

## Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Irama Melalui Media *Audio Visual*

Novi Soraya<sup>1</sup>, Resty Agustriyani<sup>2</sup>, Ridwan Gumilar<sup>3</sup>, Ai Dila Nurul Fadilah<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Pendidikan Jasmani, Universitas Siliwangi

<sup>2</sup> Pendidikan Jasmani, Universitas Siliwangi

<sup>3</sup> Pendidikan Jasmani, Universitas Siliwangi

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan proses dan hasil pembelajaran senam irama melalui media *audio visual* pada siswa kelas V SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya. Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan sampel penelitian berjumlah 30 orang murid kelas V SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya. Data dikumpulkan dengan melakukan pengamatan dan catatan pada saat dilapangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan media *audio visual* pada pembelajaran senam irama bagi murid kelas V SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya mengalami peningkatan hasil pembelajarannya. Hal ini dibuktikan dari hasil pembelajaran senam irama siklus 1 terdapat 11 orang murid atau sekitar 35 % yang tuntas dengan nilai diatas KKM yaitu 76 dan 19 orang murid atau sekitar 65 % yang tidak tuntas dengan nilai yang masih dibawah nilai KKM yaitu 75 dengan nilai rata-rata sebesar 68 dan yang masih kurang dari KKM 75 mengalami peningkatan pada siklus II yaitu terdapat 23 orang murid atau sekitar 85 % yang tuntas dengan nilai melebihi KKM yaitu 75 dan 7 orang murid atau sekitar 15 % yang tidak tuntas dengan nilai yang masih dibawah nilai KKM yaitu 75 dengan nilai rata-rata sebesar 83 dan telah melebihi KKM yaitu 75. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan media audio visual dapat meningkatkan hasil belajar senam irama pada murid kelas V SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya.

**Kata Kunci:** *Audio visual*, Media Pembelajaran, Senam irama

### Abstract

This research aims to improve the process and results of learning rhythmic gymnastics through audio-visual media for class V students at SD Negeri Perumnas Cisalak, Tasikmalaya City. The type of research used was Classroom Action Research (PTK) with a research sample of 30 class V students at Perumnas Cisalak State Elementary School, Tasikmalaya City. Data is collected by making observations and notes in the field. The results of the research showed that the application of audio-visual media in learning rhythmic gymnastics for class V students at Perumnas Cisalak State Elementary School, Tasikmalaya City experienced an increase in learning outcomes. This is proven by the results of cycle 1 rhythmic gymnastics learning, there were 11 students or around 35% who completed with a score above the KKM, namely 76 and 19 students or around 65% who did not complete with a score still below the KKM, namely 75 with an average

Correspondence author: Novi Soraya, Universitas Siliwangi, Indonesia.

Email: [novisoraya@unsil.ac.id](mailto:novisoraya@unsil.ac.id)



Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training) is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

score the average was 68 and those that were still less than the KKM of 75 experienced an increase in the second cycle, namely there were 23 students or around 85% who completed with a score exceeding the KKM, namely 75 and 7 students or around 15% who did not complete with a score that was still below the KKM. namely 75 with an average score of 83 and has exceeded the KKM, namely 75. Based on these results, it can be concluded that the application of audio visual media can improve the learning outcomes of rhythmic gymnastics in class V students at Perumnas Cisalak State Elementary School, Tasikmalaya City.

Keywords: Audio visual, Learning Media, Rhythmic gymnastics

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani yang dilaksanakan di sekolah sejalan dengan tujuan yang diupayakan pemerintah yaitu memajukan dan mengembangkan kebugaran jasmani pada seluruh lapisan masyarakat, baik individu maupun kolektif. Hal ini mencakup individu dan keluarga, sekolah dan lembaga pendidikan non-sekolah, organisasi masyarakat, pemerintah dan sektor swasta. Salah satu upaya untuk mencapai tujuan pendidikan tersebut adalah pendidikan jasmani. Sebagai bagian dalam satuan pendidikan, mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan mempunyai perbedaan khusus dengan mata pelajaran yang lain yaitu dengan menggunakan gerak sebagai media pembelajaran bagi murid. Hal tersebut sejalan dengan (Mustafa & Dwiyoogo, 2020) menyebutkan bahwa "Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disekolah merupakan tujuan pengajar untuk membuat peserta didik bugar, dan dapat membantu peserta didik menciptakan gerakan baru yang didapatkan di pembelajaran penjas.

Pembelajaran adalah proses belajar yang dibangun oleh guru untuk meningkatkan kemampuan berfikir murid. Dalam pembelajaran senam irama, 4 senam ini biasa disebut senam ritmik. Senam adalah aktifitas fisik yang dilakukan untuk menyegarkan tubuh, sebab dalam senam irama atau senam ritmik kita bisa bergerak bebas sesuai dengan iringan musik yang mengiringi. (Pasaribu & Mashuri, 2019) menerangkan bahwa senam irama sangat efektif untuk meningkatkan kebugaran jasmani anak di sekolah dasar. Irama yang mengiringinya bisa menggunakan jaringan musik, nyanyian, tepuk tangan maupun kosa kata. Adapun unsur-unsur yang

terdapat dalam aktifitas ritmik meliputi keluwesan, kesinambungan gerakan dan kecepatan irama.

Tidak semuanya materi pembelajaran Penjas yang diajarkan di sekolah menarik untuk dipelajari oleh murid yang berada pada jenjang sekolah dasar yang merupakan fase pertama dari perkembangan diri seorang anak. Salah satu materi yang kurang diminati oleh murid adalah materi pembelajaran senam, khususnya senam irama. (Akmal et al., 2018) menyatakan dari hasil penelitiannya bahwa bahan ajar yang digunakan untuk pembelajaran senam irama di kalangan SD masih kurang variatif. Hal tersebut mengakibatkan sebagian besar murid beranggapan bahwa senam irama merupakan materi pembelajaran yang membosankan sehingga tidak memiliki minat untuk mempelajarinya yang berakibat pada rendahnya hasil pembelajaran materi senam irama. Di ungkap oleh (Priyanto, 2013) bahwa murid lebih cenderung termotivasi jika pembelajaran melalui pendekatan permainan. Dalam hal ini, seorang guru mata pelajaran penjas sebagai pendidik memiliki tugas dan alternatif untuk merangsang minat murid untuk mengikuti materi pembelajaran senam, khususnya senam irama.

Senam dilakukan dengan gerakan-gerakan tertentu. Senam ada berbagai macam, diantaranya senam lantai, senam aristik, senam ritmik, senam hamil, senam aerobik, senam pramuka, senam kebugaran jasmani (SKJ) menggunakan irama musik dan lagu, dan lain-lain. Biasanya, disekolah TK maupun SD guru-guru mengajarkan senam-senam yang mudah dicerna oleh murid, seperti SKJ dengan iringan musik dan lagu dan senam pramuka atau yang biasa disebut dengan senam irama.

Senam irama adalah bentuk-bentuk gerakan senam yang merupakan perpaduan antara berbagai bentuk gerakan dengan irama musik yang mengiringi (Syafaruddin, 2019). Melalui kegiatan senam irama anak dapat menggerakkan seluruh anggota badannya. Dalam melakukan senam irama hal yang harus dilakukan yaitu menguasai gerakan dasar sikap dan dasar gerak. Dasar sikap digunakan pada awal pelaksanaan senam irama, yaitu sikap awal senam irama. Sikap awal senam irama yaitu sikap tegak langkah dengan posisi badan berdiri tegak, kaki kiri lurus

sebagai tumpuan berat badan, kaki kanan di tekuk pada lutut dengan ujung kaki menyentuh lantai di tengah-tengah telapak kaki kiri.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan pada murid kelas V SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya yang berjumlah 30 orang murid yang terdiri dari 19 siswa putra dan 11 siswa putri, dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, dengan mengamati aktivitas dan kemampuan senam irama murid diperoleh masih dalam kategori sangat kurang. Dimana dari 30 orang murid hanya terdapat 11 orang murid atau 15% yang sudah dalam kategori tuntas dan 19 orang murid atau 85% dalam kategori tidak tuntas. Hasil wawancara dengan murid mengapa masih banyak siswa yang belum tuntas karena mereka merasa kesulitan dalam menghafal gerakan sehingga siswa saat pembelajaran berlangsung tidak bisa maksimal. Siswa kelas V SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya cenderung menyukai pembelajaran permainan olahraga bahkan ada beberapa siswa yang merasa malu saat melakukan gerakan senam irama apalagi ketika mereka melakukan gerakan senam irama yang salah rasa malu semakin besar karena ditertawakan teman yang lainnya. Dari permasalahan tersebut disebabkan karena murid yang kurang memiliki semangat untuk berpartisipasi dalam pembelajaran dan masih banyak murid yang mengeluh ketika diajak untuk melakukan senam karena cenderung mereka menyukai permainan. Sejalan yang telah dikemukakan oleh (Maidarman, 2020) kurangnya perhatian terhadap senam aerobic karena perhatian mereka lebih tertuju kepada orang lain.

Berdasarkan hasil diskusi dengan Guru Penjas yang lain, diketahui bahwa terdapat beberapa faktor yang mengakibatkan kurangnya minat murid terhadap materi pembelajara senam irama. Adapun faktor-faktor tersebut adalah: 1) rasa bosan terhadap materi yang diberikan; 2) murid merasa takut sehingga tidak dapat melakukan gerakan; 3) keterampilan guru yang kurang dalam membawakan pelajaran dan 4) kurangnya variasi dalam proes pembelajaran. Melihat faktor tersebut peneliti menyajikan terobosan baru yaitu dengan menggunakan media *audio visual* yang inovatif dan menyenangkan disesuaikan dengan karakteristik siswa kelas V

SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya yang bertujuan untuk meningkatkan proses dan hasil pembelajaran senam irama.

## METODE

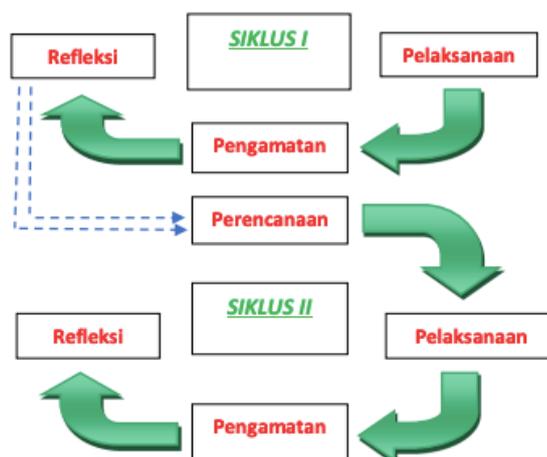
Proses pembelajaran Penjas di SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya masih berjalan monoton dan tidak ada variasi metode yang digunakan guru dalam setiap kegiatan pembelajaran dan hanya berpacu pada buku ajar serta materi yang sesungguhnya. (Salamah et al., 2022) mengungkap bahwa keterampilan variasi mengajar guru dapat berpengaruh pada minat belajar siswa. Sehingga materi gerak dasar senam irama hanya disampaikan sesuai buku ajar tanpa variasi apapun yang mengakibatkan kejenuhan pada anak sehingga hasil belajar tidak tercapai. Melihat situasi yang demikian, perlu dilakukan pemecahan masalah untuk dapat meningkatkan hasil belajar materi gerak dasar senam irama. Sebagai alternatif pembelajaran yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan media *audio visual* di SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya pada murid. Dengan penggunaan media *audio visual* pada materi senam irama diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar murid.

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



### Gambar 1. Skema Kerangka Konseptual

Melihat skema kerangka di atas maka metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas (classroom action research). Pemilihan metode penelitian tindakan kelas didasarkan atas dasar masalah dan tujuan penelitian yang menuntut adanya perbaikan/peningkatan (tindak lanjut) didalam kelas. (Wati, 2021) menjelaskan bahwa penelitian tindakan kelas melalui paparan gabungan definisi dari tiga kata, penelitian, tindakan dan kelas. PTK merupakan suatu penelitian yang berbentuk kajian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan kemantapan rasional dari tindakan-tindakan mereka dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukannya itu, dan memperbaiki kondisi dimana praktek-praktek pelatihan tersebut dilakukan (Yusuf, 2005) Penelitian adalah suatu kegiatan mencermati suatu objek dengan menggunakan cara dan aturan metodologi tertentu untuk memperoleh data atau informasi yang bermanfaat dalam meningkatkan mutu suatu hal yang menarik minat dan penting bagi peneliti. Tindakan sendiri mempunyai arti sesuatu gerakan kegiatan yang sengaja dilakukan dengan tujuan tertentu, yang dalam penelitian berbentuk rangkaian siklus kegiatan untuk murid. Sedangkan kelas adalah sekelompok murid yang dalam waktu yang sama menerima pelajaran yang sama dari guru yang sama pula.



Gambar 2. Siklus PTK  
Sumber: (Kusumah & Dwitagama, 2010)

Siklus penelitian ini tergantung pada ketercapaian tujuan penelitian, apabila tujuan penelitian telah tercapai maka siklus selanjutnya tidak dilakukan. Setiap siklus akan terdiri dari empat tahap:

1. Perencanaan Tindakan Pembelajaran

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

a. Identifikasi masalah dan penyebabnya

Usaha meningkatkan kemampuan senam irama melalui media *audio visual (video)*. Peningkatan aktivitas ritmik akan lebih berhasil jika peneliti menggunakan media *audio visual (video)*. Peneliti memiliki pengalaman tentang penyebab rendahnya gerak dasar senam irama dalam aktivitas ritmik pada murid.

b. Perencanaan solusi masalah

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

c. Penyusunan program tindakan pembelajaran

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

2. Pelaksanaan Tindakan

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

### 3. Observasi

Observasi adalah upaya merekam segala peristiwa dan kegiatan yang terjadi selama tindakan itu berlangsung. Observasi itu harus bersifat terbuka pandangan dan pikirannya. Pada waktu observasi dilakukan, peneliti mengamati proses pembelajaran dan mengumpulkan data mengenai segala sesuatu yang terjadi pada proses pembelajaran. Baik yang terjadi pada peneliti, murid maupun situasi pembelajaran dan peneliti hanya mencatat apa yang dilihat dan didengar bukan memberikan penilaian. Dalam penelitian ini yang menjadi observer adalah peneliti yang dibantu oleh teman sejawat, sedangkan yang melakukan tindakan pembelajaran adalah guru pendidikan jasmani selaku peneliti. Observer menggunakan lembar observasi untuk melakukan kegiatan observasi tersebut. Berdasarkan data yang ingin diperoleh, maka pengamat (peneliti, guru pendidikan jasmani yang bertindak mengajar kelas V dan Kepala Sekolah) melakukan observasi partisipasi pasif dengan pedoman observasi. Pedoman observasi ini dibagi menjadi tiga bagian, yaitu: a) observasi tindak mengajar yang disesuaikan dengan rencana pembelajaran, b) observasi tindak belajar yang berkaitan dengan inisiatif dan reaksi murid kelas V dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada materi subtema 3: hidup rukun di sekolah dan c) keterangan tambahan yang berkaitan dengan tindak mengajar maupun tidak belajar yang belum terjaring.

### 4. Refleksi

Refleksi dalam PTK adalah upaya untuk mengkaji apa yang telah terjadi atau tidak terjadi. Apa yang telah dihasilkan atau yang belum berhasil dituntaskan dengan tindakan perbaikan yang telah dilakukan. Hasil refleksi

itu digunakan untuk menetapkan langkah lebih lanjut dalam upaya mencapai tujuan PTK. Dengan kata lain, refleksi adalah pengkajian terhadap keberhasilan atau kegagalan dalam mencapai tujuan sementara.

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

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

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

2. Indikator Keberhasilan Hasil. Indikator keberhasilan hasil didasarkan atas keberhasilan murid dalam pembelajaran aktivitas senam irama atau ritmik dengan media *audio-visual* (video). Hal ini dapat dilakukan dengan melakukan penilaian terhadap murid yang melakukan aktivitas ritmik setelah diberikan *audio-visual* (video). Untuk mengetahui keberhasilan tindakan pada penelitian ini adalah dengan melihat rata-rata hasil penilaian afektif atau sikap murid, psikomotorik atau Keterampilan murid dan kognitif atau pemahaman murid yang mencapai KKM pada pembelajaran Penjasorkes. Dimana KKM pembelajaran Penjasorkes

murid kelas V SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya. Secara klasikal hasil pembelajaran dikatakan berhasil apabila 76 % siswa memperoleh hasil belajar melebihi KKM.

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh murid kelas V SD negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya yang berjumlah 30 orang murid. Menurut (Hasanah & Muryanti, 2019) subjek penelitian adalah benda atau orang tempat data untuk variabel penelitian melekat dan yang dipermasalahkan.

## HASIL

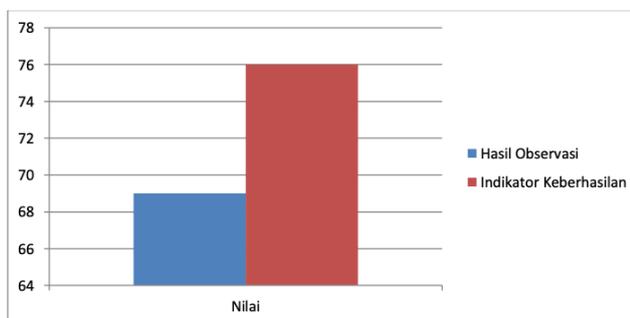
Berdasarkan nilai yang diperoleh dari pengamatan psikomotorik, afektif dan kognitif murid pada pembelajaran senam irama, maka diperoleh distribusi frekuensi nilai rata-rata keseluruhan pengamatan pada pembelajaran senam irama seperti pada tabel berikut:

| No     | Kategori | Kategori    | Jumlah (Orang) | Presentasi (%) |
|--------|----------|-------------|----------------|----------------|
| 1      | 93-100   | Baik Sekali | 0              | 0              |
| 2      | 84-92    | Baik        | 1              | 10             |
| 3      | 76-83    | Cukup       | 8              | 30%            |
| 4      | <75      | Kurang      | 21             | 60%            |
| Jumlah |          |             | 30             | 100            |

**Tabel. 1** Distribusi Frekuensi Nilai Rata-rata Senam Irama Murid pada Siklus I

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa murid yang memperoleh hasil < 75 dengan kategori kurang berjumlah 21 orang murid atau sekitar 60%, murid yang memperoleh hasil 76-83 dengan kategori cukup berjumlah 8 orang murid atau sekitar 30%, murid yang memperoleh hasil 84-92 dengan kategori baik berjumlah 1 orang murid atau sekitar 10% dan murid yang memperoleh hasil 93- 100 dengan kategori baik sekali berjumlah 0 orang murid atau sekitar 0%. Selain itu, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama proses pembelajaran senam irama pada siklus I

menunjukkan bahwa murid belum memenuhi kriteria keberhasilan tindakan dengan nilai persentase rata-rata hasil obseravasi terhadap proses pembelajaran senam irama sebesar 69% sedangkan indikator keberhasilan proses mengharuskan hasil observasi minimal memperoleh 75%. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 1 Diagram Hasil Observasi Pembelajaran Senam Irama pada Siklus I

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

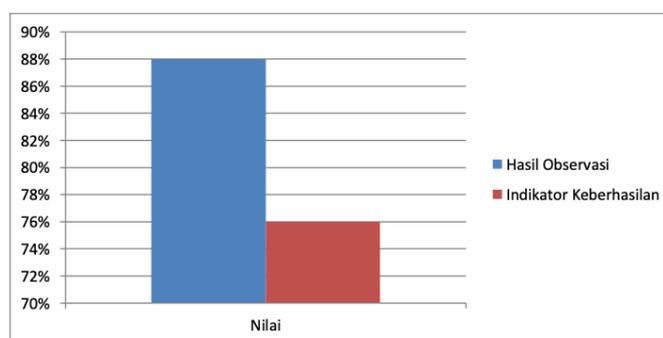
Selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung peneliti melakukan observasi untuk mengetahui proses pembelajaran senam irama. Berdasarkan hasil obeservasi pembelajaran senam irama, maka diperoleh distribusi frekuensi hasil observasi pembelajaran senam irama pada tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Observasi Proses Pembelajaran Senam Irama Murid pada Siklus II

| No | Kategori | Kategori    | Jumlah (Orang) | Presentasi (%) |
|----|----------|-------------|----------------|----------------|
| 1  | 93-100   | Baik Sekali | 11             | 45%            |

|        |       |        |    |     |
|--------|-------|--------|----|-----|
| 2      | 84-92 | Baik   | 9  | 30% |
| 3      | 76-83 | Cukup  | 3  | 10% |
| 4      | <75   | Kurang | 7  | 15% |
| Jumlah |       |        | 30 | 100 |

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa murid yang memperoleh hasil < 75 dengan kategori kurang berjumlah 7 orang murid atau sekitar 15%, murid yang memperoleh hasil 76-83 dengan kategori cukup berjumlah 3 orang murid atau sekitar 10%, murid yang memperoleh hasil 84-92 dengan kategori baik berjumlah 9 orang murid atau sekitar 30% dan murid yang memperoleh hasil 93-100 dengan kategori baik sekali berjumlah 11 orang murid atau sekitar 45%. Selain itu, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama proses pembelajaran senam irama pada siklus II menunjukkan bahwa murid sudah memenuhi kriteria keberhasilan tindakan dengan nilai persentase rata-rata hasil observasi terhadap proses pembelajaran senam irama sebesar 88% sedangkan indikator keberhasilan proses mengharuskan hasil observasi minimal memperoleh 76%. Jika ditampilkan dalam bentuk diagram, dapat dilihat pada gambar sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Hasil Observasi Pembelajaran Senam Irama pada Siklus II

## PEMBAHASAN

Pelaksanaan penelitian ini memberikan dampak yang baik terhadap proses dan hasil pembelajaran senam ritmik dengan materi senam irama murid kelas V SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya. (Sukmawati, 2017)

Senam irama dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa kelas V. Hasil yang diperoleh berdasarkan pengamatan pada sikap murid selama pembelajaran penjasorkes materi senam irama menggunakan media *audio visual* menunjukkan sikap yang baik dan antusias. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh (Ulfah et al., 2021) bahwa semakin banyak kegiatan yang bervariasi dan inovatif maka peluang untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak sehingga dapat berkembang dengan optimal. Senam irama juga mempengaruhi terhadap kebugaran jasmani siswa sudah terbukti di dalam penelitian yang dilakukan oleh (Piningit, 2023)

Melihat sikap murid selama siklus I memang sedikit kaku dan enggan bekerjasama dengan pasangan namun pada siklus II murid sudah lebih baik lagi. Pada siklus II kegiatan senam irama yang dilakukan murid secara berpasangan memperlihatkan kerjasama yang baik, murid mulai berusaha untuk belajar sendiri dengan pasangan sebelum guru akan mengambil nilai keterampilan. Sementara itu dari sikap kedisiplinan selama melaksanakan kegiatan pembelajaran senam irama, murid sudah dibiasakan untuk berdisiplin waktu, bersiap sebelum kegiatan pembelajaran dimulai dan berbaris di lapangan. Sejalan juga dengan (Sulistyaningsih & Nugraha, 2022) yang mengatakan bahwa penggunaan media pembelajaran sangat berpengaruh positif dan signifikan terhadap sikap dan minat siswa. Sehingga dari hasil pengamatan terhadap keterampilan murid dalam melaksanakan kegiatan senam berirama menunjukkan peningkatan dari pengamatan siklus I dan siklus II. Pada siklus I murid memiliki kecenderungan kurang aktif dalam pembelajaran. (Cut Fitriani & Usman, 2017) menjelaskan bahwa setiap murid memiliki motivasi belajar yang berbeda-beda, tapi secara garis besar motivasi yang terbesar mereka yaitu dari eksternal. Fenomena kurang aktifnya murid selama pembelajaran dapat dilihat dari murid yang kurang tergerak untuk membuat catatan sebagai pengingat kegiatan pembelajaran senam irama. Pada siklus I fenomena kurang aktifnya murid terlihat jelas, murid hanya melihat tayangan video sedangkan guru tidak mengingatkan murid untuk mencatat.

Hasilnya nilai unjuk kerja pada siklus I kurang memuaskan dan masih kurang dari KKM yaitu 66 masih di bawah nilai KKM yaitu 75.

Setelah melalui kegiatan diskusi peneliti dengan guru berdasarkan refleksi pelaksanaan kegiatan tindakan penelitian pada siklus I, atas kesepakatan peneliti dan guru, pada siklus II akan diupayakan aktivitas murid selama pembelajaran dengan memberikan arahan kepada murid untuk mencatat materi yang disampaikan oleh guru. Catatan sederhana cukup sebagai media pengingat murid terhadap rangkaian senam irama. menurut (Rabudin et al., 2016) membuat catatan yang berkualitas membantu siswa dalam memahami materi pada saat belajar. Guru sedikit mendektekan urutan gerakan untuk mempermudah murid dalam mencatat. Dengan meminta murid untuk mencatat materi ternyata dapat meningkatkan ingatan murid terhadap rangkaian gerakan senam berirama. Gerakan sederhana yang bisa dipahami oleh murid juga mempengaruhi tingkat pemahamannya sehingga murid akan lebih merasa senang dalam proses pembelajaran materi senam irama, (Akmariani & Fitriani, 2019). Hasilnya dapat dilihat dari hasil rata-rata penilaian Keterampilan murid pada siklus II yang menunjukkan peningkatan dari siklus I yang hanya 68 menjadi 82 dan sudah melebihi KKM yaitu 75. Peningkatan nilai rata-rata Keterampilan murid ternyata dibarengi dengan peningkatan nilai rata-rata sikap dan pemahaman murid terhadap materi. Dimana hasil rata-rata penilaian sikap (afektif) murid pada siklus I yaitu 70 mengalami peningkatan menjadi 82 pada siklus II sedangkan 61 hasil rata-rata nilai pemahaman murid (kognitif) pada siklus I yaitu 66 mengalami peningkatan menjadi 84 pada siklus II serta sudah mencapai kriteria keberhasilan tindakan. Ketercapaian tindakan ini menunjukkan efektifitas penggunaan media *audio visual* dalam pembelajaran senam irama. Murid pada siklus I masih membutuhkan dorongan dari guru untuk menghafal gerakan salah satunya dengan mencatat. Fokus murid pada siklus I terlihat sangat tertuju pada tampilan media yang diputar sehingga kurang memperhatikan rangkaian gerakan yang harus dihafalkan. Sehingga guru membimbing murid untuk menghafal gerakan yang ditayangkan salah satunya dengan mencatat urutannya pada

siklus II. Tindakan ini terbukti mampu meningkatkan penialain murid dari siklus I ke siklus II. Selama proses pembelajaran berlangsung siwa juga sangat antusias terhadap pembelajaran senam irama dengan menggunakan audio visual. Hal yang sama yang dilakukan oleh (Fujiyanto et al., 2016) yang telah mengungkap bahwa penggunaan media *audio visual* meningkatkan hasil belajar siswa. Murid tidak pernah melepaskan pandangan pada penayangan video, selain itu murid mau melakukan gerakan senam irama dengan baik.

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini, ada beberapa keterbatasa yang dialami dan dapat menjadi beberapa faktor yang agar dapat untuk lebih diperhatikan bagi peneliti-peneliti yang akan datang dalam lebih menyempurnakan penelitiannya karena penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus diperbaiki dalam penelitian-penelitian kedepannya. Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini adalah; 1). Masih kurangnya teori yang digunakan, 2). Pada pertemuan pertama siklus 1 ada beberapa siswa yang tidak hadir. Hal ini menyebabkan siswa tidak hadir tidak mengikuti pretest dan juga mengurangi jumlah anggota kelompok yang sudah ditentukan.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kurangnya minat murid terhadap materi pembelajara senam irama dan faktor tersebut adalah: 1) rasa bosan terhadap materi yang diberikan; 2) murid merasa takut sehingga tidak dapat melakukan gerakan; 3) keterampilan guru yang kurang dalam membawakan pelajaran dan 4) kurangnya variasi dalam proses pembelajaran, sudah terbukti bahwasannya murid membutuhkan kegiatan yang bervariasi dan inovatif dalam proses pembelajaran. Sehingga penerapan media *audio visual* sangat tepat digunakan dalam proses pembelajaran senam irama untuk meningkatkan hasil belajar murid akelas V SD Negeri Perumnas Cisalak Kota Tasikmalaya. Hal tesebut terlihat dari hasil siklus I memperoleh nilai rata-rata sebesar 68 dan kurang dari KKM 75 meningkat menjadi 83 pada siklus II.

## REFERENSI

- Akmal, A., Sugihartono, T., & Ilahi, B. R. (2018). Analisis Muatan Materi Senam Pada Bahan Ajar Pjok Sekolah Dasar Negeri Di Kota Bengkulu. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1), 11–15.
- Akmariyani, C., & Fitriani, W. (2019). Pengaruh Senam Irama Terhadap Kecerdasan Kinestetik Pada Anak Di Tk Kurnia Illahi Kabupaten Tanah Datar. *Tumbuh Kembang: Kajian Teori Dan Pembelajaran PAUD*, 6(1), 11–18.
- Cut Fitriani, M. A. R., & Usman, N. (2017). Kompetensi Profesional Guru Dalam Pengelolaan Pembelajaran Di Mts Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Administrasi Pendidikan: Program Pascasarjana Unsyiah*, 5(2).
- Djamarah, S. B., & Zain, A. (2010). *Strategi belajar mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fujiyanto, A., Jayadinata, A. K., & Kurnia, D. (2016). Penggunaan media audio visual untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi hubungan antarmakhluk hidup. *Jurnal Pena Ilmiah*, 1(1), 841–850.
- Hasanah, A., & Muryanti, E. (2019). Pengaruh Penggunaan Media Diorama terhadap Perkembangan Kemampuan Motorik Halus Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 2(2), 1–7. <https://doi.org/10.31004/aulad.v2i2.29>
- Kusumah, W., & Dwitagama, D. (2010). Mengenal penelitian tindakan kelas. *Jakarta: PT Indeks*.
- Maidarman, M. (2020). Studi Minat Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Terhadap Senam Aerobik. *Jurnal Patriot*, 2(1), 278–290.
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Indonesia abad 21. *Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan (JARTIKA)*, 3(2), 422–438.
- Pasaribu, A. M. N., & Mashuri, H. (2019). The role of rhythmic gymnastics for physical fitness for elementary school students. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(1), 89. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v5i1.12551](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v5i1.12551)
- Piningit, S. R. S. (2023). Pengaruh Senam Irama Terhadap Kebugaran Jasmani Dan Motivasi Belajar Penjas SD Negeri 2 Karangcengis Di Kabupaten Purbalingga. *Seminar Nasional Keindonesiaan (FPIPSKR)*, 8(01).
- Priyanto, A. (2013). Peningkatan Motivasi Belajar Gerak Dasar Lari melalui Pendekatan Bermain dalam Pembelajaran Penjas Siswa Kelas V SD I Donotirto Kretek Bantul. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(1).

- Rabudin, L., Papatungan, M., & Tangio, J. S. (2016). Kualitas catatan siswa sebagai media guru untuk mengevaluasi kemajuan belajar termokimia. *Jambura Journal of Educational Chemistry*, 11(2), 168–175.
- Salamah, I. S., Wiguna, A. C., Oktari, D., & Tobing, J. A. D. E. (2022). Pentingnya Keterampilan Variasi Mengajar Guru Dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 8(2), 2045–2057.
- Sukmawati, N. (2017). Pengembangan senam bina darma untuk pembelajaran aktivitas ritmik pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. *Jurnal Ilmiah Bina Edukasi*, 10(1), 33–42.
- Sulistyaningsih, I., & Nugraha, J. (2022). Analisis Penerimaan Pengguna Platform Pembelajaran Virtual Learning Unesa (Vinesa) Menggunakan Task Technology Fit (TTF) Dan Technology Acceptance Model (TAM) Di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 10(1), 107–123.
- Syafaruddin, S. B. (2019). *Guru, Mari Kita Menulis Penelitian Tindakan Kelas (PTK)*. Deepublish.  
<https://books.google.co.id/books?id=KBepDwAAQBAJ>
- Ulfah, A. A., Dimiyati, D., & Putra, A. J. A. (2021). Analisis penerapan senam irama dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1844–1852.
- Wati, M. (2021). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pada Senam Irama Melalui Media Audio Visual Pada Murid Kelas V Sekolah Dasar Negeri (Sdn) 18 Maroangin Kota Palopo*. Universitas Muhammadiyah Palopo.
- Yusuf, A. M. (2005). Metodologi penelitian. *Padang. Padang: UNP Pers.*