

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi kondisi awal

Pada observasi dapat digambarkan bahwa keadaan siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat memiliki keanekaragaman seperti yang dimiliki oleh siswa-siswi lain pada umumnya, mulai dari perbedaan latar belakang ekonomi, kemampuan berpikir, kondisi psikologi, keterampilan gerak, sikap, maupun bakat dan minat yang sungguh berbeda-beda. Dalam melakukan gerak dasar *handstand*, setiap anak memiliki kemampuan yang berbeda-beda, dimana hal tersebut dipengaruhi oleh kemampuan motorik yang terdapat dimasing-masing individu dan pengetahuannya mengenai kemampuan dasar *handstand*. Hal ini terlihat dengan masih ada siswa-siswi yang belum sempurna dalam melakukan *handstand*. Ada juga sebagian siswa yang lengannya tidak kuat dan merasakan berat untuk mengangkat tubuhnya saat melakukan *handstand*. Hal ini dikarenakan siswa belum memahami tentang gerak dasar *handstand*.

Dengan melakukan pengamatan awal dapat terlihat bahwa sebagian besar siswa SMA Kemurnian II Jakarta Barat belum menguasai teknik dasar *handstand* dan bahkan keadaan gerak kordinasi siswa cenderung tidak sempurna dalam melakukan gerakan *handstand*.

Kondisi yang dijelaskan di atas menjadi landasan bagi peneliti dalam memutuskan pemanfaatan alat bantu media pembelajaran berupa dinding berlapis matras tipis untuk meningkatkan hasil belajar siswa Sekolah Menengah Atas dalam melakukan pembelajaran *handstand*.

#### **A. Deskripsi dan Pembahasan Siklus I**

Pada siklus I kegiatan pembelajaran dilakukan sesuai dengan perencanaan :

- a. Pemanasan (peregangan statis dan dinamis yang dipimpin oleh guru kemudian dilanjutkan dengan roll depan (10 menit).
- b. Guru memberikan penjelasan berupa materi mengenai seluruh hal yg berkaitan dengan proses pembelajaran *handstand* dengan baik dan benar. Kemudian guru memberikan penjelasan berupa media pembelajaran dan alat bantu yang digunakan dalam proses pembelajaran (5 menit).
- c. Siswa diatur barisannya kemudian diberikan alat bantu media yaitu dinding berlapis matras tipis untuk melakukan gerakan *handstand* secara individu.

Proses pembelajaran *handstand* memfokuskan pada tahap kontak dengan matras tebal dengan menggunakan dinding berlapis matras tipis (10 menit).

- d. Guru mengawasi siswa dan mengatur kondisi kelas jika siswa sudah mulai tidak teratur (5 menit).
- e. Proses pembelajaran dihentikan sejenak dan guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *handstand* pada tahap kontak dengan matras tebal (5 menit).
- f. Proses pembelajaran kemudian dilanjutkan pada kontak dengan menggunakan dinding berlapis matras tipis dan tahap akhiran gerakan dengan melakukan tolakan pada dinding berlapis matras tipis dan melakukan gerakan guling kedepan diatas matras tebal (10 menit).
- g. Proses pembelajaran dihentikan sejenak dan guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *handstand* pada tahap kontak dengan matras tebal dengan menggunakan alat bantu berupa dinding berlapis matras tipis dan tahap akhiran gerakan dengan melakukan tolakan pada dinding berlapis matras tipis dan melakukan gerakan guling ke depan di atas matras tebal (5 menit).
- h. Kemudian proses pembelajaran dilanjutkan dengan mengoordinasikan semua gerakan mulai dari tahap kontak dengan matras tebal dengan menggunakan alat bantu berupa dinding berlapis matras tipis sampai tahap akhir (15 menit).
- i. Proses pembelajaran dihentikan sejenak dan guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *handstand* pada tahap tahap perkenaan dengan matras tebal, dan tahap akhiran dengan

menggunakan media pembelajaran berupa dinding berlapis matras tipis (5 menit).

- j. Guru menyimpulkan makna dari pemanfaatan alat bantu media pembelajaran yang digunakan serta materi pembelajaran yang telah dilaksanakan (5 menit).
- k. Guru melakukan evaluasi pembelajaran secara keseluruhan (5 menit).

Hasil evaluasi yang diperoleh siswa pada siklus I disajikan dalam bentuk table dan grafik histogram sebagai berikut :

**Tabel 1. Distribusi Hasil Belajar *Hand Stand* Siklus I**

| <b>No</b> | <b>Skor</b> | <b>F</b> | <b>%</b> | <b>S x F</b> |
|-----------|-------------|----------|----------|--------------|
| 1         | 18          | 2        | 0,36     | 36           |
| 2         | 19          | 2        | 0,38     | 38           |
| 3         | 20          | 5        | 1,00     | 100          |
| 4         | 21          | 2        | 0,42     | 42           |
| 5         | 22          | 2        | 0,44     | 44           |
| 6         | 23          | 2        | 0,46     | 46           |
| 7         | 24          | 8        | 1,92     | 192          |
| 8         | 26          | 4        | 1,04     | 104          |
| 9         | 28          | 1        | 0,28     | 28           |
| 10        | 29          | 1        | 0,29     | 29           |

|               |            |           |             |            |
|---------------|------------|-----------|-------------|------------|
| 11            | 30         | 1         | 0,30        | 30         |
| 12            | 32         | 2         | 0,64        | 64         |
| <b>Jumlah</b> | <b>292</b> | <b>32</b> | <b>7,53</b> | <b>753</b> |

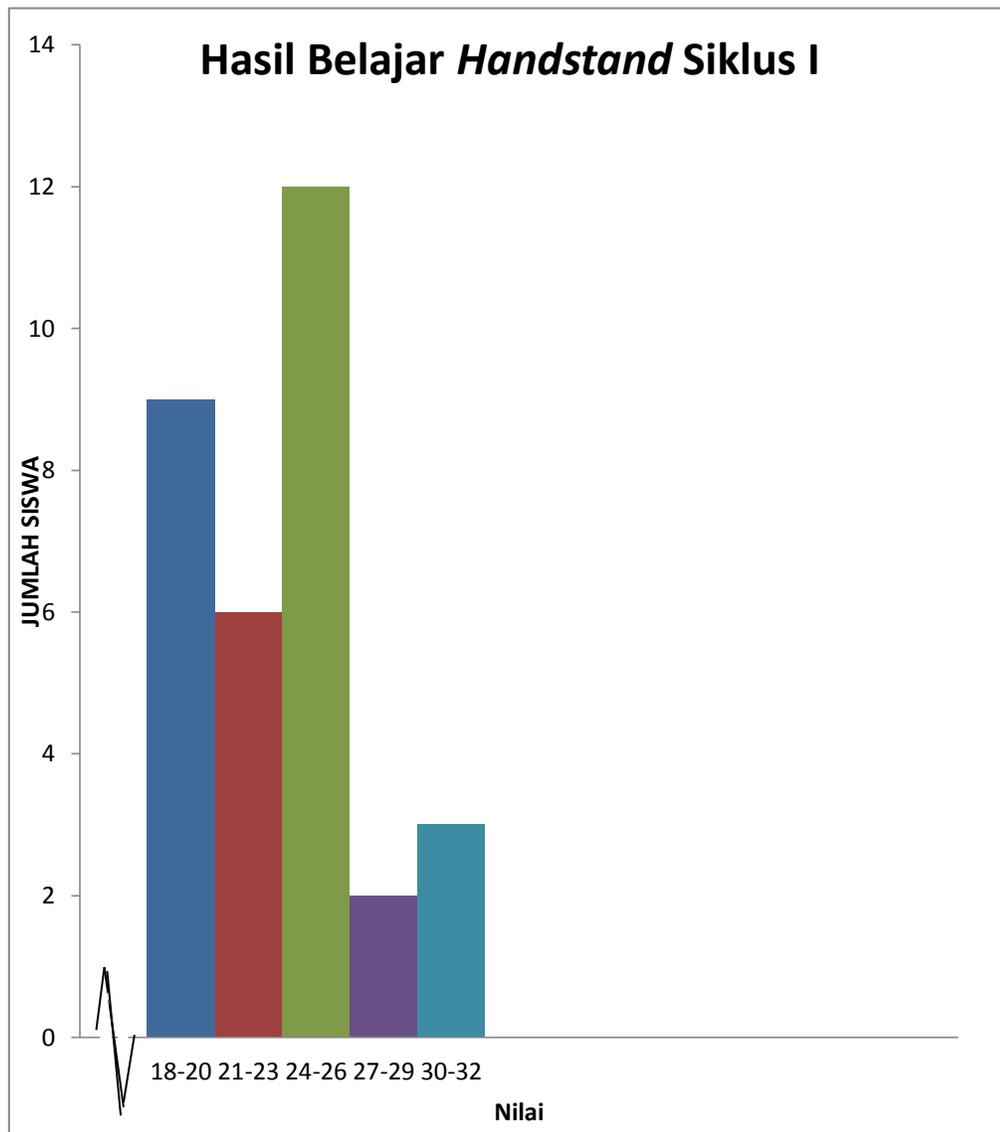
Keterangan :

$S \times F = \text{Skor} \times \text{Frekuensi}$

Skor rata-rata kelasnya :  $S \times F / f$

$$= 753 / 32$$

$$= 23,53$$



Gambar 5. Grafik Histogram Hasil Belajar *Handstand* Siklus 1.

## **B. Deskripsi dan Pembahasan Siklus II**

Pada siklus II kegiatan pembelajaran dilakukan sesuai dengan perencanaan :

- a. Pemanasan (peregangan statis dan dinamis yang dipimpin oleh guru kemudian dilanjutkan dengan permainan grobak sodor (10 menit).
- b. Guru memberikan penjelasan berupa materi mengenai seluruh hal yg berkaitan dengan proses pembelajaran *handstand* dengan baik dan benar. Kemudian guru memberikan penjelasan berupa media pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran (5 menit).
- c. Siswa diatur barisannya kemudian diberikan alat yaitu dinding yang dilapisi dengan matras tipis untuk melakukan gerakan *handstand* secara individu.

Proses pembelajaran *handstand* memfokuskan pada tahap awalan dengan menggunakan dinding berlapis matras tipis (10 menit).

- d. Guru mengawasi siswa dan mengatur kondisi kelas jika siswa sudah mulai tidak teratur (5 menit).
- e. Proses pembelajaran dihentikan sejenak dan guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *handstand* pada tahap awalan (5 menit).
- f. Proses pembelajaran kemudian dilanjutkan pada tahap awalan dan tahap kontak dengan matras tebal dengan menggunakan dinding berlapis matras tipis (10 menit).
- g. Proses pembelajaran dihentikan sejenak dan guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *handstand* pada tahap awalan dan tahap kontak dengan matras tebal dengan menggunakan alat bantu berupa dinding berlapis matras tipis (5 menit).
- h. Kemudian proses pembelajaran dilanjutkan dengan mengkoordinasikan semua gerakan mulai dari tahap awal sampai tahap kontak dengan matras tebal (15 menit).
- i. Proses pembelajaran dihentikan sejenak dan guru memberikan contoh gerakan yang benar dalam melakukan gerakan *handstand* pada tahap awalan dan tahap perkenaan dengan matras, dengan menggunakan alat bantu media pembelajaran dinding yang dilapisi dengan matras tipis (5 menit).

- j. Guru menyimpulkan makna dari pemanfaatan alat bantu media pembelajaran yang digunakan serta materi pembelajaran yang telah dilaksanakan (5 menit).
- k. Guru melakukan evaluasi pembelajaran secara keseluruhan (5 menit).

Hasil observasi dari kolaborator tentang semua kegiatan pembelajaran *handstand* dengan menggunakan alat bantu media pembelajaran adalah sebagai berikut :

Hasil evaluasi yang diperoleh siswa pada siklus II disajikan dalam bentuk tabel dan grafik histogram sebagai berikut :

**Tabel 2. Distribusi Hasil Belajar *Handstand* Siklus II**

| No | Skor | F  | %    | S x F |
|----|------|----|------|-------|
| 1  | 20   | 2  | 0,40 | 40    |
| 2  | 21   | 0  | 0,00 | 0     |
| 3  | 22   | 1  | 0,22 | 22    |
| 4  | 24   | 2  | 0,48 | 48    |
| 5  | 25   | 2  | 0,50 | 50    |
| 6  | 28   | 2  | 0,56 | 56    |
| 7  | 30   | 1  | 0,30 | 30    |
| 8  | 31   | 2  | 0,62 | 62    |
| 9  | 33   | 4  | 1,32 | 132   |
| 10 | 34   | 10 | 3,40 | 340   |
| 11 | 35   | 6  | 2,10 | 210   |

|               |     |    |      |     |
|---------------|-----|----|------|-----|
| <b>Jumlah</b> | 282 | 32 | 9,90 | 990 |
|---------------|-----|----|------|-----|

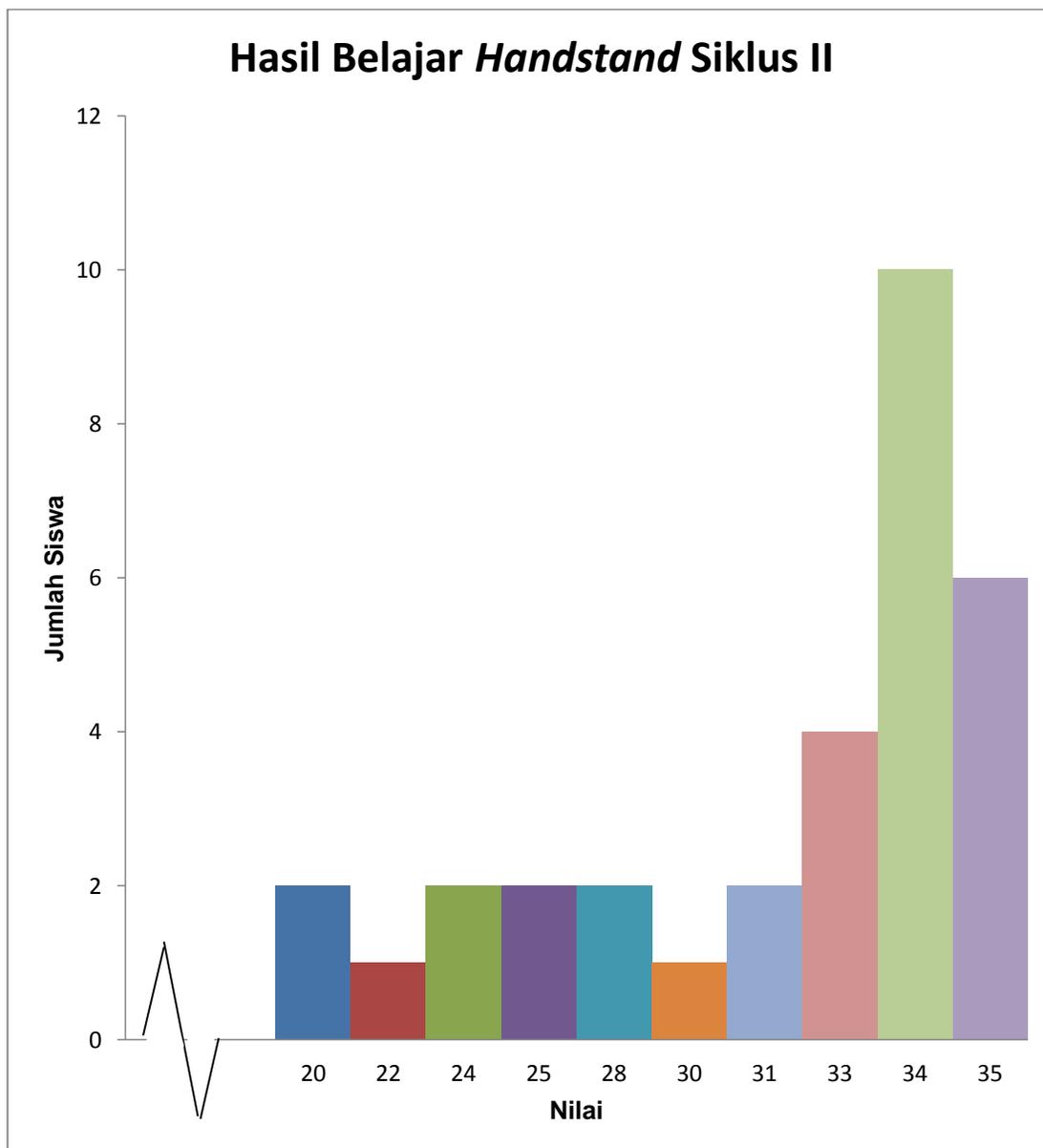
Keterangan :

$S \times F = \text{Skor} \times \text{Frekuensi}$

Skor rata-rata kelasnya :  $S \times F / f$

$$= 990 / 32$$

$$= 30,94$$



Gambar 6. Grafik Histogram Hasil Belajar *Handstand* Siklus II

## **D. Pembahasan Hasil Penelitian**

### **1. Siklus I**

Pada penelitian ini, tahapan dan struktur kegiatan yang disusun mulai dari refleksi awal yaitu menetapkan kondisi awal yang harus diidentifikasi dan dikelompokkan, seperti kemampuan menguasai materi pembelajaran *handstand* dengan memperhatikan alat bantu media pembelajaran, sikap, dan perilaku dalam pembelajaran *handstand* pada siswa sejak awal. Kemudian disusun perencanaan program berupa tindakan, observasi, dan refleksi yang sudah diterapkan kepada siswa hingga menghasilkan penyusunan pembelajaran yang diharapkan dan dapat memperoleh perkembangan hasil belajar pembelajaran *handstand* yang diharapkan. Pada proses akhir, tindakan dan refleksi yang digunakan untuk mengetahui letak kesalahan penerapan program perencanaan dan kekurangannya yang muncul di analisis untuk mengetahui hubungan penerapan strategi, penerapan materi, penerapan metode, dan pemanfaatan media dalam pembelajaran. Selanjutnya apabila berbagai kesalahan dan penerapan program teridentifikasi dan diketahui dalam penerapan pembelajaran *handstand*, maka hasil identifikasi tersebut digunakan sebagai bahan untuk menyusun tahap perencanaan berikutnya.

Program analisis tahapan dalam siklus penelitian terletak pada proses penyusunan konsep dasar penelitian tindakan yang dilakukan. Dengan demikian, setiap tahapan siklus yang digunakan menjadi acuan

untuk menuntun tahapan siklus berikutnya secara terstruktur. Oleh sebab itu, dalam bentuk pengambilan program, tindakan, observasi, dan refleksi dapat digunakan sebagai bekal dalam penyusunan perencanaan pada siklus berikutnya, maka segala kesalahan yang dianggap tidak sesuai dapat dihilangkan sehingga menghasilkan kesimpulan tindakan yang paling mendukung dan membantu penyusunan program pada siklus kecil berikutnya. Secara komprehensif tahapan penelitian ini dilakukan berdasarkan pada tahapan siklus. Kemampuan awal yang bertujuan untuk mengetahui secara awal tingkat penguasaan teknik dasar, kerapuhan teknik yang dapat dicapai siswa terutama untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat penguasaan siswa dalam melakukan pembelajaran *handstand* yang diajarkan dengan alat bantu media pembelajaran *handstand* menggunakan dinding yang dilapisi matras tipis. Hal ini merupakan syarat mutlak yang harus diketahui oleh peneliti dan kolaborator dalam menentukan kesepakatan tentang penetapan kemampuan dasar siswa sebelum siswa melakukan tes tanpa alat bantu penyangga keseimbangan.

Pada kesempatan ini, tindakan yang dilakukan adalah mengidentifikasi bentuk, jenis, dan proses pembelajaran *handstand* secara tepat. Hal ini dituntut kepada siswa agar yang bersangkutan dapat melakukan pembelajaran *handstand* secara baik serta dapat diarahkan untuk menghayati gerakan sebagai dampak yang ingin dicapai untuk

memperbaiki atau meningkatkan kemampuann siswa dalam pembelajaran *handstand* yang berhubungan dengan pemanfaatan alat bantu media pembelajaran.

**a. Perencanaan Tindakan**

I. Tujuan guru memberikan pembelajaran, yaitu :

- 1) Siswa menguasai pembelajaran *handstand* secara benar.
- 2) Siswa dapat saling bekerja sama dalam memperbaiki teknik *handstand*
- 3) Siswa dapat memahami tahapan gerakan *handstand* dengan benar
- 4) Siswa dapat lebih kreatif dalam berpikir dengan adanya pemanfaatan alat bantu media pembelajaran.

II. Selanjutnya membentuk tim kolaborator, yaitu Bapak Ryan Adhityas Pratama, S.Pd sebagai guru pendidikan jasmani, serta Bapak Micky Aulia, S.Pd sebagai guru pendidikan jasmani SMA Kanisius Jakarta.

III. Menjelaskan tugas kolaborator, mengamati materi pembelajaran *handstand* dengan menggunakan format yang sudah disiapkan oleh peneliti.

IV. Data dari kolaborator disimpulkan.

V. Menyiapkan peralatan pembelajaran.

## **b. Pelaksanaan Tindakan**

Pada siklus I ( membelakangi dinding ), jumlah pertemuan sebanyak 2 kali pertemuan uraian kegiatan pada siklus I adalah sebagai berikut :

- Pertemuan ke I (Selasa, 1 Oktober 2013)
  - a. Penjelasan berupa materi mengenai seluruh hal yg berkaitan dengan proses pembelajaran *handstand* dengan baik dan benar.
  - b. Melakukan gerakan *handstand* secara individu dan diberikan alat bantu yaitu dinding berlapis matras tipis
  - c. Penjelasan berupa materi mengenai tahap kontak dengan menggunakan alat bantu yang berupa dinding berlapis matras tipis dan akhiran dengan melakukan guling depan pada matras tebal.
  - d. Proses pembelajaran *handstand* pada pertemuan ini memfokuskan pada tahap kontak dan tahap akhiran dengan menggunakan dinding berlapis matras tipis.
  
- Pertemuan II (Selasa, 8 Oktober 2013)
  - a. Penjelasan berupa materi mengenai tahap kontak dengan matras tebal dengan menggunakan dinding berlapis matras tipis dan gerakan akhiran.
  - b. Melakukan proses pembelajaran *handstand* secara individual dengan menggunakan alat bantu media dinding berlapis matras tipis.

- c. Mengoordinasikan semua gerakan mulai dari tahap awal sampai tahap akhir tanpa menggunakan dinding berlapis matras tipis ( tes siklus I )

### c. Hasil Observasi

Pengamatan yang dilakukan kolaborator selama berlangsungnya pembelajaran memberikan hasil sebagai berikut :

1. Masih banyak siswa yang belum bisa mengangkat tubuhnya dalam melakukan gerakan *handstand*.
2. Siswa masih banyak siswa yang belum begitu paham akan konsep pembelajaran tentang *handstand*, contohnya siswa masih melakukan *handstand* dengan tidak meluruskan lengan, pandangan masih menghadap ke belakang, pinggang masih belum di kunci, tungkai kaki belum rapat dan tidak lurus.
3. Siswa kurang kurang percaya diri dalam melakukan *handstand* terutama siswa putri.
4. Guru memberikan motivasi kepada siswa sesuai rencana pembelajaran, hasilnya adalah siswa aktif 25, siswa sedang 8, dan siswa pasif 6 dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.
5. Berdasarkan hasil belajar siswa pada siklus I nilai rata-rata kelas siswa pada pembelajaran *handstand* adalah 23,53 Siswa yang belum mampu melakukan pembelajaran *hand stand* 23 siswa

(71,8%). Sedangkan siswa yang sudah mampu melakukan pembelajaran *handstand* berjumlah 9 siswa (28,1%).

#### **d. Analisis dan Refleksi**

Dari hasil diskusi dengan kolaborator, maka penelitian ini dilanjutkan pada siklus kedua dengan memperhatikan beberapa hal seperti: (1) lebih memfokuskan dan mempertajam suasana belajar di kelas agar lebih kondusif, (2) Konsep pembelajaran *handstand* lebih dikembangkan pada kemampuan individu melalui media pembelajaran menggunakan dinding berlapis matras tipis, (3) Pengembangan strategi pembelajaran *handstand*.

## **2. Siklus Kedua**

### **a. Perencanaan Tindakan**

Tujuan yang diharapkan pada siklus kedua dengan melihat dari siklus pertama, yaitu :

- 1) Siswa menguasai pembelajaran *handstand* dengan benar.
- 2) Siswa menguasai pembelajaran *handstand* dengan gerakan kordinasi antara pandangan, lengan, badan dan tungkai kaki secara berkesinambungan.
- 3) Siswa dapat melakukan gerakan *handstand* dengan kemantapan konsep gerak yang benar.

- 4) Siswa dapat memahami konsep dasar pembelajaran *handstand*.
- 5) Siswa dapat menilai kemampuan dirinya dalam pembelajaran *handstand*.
- 6) Suasana belajar lebih menyenangkan baik bagi siswa maupun guru.

#### **b. Pelaksanaan Tindakan**

Pada siklus II ( menghadap dinding ), jumlah pertemuan sebanyak 2 kali pertemuan uraian kegiatan pada siklus I adalah sebagai berikut :

- Pertemuan ke III (Selasa, 22 Oktober 2013)
  - a. Penjelasan berupa materi mengenai seluruh hal yg berkaitan dengan proses pembelajaran *handstand* dengan baik dan benar.
  - b. Melakukan gerakan *handstand* secara individu dengan diberikan alat bantu yaitu dinding yang dilapisi matras tipis.
  - c. Proses pembelajaran *handstand* pada pertemuan ini memfokuskan pada tahap awalan dan tahap kontak pada matras tebal dengan menggunakan dinding yang dilapisi matras tipis.
- Pertemuan VI (Selasa, 29 Oktober 2013)
  - a. Penjelasan berupa materi mengenai tahap awal, tahap kontak, dengan matras tebal dan menggunakan dinding yang dilapisi matras tipis.

- b. Melakukan proses pembelajaran handstand secara individual menggunakan alat bantu media dinding yang dilapisi matras tipis.
- c. Mengoordinasikan semua gerakan mulai dari tahap awal sampai tahap akhir tanpa menggunakan dinding atau alat bantu media ( tes siklus II )

### **c. Hasil Observasi**

Hasil observasi yang diperoleh selama berlangsungnya siklus II adalah sebagai berikut :

1. Siswa mulai menyadari konsep dasar dan makna gerakan dari pembelajaran *handstand* melalui pemanfaatan alat bantu media pembelajaran dengan benar.
2. Siswa dapat melakukan tahapan *handstand* dengan benar.
3. Motivasi dan percaya diri siswa meningkat saat mengikuti pelajaran *hand stand*.

### **d. Analisis dan Refleksi**

Tujuan pembelajaran tahap ini adalah siswa mulai merasakan alat bantu media pembelajaran yang diterapkan sebagai upaya kesadaran dalam belajar gerak. Siswa mulai dapat memahami konsep pembelajaran *hand stand*. Ada hal menarik bagi penulis yaitu beberapa siswa yang sudah menguasai selain memimpin pengajaran juga sering membantu temannya

yang belum menguasai tanpa diminta. Peneliti dan kolaborator berhasil menemukan cara terbaik untuk kegiatan belajar mengajar dalam pembelajaran *hand stand*.

### **3. Pengamatan Kolaborator**

Pada Siklus I siswa yang belum mampu melakukan pembelajaran *hand stand* 23 siswa (71,8%) sedangkan siswa yang sudah mampu melakukan pembelajaran *hand stand* 9 siswa (28,1%). Pada siklus II terjadi peningkatan, siswa yang mampu melakukan pembelajaran *hand stand* 25 siswa (78,1%) sedangkan siswa yang belum mampu melakukan pembelajaran *hand stand* 7 siswa (21,8%). Sebanyak 16 siswa atau (50%) dari jumlah keseluruhan menunjukkan terjadinya kemajuan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran *hand stand* dengan menggunakan alat bantu media pembelajaran, peneliti dan kolaborator telah menemukan jawaban yang menjadi bahan penelitian yaitu modifikasi alat bantu media pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar *hand stand*.

Menurut peneliti dan kolaborator, peneliti berhenti sampai disini dan tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya, karena permasalahannya sudah terjawab yaitu melalui penelitian alat bantu media pembelajaran terhadap proses belajar mengajar.

Setelah selesai pengajaran selama siklus I dan siklus II, kolaborator mengutarakan hasil pengamatannya selama proses pembelajaran berlangsung pada peneliti, berupa angka-angka kuantitatif yang mungkin

dibandingkan antara siklus I dengan siklus II. Untuk lebih jelasnya mengenai pencapaian hasil belajar proses pembelajaran *handstand* antara siklus I dan siklus II dapat dilihat dalam perbandingan grafik sebagai berikut :

### PERBANDINGAN HASIL BELAJAR SIKLUS 1 DAN 2



Grafik Histogram Hasil Belajar *Hand Stand* Siklus I (rata-rata)



Grafik Histogram Hasil Belajar *Hand Stand* Siklus II (rata-rata)

Gambar 7. Perbandingan Grafik Histogram Hasil Belajar *Handstand* Pada Siklus I dan II