

MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SENAM SUMEDANG SIMPATI DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA AUDIO VISUAL DI SDN BONGKOK

Mega Yuliantika¹, Ayi Suherman², Indra Safari³

Universitas Pendidikan Indonesia^{1,2,3}

yuliantikamega21@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran senam Sumedang simpati di SDN Bongkok dengan menggunakan media pembelajaran audio visual. Metode pada penelitian ini menggunakan metode penelitian *mix-method* dengan rancangan penelitian tindakan kelas, dengan desain penelitian model Kemmish dan Mc.Taggart yang siklus atau perputarannya ini memiliki tahapan; perencanaan; Tindakan; pengamatan; refleksi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes; observasi; dokumentasi. Partisipan yang terlibat adalah siswa sekolah dasar kelas IV (empat) di SDN Bongkok kecamatan Paseh kabupaten Sumedang dengan jumlah 26 siswa. Pada penelitian ini menunjukkan hasil pada siklus I terdapat 9 orang yang dinyatakan tuntas dengan presentase ketuntasan yakni 34,6%, sedangkan siswa yang belum tuntas yakni 17 siswa dengan presentase 65,4%. Pada siklus ke II siswa yang tuntas sebanyak 15 siswa dengan presentase 57,7% sedangkan siswa yang belum tuntas sebanyak 11 siswa dengan presentase 42,3%. Peningkatan yang signifikan terjadi pada siklus III Dimana siswa yang tuntas sebanyak 24 siswa dengan presentase 92,3% dan siswa yang belum tuntas sebanyak 2 siswa dengan presentase 7,7%. Simpulan, bahwa dengan menggunakan media pembelajaran audio visual dalam senam Sumedang simpati dapat meningkatkan hasil belajar siswa di SDN Bongkok.

Kata Kunci: media audio visual, Pembelajaran senam, Sumedang Simpati.

ABSTRACT

This research uses audio-visual learning media to improve student learning outcomes in Sumedangsympathetic gymnastics learning at SDN Bongkok. This research uses a mixed-method research method with a classroom action research design and a Kemmish and Mc—Taggart model research design whose cycle or cycle has stages: planning, action, observation, and reflection. The instruments used in this research were tests, observation, and documentation. The participants were elementary school students in grade IV (four) at SDN Bongkok, Paseh subdistrict, Sumedang district, with 26 students. In this study, the results showed that in cycle I, nine people were declared complete with a completion percentage of 34.6%, while the students who had not yet completed were 17 students with a percentage of 65.4%. In the second cycle, 15 students completed with a percentage of 57.7%, while 11 students did not complete with a percentage of 42.3%. A significant increase occurred in cycle III, where 24 students completed with a percentage of 92.3% and two students who did not complete with a percentage of 7.7%. The conclusion is that using audio-visual learning media in Sumedang Simpati gymnastics can improve student learning outcomes at SDN Bongkok.

Keywords: audiovisual media, Gymnastics learning, Sumedang Simpati

PENDAHULUAN

Bagian integral dari Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan memiliki tujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan motorik, keterampilan sosial, penalaran, kestabilan emosi, perilaku moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan terhadap suatu hal seperti kebersihan lingkungan melalui aktivitas fisik, beberapa olahraga dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan dari pendidikan nasional (Sudirman et al., 2020). Sedangkan tujuan pendidikan jasmani adalah untuk menciptakan manusia yang kompeten secara jasmani dengan pengetahuan, kemampuan, dan rasa percaya diri untuk melakukan aktivitas jasmani yang sehat selama sisa hidupnya (Dyson, 2014).

Permainan dan olah raga, kegiatan pengembangan, senam, kegiatan ritmik, kegiatan air, dan pengajaran setelah sekolah semuanya termasuk dalam ruang lingkup pendidikan jasmani (Isnaeni Mahmudah & Agus Darmawan, 2022). Aktivitas ritmik diajarkan di kelas pendidikan jasmani pada sekolah dasar. Aktivitas ritmik biasanya dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian dikenal dengan nama aktivitas ritmik atau senam ritmik. Hal ini menciptakan koordinasi gerakan antar bagian tubuh dengan ritme (Burhaein, 2017). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ruang lingkup dalam Pendidikan jasmani mencakup berbagai kegiatan dan olahraga, pengembangan keterampilan motorik, senam, aktivitas ritmik, dan akuatik. Salah satu pembelajaran Pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah aktivitas ritmik, dimana aktivitas ritmik ini melibatkan koordinasi gerakan tubuh dengan ritme musik ataupun nyanyian dalam membantu siswa untuk mengembangkan keterampilan motorik, kebugaran fisik, dan keterampilan sosial melalui kerjasama dalam kelompok. Selain hal tersebut, kekuatan, kecepatan dan daya tahan juga merupakan fondasi dari senam ritmik dimana olahraga ini merupakan olahraga yang menitik beratkan pada koordinasi dan fleksibilitas (Uslu et al., 2022). Gerakan yang ada pada senam irama sangat ideal untuk menyelesaikan kurikulum dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Siswa di sekolah dasar menyukai unsur-unsur gerakan dan irama yang ada pada senam irama, mereka akan merasa lebih mahir dalam melakukan senam ketika mereka mampu menangkap, memantulkan, melempar bola ataupun benda lain. Rangkaian senam irama juga dapat dilakukan dengan cara berjalan, lari, lompat, mengayun dan memutar tangan (Yuwono et al., 2022).

Di dalam proses pembelajaran terdapat beberapa unsur dalam menunjang keberhasilan dalam proses pembelajaran salah satunya yaitu media pembelajaran. Di dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pun penggunaan media didalam proses pembelajaran merupakan salah satu cara untuk menyampaikan materi pembelajaran kepada peserta didik untuk belajar sehingga proses pembelajaran akan menjadi lebih efektif dan efisien. Oleh karena itu untuk meningkatkan hasil pembelajaran, pendidik dituntut untuk memilih model pembelajaran yang kreatif dan inovatif untuk meningkatkan hasil belajar siswa dan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Para pendidik bisa menggunakan model maupun media pembelajaran yang sudah ada seperti penggunaan media pembelajaran audiovisual. Media audiovisual merupakan salah satu media yang bisa digunakan dalam proses belajar mengajar dalam Pendidikan jasmani di sekolah dasar. Penggunaan media pembelajaran audio visual merupakan suatu model pembelajaran dengan format multimedia yang paling serbaguna yang digunakan saat ini, hal ini membuat penggunaan media audiovisual menjadi salah satu alat yang efektif dalam mendukung proses pembelajaran (Sun et al., 2015).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Harahap et al., 2021) menemukan bahwa, pembuatan model pembelajaran pencak silat pada pelajar sekolah menengah pertama (SMP) berbasis modul android berhasil dalam memajukan pembelajaran pendidikan jasmani. Dan presentase yang didapatkan yakni 85% dan 91% yang ditemukan berdasarkan analisis data. Dengan produk yang dibuat bertujuan untuk meningkatkan ketercapaian tujuan pembelajaran pencak silat pada pelajar SMP. Model ini juga dikembangkan sebagai jawaban atas besarnya kebutuhan guru maupun siswa terhadap latihan gerak teknik jatuhan yang masih sulit dipelajari. Di pengujian tahap kedua ini menghasilkan presentase sebesar 91% dari target yang diharapkan sehingga dapat menunjukkan bahwa model ini berhasil menjawab kebutuhan dari pembelajaran pencak silat. Adapun penelitian yang dilakukan oleh (Basri, 2018) mendapatkan hasil dari tes belajar dan menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar siswa pada siklus I dan siklus ke II menurut analisis deskriptif dan Kuantitatif. Data persilkus; tes uji coba keterampilan teknik senam irama melalui senam kebugaran tahun 2012 dan memperoleh rata-rata skor persilkus sebesar 67,2 dengan 21,87% soal dijawab dengan benar dan 78,13% salah; berdasarkan data siklus I, rata-rata hasil tes teknik gerak kebugaran jasmani tahun 2012 adalah 72,25, yang berarti 43,75% tes tuntas dan 56,25% tidak tuntas; data dari siklus II yaitu mendapatkan skor rata-rata tes uji coba keterampilan Teknik gerak senam irama melalui media audio visual yaitu 77,77 dengan presentase tuntas 84,37% dan belum tuntas 15,62%. Sedangkan Penelitian yang dilakukan Taufik & Gaos, (2019), mengemukakan hasil test pembelajaran sebelumnya atau pre test memperoleh hasil 36,6% dari kriteria yang diharapkan. Sedangkan tingkat keefektifitasan dari hasil belajar siswa pada siklus I nilai rata-rata kelas pembelajaran gerak *dribbling* adalah 74,7 dengan persentase ketuntasan 66,7% dengan siswa yang lulus 20 orang dan rata-rata kelas pada hasil belajar siswa pada siklus II adalah 80,7 dengan persentase kelulusan 83,3% dengan siswa yang lulus 25 artinya mengalami peningkatan sebesar 46,7%. Berdasarkan temuan dari Penelitian ini dapat disimpulkan menjadi: 1) penggunaan media audio visual dapat meningkatkan hasil pembelajaran dalam melakukan *dribbling* pada permainan sepak bola; dan 2) siswa menjadi lebih serius dan antusias dalam melaksanakan proses belajar dan mengajar. (Wahyudi et al., 2023) dalam penelitiannya berdasarkan hasil validasi produk, memperoleh hasil uji ahli isi/materi pembelajaran sebesar 96,92% dengan kualifikasi sangat baik, hasil uji ahli desain media pembelajaran sebesar 98,95% berkualifikasi sangat baik, dan pembelajaran uji ahli praktik lapangan sebesar 97,14% dengan kualifikasi sangat baik. Hasil produk dari uji individu 98,33% berkualifikasi sangat baik, uji kelompok kecil 98,667% berkualifikasi sangat baik, dan uji lapangan 97,96% berkualifikasi sangat baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa menggunakan pembelajaran berbasis video tutorial kelas VI pada materi aktivitas ritmik sebagai sumber ajar dapat meningkatkan kualitas dalam proses belajar dan mengajar. Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Hakim et al., (2023), mengenai hasil dari *lay up shoot* dengan menggunakan metode ceramah untuk dapat memasukan bola mendapatkan nilai tertinggi 5 dari 10 bola yang ditotal untuk mendapatkan angka pembagian hasil tertinggi, sedangkan *lay up shoot* dengan menggunakan media audio visual mendapatkan nilai tertinggi yakni 7 dari 10 bola. Sehingga dapat diketahui bahwa menggunakan media pembelajaran audio visual dapat mempengaruhi hasil dari shooting dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan hasil dari Penelitian yang dilakukan sebelumnya ternyata proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan menggunakan media audio visual dapat meningkatkan hasil dari proses belajar tersebut dengan dikombinasikan dengan

penggunaan media belajar yang menyenangkan salah satunya dengan penggunaan media pembelajaran audio visual.

KAJIAN TEORI

Pendidikan

Di dalam Undang-undang RI No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keretampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Pendidikan merupakan proses pembinaan individu sepanjang hayat yang dilakukan di sekolah dan memiliki peran penting dalam memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang terpilih secara sistematis. Tujuan dari pengalaman belajar tersebut adalah untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, serta membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Setiap pendidikan memiliki sasaran pedagogis, dan pendidikan yang lengkap harus mencakup pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan karena gerak fisik merupakan dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri, yang berkembang sejalan dengan perkembangan zaman. Namun, saat ini, terdapat kecenderungan untuk hanya mengaitkan mutu pendidikan dengan kemampuan kognitif, yang mengakibatkan terabaikannya aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni, psikomotor, dan keterampilan (Lengkana & Sofa, 2017).

Dari pernyataan diatas maka dapat disimpulkan bahwa bahwa pendidikan dalam Undang-Undang RI No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional merupakan usaha sadar dan terencana untuk mengembangkan potensi peserta didik agar memiliki kekuatan spiritual, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan untuk dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Pendidikan juga dianggap sebagai proses pembinaan individu sepanjang hayat yang dilakukan di sekolah, yang memiliki peran penting dalam membina pertumbuhan fisik dan psikis yang lebih baik, serta membentuk pola hidup sehat dan bugar. Tujuan dari pendidikan nasional adalah untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dengan mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, demokratis, dan bertanggung jawab.

Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah bagian penting dari program pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan pertumbuhan dan perkembangan anak melalui pengalaman gerak. Ini melibatkan aspek fisik, motorik, kognitif, sosial-emosional, dan spiritual. Proses pendidikan jasmani yang efektif akan mencapai tujuan yang telah ditetapkan, seperti perkembangan fisik, keterampilan gerak, kognitif, sosial, dan emosional. Gerak sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama pada usia dini, sehingga pembelajaran harus berkualitas, menyenangkan, dan sesuai dengan kebutuhan anak (Nugraha, 2015).

Sementara itu bagian integral dari pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan memiliki tujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan motorik,

keterampilan sosial, penalaran, kestabilan emosi, perilaku moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan terhadap suatu hal seperti kebersihan lingkungan melalui aktivitas fisik, beberapa olahraga dan Kesehatan yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan dari Pendidikan nasional. (Sudirman et al., 2020).

Senam Irama

Permainan dan olah raga, kegiatan pengembangan, senam, kegiatan ritmik, kegiatan air, dan pengajaran setelah sekolah semuanya termasuk dalam ruang lingkup pendidikan jasmani (Isnaeni Mahmudah & Agus Darmawan, 2022). Aktivitas ritmik diajarkan di kelas pendidikan jasmani pada sekolah dasar. Aktivitas ritmik biasanya dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian dikenal dengan nama aktivitas ritmik atau senam ritmik. Hal ini menciptakan koordinasi gerakan antar bagian tubuh dengan ritme. (Burhaein, 2017). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ruang lingkup dalam Pendidikan jasmani mencakup berbagai kegiatan dan olahraga, pengembangan keterampilan motorik, senam, aktivitas ritmik, dan akuatik. Salah satu pembelajaran Pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah aktivitas ritmik, dimana aktivitas ritmik ini melibatkan koordinasi gerakan tubuh dengan ritme music ataupun nyanyian dalam membantu siswa untuk mengembangkan keterampilan motorik, kebugaran fisik, dan keterampilan sosial melalui kerjasama dalam kelompok.

Media Pembelajaran Audio Visual

E-learning adalah pembelajaran yang pelaksanaannya didukung oleh jasa teknologi. Istilah dari E-learning adalah kependekan dari *electronic learning*. Dalam proses pembelajaran berbasis *e-learning* ini juga dapat menunjang keberhasilan dalam proses belajar dalam Pendidikan jasmani sala satunya menggunakan media audio visual. Dengan menggunakan media audio visual adalah model pembelajaran yang dapat meningkatkan kualitas belajar peserta didik dengan penggunaan materu dan penyerapan melalui pandangan dan pendengaran sehingga dapat meningkatkan pembelajaran (Hakim et al., 2023).

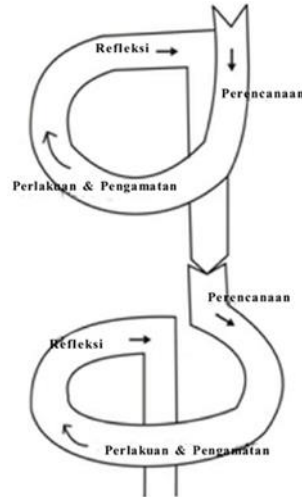
Media audio visual merupakan jenis media pembelajaran ataupun sumber belajar yang didalamnya berisikan pesan atau materi pembelajaran yang dibuat secara menarik dan kreatif dengan menggunakan indra pendengaran serta penglihatan. Dimana dalam media ini dapat menampilkan kesan suara (audio) dan juga gambar (visual) sekaligus dalam satu putaran melalui aplikasi digital. Media audio visual juga bisa disebut sebagai media video karena didalamnya terdapat materi yang disajikan dalam bentuk suara dan gambar (Himawan, 2022).

METODE PENELITIAN

Metode pada penelitian ini menggunakan metode penelitian mix-method dengan rancangan penelitian tindakan kelas. Penelitian tindakan kelas (PTK) adalah suatu kegiatan penelitian yang berkonteks kelas yang dilaksanakan untuk memecahkan suatu permasalahan dalam pembelajaran yang dihadapi oleh pendidik guna untuk memperbaiki mutu dan hasil dari pembelajaran itu tersebut. Penelitian tindakan kelas (PTK) dicirikan sebagai proses eksplorasi yang bersifat terkendali, daur ulang, dan reflektif diri. Hal ini dilakukan oleh pendidik atau calon pendidik bertujuan untuk memperbaiki prosedur, sistem, alur kerja, isi, kompetensi ataupun lingkungan belajar. Selain itu, penelitian tindakan kelas (PTK) juga dikenal dengan *Classroom Action Research* (CAR). Dalam penelitian ini penulis mengadaptasi dari model penelitian

tindakan menurut Kemmis dan Mc.Taggart, yaitu model yang dimulai dari perencanaan, pelaksanaan, observasi dan diakhiri dengan refleksi.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian model Kemmish dan Mc.Taggart yang siklus atau perputarannya ini memiliki tahapan; Perencanaan (*planning*); tindakan (*action*); pengamatan (*observing*); refleksi (*reflecting*) atau dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian Tindakan Kelas dengan Model Kemmis dan Mc.Taggart

Partisipan pada penelitian ini adalah siswa sekolah dasar yang berada di kecamatan Paseh karena pada sekolah tersebut memiliki pembelajaran aktivitas senam. Pada penelitian ini partisipan yang terlibat adalah siswa sekolah dasar kelas IV (empat) di sekolah dasar negeri Bongkok kecamatan Paseh kabupaten Sumedang, dengan jumlah siswa 26 orang dengan kategori laki-laki 15 orang dan perempuan 11 orang. Sedangkan untuk teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis data campuran (*mixed method*) dimana didalamnya mencakup data kuantitatif dan kualitatif. Dimana data kuantitatif berupa hasil observasi mengenai pembelajaran senam Sumedang Simpati sebelum dan sesudah pemberian pembelajaran dengan pemberian media audio visual. Dan data kualitatif didapatkan dari hasil penjabaran dari hasil data kuantitatif. Sedangkan instrumen yang digunakan pada penelitian ini meliputi: tes, observasi, dokumentasi. Instrumen tes hasil penilaian pada siswa yang dilakukan dengan panduan sebagai berikut:

Tabel 1
Format Penilaian Siswa

NO	Nama	Pola Gerak					Kesesuaian Gerakan dengan Irama					Kontinuitas (Rangkaian Gerak)					Jml	Nilai	Tuntas	Belum Tuntas
		1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ	1	2	3	4	Σ				
1																				
2																				
3																				
Jumlah skor maksimal = 12																				

$$\text{Kriteria keberhasilan} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Untuk melihat ketercapaian pembelajaran siswa dalam aktivitas senam Sumedang simpati dengan menggunakan media audio visual ini yaitu 80% dinyatakan tuntas atau nilai melebihi KKM 73.

Tabel 2
Kriteria Keberhasilan Belajar Siswa

No	Presentase	Predikat	Keterangan
1	85 – 100 %	Sangat Baik	Tuntas
2	65 – 84 %	Baik	Tuntas
3	55 – 64 %	Cukup	Tidak Tuntas
4	0 – 54 %	Kurang	Tidak Tuntas

HASIL PENELITIAN

Mengetahui efektifitas pembelajaran aktivitas senam irama Sumedang simpati dengan penggunaan media audio visual terhadap peningkatan hasil pembelajaran siswa kelas IV (empat) di Sdn Bongkok kecamatan Paseh kabupaten Sumedang. Data hasil belajar siswa tersebut disajikan dalam tiga siklus. Sebelum memulai tindakan peneliti mengambil data awal pra-siklus penelitian (pra-siklus) untuk mengetahui sejauh mana hasil belajar siswa dalam melaksanakan pembelajaran senam Sumedang simpati. Berikut merupakan data hasil pra-siklus:

Tabel 3
Hasil Data Awal (Pra-Siklus)

No	Jumlah Siswa	Persentase	Keterangan
1	5	19,2%	Tuntas
2	21	80,8%	Tidak Tuntas
Jumlah	26	100%	

Dari hasil data awal (pra-siklus) di atas, terdapat siswa yang tuntas dalam melaksanakan pembelajaran senam Sumedang simpati yakni hanya 5 siswa (19,2%), sedangkan siswa yang tidak tuntas sebanyak 21 siswa (80,8%). Dari hasil tersebut bisa disimpulkan bahwa sebelum diberikan tindakan pembelajaran menggunakan media audio visual ternyata cukup jauh dari hasil belajar siswa dengan kriteria minimal 80% atau nilai KKM 73.

Berdasarkan hasil tes sebelum diberikan tindakan belum mencapai hasil belajar senam Sumedang simpati, maka sebagai bentuk refleksi yang menjadi pertimbangan dalam melakukan tindakan pada siklus I yakni; siswa belum memahami gerakan senam Sumedang simpati; siswa belum menguasai pola gerak yang ada pada senam Sumedang simpati; siswa masih belum hafal gerakan senam Sumedang simpati; pembelajaran terlihat monoton. Dalam permasalahan tersebut pada siklus I untuk meningkatkan hasil pembelajaran senam Sumedang simpati, peneliti melakukan tindakan dengan menggunakan media pembelajaran audio visual pada siklus I kemudian mendapatkan hasil sebagai berikut

Tabel 4
Hasil Data Siklus I

No	Jumlah Siswa	Persentase	Keterangan
1	9	34,6%	Tuntas
2	17	65,4%	Tidak Tuntas
Jumlah	26	100%	

Dari hasil data pada siklus I diatas dapat dilihat siswa yang tuntas hanya 8 siswa (34,6%) sedangkan siswa yang tidak tuntas sebanyak 17 siswa (65,4%). Berdasarkan hasil tersebut ternyata hasil belajar senam Sumedang simpati dengan menggunakan media pembelajaran audio visual ini masih sangatlah rendah, hal ini disebabkan karena metode pembelajaran dengan menggunakan media audio visual yang telah diterapkan masih bersifat hanya satu arah dari pendidik melalui siswa, serta tidak dijelaskan secara baik oleh pendidik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil pembelajaran pada siklus I ini masih rendah dengan presentase ketuntasan 34,6%.

Tabel 5
Hasil Data Siklus II

No	Jumlah Siswa	Persentase	Keterangan
1	15	57,7%	Tuntas
2	11	42,3%	Tidak Tuntas
Jumlah	26	100%	

Pada siklus II ini keterampilan siswa dalam melakukan senam Sumedang simpati sudah semakin baik. Dapat dilihat pada tabel di atas siswa yang tuntas menjadi 15 siswa (57,7%) sedangkan siswa yang tidak tuntas sebanyak 11 siswa (42,3%). Ternyata di siklus ke II ini adanya peningkatan, walaupun di siklus ke II ini masih menyisakan 11 orang siswa. Hal ini disebabkan karena siswa kurang menguasai pola gerak karena gerakan pada senam Sumedang simpati memiliki hitungan yang cukup cepat dari gerakan satu ke gerakan lain sehingga membuat siswa kesulitan dalam menguasai pola gerak. Untuk mengatasi hal tersebut di siklus berikutnya ditambahkan permainan-permainan yang dapat meningkatkan gerak siswa seperti permainan-permainan tradisional sebagai pemansan. Hal tersebut juga bisa menjadikan siswa lebih siap dan cenderung tidak jenuh dalam proses pembelajaran karena dikemas sedemikian rupa agar lebih menarik.

Tabel 6
Hasil Data Siklus III

No	Jumlah Siswa	Persentase	Keterangan
1	24	92,3%	Tuntas
2	2	7,7%	Tidak Tuntas
Jumlah	26	100%	

Hasil data pada siklus III ini menunjukkan presentase siswa yang tuntas yakni (92,3%) atau sebanyak 24 siswa. Sedangkan siswa yang belum tuntas hanya 2 orang yakni dengan presentase (7,7%). Ternyata pada siklus ke III dengan menerapkan media pembelajaran audio visual yang dikemas sedemikian rupa agar menjadi suatu pembelajaran yang menarik bagi siswa dapat meningkatkan hasil pembelajaran senam Sumedang simpati di SDN Bongkok. Berdasarkan hasil tersebut, dengan menggunakan media audio visual sudah mencapai ketuntasan yakni 92,3% hal tersebut ternyata mampu melebihi pencapaian minimalnya yaitu 80% atau dengan nilai KKM 73.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan mulai dari pra-siklus terlihat pencapaian hasil belajar masih dikatakan sangat rendah dengan presentase (19,2%) selain itu juga pada siklus I ternyata dengan menggunakan media audio visual belum mencapai target ketuntasan bahkan dengan presentase ketuntasan (34,6%) hal tersebut disebabkan karena penggunaan media audio visual yang diterapkan bersifat hanya satu arah dari pendidik melalui siswa, serta tidak dijelaskan secara baik oleh pendidik bagaimana cara melakukan gerakan senam Sumedang simpati. Sehingga pada siklus ini belum mencapai nilai ketuntasan minimal. Dan pada siklus ke II dengan presentase ketuntasan (57,7%) terlihat masih belum mencapai target ketuntasan, hal tersebut disebabkan karena siswa kurang menguasai pola gerak dalam senam Sumedang simpati karena gerakan pada senam Sumedang simpati ini memiliki ketukan ataupun hiungan yang cukup cepat sehingga siswa kurang menguasai pola gerak yang ada. Dapat dilihat dari hasil data pada siklus ke III mengalami peningkatan yang cukup signifikan bahkan mampu melebihi nilai ketuntasan minimal (80%) dengan KKM 73, di siklus ke III presentase ketuntasan menunjukkan (92,3%).

Dari hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Pundrasah, (2021) bahwa dengan menggunakan media pembelajaran audio visual pada pembelajaran senam dapat meningkatkan hasil belajar. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Pranata & Yulianti, (2021), menyatakan bahwa terdapat keefektifan dengan menerapkan media audio visual dalam pendidikan jasmani sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Trisnanda, (2018), didalam penelitiannya menyatakan bahwa senam ritmik rangkaian *freehand* berbasis audio visual untuk anak usia 7 – 11 tahun memperoleh presentase 93,75% jika dilihat dari hasil uji ahli dengan kategori sangat sesuai sementara para ahli di bidang media menyatakan bahwa produk ini memiliki rating 88,89% dengan kategori sangat sesuai.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa kelas IV (empat) sekolah dasar negeri Bongkok yang sudah dijelaskan, dimana terdapat peningkatan dalam pembelajaran senam Sumedang simpati dengan penggunaan media audio visual yang telah diberikan dengan tindakan dimulai dari siklus I sampai dengan siklus III terjadi peningkatan yang cukup signifikan sehingga mampu melampaui target minimal ketuntasan (80%), pada siklus III mampu mencapai nilai ketuntasan dengan presentase (92,3%). Sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini penggunaan media audio visual dalam pembelajaran senam Sumedang simpati dapat meningkatkan hasil pembelajaran pada siswa kelas IV (empat) sekolah dasar negeri Bongkok kecamatan Paseh kabupaten Sumedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfaqih, B., Hoirunnisa, F., Sa'diyah, M. S., Khoerunnisa, N. I., & Pauziah, N. (2023). Kendala-Kendala dalam Pelaksanaan Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(1), 2023.
- Basri, H. (2018). Upaya Meningkatkan Hasil Pembelajaran Senam Ritmik Melalui Senam Kebugaran Jasmani 2012 Dengan Media Audio Visual. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 9(1), 43–52. <https://doi.org/10.33558/motion.v9i1.1532>
- Burhaein, E. (2017). Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan

- Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*, 1(1), 51. <https://doi.org/10.17509/ijpe.v1i1.7497>
- Dyson, B. (2014). Quality physical education: A commentary on effective physical education teaching. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(2), 144–152. <https://doi.org/10.1080/02701367.2014.904155>
- Hakim, R., Basuki, S., & Banjarmasin, S. (2023). *Pemanfaatan audio visual dalam pembelajaran ketrampilan bola basket Utilization of audio visual in learning basketball skills*. 22(4), 107–118.
- Harahap, A. A., Sinulingga, A., Medan, U. N., & Utara, S. (2021). *Jurnal Olahraga & Kesehatan Indonesia*. 1, 84–89.
- Himawan, F. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Shooting Futsal (Studi kasus SMAN 3 Karawang). *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 2483–2491. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3711>
- Isnaeni Mahmudah, & Agus Darmawan. (2022). Faktor Kesulitan Siswa Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan. *Citius : Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*, 2(2), 94–101. <https://doi.org/10.32665/citius.v2i2.1268>
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Nugraha, B. (2015). Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1), 557–564. <https://doi.org/10.21831/jpa.v4i1.12344>
- Pranata, K., & Yulianti, A. (2021). Efektivitas Media Audio Visual Pada Pembelajaran Daring Terhadap Hasil Belajar Penjaskes Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Adiraga*, 7(2), 63–76. <https://doi.org/10.36456/adiraga.v7i2.4570>
- Pundasah, M. (2021). *Penggunaan Media Audio visual untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa pada Materi Aktivitas Ritmik di Kelas XI MIPA-1 SMAN 1 Cibungbulang Meinar*. 2(2), 123–137.
- Septiningtias, R., Yulianto, B., & Nuruddin, M. (2020). *Grade elementary school using the experimental methods in water cycle material*. 1(3), 200–213. <https://doi.org/10.33654/pgsd>
- Sudirman, Hermansyah, & Mansyur. (2020). Jurnal Ilmu Pendidikan. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(2), 318–333.
- Sun, C. T., Ye, S. H., & Wang, Y. J. (2015). Effects of commercial video games on cognitive elaboration of physical concepts. *Computers and Education*, 88, 169–181. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2015.05.002>
- Taufik, M. S., & Gaos, M. G. (2019). Peningkatan Hasil Belajar Dribbling Sepakbola Dengan Penggunaan Media Audio Visual. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 3(1), 43–54. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v3i1.540>
- Trisnanda, I. (2018). *Pengembangan Teknik Gerak Dasar Senam Ritmik Rangkaian Freehand Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-11 Tahun Developing Of Basic Motion Techniques Of Rhythmic Gymnastic By Freehand Series Audiovisual-Based For Children Age 7-11 Years*. 1–8.
- Uslu, B., Okudan, B., Bozdemir, E., & Alphan, M. E. (2022). Anthropometric Profiles of Young Rhythmic Gymnastic Athletes According To Their Parental Nutritional Behavior. *Science of Gymnastics Journal*, 14(3), 335–348. <https://doi.org/10.52165/sgj.14.3.335-348>

- Wahyudi, P. I., Darmayasa, I. P., & Gunarto, P. (2023). Pengembangan Video Pembelajaran Aktivitas Ritmik Untuk Peserta Didik Kelas Vi Sd Negeri 1 Tulamben Tahun Pelajaran 2022/2023. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan*, 11(2), 49–60.
- Wulandari, N., Lyesmaya, D., & Nurasia, I. (2019). Meningkatkan Keterampilan Membaca Nyaring Melalui Model Pembelajaran Cooperative Script Di Sekolah Dasar. *Attadib Journal Of Elementary Education*, 3(2), 129–140.
- Yuwono, C., Rahayu, T., Sulaiman, & Rustiadi, T. (2022). Increasing Students' Gymnastic and Rhythmic Activities through Locomotor, Non-locomotor, and Manipulative Movement Patterns. *International Journal of Education in Mathematics, Science and Technology*, 10(1), 57–73. <https://doi.org/10.46328/ijemst.2164>