



JOKER

(JURNAL ILMU KEOLAHRAGAAN)

Volume 5 No. 2 Agustus 2024

e-ISSN: 2723-584X

PENINGKATAN HASIL BELAJAR SENAM LANTAI GULING DEPAN MELALUI MEDIA BIDANG MIRING PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI KASEPUHAN 05 KECAMATAN BATANG KABUPATEN BATANG

Bejo Spto Utomo¹, Risdiani², Idah Tresnowati³

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Pekalongan, Indonesia

Email: saptoutomo767@gmail.com

²Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Pekalongan, Indonesia

Email: risdiani08@gmail.com

³Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Pekalongan, Indonesia

Email: idah.Tresnowati@umpp.ac.id

ABSTRACT

This classroom action research aims to improve student learning outcomes in PJOK learning, especially learning front roll floor gymnastics through inclined field media. The type of research used by the researcher is classroom action research, at SDN Kasepuhan 05. The research was conducted in two cycles. The data collection technique used in this study is a test. The data collection instrument used is a test. The results of the study show that the application of inclined field media in the learning of front roll floor gymnastics in grade IV students of SDN Kasepuhan 05, for the 2023/2024 academic year. Showing an increase in learning outcomes, judging from the pretest scores of the complete category of 5 students or 23.8% and those who did not complete cycle 1 obtained the results of completeness of 13 students or 61.9%, which did not complete 8 students or 38.1%, and cycle 2 obtained the of completeness of 19 students or who did not complete 2 students or 9.5%. This result shows that it is in accordance with what has been targeted, namely a minimum completeness of 80%. Thus, this result proves that there is a significant.

Keywords: learning outcomes; inclined field; front roll.

ABSTRAK

Penelitian Tindakan kelas ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada pembelajaran PJOK, khususnya pembelajaran senam lantai guling depan melalui media bidang miring. Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah penelitian Tindakan kelas, di SDN Kasepuhan 05. Dengan Subjek penelitian terdiri dari 21 siswa kelas IV. Penelitian dilakukan dengan dua siklus. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tes. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah tes. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan media bidang miring pada pembelajaran senam lantai guling depan pada siswa kelas IV SDN Kasepuhan 05 tahun Pelajaran 2023/2024. Menunjukkan peningkatan hasil belajar, dilihat dari nilai pretest kategori tuntas 5 siswa atau 23.8% dan yang tidak tuntas 16 siswa atau 76.2% pada siklus 1 didapatkan hasil ketuntasan 13 siswa atau 61.9%, yang tidak tuntas 8 siswa atau 38.1%, dan siklus 2 didapatkan hasil ketuntasan 19

siswa atau 90.5% sedangkan yang belum tuntas 2 siswa atau 9.5%. Hasil ini menunjukkan sesuai dengan apa yang sudah ditargetkan yaitu ketuntasan minimal 80%. Dengan demikian hasil ini membuktikan adanya peningkatan hasil belajar secara signifikan.

Kata Kunci: hasil belajar; bidang miring; guling depan.

PENDAHULUAN

latar Pendidikan jasmani dan kesehatan saling berkaitan, pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah komponen menyeluruh dari sistem pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik, olahraga, sedangkan kesehatan untuk mendorong perilaku moral, stabilitas emosi, pemikiran kritis, stabilitas emosi, keterampilan sosial, dan kesehatan (Nggaa, 2022). Keberhasilan proses pembelajaran sangat dipengaruhi oleh peran guru pendidikan jasmani. Beberapa faktor akan mempengaruhi seberapa baik pengajaran pendidikan jasmani berlangsung. Adapun faktor penentu diantaranya: kurikulum, guru, media belajar, siswa, metode, tujuan, penilaian dan lingkungan yang menyokong dalam belajar-mengajar. Media ialah alat bantu, yang dipakai guna menyelesaikan tugas dan mempermudah pekerjaan seseorang (Fatkhurohman, 2022). Dalam bidang pendidikan, media digunakan untuk memfasilitasi pembelajaran, yang akan membantu murid-murid agar lebih memahami apa yang diajarkan oleh guru mereka. Mayoritas guru olahraga masih belum menggunakan media yang dimodifikasi, yang membuat mereka harus menjelaskan konsep dan memberikan contoh berulang-ulang selama proses pembelajaran dan membuat proses pembelajaran menjadi kurang menarik bagi anak-anak (Fatkhurohman, 2022).

Pada pembelajaran PJOK satu diantaranya yakni uji diri. Sementara satu dari sekian materi pada senam ialah senam lantai dengan materi yakni guling depan. Senam adalah aktivitas fisik dan satu cabang olahraga, di mana para atlet melakukan manuver yang membutuhkan kekuatan, fleksibilitas, kecepatan, koordinasi, dan pengaturan fisik. Adapun guru dan orang tua ingin anak-anak mereka mencapai nilai yang memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Akan tetapi kenyataannya hasil belajar untuk materi guling depan masih di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) karena kebanyakan dari siswa menganggap materi tersebut sulit untuk dipelajari. Karena faktanya bahwa guling depan melibatkan gerakan yang rumit dan tingkat kompetensi yang tinggi

(Riyanto, 2022). Diyakini bahwa masalah-masalah ini adalah alasan di balik hasil pembelajaran yang kurang memuaskan, terutama yang berkaitan dengan materi senam lantai guling depan. Hasil belajar siswa masih belum optimal, khususnya di kelas IV SD Negeri Kasepuhan 05, Kecamatan Batang, Kabupaten Batang. Hal ini disebabkan karena variasi pembelajaran, khususnya media yang digunakan untuk menyampaikan materi, belum cukup sering dilaksanakan, sehingga hasil belajar masih di bawah standar ketuntasan belajar minimal yang telah ditetapkan, yaitu 70. Alasan inilah yang menyebabkan sebagian siswa masih menganggap senam lantai kurang menarik. Data yang didapat perihal hasil belajar senam lantai guling depan, SD Negeri Kasepuhan 05 tahun pelajaran 2023/ 2024 dari 21 siswa yang tuntas belajar yakni 5 atau 24%. Bisa diartikan masih 16 atau 76% belum tuntas. Penelitian ini bertujuan yakni yang pertama untuk mengetahui penggunaan media bidang miring pada pembelajaran senam lantai guling depan, yang kedua untuk mengetahui penggunaan bidang miring dalam meningkatkan hasil belajar senam lantai guling depan siswa kelas IV SDN Kasepuhan 05. Berdasarkan uraian tersebut dapat diidentifikasi beberapa masalah yang akan diselesaikan yang berhubungan dengan belajar mengajar senam lantai guling depan yang pertama belum terdapat guru Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan yang mempunyai kreativitas dalam pembelajaran materi guling depan supaya menarik, alhasil hasil belajar perihal materi guling depan bisa memenuhi kriteria ketuntasan minimal. Yang kedua belum tersedianya media bidang miring pada pembelajaran senam lantai guling depan yang sangat dibutuhkan bagi siswa kelas IV SDN Kasepuhan 05, yang ketiga belum diketahuinya media bidang miring digunakan pada peningkatan ketrampilan guling depan siswa kelas IV SDN Kasepuhanj. Untuk mendukung penulisan ini penulis mengutip literasi terkait penelitian yang serupa diantaranya Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Fauzi Antoni dengan judul "Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran

Bidang Miring Terhadap Hasil Belajar Guling Belakang Dan Tingkat Kecemasan kelas X di SMAN 7 Surabaya. 2) (Antoni, 2019).

METODE PENELITIAN

Subjek dalam penelitian ini yaitu siswa kelas IV SDN Kasepuhan 05 berjumlah 21 siswa pada tahun 2023/2024. Penelitian dilaksanakan di SDN Kasepuhan 05 Kecamatan Batang, Kabupaten Batang. penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan kelas. Pengertian penelitian tindakan kelas adalah untuk mengidentifikasi permasalahan di kelas sekaligus memberi pemecahan masalahnya. Menurut Hopkins Penelitian Tindakan Kelas adalah penelitian yang mengkombinasikan prosedur penelitian dengan tindakan substantif, suatu tindakan yang dilakukan dalam disiplin inkuiri atau suatu usaha seseorang untuk memahami apa yang terjadi, sambil terlibat dalam sebuah proses perbaikan dan perubahan (Azizah, 2021). Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini disusun dengan pelaksanaan 2 siklus. Sebelum kegiatan pada siklus 1 dilakukan Pre-test untuk menguji hasil belajar siswa pada pembelajaran senam lantai guling depan, kemudian diadakan tindakan pada siklus 1 dan dilaksanakan *post-test* setelah diadakan tindakan. Kegiatan ini akan di refleksi pada tindakan siklus selanjutnya untuk mendapatkan hasil belajar yang sudah ditentukan. Berlandaskan desain

penelitian tersebut sehingga rancangan penelitian tindakan kelas ini memakai prosedur sebagaimana berikut: Perencanaan, pelaksanaan, observasi, Data dan sumber data pada penelitian ini siswa kelas IV SDN Kasepuhan 05 Kecamatan Batang Kabupaten Batang.

Teknik dan instrumen pengumpulan data menggunakan tes dan observasi, data melalui ghasil belajar senam lantai guling depan dikumpulkan melalui tes sedangkan observasi merupakan Teknik yang dipakai untuk mengumpulkan data tentang aktifitas guru dan siswa selama kegiatan belajar mengajar yang berkaitan dengan senam lantai guling depan melalui media bidang miring. Teknik analisis ialah metode yang dipakai pada pengolahan data yang berkaitan dengan rumusan masalah yang sudah diajukan alhasil mempermudah guna menarik kesimpulan. Menentukan persentase ketuntasan, peneliti menggunakan rumus dari modul ajar kelas IV dibantu dengan aplikasi SPSS, Peneliti menggunakan Uji-T sampel berpasangan guna mengetahui apakah terdapat perbedaan nilai dari satu sampel sebelum ataupun sesudah dilakukan Tindakan (Suparyanto dan Rosyad, 2020). Peneliti ini menggunakan bantuan aplikasi SPSS untuk perhitungan Uji-T. Hasil hipotesis diterima apabila taraf signifikansi < 0,05.

HASIL PENELITIAN

Terdapat 2 siklus dalam penelitian tindakan kelas ini, masing-masing melibatkan satu pertemuan. Peneliti menggunakan alat bantu SPSS untuk menghitung dan menganalisis hasil penelitian. Adapun penelitian ini memperoleh data dari uji kompetensi atau praktek. Berikut deskripsi nilai *pretest* PJOK pada Tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Nilai PJOK Pada *Pretest*

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	41	2	9.5	9.5
	50	5	23.8	33.3
	58	4	19.0	52.4
	66	5	23.8	76.2
	83	3	14.3	90.5
	91	2	9.5	100.0
Total	21	100.0	100.0	

Tabel 1. menunjukkan bahwa pada nilai pre test terdapat nilai tertinggi pada mapel PJOK sebesar 91, sedangkan nilai terendah 41.

Tabel 2. Kategori Nilai PJOK

Predikat	Rentang Nilai
A	90-100
B	70-85
C	60-69
D	<59

Sedangkan kategori pada nilai pre test berdasar tabel 2 bisa diamati dalam tabel 3.

Tabel 3. Data Frekuensi Nilai PJOK *Pretest*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	D	11	52.4	52.4	52.4
	C	5	23.8	23.8	76.2
	B	3	14.3	14.3	90.5
	A	2	9.5	9.5	100.0
	Total	21	100.0	100.0	

Tabel 3. Memperlihatkan pada nilai PJOK pada *pre test* sejumlah 11 siswa atau 52.2% pada kategori D. Sejumlah 5 siswa atau 23.8% pada kategori C. Sejumlah 3 siswa ataupun 14.3% pada kategori B dan 2 siswa atau 9.5% pada kategori A.

Tabel 4. Data Frekuensi Siswa Yang Tuntas atau Tidak pada Nilai PJOK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Tuntas	16	76.2	76.2	76.2
	Tuntas	5	23.8	23.8	100.0
	Total	21	100.0	100.0	

Tabel 4. Memperlihatkan terdapat 5 siswa atau 23.8% yang tuntas, sedangkan yang tidak tuntas sejumlah 16 siswa atau 76.2%.

Tabel 5. Analisis Hasil Nilai PJOK

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Nilai PJOK	21	41	91	63.10	15.372
Valid N (listwise)	21				

Tabel 5 terlihat bahwa rata-rata nilai PJOK pada pretest sebesar 63.10 dengan standar deviasi 15.372, sebesar 41 nilai terendah serta yang tertinggi senilai 91. Hasil diatas menunjukkan bahwa pada hasil nilai senam lantai guling depan mata Pelajaran PJOK siswa SDN kasepuhan 05 Kecamatan Batang dikatakan belum memenuhi kriteria keberhasilan yang telah ditentukan oleh peneliti. Pada penelitian ini peneliti akan menerapkan pembelajaran menggunakan media bidang miring dengan materi senam lantai guling depan, dengan melalui 2 siklus yaitu materi senam lantai guling depan, tentunya guna hasil belajar siswa pada kelas IV pada mata Pelajaran PJOK meningkat. Penelitian pada siklus I peneliti bekerja sama dengan pihak SDN Kasepuhan 05 Kecamatan Batang yang difokuskan pada mata Pelajaran PJOK. deskripsi nilai PJOK Siklus 1 pada Tabel 6.

Tabel 6. Deskripsi Nilai PJOK Siklus 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	58	1	4.8	4.8	4.8
	62	2	9.5	9.5	14.3
	66	5	23.8	23.8	38.1
	75	6	28.6	28.6	66.7
	83	2	9.5	9.5	76.2
	91	5	23.8	23.8	100.0
	Total	21	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 6. bahwa deskripsi nilai PJOK yang mendapat nilai 58 sebanyak 1 siswa atau 4.8%, nilai 62 sebanyak 2 atau 9.5%, nilai 66 sebanyak 5 atau 23.8%, sebanyak 6 siswa mendapat nilai 75 atau 28.6%,

siswa
nilai 83 atau
nilai 91
siswa atau

Tabel 7. Data Frekuensi Nilai PJOK Siklus 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	D	1	4.8	4.8	4.8
	C	7	33.3	33.3	38.1
	B	8	38.1	38.1	76.2
	A	5	23.8	23.8	100.0
	Total	21	100.0	100.0	

sebabnya 2
mendapat
9.5% dan
sebabnya 5
23.8%.

Tabel 7. Memerlihatkan yang termasuk kedalam nilai kategori A sebanyak 5 siswa atau 23.8%, nilai kategori B sebanyak 8 siswa atau 38.1%, sebanyak 7 siswa nilai kategori C atau 33.3%, dan nilai kategori D sebanyak 1 siswa atau 4.8%.

Tabel 8. Data Frekuensi Siswa Tuntas Nilai PJOk Siklus 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak tuntas	8	38.1	38.1	38.1
	Tuntas	13	61.9	61.9	100.0
	Total	21	100.0	100.0	

Tabel 8. Menunjukkan siswa yang tidak tuntas sebanyak 8 atau 38.1% dan siswa yang tuntas sejumlah 13 siswa atau 61.9%.

Tabel 9. Analisis Hasil Nilai PJOK Siklus 1

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Siklus 1	21	58	91	75.38	11.038
Valid N (listwise)	21				

Berdasarkan tabel 9. Menunjukkan bahwasanya pada siklus 1 mempunyai nilai rata-rata yakni 75.38%, dengan nilai terendah sebesar 58, sebesar 91 dengan nilai tertinggi, dan std.deviasi sebesar 11.038. Sehingga dari hasil rata-rata tersebut dapat disimpulkan hasil nilai PJOK siswa SDN Kasepuhan 05 kecamatan Batang masih dapat ditingkatkan. Pernyataan ini dibuktikan dengan hasil uji-t yang didapatkan pada tabel 10.

Peneliti memakai bantuan aplikasi SPSS guna menghitung uji-t. hasil hipotesis kerja diterima apabila taraf signifikansi <0.05 .

Tabel 10. Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PreTest	63.10	21	15.372	3.354
	Siklus 1	75.38	21	11.038	2.409

Tabel 10. Menunjukkan bahwa dari 21 siswa memiliki rata-rata nilai pretest adalah 63.10 dengan std.deviasi 15.372 dan memiliki rata-rata siklus 1 sebesar 75.38 dengan std. deviasi 11.038.

Tabel 11. Paired Samples Correlations.

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre Test & Siklus 1	21	.803	.000

Hasil analisis bisa didapat hasil korelasi antara 2 variabel, yang menghasilkan nilai 0.803 dengan nilai probabilitas (sig) 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara pretest dan hasil pembelajaran dari intervensi siklus, dikarenakan probabilitas bernilai $<0,05$. Tabel 12 di bawah ini.

Tabel 12. Paired Samples Test

		Paired Differences					T	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre Test - Siklus 1	-12.286	9.253	2.019	-16.498	-8.074	-6.085	20	.000

Tabel 12. Didapatkan rata-rata sebesar -12.286. Nilai ini menampilkan selisih antara rata-rata hasil belajar pretest dan siklus 1 adalah -16.498 sampai dengan -8.074 (*Confidence Interval of the Difference Lower and upper*).

Pengambilan Keputusan dalam uji paired sample t-test berlandaskan hasil nilai signifikan (sig) hasil output SPSS, adalah sebagai berikut.

1. Jika nilai sig.(2-tailed) $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.
2. Jika nilai sig.(2-tailed) $> 0,05$, maka H_0 terima dan H_a tolak.

Menurut tabel 12. diperoleh nilai sig. (2-tailed) sebesar $0.000 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima alhasil bisa ditarik kesimpulan bahwasanya terdapat perbedaan atau peningkatan rata-rata hasil belajar antara pretest dan siklus 1. Yang artinya adanya pengaruh penggunaan media bidang miring pada materi senam lantai guling depan dalam meningkatkan hasil belajar PJOK pada siswa kelas IV SDN Kasepuhan 05 Kecamatan Batang. Akan tetapi penelitian ini belum bisa dinyatakan berhasil dikarenakan persentase rata-rata hasil belajar siswa 61.9% dimana nilai ini belum memenuhi

kriteria keberhasilan peneliti yakni 80%, sehingga melanjutkan penelitian pada siklus 2. Pada pembelajaran siklus 2 peneliti melakukan penekanan dalam penjelasan dan contoh teknik guling depan terutama pada sikap pelaksanaan. Hasil analisis dari data dari siklus 2 adalah pada tabel 13.

Tabel 13. Deskripsi Nilai PJOK Pada Siklus 2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 66	2	9.5	9.5	9.5
75	4	19.0	19.0	28.6
83	8	38.1	38.1	66.7
91	4	19.0	19.0	85.7
100	3	14.3	14.3	100.0
Total	21	100.0	100.0	

Tabel 14. Data frekuensi Nilai PJOK siklus 2.

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid C	2	9.5	9.5	9.5
B	12	57.1	57.1	66.7
A	7	33.3	33.3	100.0
Total	21	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 13. Bahwa deskripsi nilai PJOK yang memperoleh nilai 66 sebanyak 2 siswa atau 9.5%, sebanyak 4 siswa mendapat nilai 75 atau 19.0%, sebanyak 8 siswa memperoleh nilai 83 atau 38.1% dan nilai 91 sebanyak 4 siswa atau 19.0%, serta sebanyak 3 siswa mendapat nilai 100 atau 14.3% Dengan deskripsi tersebut nilai dapat dikategorikan pada tabel 14.

Tabel 14. menampilkan yang termasuk ke dalam nilai kategori A sebanyak 7 siswa atau 33.3%, nilai kategori B sebanyak 12 siswa atau 57.1%, dan nilai kategori C sebesar 2 siswa atau 9.5%. Dan tabel 4.15. Menunjukkan siswa yang tidak tuntas sebanyak 2 siswa atau 9.5%. Dan siswa yang tuntas sebanyak 19 siswa atau 90.5%. Dengan demikian hasil data frekuensi siswa tuntas pada siklus 2. Tabel 15. Data Frekuensi Siswa Tuntas Siklus 2.

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Tuntas	2	9.5	9.5	9.5
Tuntas	19	90.5	90.5	100.0
Total	21	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.2. dapat dilihat dengan tabel 4.14. Memperlihatkan yang termasuk kedalam nilai kategori A sebesar 7 siswa atau 33.3%, nilai kategori B sebesar 12 siswa atau 57.1%, dan nilai kategori C sebesar 2 siswa atau 9.5%. Dan tabel 4.15. Menunjukkan siswa yang tidak tuntas sejumlah 2 siswa atau 9.5%. Dan siswa yang tuntas sejumlah 19 siswa atau 90.5%. Dengan demikian hasil nilai dapat dianalisis pada tabel 16.

Tabel 16. Analisis Hasil Nilai PJOK Siklus 2.

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
---	---------	---------	------	----------------

Siklus 2	21	66	100	83.81	9.857
Valid N (listwise)	21				

Berdasarkan Tabel 16. Menunjukkan bahwasanya dalam siklus 2 mempunyai nilai rata-rata yakni 83.81, dengan nilai terendah sebesar 66 dan nilai tertinggi sebesar 100, dan Std. deviasi sebesar 9.857. Dari hasil analisis diatas dapat disimpulkan hasil nilai PJOk siswa SDN Kasepuhan 05 Kecamatan Batang dikatakan mencapai indikator keberhasilan peneliti. Dibawah ini didapatkan hasil uji-t siklus 1 dan siklus 2.

Tabel 17. Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Siklus 1	75.38	21	11.038	2.409
	Siklus 2	83.81	21	9.857	2.151

Sumber: SPSS

Tabel 17. Menunjukkan bahwa dari 21 siswa memiliki rata-rata nilai siklus 1 adalah 75.38 dengan Std. deviasi 11.038 dan memiliki rata-rata siklus 2 sebesar 83.81 dengan Std. deviasi 9.857. Untuk mengetahui nilai Uji-T dapat dilihat pada tabel 18.

Tabel 18. Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Siklus 1 dan Siklus 2	21	.897	.000

Berikut hasil analisis diperoleh hasil korelasi antara kedua variabel, dengan memperoleh nilai 0.897 dengan nilai probabilitas (sig) 0,000. Dengan demikian menetapkan bahwa korelasi antara hasil guling depan dari siklus 1 ke siklus 2 peningkatan secara nyata, dikarenakan nilai probabilitasnya <0,05.

Tabel 19. Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2- tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Siklus 1 - Siklus 2	-8.429	4.884	1.066	-10.652	-6.205	-7.908	20	.000

Sumber: SPSS

Tabel 19. Didapatkan rata-rata sebesar -8.429 nilai ini menunjukkan selisih antara rata-rata hasil belajar siklus 1 dengan hasil belajar siklus 2 adalah -10.652 sampai dengan -6.205 (95% Confidence interval of the Difference Lower and Upper).

Pengambilan Keputusan dalam uji paired sample t-test berlandaskan hasil nilai (Sig) hasil output SPSS adalah sebagaimana berikut.

1. Jika nilai sig. (2-tailed) < 0,05, maka H₀ ditolak dan H_a diterima.
2. Jika nilai sig. (2-tailed) > 0,05, maka H₀ diterima dan H_a ditolak.

Berdasarkan tabel 17. Diketahui nilai sig. (2-tailed) sebesar 0.000 < 0,05, maka H₀ ditolak dan H_a diterima. Alhasil bisa ditarik kesimpulan bahwasanya terdapat peningkatan rata-rata hasil belajar

antara siklus 1 dan siklus 2. Dengan maksud adanya pengaruh dalam menggunakan media bidang miring untuk meningkatkan hasil belajar PJOK pada siswa kelas IV SDN Kasepuhan 05 Kecamatan Batang. Penelitian ini bisa dinyatakan berhasil sebab persentase rata-rata hasil belajar siswa sudah mencapai 90.5%. Dimana nilai ini telah memenuhi kriteria keberhasilan peneliti yakni 80%.

PEMBAHASAN

Pada Penelitian Tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan di SDN Kasepuhan 05 Kecamatan Batang. Penelitian ini memakai media bidang miring pembelajaran senam lantai guling depan yang dilakukan sebanyak dua kali pertemuan dalam dua siklus. Pada siklus pertama dalam pembelajaran media bidang miring, masih ada beberapa kendala terutama pada keberanian dan ketertiban peserta didik, dikarenakan pada pembelajaran senam lantai guling depan menggunakan media bidang miring, tergolong pembelajaran baru karena biasanya menggunakan media bidang datar. Penggunaan media bidang miring dalam pembelajaran senam lantai guling depan sama dengan media bidang datar terkait dengan teknik dasar dalam melakukan guling depan dari sikap awalan, pelaksanaan, yang membedakan hanya bidang atau sudutnya, media bidang miring pada pembelajaran senam lantai guling depan yang saya teliti ini memanfaatkan media bidang miring yang berada di sekitar sekolah, tentunya dengan menambahkan matras sebagai alasnya.

Hal-hal yang perlu disiapkan dalam pembelajaran senam lantai guling depan menggunakan media bidang miring, yang pertama menyiapkan matras kurang lebih 5 matras, susun dua matras pada bidang miring, yang dua ditaruh disebelah kanan dan kiri untuk keamanan bila mana ada anak yang jatuh kesamping baik kanan maupun kiri dan satu matras diletakkan dibagian pendaratan, setelah media pembelajaran matras bidang miring sudah siap, peserta didik disiapkan dan baris menjadi dua baris laki-laki dengan Perempuan tersendiri, baris satu disebelah samping kanan matras baris 2 disebelah samping kiri matras peserta didik berhadapan dengan dipisahkan oleh media matras bidang miring. Peneliti memberikan pengarahannya terkait dengan pembelajaran senam lantai guling depan melalui media bidang miring, setelah semuanya sudah dijelaskan terkait dengan Teknik baik Teknik awalan, pelaksanaan, akhiran beserta peraturannya, kemudian peneliti mencontohkan Gerakan guling depan melalui media bidang miring dari sikap

awalan, pelaksanaan dan akhiran, setelah dirasa cukup terkait dengan mencontohkan Teknik guling depan.

Pada siklus 1 dan 2 dilakukan pada pembelajaran PJOK materi senam lantai guling depan melalui media bidang miring, peneliti menerapkan langkah-langkah pembelajaran senam lantai guling depan melalui media bidang miring secara runtut kepada siswa. Hal tersebut membantu siswa memahami bagaimana caranya melakukan gerakan guling depan melalui media bidang miring. Dalam pelaksanaannya, siswa bisa mengikuti pembelajaran dengan baik selaras dengan maksud peneliti diinstruksikan. Dengan bukti meningkatnya nilai hasil belajar siswa pada materi senam lantai. Berdasarkan penelitian yang diuraikan, maka penggunaan media bidang miring pada materi senam lantai guling depan pada kelas IV SDN Kasepuhan 05, semester 1 tahun Pelajaran 2023/ 2024 secara signifikan hasil belajar mata Pelajaran PJOK bisa meningkat. Berlandaskan hasil penelitian menampilkan bahwasanya penerapan media bidang miring pada pembelajaran senam lantai guling depan pada siswa kelas IV SDN Kasepuhan 05 tahun Pelajaran 2023/2024. Menunjukkan peningkatan hasil belajar, dilihat dari nilai pre test kategori tuntas 5 siswa atau 23.8% dan yang tidak tuntas 16 siswa atau 76.2% pada siklus 1 didapatkan hasil ketuntasan 13 siswa atau 61.9%, yang tidak tuntas 8 siswa atau 38.1%, dan siklus 2 didapatkan hasil ketuntasan 19 siswa atau 90.5% sedangkan yang belum tuntas 2 siswa atau 9.5%. Hasil ini menunjukkan sesuai dengan apa yang sudah ditargetkan yaitu minimal 80%. Dengan demikian hasil ini membuktikan adanya peningkatan hasil belajar secara signifikan yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti lebih < 0,05. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatkhurohman berjudul "Penggunaan Media Matras Bidang Miring Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Guling Depan Pada Siswa Kelas 4 SD Negeri Plosowangi" Bahwasanya pembelajaran melalui penggunaan media pembelajaran

matras bidang miring bisa sebagai peningkat hasil belajar guling (Fatkhurohman, 2022).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menampilkan bahwasanya penerapan media bidang miring pada pembelajaran senam lantai guling depan pada siswa kelas IV SDN Kasepuhan 05 Kecamatan Batang, Kabupaten Batang tahun Pelajaran 2023/2024. Menunjukkan peningkatan hasil belajar, dilihat dari nilai pre test, siklus 1 dan siklus 2 adanya peningkatan hasil belajar senam lantai guling depan yaitu 90,5%. Hasil ini menunjukkan sesuai dengan apa yang sudah ditargetkan yaitu ketuntasan minimal 80%. Dengan demikian hasil ini membuktikan adanya peningkatan hasil belajar secara signifikan.

SARAN

Peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi guru. Pembelajaran snam lantai pada materi senam lantai guling depan guling depan melalui media bidang miring dapat menjadi alternatif bagi guru PJOK untuk di terapkan dalam pembelajaran.
2. Bagi sekolah. Diharapkan untuk senantiasa untuk memberikan dukungan penuh pada pembelajaran PJOK dengan memperhatikan sarana dan prasarana demi perkembangan dan tercapainya tujuan dari kegiatan pembelajaran PJOK.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimah kasih kepada pihak yang membantu dalam penelitian saya, dan tentunya bisa memperlancar sehingga terbuatnya artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Antoni, M. F. (2019). Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Bidang Miring Terhadap Hasil Belajar Guling Belakang Dan Tingkat Kecemasan. 07.
- Azizah, A. (2021). Pentingnya Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru Dalam Pembelajaran. *Auladuna : Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 3(1), 15–22. <https://doi.org/10.36835/Au.V3i1.475>
- Fatkhurohman, F. (2022). Penggunaan Media Matras Bidang Miring Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Guling Depan Pada Siswa Kelas 4 Sd Negeri Plosowangi. *Elementary: Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar*, 2(4), 276–281. <https://doi.org/10.51878/Elementary.V2i4.1721>
- Nggaa, P. N. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Pada Smp. 5(1).
- Riyanto, J. (2022). Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Melalui Alat Bantu Siswa Kelas Iv Semester Ii Sdn 1 Ngampelkulon Kecamatan Ngampel Kabupaten Kendal Tahun Pelajaran 2015/2016. 3(2).