), 173-176.
- Soekarno, Wuryati. (1986). *Teori dan Praktek Senam Dasar*. Yogyakarta: Intan Pariwa.
- Sukiman. (2012). *Pengembangan Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Pedagogja.
- Tampubolon, S.M. (2014). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Erlangga.
- Usman, M.U. (2010), *Menjadi Guru Profesional*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Wardani, A.A.K. (2012), Meningkatkan Hasil Belajar Roll Depan Melalui Pemanfaatan Alat Bantu Bidang Miring Pada Siswa Kelas VII SMPN I Purwodadi, *Skripsi*, Universitas Sebelas Maret Press, tidak dipublikasikan.