

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Alat Bantu atau Media Pembelajaran

Pembelajaran lebih menggambarkan usaha guru untuk membuat belajar para siswanya. Kegiatan pembelajaran tidak akan berarti jika tidak menghasilkan kegiatan belajar pada para siswanya. Keberhasilan proses pembelajaran sangat tergantung pada apresiasi, kreativitas, kemauan dan kemampuan. Kegiatan belajar hanya bisa berhasil jika si belajar secara aktif mengalami sendiri proses belajar. Seorang guru tidak dapat “mewakili” belajar untuk siswanya. Seorang siswa belum dapat dikatakan telah belajar hanya karena ia sedang berada dalam satu ruangan dengan guru yang sedang mengajar. Kegiatan belajar adalah kegiatan primer, sedangkan kegiatan mengajar adalah kegiatan sekunder yang dimaksudkan untuk terjadinya kegiatan belajar yang optimal.

Peran guru adalah menyediakan, menunjukkan, membimbing dan memotivasi siswa agar mereka dapat berinteraksi dengan berbagai sumber belajar dan alat bantu pembelajaran atau media yang ada. Alat bantu atau media pembelajaran adalah segala sesuatu alat yang digunakan orang dalam kegiatan untuk menyalurkan pesan¹. Selain itu media pembelajaran dapat diartikan sebagai alat bantu guru dalam mengajar serta sarana pembawa pesan dari

¹ Arsito Rahadi, Media Pembelajaran (Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional. 2003), p. 9.

sumber belajar ke penerima pesan belajar (siswa)². Secara umum manfaat media atau alat bantu dalam pembelajaran adalah memperlancar interaksi antara guru dengan siswa sehingga kegiatan pembelajaran akan lebih efektif dan efisien³. Belajar hanya akan efektif jika si belajar diberikan banyak kesempatan untuk melakukan sesuatu, melalui multi-metode dan multi-media. Melalui berbagai metode dan media pembelajaran, siswa akan dapat banyak berinteraksi secara aktif dengan memanfaatkan segala potensi yang dimiliki siswa.

Media pembelajaran sangat banyak sekali jenisnya dan macamnya. Mulai yang paling sederhana sampai yang paling canggih dan mahal harganya. Meskipun media banyak ragamnya, namun kenyataannya tidak banyak jenis media yang biasa digunakan oleh guru di sekolah. Media diidentifikasi terdiri dari 3 unsur pokok, yaitu: suara, visual, dan gerak. Berdasarkan 3 unsur tersebut Brezt mengklasifikasikan media kedalam 8 kelompok, yaitu: (1) Media audio, (2) Media cetak, (3) Media visual diam, (4) Media visual gerak, (5) Media audio semi gerak, (6) Media semi gerak, (7) Media visual diam, (8) Media visual gerak⁴. Media belajar bukan hanya sekedar sebagai alat bantu mengajar, melainkan media itu sendiri juga dapat memerankan fungsi sebagai penyampai pesan belajar.

Media belajar merupakan salah satu penunjang dalam pendidikan yang bertujuan, antara lain: (1) Untuk mengurangi komunikasi yang verbalistik, (2) Memberikan dan memperjelas informasi, (3) Membangkitkan minat dan perhatian,

² Ibid., p. 13

³ Ibid., p. 15

⁴ Ibid., p. 21

(4) Mempermudah pengertian pada sasaran, (5) Meningkatkan motivasi dan menunjang kebutuhan peserta⁵.

Penggunaan media tidak hanya membuat proses pembelajaran lebih efisien, tetapi materi pelajaran dapat diserap lebih mendalam. Siswa mungkin sudah memahami permasalahan melalui penjelasan guru. Pemahaman itu akan lebih baik lagi jika diperkaya dengan kegiatan melihat, menyentuh, merasakan atau mengalami melalui media. Di samping itu, media dapat memperkuat kecintaan dan apresiasi siswa terhadap ilmu pengetahuan dan proses mencari ilmu itu sendiri.

Berdasarkan uraian diatas media atau alat bantu memungkinkan proses pembelajaran lebih interaktif karena adanya interaksi langsung antara siswa dengan lingkungan. Tanpa media guru akan cenderung berbicara satu arah, namun dengan media guru dapat mengatur kelas sehingga siswa ikut pula menjadi aktif. Dengan menggunakan media, waktu lebih efisien. Seringkali seorang guru terpaksa menghabiskan waktu yang cukup panjang untuk menjelaskan suatu konsep atau teori baru karena tidak menggunakan media atau alat bantu, misalnya menerangkan teknik posisi tubuh pada *han stand*, pasti memerlukan banyak waktu jika guru hanya menggunakan metode ceramah tanpa alat bantu lain. Pada hal ini jika guru mampu memanfaatkan media pembelajaran dengan baik, maka waktu yang digunakan bisa lebih efektif dalam proses pembelajaran *hand stand*.

⁵ Retnaningsih Burham, Peningkatan Pembelajaran dalam system Pendidikan Nasional Indonesia (Jakarta: UNJ Press, 2008), p. 66.

B. Pemanfaatan Alat Bantu Media Dalam Proses Pembelajaran

Proses Pembelajaran pada hakikatnya adalah proses komunikasi. Pengalaman menunjukkan bahwa dalam komunikasi ini sering terjadi penyimpangan–penyimpangan sehingga komunikasi tersebut tidak efektif dan efisien. Penyebab penyimpangan dalam komunikasi pembelajaran antara lain adanya kecenderungan verbalisme dalam proses pembelajaran, ketidaksiapan siswa, kurangnya minat, kegairahan siswa dan lain–lain. Salah satu upaya untuk mengatasi hal–hal tersebut di atas ialah penggunaan media atau alat bantu dalam proses pembelajaran. Ini disebabkan karena fungsi media dalam proses pembelajaran adalah sebagai penyaji stimulus (informasi, dan lain–lain) dan untuk meningkatkan keserasian dalam penerimaan informasi. Dalam hal–hal tertentu media mempunyai nilai–nilai praktis yang sangat bermanfaat baik bagi siswa maupun guru. Seorang guru harus memahami khususnya hal – hal yang berhubungan dengan pemanfaatan berbagai media dan sumber belajar, seperti :

(1) Guru perlu memahami berbagai jenis media dan sumber belajar beserta fungsi masing – masing media tersebut, (2) Guru perlu mempunyai keterampilan dalam merancang suatu media, (3) Guru dituntut untuk mampu mengorganisasikan berbagai jenis media serta dapan memanfaatkan berbagai sumber belajar, (4) Sebagai fasilitator guru dituntut agar mempunyai kemampuan dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan siswa⁶.

Banyak guru beranggapan bahwa untuk menyediakan sumber belajar menuntut adanya biaya yang tinggi dan sulit untuk mendapatkannya, yang ujung-ujungnya akan membebani orang tua siswa untuk mengeluarkan dana

⁶ Wina Sanjaya, Strategi Pembelajaran (Jakarta: Prenada Media Group, 2007), p. 22.

pendidikan yang lebih besar lagi. Padahal dengan berbekal kreativitas, guru dapat membuat dan menyediakan sumber belajar yang sederhana dan murah. Media yang dipersiapkan dengan baik, didesain dan digambarkan dengan warna–warni yang serasi dapat menarik perhatian untuk berkonsentrasi pada materi yang sedang disajikan, sehingga membangkitkan keinginan dan minat baru untuk belajar siswa. Dengan media guru juga dapat mengatur kelas sehingga waktu belajar dapat dimanfaatkan dengan efisien. Manfaat yang lain adalah media dapat dirancang sedemikian rupa sehingga proses pembelajaran dapat terjadi kapan saja dan dimana saja tanpa tergantung kepada keberadaan seorang guru.

Menurut Kempt dan Dayton yang dikutip oleh Azhar Arsyad mereka mengemukakan dampak positif dari penggunaan media sebagai bagian integral di kelas atau sebagai cara utama pembelajaran langsung sebagai berikut :

- (1) Penyampaian pelajaran lebih baku, (2) Pembelajaran bisa lebih menarik, (3) Pembelajaran menjadi lebih interaktif, (4) Lama waktu pembelajaran yang diperlukan dapat dipersingkat, (5) Kualitas hasil belajar dapat ditingkatkan, (6) Pembelajaran dapat diberikan kapan dan dimana diinginkan atau diperlukan terutama jika media pembelajaran dirancang untuk penggunaan secara individu, (7) Sikap positif siswa terhadap apa yang mereka pelajari dan terhadap proses belajar dapat ditingkatkan, (8) Peran guru dapat berubah ke arah yang lebih positif⁷.

Berkaitan dengan penyeragaman materi, guru mungkin mempunyai penafsiran yang beranekaragam tentang sesuatu hal. Melalui media, penafsiran yang beragam ini dapat direduksi dan disampaikan kepada siswa secara seragam. Setiap siswa yang melihat atau mendengar uraian melalui media yang

⁷ Azhar Arsyad, Media Pembelajaran (Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2008), p. 22-23.

sama akan menerima informasi persis sama dengan yang diterima oleh teman-temannya. Proses pembelajaran menjadi lebih menarik karena media dapat menyampaikan informasi yang dapat didengar (audio) dan dapat dilihat (visual) sehingga dapat mendeskripsikan suatu masalah, suatu konsep, suatu proses atau suatu prosedur yang bersifat abstrak dan tidak lengkap menjadi lengkap dan jelas. Keingintahuan dapat bangkit melalui media. Untuk menghidupkan suasana kelas, media merangsang siswa bereaksi terhadap penjelasan guru, membuat siswa ikut tertawa atau ikut sedih. Media memungkinkan siswa menyentuh objek kajian pelajaran, membantu siswa mengkonkritkan sesuatu yang abstrak dan membantu guru menghindarkan suasana monoton. Media memungkinkan proses pembelajaran lebih interaktif karena adanya interaksi langsung antara siswa dengan lingkungan serta memudahkan dalam proses penilaian hasil belajar.

Menurut Glaser penilaian hasil belajar dibagi menjadi 2 macam, yakni (1) Norm-referenced adalah penilaian yang didasarkan atas penilaian murid dibandingkan dengan hasil seluruh kelas dan, (2) Criterion-referenced adalah menilai hasil belajar anak berdasarkan standar dan kriteria tertentu, yakni yang ditentukan oleh tujuan pelajaran⁸.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tanpa media guru akan cenderung berbicara satu arah, namun dengan media guru dapat mengatur kelas sehingga siswa ikut pula menjadi aktif. Dengan menggunakan

⁸ S. Nasution, Berbagai Pendekatan Dalam Proses Belajar Dan Mengajar (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2005), p. 193.

media, waktu lebih efisien. Seringkali seorang guru terpaksa menghabiskan waktu yang cukup panjang untuk menjelaskan suatu konsep atau teori baru karena tidak menggunakan media, misalnya menerangkan teknik tangan renang gaya bebas pasti memerlukan banyak waktu jika guru hanya menggunakan metode ceramah tanpa alat bantu lain.

Apabila seorang guru mampu memanfaatkan media dengan baik, waktu yang dihabiskan pasti tidak sebanyak itu. Penggunaan media tidak hanya membuat proses pembelajaran lebih efisien, tetapi materi pelajaran dapat diserap lebih mendalam. Siswa mungkin sudah memahami permasalahan melalui penjelasan guru. Pemahaman itu akan lebih baik lagi jika diperkaya dengan kegiatan melihat, menyentuh, merasakan atau mengalami melalui media. Di samping itu, media dapat memperkuat kecintaan dan apresiasi siswa terhadap ilmu pengetahuan dan proses mencari ilmu itu sendiri.

C. Pendekatan Belajar Mengajar Bantuan Dinding

Pendekatan belajar bantuan dinding merupakan suatu upaya yang dilakukan oleh seorang guru untuk memberikan proses pembelajaran kepada siswa sehingga dapat melakukan proses pembelajaran secara efektif. Dinding yang dimaksudkan merupakan media yang dijadikan alat penyangga keseimbangan dan untuk memudahkan proses belajar siswa dan memberikan rasa aman kepada siswa dalam proses pembelajaran.

Menurut Gane, media atau alat bantu adalah berbagai jenis komponen lingkungan siswa yang dapat merangsang siswa untuk belajar,⁹ hal ini kemudian di pertegas oleh Briggs yang menjelaskan bahwa, media adalah segala fisik yang dapat menyajikan pesan serta merangsang siswa untuk belajar¹⁰

Penggunaan media dinding berlapis matras tipis sebagai alat proses belajar mengajar handstand memiliki fungsi untuk membimbing konsep gerak yang di peragakan dan di jelaskan oleh guru kepada siswa, sehingga dengan adanya alat bantuan tersebut maka siswa tidak akan kesulitan untuk melakukan rangkaian gerakan yang dilihat, di rasakan atau yang di dengarnya yang di sampaikan oleh guru tersebut.

Begitu pula dengan pendekatan mengajar menggunakan bantuan dinding berlapis matras tipis, adalah suatu usaha yang di laksanakan oleh guru dalam memberikan kemudahan dan rasa aman kepada siswa dalam belajar hand stand.

Dinding yang di gunakan dalam proses belajar mengajar handstand tersebut tidak memiliki ciri – ciri khusus, yaitu dinding yang kokoh namun di lapisi matras tipis sehingga dapat meredam benturan. media belajar ini memiliki fungsi dalam membimbing konsep gerak dan memberikan rasa aman dan nyaman kepada siswa dalam belajar handstand.

⁹ Gane, dalam Arief S. Sadiman Media Pendidikan (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 1985), h. 6.

¹⁰ Ibid., p. 7

Berdasarkan uraian di tersebut maka jelas, pendekatan belajar mengajar menggunakan alat bantu dinding berlapis matras tipis merupakan salah satu usaha guru dalam memberikan proses belajar kepada siswa dengan memanfaatkan dinding sebagai media belajar siswa, dengan tujuan untuk mencapai hasil belajar yang optimal. Penggunaan pendekatan belajar mengajar bantuan tembok ini, pada dasarnya suatu usaha guru pendidikan jasmani untuk memanfaatkan lingkungan sekolah berupa dinding yang di lapisi matras tipis sebagai alat belajar dalam proses pembelajaran *handstand* dengan harapan agar tujuan pembelajaran dapat di capai dengan baik. Tujuan pembelajaran yang di maksud di atas adalah suatu pembelajaran yang telah di susun secara sistematis dengan mempertimbangkan kemampuan siswa, sarana prasarana, tujuan dan materi.

D. Hasil Belajar

Belajar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dan berperan penting dalam pembentukan pribadi dan perilaku individu. Seseorang dapat dikatakan belajar apabila dalam dirinya terjadi perubahan tertentu, dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak terampil menjadi terampil¹¹. Setiap kegiatan belajar menghasilkan suatu perubahan yang khas, yaitu hasil belajar. Hasil belajar adalah kemampuan yang diperoleh anak setelah melalui kegiatan belajar¹². Menurut Robert M. Gagne yang dikutip oleh J.J. Hasibuan dan Moedjiono dalam

¹¹ Soekidjo Notoatmodjo, Dasar – Dasar Pendidikan dan Pelatihan (Jakarta: Badan Penerbit Kesehatan Masyarakat, 1989), p. 62.

¹² Asep Jihad, Evaluasi Pembelajaran (Yogyakarta: Multi Pressindo, 2008), p.2008

buku proses belajar mengajar, bahwa ia mengklasifikasikan lima macam kemampuan manusia yang merupakan hasil belajar yaitu :

- a. Keterampilan intelektual (yang merupakan hasil belajar terpenting dari sistem lingkungan skolastik).
- b. Strategi kognitif, mengatur "cara belajar" dan berpikir seseorang di dalam arti seluas – luasnya, termasuk kemampuan memecahkan masalah.
- c. Informasi verbal, pengetahuan dalam arti informasi dan fakta. Kemampuan ini umumnya dikenal dan tidak jarang.
- d. Keterampilan motorik yang diperoleh di sekolah, antara lain keterampilan menulis, mengetik, menggunakan jangka, dan sebagainya.
- e. Sikap dan nilai, berhubungan dengan arah serta intensitas emosional yang dimiliki seseorang, sebagaimana yang dapat disimpulkan dari kecenderungannya bertindak laku terhadap orang, barang, atau kejadian¹³.

Hasil belajar mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran. Karena hasil belajar dapat memberikan informasi kepada guru tentang kemajuan siswa dalam upaya mencapai tujuan-tujuan belajarnya melalui kegiatan belajar. Selanjutnya dari informasi tersebut guru dapat menyusun dan membina kegiatan-kegiatan siswa lebih lanjut, baik untuk keseluruhan kelas maupun individu. Keberhasilan pengajaran pendidikam jasmani yang paling utama dapat ditinjau dari seberapa besar aktivitas gerak siswa dengan jumlah

¹³ J.J. Hasibuan dan Moedjiono, Proses Belajar Mengajar (Bandung: Remaja Karya CV, 1986), p. 5.

waktu aktif belajar yang minim, tetapi siswa dapat bergerak secara maksimal dengan tetap pada tujuan rencana pembelajaran yang sudah dibuat.

Proses belajar yang terjadi pada anak didik, hasil belajar yang diperoleh akan berbeda-beda hasilnya. Dikarenakan perbedaan kemampuan setiap individu. Berdasarkan teori taksonomi Bloom, hasil belajar dalam rangka studi diklasifikasikan menjadi 3 kemampuan (domain) antara lain : kognitif, afektif, psikomotor¹⁴. Ranah kognitif sangatlah menunjang dalam keberhasilan belajar siswa, karena ranah kognitif mencakup aspek-aspek intelektual dimana siswa harus dituntut untuk mengingat dan menganalisa tentang apa yang terkandung dalam materi yang dipelajari. Ranah afektif mencakup watak perilaku seperti perasaan, minat, sikap, emosi, atau nilai. Peserta didik yang memiliki minat belajar dan sikap positif terhadap pelajaran akan merasa senang mempelajari mata pelajaran tertentu, sehingga dapat mencapai hasil pembelajaran yang optimal. Walaupun para pendidik sadar akan hal ini, namun belum banyak tindakan yang dilakukan pendidik secara sistematis untuk meningkatkan minat peserta didik.

Oleh karena itu untuk mencapai hasil belajar yang optimal, dalam merancang program pembelajaran dan kegiatan pembelajaran bagi peserta didik, pendidik harus memperhatikan karakteristik afektif peserta didik.. Sedangkan pada tahap psikomotor menekankan agar siswa disamping mengerti, memahami, tetapi juga harus mampu menguasai dan dapat melakukan kecakapan keterampilan dari bahan yang dipelajarinya. Dalam

¹⁴ Burhanudin Salam, Pengantar Pedagogik (Jakarta; PT. Rineka Cipta, 2002), p. 108.

pendidikan jasmani hasil belajar yang bersifat psikomotor merupakan bagian yang paling penting. Meskipun demikian tujuan yang bersifat kognitif dan afektif juga ikut berperan serta.

E. Senam Lantai

Senam merupakan aktifitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak. Gerakan – gerakan senam sangat sesuai untuk mendapatkan penekanan di dalam program pendidikan jasmani, terutama karena tuntutan fisik yang dipersyaratkannya, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh tubuh. Di samping itu, senam juga besar sumbangannya pada perkembangan gerak dasar fundamental yang penting bagi aktifitas fisik cabang olahraga lain, terutama dalam hal bagaimana mengontrol sikap dan gerak secara efektif dan efisien.

Masuknya olahrag senam di tetapkannya pendidikan jasmani sebagai pelajaran wajib di sekolah, sehingga dengan sendirinya senam menjadi bagian dari pendidikan jasmani yang harus di ajarkan di sekolah baik tingkat dasar, menengah maupun atas.

Imam hidayat (1995) mencoba mendevinisikan senam sebagai suatu latihan tubuh yang di pilih di konstruk dengan sengaja, di lakukan secara sadar dan terencana, di susun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan

kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai – nilai mental spiritual¹⁵.

Sedangkan Peter H. Werner (1994) mengatakan: senam dapat di artikan sebagai bentuk latihan atau alat yang di rancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, kordinasi, serta kontrol tubuh¹⁶.

Mengingat begitu luasnya cakupan arti senam serta berbagai karakteristik gerakannya, Imam Hidayat (1996) memberikan pedoman untuk menjelaskan pengertian senam:

Maksudnya adalah, jika suatu kegiatan fisik mengandung salah satu atau gabungan dari ketiga unsur di atas, kegiatan itu bisa di kelompokkan sebagai senam. Apakah arti dari ketiga unsur di atas?

1. Kalasthenik

Calesthenik berasal dari kata Yunani (Geka), yaitu Kalos yang artinya indah dan sternos yang artinya kekuatan. *Calesthenik* bisa di artikan sebagai kegiatan memperindah tubuh melalui latihan kekuatan. Maksudnya adalah latihan tubuh (baik memakai alat maupun tanpa alat) untuk meningkatkan keindahan tubuh.

Kata *Calesthenik* bisa di artikan sebagai kegiatan atau fisik untuk memelihara atau menjaga kesegaran jasmani (senam pagi, senam kesegaran

¹⁵ Drs. Agus Mahendra, Ma, Pembelajaran Senam (Direktorat Jendral Olahraga, Dekdiknas, 2001), p.

12

¹⁶ Ibid., p. 13.

jasmani), meningkatkan kelentukan dan keluesan, serta memelihara tehnik dasar dan keterampilan (misalnya untuk petinju atau pemain bola).

2. Tumbling

Sebenarnya kata *tumbling* dan kata *akrobatik* sering di pertukarkan, sering di anggap tidak ada perbedaan di antara ke duanya. Padahal, *tumbling* dan *akrobatik* memiliki ketangkasan yang berbeda. *Tumbling* adalah gerakan yang cepat dan eksplosif dan merupakan gerak yang pada umumnya di rangkai pada satu garis lurus. Adapun cirinya sebagai berikut : adanya unsur melompat, melayang bebas di udara dan di lakukan dengan cepat.

Contohnya : kip, *hand spring* atau salto.

3. Akrobatik

Di artikan sebagai keterampilan yang pada umumnya menonjolkan fleksibilitas gerak dan balancing (keseimbangan) dengan gerakan yang agak lambat.

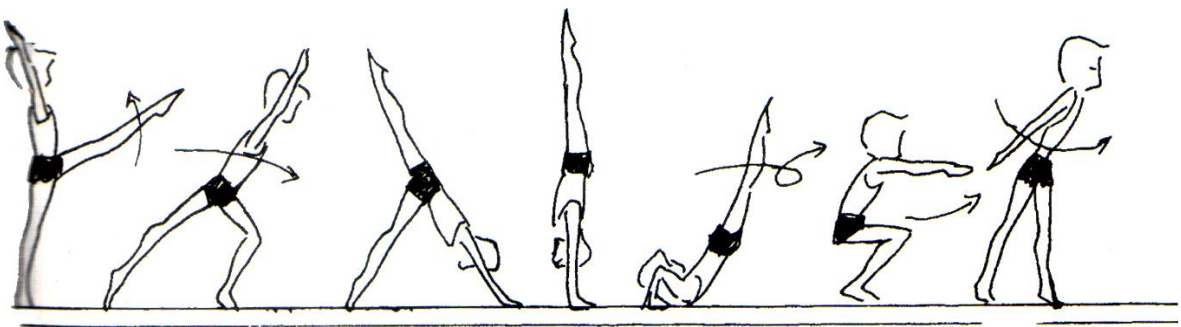
Contohnya : *chestroll*, *walkrofer*, *backover*, dsb.

Jika di lihat dari klasifikasi unsur gerakan di dalam senam, *hand stand* adalah termasuk dalam unsur *akrobatik*. Karena gerakan *hand stand* memerlukan fleksibilitas dan keseimbangan untuk melakukannya, dan di lakukan agak lambat agar dapat mengatur posisi keseimbangan yang baik.

Penjabaran Rangkaian Gerak *Handstand*

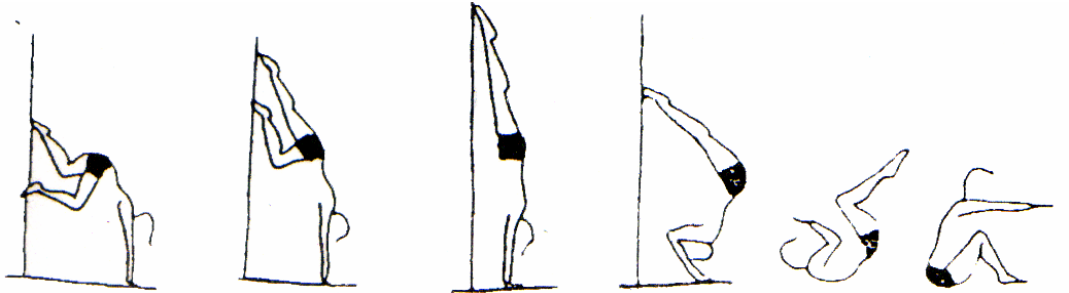
1. **Persiapan:** Berdiri tegap, pandangan lurus ke depan, lengan di angkat lurus keatas dengan telapak tangan terbuka, salah satu kaki berada di depan dan siap untuk melangkah
2. **Pada saat melakukan;** Telapak tangan dan jari – jari renggang dan di letakkan di atas matras dengan posisi lengan lurus di kencangkan, mata melihat kerah matras, pinggang lurus ke atas dan di kencangkan, posisi tungkai kaki lurus ke atas dan telapak kaki point.
3. **Akhiran;** Kedua lengan dan leher di tekuk, posisi pinggang di condongkan ke belakang, kedua tungkai kaki di tekuk pada bagian lutut, telapak kaki siap mendarat dan tubuh kembali berdiri tegap.

Rangkaian

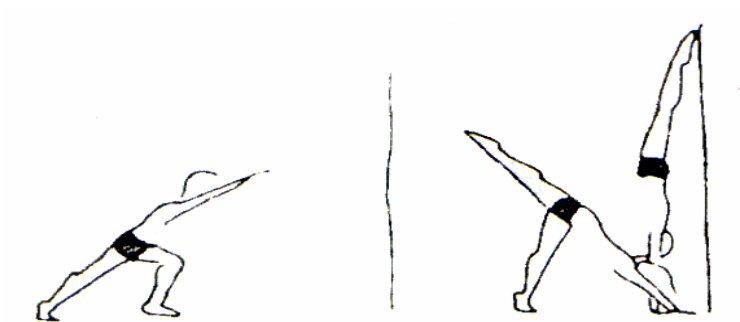


F. Cara berlatih *Handstand*

1. Menggunakan dinding dengan cara membelakangi dinding



2. Menggunakan dinding dengan cara membelakangi dinding



G. Kerangka Berfikir

Pemanfaatan alat bantu pembelajaran dalam penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan hasil belajar siswa yang diterapkan dalam siklus I dan II, pengaruh penggunaan media pembelajaran pada setiap siklus diharapkan siswa memahami konsep dasar pembelajaran *handstand* dalam pembelajaran senam lantai, penggunaan alat bantu tidak hanya membuat proses pembelajaran lebih efisien, tetapi materi pelajaran dapat diserap lebih mendalam.

Siswa mungkin sudah memahami permasalahan melalui penjelasan guru. Pemahaman itu akan lebih baik lagi jika diperkaya dengan kegiatan melihat, menyentuh, merasakan atau mengalami melalui media. Di samping itu, media atau alat bantu dapat memperkuat kecintaan dan apresiasi siswa terhadap ilmu pengetahuan dan proses mencari ilmu itu sendiri. Seorang guru pendidikan jasmani harus mampu menyampaikan materi kepada siswa dengan baik, salah satu caranya adalah penggunaan alat bantu pembelajaran yang tepat dan sesuai dengan materi pembelajaran. Dengan pemanfaatan modifikasi alat bantu pembelajaran ini diharapkan mampu meningkatkan hasil belajar siswa.

Handstand adalah gerakan yang membutuhkan tingkat keseimbangan, kekuatan otot lengan, kordinasi tubuh dan fleksibilitas yang tinggi dalam melakukan gerakan.

Pembelajaran *handstand* menggunakan alat bantu media dinding yang dilapisi dengan matras tipis sangat berpengaruh terhadap pola gerak,

pembentukan kondisi fisik dan menumbuhkan keberanian pada siswa dalam melakukan gerakan *handstand*. Pada akhirnya perbedaan ini dapat berpengaruh pada peningkatan hasil belajar *hand stand* pada siswa. Media yang digunakan dalam pembelajaran *handstand* dalam upaya untuk meningkatkan hasil belajar *hand stand* siswa adalah menggunakan dinding berlapis matras tipis.

Penggunaan dinding dapat membiasakan siswa untuk melakukan *handstand* dengan kuat dan melatih keseimbangan siswa menjadi lebih baik, akan tetapi bagi pemula penggunaan dinding saja terasa lebih menakutkan sehingga secara psikologis dapat membebani siswa.. Pada tahap awal akan banyak terjadi kegagalan dan tidak ada yang berani melakukannya.

H. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian dan kajian teori maka dapat diajukan hipotesis tindakan sebagai berikut :

Dengan pemanfaatan alat bantu media pembelajaran berupa dinding berlapis matras tipis dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan *handstand* pada siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat.