

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR AKTIVITAS
SENAM RITMIK MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL PADA
SISWA KELAS VIII B SMP KASIH ANANDA 1 JAKARTA**



**ARIP
1601618003**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**


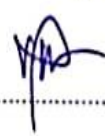
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI

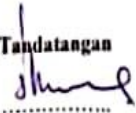




FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JANUARI, 2023

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda tangan	Tanggal
Pembimbing 1 Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd., AIFO-P NIP. 196411261988031002		09 Februari 2023
Pembimbing 2 Dr. Sujarwo, S.Pd., M.Pd. NIP. 197604252003121001		09 Februari 2023

Nama	Jabatan	Tandatangan	Tanggal
1. Prof. Dr. Yusmawati, M.Pd. NIP. 196003201982032002	Penguji 1		09 Februari 2023
2. Dr. Taufik Rihatno NIP. 196410041992031001	Penguji 2.		09 Februari 2023
3. Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd. NIP. 196411261988031002	Pembimbing 1		09 Februari 2023
4. Dr. Sujarwo, S.Pd., M.Pd. NIP. 197604252003121001	Pembimbing 2.		09 Februari 2023
5. Dr. Iwan Setiawan, M.Pd NIP. 197303052009121001	Penasihat Akademik		09 Februari 2023

Tanggal Lulus: 31 Januari 2023



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ARIP
NIM : 1601618003
Fakultas/Prodi : ILMU KEOLAHRAGAAN/ PENDIDIKAN JASMANI
Alamat email : Jhonarip10@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR AKTIVITAS
SENAM RITMIK MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL PADA
SISWA KELAS VIII B SMP KASIH ANANDA 1 JAKARTA**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 03 Maret 2023

Arip

PERNYATAAN ORSINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun diperguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah dituliskan atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 17 Januari 2023



Arip
1601618003

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan segala puji syukur kehadirat Allah SWT, dan atas dukungan serta doa dari orang-orang tercinta, akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya khaturkan rasa syukur dan terimakasih saya kepada:

Allah SWT, karena hanya ata izin dan karunia-Nyalah maka skripsi ini dapat disusun dan dibuat selesai pada waktunya. Rasa syukur yang tak terhingga pada Tuhan penguasa alam yang meridhoi dan mengabulkan segala doa danharapan.



Ibu, Kakak, dan keluarga yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tiada kata selain lantunan doa dan tiada doa yang paling khusuk selain doa yang terucap dari orang tua, ucapan terimakasih saja takkan pernah cukup untuk membalas kebaikanmu.

Terutama Skripsi ini ku persembahkan untuk keluarga ku dimana Arip bisa membuktikan walaupun dari keluarga yang kurang mampu dan ditinggal bapak dari umur 8 tahun arip bisa membuktikan kalo bisa menjadi sarjana satu satunya dalam keluarga besar yang berhasil meraih gelar sarjana. Bapak pasti bangga kalua melihat anaknya bisa menyelesaikan studi nya dengan membiayai hidup nya sendiri.

Kepada Bapak Dr. Fachmy Fachrezzy, M.Pd selaku Pembimbing I, Bapak Dr. Sujarwo, M.Pd selaku Pembimbing II, Bapak Dr. Iwan Setiawan, M.Pd selaku Koordinataor Program Studi Pendidikan Jasmani serta

pembimbing akademik. Saya ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya, yang selama ini telah ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya serta memberikan bimbingan dan pelajaran agar saya menjadi lebih baik dalam penulisan skripsi saya, ilmu yang sangat bermanfaat dan yang selalu tulus membantu dalam penulisan skripsi saya.

Untuk keluarga besar KOP Pencak Silat Universitas Negeri Jakarta, yang telah banyak membantu dan mensupport diawal perkuliahan. Berikutnya keluarga PENGGERAK OLAHRAGA terkhusus kepada dosen pembimbing terbaik bapak Bazuri Fadillah Amin yang selalu ada dan membantu saya dalam keadaan apapun yang bisa menjadi ayah, kakak, teman dalam perjalanan hidup ini. Kawan kawan penggerak olahraga yang membantu dan mendampingi perjalanan hidup selama kuliah saya ucapkan terimakasih tak terhenti. Selanjutnya saya ucapkan terimakasih kepada Special Olympics Indonesia Dki-Jakarta yang telah memberikan pengalaman , ucapan terimakasih kepada Tim Klub Pendidikan Jasmani, yang sudah memberikan pengalaman yang luar biasa mengenai kepenjasan, terimakasih kepada Tim DEALSS yang sudah memberikan pengalaman yang sangat berharga bagi diri saya.

Teruntuk Asrama Mahasiswa Islam Sunan Giri yang menjadi tempat tinggal saya selama di Jakarta selama studi S1 ini serta kepala Asrama bapak Dr. Syamsi Setiadi, M.Pd yang selalu membimbing dan mengingatkan akan segala hal dalam kehidupan serta sahabat sahabat SMA yang mensupport dalam penyelesaian atau dalam proses studi saya di jakarta, terimakasih banyak atas semuanya.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah dengan mengucapkan puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: **"Meningkatkan hasil belajar materi aktivitas senam ritmik melalui media pembelajaran audio visual pada siswa kelas VIII B SMP Kasih Ananda 1 Jakarta"** dalam bentuk buku sederhana. Penyusunan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta.

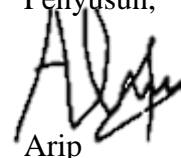
Dalam menyusun skripsi saya banyak menerima bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, izinkan saya menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta
2. Bapak Dr. Fahmy Fachrezzy, M.Pd., AIFO-P dan Bapak Dr. Sujarwo, S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah membimbing saya dalam penyusunan skripsi
3. SMP Kasih Ananda yang telah bersedia menjadi tempat penelitian
4. Orang tua dan teman-teman saya yang selalu mendoakan dan mendukung saya dalam proses penyusunan skripsi

Saya menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan agar saya dapat memperbaiki kesalahan dalam penulisan dimasa yang akan datang. Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 17 Januari 2023

Penyusun,



Arip

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR AKTIVITAS SENAM
RITMIK MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL PADA SISWA KELAS VIII
B SMP KASIH ANANDA 1 JAKARTA**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas 8B SMP Kasih Ananda 1 Jakarta dalam pembelajaran senam ritmik menggunakan media audio visual. Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) dengan metode deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian dilibatkan yaitu murid kelas VIII B SMP Kasih Ananda 1 Jakarta. Prosedur pengambilan data dilakukan dengan teknik observasi untuk kemudian mendapatkan nilai hasil belajar dan dapat dilihat perbedaannya antara siklus 1 dan siklus 2. Hasil dari penelitian didapatkan bahwa nilai rata-rata siklus I adalah 73,5. Sedangkan nilai rata-rata siklus II adalah 85,5. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan nilai rata-rata siswa dari siklus I ke siklus II. Selain itu keterampilan guru dalam membawakan pembelajaran juga mendapatkan nilai dengan kriteria “baik” pada siklus I dan mendapatkan kriteria “sangat baik” pada siklus II. Hal ini berarti peneliti melakukan peninjauan ulang terhadap pembelajaran di siklus I agar bisa lebih baik di siklus II. Dalam hal ini peneliti dapat mengatasi masalah rendahnya nilai siswa dengan pembelajaran menggunakan audio visual pada materi aktivitas ritmik siswa kelas VIII B SMP Kasih Ananda.

Kata Kunci : audio visual, hasil belajar, media pembelajaran, senam ritmik

EFFORTS TO IMPROVE THE LEARNING OUTCOMES OF RHYTHMIC GYMNIC GYMNASTICS ACTIVITIES THROUGH AUDIO VISUAL MEDIA IN GRADE VIII B STUDENTS OF SMP KASIH ANANDA 1 JAKARTA

ABSTRACT

This research aims to improve the learning outcomes of 8B grade students of SMP Kasih Ananda 1 Jakarta in rhythmic gymnastics learning using audio visual media. The type of research carried out in this study is class action research (PTK) with quantitative descriptive methods. The research sample involved was a class VIII B student of SMP Kasih Ananda 1 Jakarta. The data retrieval procedure is carried out with observation techniques to then get the value of learning outcomes and it can be seen the difference between cycle 1 and cycle 2. The results of the study found that the average value of cycle I was 73.5. While the average value of cycle II is 85.5. From these data it can be seen that there is an increase in the average score of students from cycle I to cycle II. In addition, the teacher's skills in bringing learning also get grades with "good" criteria in cycle I and get "excellent" criteria in cycle II. This means that researchers conduct a review of learning in cycle I so that it can be better in cycle II. In this case, researchers can overcome the problem of low student grades by learning using audio visual in rhythmic activity materials for grade VIII B students of SMP Kasih Ananda.

Keywords : audio visual, learning outcomes, learning media, rhythmic gymnastics.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORSINALITAS	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSEMBAHAN	ii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTARLAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	7
C. Perumusan Masalah	7
D. Kegunaan Hasil Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	9
A. Konsep Penelitian Tindakan	9
B. Konsep Model Tindakan	12
C. Kerangka Teoretik	20
1. Hasil Belajar Aktivitas Ritmik	20
a. Pengertian Belajar	20
b. Hasil Belajar.....	21
c. Fungsi Penilaian Hasil Belajar	22
d. Tujuan Penilaian Hasil Belajar.....	23
e. Hakikat Pembelajaran	24
f. Hakikat Pembelajaran Penjas SMP.....	25
g. Hakikat Pembelajaran Senam Ritmik	27
h. Hakikat Aktivitas Ritmik/Senam Ritmik	31
2. Media Audio Visual	32
3. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama.....	35
BAB METODOLOGI PENELITIAN.....	36
A. Tujuan Penelitian.....	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian	36
C. Prosedur Penelitian Tindakan.....	36
D. Teknik Pengumpulan Data	39

E. Validasi Data	40
F. Instrumen Penelitian	40
G. Teknik Analisis Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Deskripsi Hasil Penelitian	51
B. Pembahasan	63
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	73
A. SIMPULAN.....	73
B. SARAN	73
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN.....	78



DAFTAR GAMBAR

1. Model Ebbut (1985)	13
2. Model Kemmis &Mc Taggart.....	14
3. Model Elliot (1991).....	16
4. Model McKernan (1991).....	17
5. Model Hopkins (1993)	18
6. Model Jaka Roni (1998).....	19
7. Siswa menonton video	54
8. siswa melakukan gerakan yang ada di layar	54
9. peneliti melakukan koreksi terhadap siswa.....	55
10. evaluasi, refleksi, dan penugasan	56
11. hasil keterampilan siswa pada siklus I	57
12. siswa melihat materi pembelajaran	60
13. siswa melakukan gerakan perbagian gerakan yang disajikan	60
14. evaluasi, pertanyaan siswa, kesimpulan dan penyampaian pesan.....	61
15. hasil keterampilan siswa pada siklus II.....	62
16. perolehan nilai siswa pada siklus I.....	64
17. Hasil nilai siswa pada siklus II.....	65
18. Hasil rata-rata keterampilan siswa pada aspek jalan ditempat.....	66
19. Hasil keterampilan siswa pada aspek Jalan ditempat dan tangan memegang bahu dan pinggang	67
20. Hasil rata-rata keterampilan siswa pada aspek One Step dan tangan dorong kedepan	68
21. Hasil rata-rata keterampilan siswa pada aspek Angkat Paha dan tangan mendorong ke atas.....	69
22. Hasil rata-rata keterampilan siswa pada aspek Hill touch dan tangan bisep...	70
23. Hasil observasi kolaborator terhadap guru.....	72

DAFTAR TABEL

1. Nama kolaborator.....	39
2. Lembar pengamatan pembelajaran terhadap guru dalam pembelajaran gerak dasar ritmik.....	41
3. kriteria penilaian.....	45
4. lembar penilaian kemampuan siswa dalam pembelajaran gerak dasar ritmik ..	46
5. kisi-kisi lembar penilaian aktivitas ritmik.....	48



DAFTARLAMPIRAN

1. Hasil penilaian kolaborator 1,2 dan 3	78
2. Lembar pengamatan terhadap guru oleh kolaborator 1,2 dan 3.....	90
3. Surat Balasan Permohonan Izin Mengadakan Penelitian.....	108
4. Surat Izin Penelitian	109
4. Surat Izin Penelitian	109
5. Surat Izin Observasi	110
6. Angket justifikasi ahli lembar pengamatan terhadap guru oleh Bapak Dr. Kurnia Tahki, M.Pd	111
7. Angket Justifikasi Ahli lembar pengamatan terhadap guru oleh Bapak Slamet Sukriadi, M.Pd	116
8 Angket justifikasi ahli lembar pengamatan terhadap guru oleh Bapak Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd.....	122
9. Angket justifikasi ahli kisi-kisi Penilaian keterampilan oleh Rijal Umami, M.Pd (Juri Senam), Arif Mufid,S.Pd (Guru PJOK dan Juri Senam) dan Robby Achmad Sugandi, S.Pd (Guru PJOK dan Aktivis Senam)	128
10. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	137
11. Dokumentasi	140
12. Riwayat Hidup	142