

**EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN GERAK DASAR KAYANG  
DENGAN BANTUAN TEMAN, DINDING DAN GYMBALL**

**(Jurnal)**

**Oleh**

**ANGGER BUDI ANGKASA**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2014**

***ABSTRAK***

**EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN GERAK DASAR KAYANG  
DENGAN BANTUAN TEMAN, DINDING DAN GYMBALL**

**Oleh**

**ANGGER BUDI ANGKASA**

**Pembimbing**

**Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes.**

**Drs. Wiyono, M.Pd.**

Penelitian ini bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan proses pembelajaran gerak dasar kayang dengan menggunakan bantuan teman, bantuan dinding dan bantuan gymball. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research) dengan menggunakan tiga siklus. Sedangkan subjek penelitian adalah siswa kelas IV yang berjumlah 26 siswa, terdiri dari 16 laki-laki dan 10 perempuan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan skala observasi penilaian gerak dasar kayang. Hasil penelitian menunjukkan: bahwa penilaian siklus pertama diperoleh persentase keberhasilan ketuntasan belajar 26,92%, sedangkan tingkat efektivitas 44,93% itu berarti tindakan belum efektif. Pada siklus kedua diperoleh persentase keberhasilan ketuntasan belajar 46,16%, sedangkan tingkat efektivitas 49,80% itu berarti tindakan belum efektif. Pada siklus ketiga diperoleh persentase keberhasilan ketuntasan belajar 84,61%, dengan perhitungan tingkat efektivitas 78,07%.

**Kata kunci :** bantuan teman, dinding, gerak dasar kayang, gymball, peningkatan.

## **ABSTRACT**

### ***EFFECTIVENESS OF LEARNING MOTION KAYANG HELP WITH FRIENDS, WALL AND GYMBALL***

**By:**

**ANGGER BUDI ANGKASA**

**Mentor**

**Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes.**

**Drs. Wiyono, M.Pd.**

*This study aims to improve and enhance the learning process of basic motion bidge with the help of a friend, wall and gymball. This type of research is Classroom Action Research using three cycles. While the research subjects were fourth graders who totaled 26 students, consisting of 16 boys and 10 girls. Data was collected by observation scale assessment bridge basic motion. The results showed: that the first cycle assessment obtained mastery learning success percentage 26.92%, while 44.93% effectiveness rate that means action has not been effective. In the second cycle of mastery learning gained success percentage 46.16%, while 49.80% effectiveness rate that means action has not been effective. In the third cycle gained mastery learning success percentage 84.61%, with 78.07% effectiveness rate calculation.*

*Keywords: help friends, walls, gymball, bridge basic motion, increased.*

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang Masalah

Senam mulai dikenal di Indonesia pada tahun 1912, senam pertama kali masuk ke Indonesia pada jaman penjajahan belanda.

Masuknya olahraga senam ini bersama dengan ditetapkannya pendidikan jasmani sebagai pelajaran wajib disekolah. Banyak gerakan senam yang dilakukan tanpa menggunakan alat dan menggunakan alat, gerakan senam bisa dilakukan dengan gerakan yang sederhana dan dengan gerakan senam dapat diperoleh kesegaran jasmani.

Senam terdiri menjadi 3 (tiga) bagian, yaitu; senam artistik, senam rytmik, dan senam aerobik. Kayang merupakan salah satu pateri pelajaran senam lantai yang diajarkan di Sekolah Dasar (SD). Gerakan kayang juga dapat dilakukan dengan menggunakan alat bantu untuk mempermudah siswa untuk menguasai gerakan kayang, yaitu dengan bantuan dari teman, bantuan dinding tembok dan bantuan dari gymball. Untuk melakukan gerak dasar kayang yang baik dibutuhkan beberapa aspek-aspek fisik diantaranya adalah kekuatan daya tahan otot, keseimbangan, dan model pembelajaran. Pada umumnya sebelum siswa melakukan gerakan kayang, terlebih dahulu siswa dapat melakukan gerakan atau latihan yang bertujuan untuk meningkatkan gerakan kayang. Teknik gerakan kayang meliputi beberapa tahapan yaitu, (1) Badan berdiri tegak, kedua kaki agak dibuka selebar bahu, kedua tangan lurus keatas. (2) Jatuhkan badan kebelakang dengan melengkungkan badan. (3) Tolakan kedua tangan dan kaki hingga tubuh terangkat keatas. (4) Pertahankan posisi hingga 5 detik kemudian kembali badan berdiri tegak.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan penulis di di SD Negeri 4 Pujodadi penulis

memperoleh informasi bahwa hasil belajar Pendidikan Jasmani siswa kelas IV di di SD Negeri 4 Pujodadi tahun ajaran 2013/2014 yang berjumlah 1 kelas, tergolong rendah dalam penguasaan keterampilan gerak dasar kayang pada materi senam ketangkasan. Kemudian setelah dilakukan observasi dan pengamatan serta penilaian secara objektif oleh penulis pada hasil belajar gerak dasar kayang pada materi pokok senam ketangkasan di kelas IV siswa masih banyak yang belum bisa melakukan gerak dasar kayang sesuai dengan kriteria KKM disekolah, yaitu dengan nilai  $\geq 70$ . Siswa kelas IV di SD Negeri 4 Pujodadi masih banyak yang otot tangannya tidak kuat, punggungnya masih kaku, dan keseimbangan pada tubuhnya masih lemah. Sehingga siswa belum dapat melakukan gerakan kayang dengan baik dan benar, terutama pada saat gerakan tangan mendorong badan keatas sehingga bentuk badan dapat melengkung dengan benar. Hal tersebut merupakan suatu pertanda bahwa pembelajaran Pendidikan Jasmani materi senam ketangkasan pada gerak dasar kayang di kelas IV tersebut belum mencapai ketuntasan belajar yang optimal dan belum ada siswa yang tuntas dengan kriteria KKM.

Dari permasalahan yang muncul inilah peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul " *Efektivitas Pembelajaran Gerak Dasar Kayang Dengan Bantuan Teman, Dinding dan Gymball Pada Siswa Kelas IV SDN 4 Pujodadi Pringsewu Tahun Pelajaran 2013/2014*". Dengan harapan melalui penelitian ini akan tercapai pembelajaran gerak dasar kayang yang efektif sekaligus menyenangkan.

### Rumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah di atas, maka rumusan masalahnya yaitu: "Apakah melalui bantuan teman, dinding dan

gymball pembelajaran gerak dasar kayang pada siswa kelas IV SDN 4 Pujodadi Pringsewu tahun pelajaran 2013/2014 dapat ditingkatkan secara efektif ?”.

## Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui peningkatan kemampuan gerak dasar kayang secara efektif melalui bantuan teman.
2. Mengetahui peningkatan kemampuan gerak dasar kayang secara efektif melalui bantuan dinding.
3. Mengetahui peningkatan kemampuan gerak dasar kayang secara efektif melalui bantuan gymball.

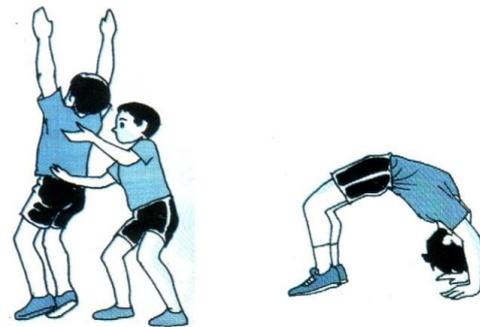
## Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis  
Memberikan informasi dan sumbangan pemikiran untuk kemajuan pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya pada pembelajaran gerak dasar kayang.
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi siswa, akan meningkatkan hasil belajar senam ketangkasan khususnya gerak dasar kayang.
  - b. Bagi guru, diharapkan dapat meningkatkan kemampuan mengajar senam ketangkasan khususnya gerak dasar kayang, agar proses belajar mengajar berlangsung secara efektif.
  - c. Sekolah, untuk meningkatkan kualitas proses belajar dan mengajar dengan menyediakan media pembelajaran yang variatif.

## TINJAUAN PUSTAKA

Kayang adalah posisi keseimbangan yang memanfaatkan kekuatan kedua lengan, dan kedua kaki sebagai tumpunya. Kayang adalah suatu aktifitas yang mengasikkan dan mendorong koordinasi kerja otot dan keseimbangan. Gerak dasar

kayang dapat dilakukan dengan bantuan teman dan juga menggunakan alat bantu, alat bantu yang dapat digunakan untuk meningkatkan gerak dasar kayang adalah gymball. Pertolongan atau bantuan dalam pembentukan sikap dan gerak yaitu dengan bantuan teman, karena dengan bantuan teman gerakan kayang dapat dilakukan dengan mudah dan dapat mengetahui teknik gerakan kayang yang baik. Gerakan kayang dapat meningkat karena adanya bantuan dan dorongan dari teman, serta keberanian untuk melakukan gerak dasar kayang tersebut.



Gambar1. Gerakan Kayang

Adapun pelaksanaan Gerakan kayang adalah sebagai berikut :

1. Badan berdiri tegak, kedua kaki agak dibuka selebar bahu, kedua tangan lurus keatas.
2. Jatuhkan badan kebelakang dengan melengkungkan badan.
3. Tolakan kedua tangan dan kaki hingga tubuh terangkat keatas.
4. Pertahankan posisi hingga 5 detik kemudian kembali keposisi awal.

## Alat Bantu

Hamalik dalam Arsyad (2005: 15) mengemukakan bahwa pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa

pengaruh psikologis terhadap siswa. Penggunaan media pembelajaran pada tahap orientasi pembelajaran akan sangat membantu efektivitas proses pembelajaran dan penyampaian pesan dan isi pelajaran saat itu. Perkembangan ilmu pendidikan dan teknologi menuntut guru agar mampu menggunakan alat-alat yang dapat disediakan oleh sekolah dan sekurang-kurangnya guru dapat menggunakan alat yang murah dan efisien yang meskipun sederhana dan bersahaja tetapi dapat membantu dalam pencapaian tujuan pengajaran yang diharapkan.

### **Model Pembelajaran**

Hasil belajar yang dicapai oleh siswa tidak terlepas dari peranan guru dalam memilih dan menerapkan model pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik materi dan siswa. Menurut Soekamto dan Winataputra (1996/1997), model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu dan berfungsi sebagai pedoman bagi para perancang pembelajaran dan para pengajar dalam merencanakan dan melaksanakan aktivitas pembelajaran. Dengan demikian model pembelajaran memiliki makna yang lebih luas dari strategi, metode atau prosedur. Model pembelajaran memiliki empat ciri khusus yang tidak dimiliki oleh strategi atau metode tertentu, yaitu: (1) rasional teoritik yang logis yang disusun oleh penciptanya; (2) tujuan pembelajaran yang akan dicapai; (3) tingkah laku mengajar yang diperlukan agar model tersebut dapat terlaksana secara berhasil; dan (4) lingkungan belajar yang diperlukan agar tujuan pembelajaran tersebut tercapai.

### **Penelitian Yang Relevan**

Untuk melengkapi dan membantu dalam mempersiapkan penelitian ini, peneliti mencari bahan-bahan penelitian yang ada dan relevan dengan penelitian yang akan diteliti. Adapun penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

1. Sumanto (2012) dalam program studi penelitiannya dengan judul penelitian “Upaya meningkatkan hasil belajar kayang melalui modifikasi alat bantu tambang dan ban bekas pada siswa kelas IV SD Negeri 03 Pegirirngan kecamatan Bantarbolang kabupaten Pemalang tahun 2012”. Berdasarkan hasil penelitian dapat digambarkan bahwa pelaksanaan pembelajaran gerakkan kayang melalui modifikasi alat bantu tambang dan ban bekas, di SD negeri 03 Pegiringan kecamatan Bantarbolang kabupaten Pemalang, Aktivitas peneliti dalam mengajar gerakkan kayang melalui modifikasi alat bantu tambang dan ban bekas.
2. Andri Riyan Zasmitha (2013) dalam program studi penelitiannya dengan judul penelitian “Meningkatkan Hasil Belajar Sikap Kayang Senam Lantai Menggunakan Media Bola Fisisio Dan Media Dinding”. Penelitian dilakukan sebanyak dua siklus, yaitu siklus 1 terdiri dari 3 pertemuan dan siklus 2 terdiri dari 3 kali pertemuan. Setelah melakukan aktifitas penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa dengan penggunaan media bola fisisio dan media dinding dalam pembelajaran sikap kayang mampu meningkatkan hasil belajar sikap kayang.
3. Mayasari (2011) dalam program studi penelitiannya dengan judul penelitian “Meningkatkan Hasil Pembelajaran Gerak Dasar Handstand Dengan Menggunakan Bantuan Teman, Tambang, dan Video Pada Siswa Kelas X.2 SMA Negeri 15 Bandar Lampung

2011/2012”. Dengan penggunaan modifikasi pembelajaran dengan bantuan teman pada siklus pertama dapat memperbaiki proses pembelajaran dan meningkatkan kemampuan gerak dasar handstand pada siswa kelas X.2 SMA Negeri 15 Bandar Lampung. Dengan penggunaan modifikasi alat berupa bantuan tiang dan tali tambang pembelajaran pada siklus kedua dapat memperbaiki proses pembelajaran meningkatkan kemampuan gerak dasar handstand pada siswa kelas X.2 SMA Negeri 15 Bandar Lampung. Dengan penggunaan modifikasi alat dengan menggunakan video pembelajaran pada siklus ketiga dapat memperbaiki proses pembelajaran meningkatkan kemampuan gerak dasar handstand pada siswa SMA Negeri 15 Bandar Lampung

### **Hipotesis**

Pengertian Hipotesis tindakan hendaklah dipahami sebagai suatu dugaan yang bakal terjadi jika suatu tindakan dilakukan.

“Jika menggunakan bantuan teman, dinding, dan gymball pada siswa kelas IV SD 4 Pujodadi maka meningkatkan pembelajaran gerak dasar kayang dapat meningkat dengan efektif”

## **METODOLOGI PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Metodologi penelitian adalah cara yang dilakukan secara sistematis mengikuti aturan-aturan, direncanakan oleh para peneliti untuk memecahkan permasalahan yang hidup dan berguna bagi masyarakat, maupun bagi peneliti sendiri. (Sukardi. 2003: 93)

### **Setting Penelitian**

1. Tempat penelitian : Di lapangan SD Negeri 4 Pujodadi Pringsewu
2. Pelaksanaan penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah tiga bulan (selama bulan Agustus-Oktober 2013).

### **Subjek penelitian**

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri 4 Pujodadi Pringsewu yang berjumlah 26 siswa yang terdiri dari 16 siswa putra dan 10 siswa putri.

### **Instrumen dan Cara Pengambilannya**

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan PTK (penelitian kaji tindak) di setiap siklusnya, Menurut Freir and Cuning ham dalam Muhajir (1997;58) “dalam PTK dikatakan valid bila tindakan itu memegang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi”. Alat ini berupa indikator serta alat bantu yang digunakan dalam proses penelitian berupa bantuan teman, gymball, dan serta penilaian pembelajaran gerakan kayang. Instrumen untuk menganalisis keterampilan gerak dasar kayang di setiap indikator diberi bobot nilai. Penilaian gerak dasar kayang bentuk indikatornya adalah: (1) Tahap awalan (2) Tahap pelaksanaan (3) Tahap akhiran,

### **Analisis Data**

Setelah tindakan dilakukan, maka hasil penilaian dianalisis guna melihat prosentase kualitas hasil tindakan pada setiap siklus. Untuk menghitung prosentase keberhasilan siswa digunakan rumus :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : Prosentase keberhasilan

f : Jumlah yang melakukan benar  
 N : Jumlah siswa yang mengikuti tes

### Efektivitas

$$E = \frac{\bar{X}_n - \bar{X}_i}{\bar{X}_i} \times 100\%$$

Keterangan :

E : Efektivitas tindakan yang dilakukan  
 $\bar{X}_n$  : Rerata nilai akhir siklus ketiga  
 $\bar{X}_i$  : Rerata tes awal

### Hasil Penelitian

Sebelum melakukan tindakan atau pemberian materi dan perintah untuk melakukan tindakan siklus pertama, terlebih dahulu dilakukan tes awal. Hasil observasi (tes awal) ini sangat berguna untuk menentukan tindakan yang akan dilakukan pada siklus pertama. Dalam penelitian tindakan kelas (PTK) apakah tindakan dapat meningkatkan hasil belajar dan melihat efektifitas pembelajaran yang dicapai. dapat dilihat pada pencapaian nilai rerata kelas dan ketuntasan belajar atau hasil penelitian disetiap siklusnya.

### Deskripsi Data Subjek Peneliti

Deskripsi hasil penelitian dimaksudkan untuk memperoleh gambaran tentang penyebaran data yang meliputi nilai tertinggi, nilai terendah, nilai rata-rata serta prosentase dari hasil tes awal dan pada masing-masing siklus yang dapat digambarkan dalam bentuk tabel distribusi maupun diagram batang. Penilaian terhadap keberhasilan studi siswa dapat dilihat dengan pemberian huruf mutu yang didapat siswa. Maka konversi nilai akhir (NA) yang digunakan berdasarkan penafsiran Stuarigg.

### Konversi Nilai Akhir ke Huruf Mutu Berdasarkan Penafsiran Stuarigg.

Nilai Akhir	Status
Lebih dari 85	Baik Sekali
70 – 84	Baik
55 – 69	Sedang
40 – 59	Kurang
Kurang dari 40	Kurang Sekali

Berdasarkan nilai konversi tersebut maka didapat deskripsi data hasil penelitian adalah sebagai berikut :  
 Dalam penelitian tindakan kelas (PTK) langkah pertama yang dilakukan adalah melakukan tes atau mengambil nilai temuan. Hasil tes temuan ini berguna untuk menentukan tindakan pada siklus pertama dan siklus berikutnya. Dalam penelitian tindakan kelas (PTK) apakah tindakan dapat meningkatkan hasil belajar, dapat dilihat pada pencapaian nilai rerata kelas dan ketuntasan belajar atau dari hasil penelitian di setiap siklusnya.

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan, ada peningkatan hasil belajar keterampilan gerak kayang dengan rincian sebagai berikut :

- a. Pada siklus pertama dengan penggunaan bantuan teman diperoleh peningkatan rata-rata nilai sebesar 59,54 dengan perhitungan tingkat efektivitas 44,94% itu berarti tindakan belum efektif.
- b. Pada siklus kedua dengan penggunaan alat modifikasi berupa bantuan dinding diperoleh peningkatan dengan rata-rata nilai sebesar 61,59, dengan perhitungan tingkat efektivitas 49,30% itu berarti tindakan belum efektif.
- c. Pada siklus ketiga dengan penggunaan bantuan alat modifikasi berupa gymball diperoleh peningkatan rata-rata nilai sebesar

73,15 dengan perhitungan tingkat efektivitas 78,07%. Hasil perhitungan telah meningkat lebih dari 50% itu artinya tindakan telah efektif.

## **Pembahasan**

(Kunandar:2008) mengatakan PTK (Penelitian Tindakan Kelas) merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru atau bersama-sama dengan orang lain (kombinasi) yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan mutu proses pembelajaran di kelas. Sedangkan menurut Arikunto, (dalam Ekawarna, 2011: 5), PTK merupakan suatu pencerminan terhadap kegiatan pembelajaran berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama.

PTK pada umumnya diarahkan pada kebutuhan praktis dalam kependidikan. Menurut Ekawarna, (2011: 7) PTK bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran serta membantu memberdayakan guru dalam memecahkan masalah pembelajaran di sekolah. Selain itu tujuan PTK menurut Mansur muslich, (2009: 10) PTK dapat memberikan manfaat sebagai inovasi pendidikan yang tumbuh dari bawah, karena guru adalah ujung tombak pelaksana lapangan. Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat memberikan gambaran bahwa tujuan PTK itu adalah untuk berinovasi atau memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran di dalam kelas, sehingga pembelajaran di dalam kelas itu semakin berkembang dan berkualitas, selain itu juga PTK dapat membantu memberdayakan guru dalam memecahkan masalah-masalah di dalam kelas.

Dari pengertian di atas, diperoleh gambaran bahwa PTK adalah penelitian dilakukan oleh guru yang difokuskan pada situasi kelas dan mempunyai tujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan pembelajaran, melalui penelitian tindakan kelas ini guru mencoba memperbaiki pelaksanaan pembelajaran yang telah dilaksanakan di dalam kelas dan menerapkan suatu pendekatan dalam pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa di kelas tersebut, baik dari segi metode, teknik, dan strategi belajar mengajarnya sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai sesuai yang diharapkan.

Berdasarkan gambaran aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran gerak dasar kayang, dapat dijelaskan berdasarkan hasil pengamatan pada siklus 1, siklus 2 dan siklus 3 yang cenderung mengalami peningkatan ke arah yang lebih baik, dimana rata-rata nilai siswa dapat dilihat pada Tabel 5. Dari tabel tersebut, rata-rata nilai siswa pada siklus pertama sampai siklus ketiga cenderung mengalami peningkatan. Peningkatan nilai siswa tersebut, menunjukkan adanya minat dan antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran pada materi pembelajaran gerak dasar kayang.

## **Siklus Pertama**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap aktivitas siswa pada siklus satu, seperti yang terlihat pada Tabel 6 persentase kemampuan melakukan gerak dasar kayang di SD Negeri 4 Pujodadi Pringsewu pada tahap pertama atau siklus kesatu siswa melakukan gerak dasar kayang yang benar dengan melalui bantuan teman belum menunjukkan hasil yang diinginkan. Dari 26 subjek kaji tindak dari setiap indikator yang terdapat dalam gerak dasar kayang masih rendah, pada siklus pertama diperoleh dengan

rerata kelas 59,54 poin, sedangkan yang mendapat nilai di atas rerata kelas 34,61 dan yang mendapat di bawah rerata kelas 65,39%, jika dilihat dari perolehan nilai ketuntasan belajar hanya 7 siswa dan yang mendapat di bawah nilai ketuntasan belajar 19 siswa.

Berdasarkan hasil analisis dan refleksi tersebut di atas, peneliti melakukan perbaikan-perbaikan dalam mengajarkan materi gerak dasar kayang dengan bantuan dari dinding untuk diterapkan pada siklus kedua serta memperbaharui cara menyampaikan materi pembelajaran dengan selalu melibatkan siswa dalam pembelajaran, sehingga diharapkan dengan pembelajaran tersebut akan merangsang dan membangkitkan perubahan konseptual serta daya nalar siswa dan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah khususnya pada siswa kelas IV SD Negeri 4 Pujodadi.

### **Siklus Kedua**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap aktivitas siswa pada siklus kedua, seperti yang terlihat pada Tabel 7, setelah diberikan tindakan siklus atau putaran kedua, pembelajaran gerak dasar kayang dengan menggunakan bantuan dinding, maka dibandingkan hasil siklus kesatu lebih meningkat hasil tes siklus kedua dan dilihat dari perolehan rerata kelas 61,59 poin, dan yang mendapat nilai di atas rerata kelas sebesar 50 %, jika dilihat dari perolehan nilai ketuntasan belajar hanya 12 siswa dan yang mendapat di bawah nilai ketuntasan belajar 14 siswa.

Berdasarkan hasil analisis dan refleksi tersebut di atas, peneliti melakukan perbaikan-perbaikan dalam mengajarkan materi gerak dasar kayang dengan bantuan alat gymball untuk diterapkan pada siklus ketiga serta memperbaharui cara menyampaikan materi pembelajaran

dengan selalu melibatkan siswa dalam pembelajaran, sehingga diharapkan dengan pembelajaran tersebut akan merangsang dan membangkitkan perubahan konseptual serta daya nalar siswa dan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah khususnya pada siswa kelas IV SD Negeri 4 Pujodadi.

### **Siklus Ketiga**

Setelah diberikan tindakan siklus atau putaran ketiga dengan menggunakan alat bantu gymball, maka dibandingkan hasil siklus kedua lebih meningkat hasil tes siklus ketiga dan dilihat berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap aktivitas siswa pada siklus kedua, seperti yang terlihat pada Tabel 8, dari perolehan rerata kelas 73,15 poin, dan yang mendapat nilai di atas rerata kelas sebesar 57,69 % dan yang mendapat nilai di bawah rerata kelas 42,31 % jika dilihat dari perolehan nilai ketuntasan belajar yang mendapat nilai di atas nilai ketuntasan belajar siswa meningkat karena dari 26 siswa ada 22 siswa dan prosentase sebesar 84,61 % yang mencapai nilai ketuntasan belajar, sedangkan yang mendapat nilai di bawah nilai ketuntasan belajar dari 26 siswa ada 4 siswa dan prosentase sebesar 15,39 % yang tidak berhasil atau yang tidak mencapai nilai ketuntasan belajar.

Peningkatan rata-rata nilai siswa pada setiap siklus tersebut menandakan bahwa siswa mulai aktif dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar kayang. Hasil observasi yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran dengan bantuan dari teman pada siklus 1, bantuan dinding pada siklus 2 dan bantuan alat gymball pada siklus 3 dapat memberikan hasil yang lebih baik walaupun masih terdapat siswa yang tidak mengalami peningkatan yang signifikan.

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada tindakan siklus ketiga, ketuntasan materi dan hasil observasi, maka penelitian ini dihentikan pada tindakan siklus ketiga. Indikator keberhasilan dalam segi proses sudah mencapai 84,61% dengan tingkat efektifitas pembelajaran 78,07 %, karena lebih dari 50% proses pelaksanaan tindakan telah sesuai dengan skenario pembelajaran.

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka simpulan dari penelitian ini adalah:

1. Model pembelajaran gerak dasar kayang pada siswa kelas IV SDN 4 Pujodadi Pringsewu melalui bantuan teman, bantuan dinding dan bantuan gymball dapat ditingkatkan secara efektif. Hal ini tergambar dari rata-rata nilai yang selalu meningkat pada setiap siklusnya. Pada siklus pertama rata-rata nilai 59,54, siklus kedua 61,54 dan siklus ketiga 73,15.
2. Model pembelajaran gerak dasar kayang melalui bantuan teman, bantuan dinding dan bantuan gymball dapat meningkatkan hasil belajar siswa siswa kelas IV SDN 4 Pujodadi Pringsewu secara efektif. Peningkatan hasil belajar diperoleh dari hasil tes tindakan setiap siklus, dimana siklus pertama hasil ketuntasan belajar mencapai 26,92% yang didapat oleh 7 siswa dari 26 siswa, pada siklus kedua ketuntasan belajar mencapai 46,15 % yang didapat oleh 12 siswa dari 26 siswa dan siklus ketiga ketuntasan belajar mencapai 84,61% yang didapat oleh 22 siswa dari 26 siswa. Pembelajaran gerak dasar kayang dengan bantuan teman, bantuan dinding dan bantuan alat gymball sudah terlaksana sesuai dengan skenario pembelajaran di

kelas IV SD Negeri 4 Pujodadi Pringsewu.

3. Proses pembelajaran gerak dasar kayang yang dilakukan melalui tiga siklus telah mencapai keadaan yang maksimal yaitu meningkatkan gerak dasarnya saja.

## Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

1. Kepada para guru diharapkan dapat menerapkan pembelajaran gerak dasar kayang melalui bantuan teman, bantuan dinding dan bantuan gymball dalam mata pelajaran penjas kes pada materi senam lantai.
2. Kepada para peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian tentang penerapan model pembelajaran gerak dasar kayang yang lain, dan dapat membangkitkan keaktifan siswa untuk mata pelajaran penjas kes.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, Azhar. 2005. *Media Pembelajaran*. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Kunandar. 2008. *Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Guru*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Muhajir. 1997. *Pedoman Pelaksanaan Penelitian Kaji Tindak*. Yogyakarta : BPGSD.
- Muslich, Masnur. 2009. *Melaksanakan PTK (Penelitian Tindakan Kelas) itu Mudah*. Jakarta : Bumi Aksara

*Soekamto dan Winataputra. 1996/1997.*  
Model Pembelajaran. Surabaya : Giri.  
Surya.

Sukardi. (2003). *Metodologi Penelitian*  
*Pendidikan Kompetensi dan*  
*Prakteknya.* Yogyakarta: Bumi Aksara.