PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN GULING KEDEPAN MENGGUNAKAN MODEL CTL TERHADAP SISWA KELAS XI SMKN 1 GROGOL KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Guna

Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

Pada Jurusan PENJASKESREK

OLEH :

GATUT FAISAL YUDA

11.1.01.09.0199

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA

UN PGRI KEDIRI

2015

Skripsi oleh:

GATUT FAISAL YUDA
NPM: 11.1.01.09.0199

Judul:

PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN GULING KEDEPAN MENGGUNAKAN MODEL CTL TERHADAP SISWA KELAS XI SMKN 1 GROGOL KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

Telah disetujui untuk diajukan Kepada

Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan PENJASORKES

FKIP UN PGRI Kediri

Tanggal: 14 April 2015

Pembimbing I	Pembimbing II
Drs. Sugito, M.Pd	**Drs. Setyo Harmono, M.Pd**
NIDN. 0004086001	NIDN. 0727095801

Skripsi oleh:

GATUT FAISAL YUDA
NPM: 11.1.01.09.0199

Judul:

PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN GULING KEDEPAN MENGGUNAKAN MODEL CTL TERHADAP SISWA KELAS XI SMKN 1 GROGOL KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan PanitiaUjian/Sidang Skripsi

Jurusan PENJASORKES FKIP UN PGRI Kediri

Pada tanggal 24 Agustus 2015

Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan

Panitia penguji:

1. Ketua :**Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd**
2. Penguji I :**Drs. Setyo Harmono, M.Pd**
3. Penguji II :**Drs. Sugito, M.Pd.**

Mengetahui,
Dekan FKIP

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN. 0716046202

PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN GULING KEDEPAN MENGGUNAKAN MODEL CTL TERHADAP SISWA KELAS XI SMKN 1 GROGOL KEDIRI TAHUN AJARAN 2014/2015

Gatut Faisal Yuda
11.1.09.0199
FKIP - Penjaskesrek
Drs. Setyo Harmono,M.Pd dan Drs. Sugito M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

GATUT FAISAL YUDA: pengembangan pembelajaran guling kedepan menggunakan model ctl terhadap siswa kelas XI SMKN 1 grogol kediri tahun ajaran 2014/2015.Skripsi, PENJASKESREK FKIP UNP Kediri, 2015.

Guling ke depan adalah berguling ke depan atas bagian belakang badan (tengkuk, punggung, pinggang, dan pinggul bagian belakang). Latihan guling ke depan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu: guling ke depan dengan sikap awal jongkok dan guling ke depan dengan sikap awal berdiri.

Hasil penelitian diperoleh Nilai rata-rata siswa pada kondisi awal sebesar 70,46 dengan persentase ketuntasan sebesar 38,46%. Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu sebesar 73,08 dan persentase ketuntasan sebesar 57,69%. Namun, peningkatan tersebut masih belum mencapai target yang ditetapkan sebelumnya. Kemudian setelah melanjutkan ke siklus II nilai rata-rata kemampuan guling depan siswa kembali mengalami peningkatan sebesar 82,82 dengan persentase ketuntasan sebesar 80,77%. Hal tersebut menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian di hentikan pada

Siklus II

Kata Kunci: Senam, Guling kedepan

I. LATAR BELAKANG

individu secara menyeluruh. Namun, perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui Pendidikan Jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan beraktivitas (Adang Suherman, 2000: 1). Senam adalah salah satu bagian dari Pendidikan Jasmani. Menurut Imam Hidayat (2000: 9), senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruk dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual. Aktivitas senam lantai lebih banyak menggunakan gerakan seluruh bagian tubuh baik untuk aktivitas senam itu sendiri maupun untuk cabang aktivitas lainnya. Itulah sebabnya. Itulah sebabnya aktivitas senam ini dikatakan sebagai aktivitas dasar dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik atau gerak seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan, kelincahan, dan ketepatan. Dijelaskan dalam (BNSP, 2006: 2), ruang lingkup mata pelajaran Penjasorkes dalam aspek aktivitas senam, meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai. Materi yang disampaikan guru Penjasorkes kepada siswa kelas XI Sekolah Menengah Atas, meliputi: head stand, berguling (guling depan dan belakang), loncat kangkang, dan lompat harimau. Masih dalam (BNSP, 2006: 16), .

II. METODE

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas. Menurut Suharsimi Arikunto (2010: 20) ada empat tahapan penting dalam penelitian tindakan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Keempat tahapan dalam penelitian tindakan tersebut adalah membentuk sebuah siklus, jadi satu siklus adalah dimulai dari tahap perencanaan sampai dengan refleksi. Banyaknya siklus tergantung pada masih atau tidaknya tindakan tersebut diperlukan tindakan itu sudah dianggap cukup tergantung pada permasalahan pembelajaran yang

perlu dipecahkan. Penelitian ini diharapkan dapat memecahkan permasalahan yang dihadapi guru sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lancar, sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai secara 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.

Analisis data dilakukan dengan cara merefleksi hasil observasi dan evaluasi terhadap proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru dan siswa di lapangan dan diolah menjadi kalimat yang bermakna dan dianalisis. Data yang diperoleh pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan deskriptif komparatif yaitu dengan membandingkan data kuantitatif dari siklus I dan Siklus II.

Indikator keberhasilan tindakan meliputi peningkatan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Siswa terlihat lebih aktif dan senang dalam mengikuti pembelajaran serta ditandai dengan peningkatan siswa pada pembelajaran guling depan. Minimal 75% (20 siswa) dari jumlah siswa mencapai hasil belajar tuntas (KKM=75). Sumber data pada penelitian ini berupa data kuantitatif diperoleh dari subjek berupa data nilai hasil penilaian unjuk kerja guling depan siswa.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Pendekatan pembelajaran dengan memodifikasi alat perlu ditumbuhkembangkan dalam merencanakan pembelajaran dengan memperhatikan materi pelajaran, karakteristik siswa, cuaca, dan sarana prasarana yang tersedia. Di samping itu, materi pembelajaran pendidikan jasmani yang terdapat

dalam kurikulum dirancang dan dilaksanakan dengan tetap mengacu pada kebutuhan siswa baik fisik maupun mental

Setelah dilakukan penelitian tindakan kelas dengan dua siklus dan dilakukan analisis dapat disimpulkan bahwa peningkatan hasil pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan modifikasi ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata siswa. Nilai rata-rata siswa pada kondisi awal sebesar 70,46 dengan persentase ketuntasan sebesar 38,46%. Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu sebesar 73,08 dan persentase ketuntasan sebesar 57,69%. Namun, peningkatan tersebut masih belum mencapai target yang ditetapkan sebelumnya. Kemudian setelah melanjutkan ke siklus II nilai rata-rata kemampuan senam lantai guling depan siswa kembali mengalami peningkatan sebesar 82,82 dengan persentase ketuntasan sebesar 80,77%. Hal tersebut menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya sudah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II. Proses pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan modifikasi berlangsung dinamis dan menyenangkan dan hasil pengamatan terhadap guru saat pembelajaran juga meningkat di setiap pertemuan.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Abdul Majid. (2008). Perencanaan Pembelajaran. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Achmad Paturusi. (2012). Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Jakarta: Rineka Cipta.

Adang Suherman. (2000). Dasar-Dasar Penjaskes. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Agus Mahendra. (2001). Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Aip Syarifuddin. (1992). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan. Diunduh pada tanggal 12 April 2015 pukul 19.30 WIB.

Anas Sudijono. (2006). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: PT Grafindo Persada.

Berty Tilarso. (2000). Sehat dan Bugar Sepanjang Usia Dengan Senam, Semarang: Seminar dan Lokakarya.

BSNP. (2006). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Debdikbud

Cahyono Wijayanto. (2011). Penggunaan Sarana Bidang Miring Sebagai Upaya Menumbuhkan Motivasi Belajar Guling Depan Pada Pembelajaran Senam Lantai. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.

Depdiknas. (2003). Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Sinar Grafika.

Desminta. (2009). Psikologi Perkembangan. Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA.

Dewi Salma Prawiradilaga. (2007). Prinsip Desain Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta.

Dimyati dan Mudjiono. (2006). Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Rhineka Cipta.

Edi Purnama. (2012). Peningkatan Pembelajaran Servis Bawah Melalui Pendekatan Bermain Dalam Permainan Bolavoli Mini Pada Siswa Kelas