



Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Aktivitas Gerak Berirama Melalui Media Audio Visual Pada Siswa Kelas Iii Sdit Al Muhajirin Koja

Anggi Mutiara Tiastuti¹, Fahmy Fachrezzy², Dwi Indra Kurniawan³

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta

Abstrak

Received: 20 Agustus 2025

Revised: 27 Agustus 2025

Accepted: 01 September 2025

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar aktivitas gerak berirama melalui media audio visual pada siswa kelas III SDIT Al Muhajirin Koja. Aspek yang menjadi penilaian ketrampilan gerak adalah pandangan, gerakan lengan, tungkai, badan, dan irama. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Dalam penelitian ini menjadi subjek adalah siswa SDIT Al Muhajirin Koja kelas III yang berjumlah 28 orang di bagi menjadi beberapa kelompok, kelompok laki-laki dan kelompok perempuan. Penelitian ini dilakukan secara kolaborasi dengan teman sejawat, guru dan juga kepala sekolah. Prosedur penelitian dilakukan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif untuk mendapatkan data dan deskripsi data diperoleh dari kesimpulan : keterampilan gerak berirama dapat dilihat pada persentase rata-rata skala. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan untuk siswa yaitu yang semula kategori sangat baik 0,0% menjadi 39,3%, kategori baik 7,0% menjadi 60,7%, dan kategori kurang 21,5% menjadi 0%, kategori sangat kurang dari 71,5% menjadi 0%. Hasil persentase siklus I sudah memenuhi kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan. Dalam hal ini peneliti dapat mengatasi masalah rendahnya hasil belajar siswa dengan pembelajaran menggunakan audio visual pada materi aktivitas gerak berirama siswa kelas III SDIT Al Muhajirin Koja.

Kata Kunci: Hasil Belajar, Audio Visual, Gerak Berirama

(*) Corresponding Author: anggimutiarat@gmail.com, fahmyfachrezzyfitness@gmail.com,
dwiindrakurniawan@gmail.com

How to Cite: Tiastuti, A., Fachrezzy, F., & Kurniawan, D. (2025). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Aktivitas Gerak Berirama Melalui Media Audio Visual Pada Siswa Kelas Iii Sdit Al Muhajirin Koja. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 11(9.B), 8-19. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/11427>.

PENDAHULUAN

Anak anak pada usia 6-12 tahun adalah masa masa penting bagi pertumbuhan mereka. Pertumbuhan yang baik salah satunya bergerak dengan aktif, namun dalam hasil riset dari *South East Asia Nutrition Survey (SEANUTS)* menunjukkan hasil yang mengkhawatirkan. Lebih dari 57 persen anak Indonesia pada usia 6-12 tahun anak yang tidak aktif secara fisik. Temuan dari *SEANUTS* Indonesia menemukan bahwa lebih dari setengah anak Indonesia dapat dianggap tidak aktif karena memiliki jumlah langkah sehari-hari yang terlalu sedikit (>15.000 untuk anak laki-laki dan >12.000 untuk anak perempuan) dan terlalu banyak terpapar layar komputer dan televisi (<2 jam). (*Jurnal GIZI INDONESIA*, Volume 36 (No. 2), September 2013).

Banyak cabang olahraga yang dapat menunjang kualitas pertumbuhan anak seperti cabang olahraga voli, basket, sepak bola, senam, dan lain sebagainya. Kualitas pertumbuhan anak dapat dilihat dari koordinasi gerak kaki, tangan, dan kepala. Koordinasi gerak dapat dilatih dengan gerak dasar seperti gerak dasar lokomotor dan gerak dasar nonlokomotor. Pembelajaran gerak dasar ini dapat diperoleh dari sekolah dasar yang terdapat didalam mata pelajaran pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan berolahraga. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 37 menyatakan bahwa : Mewajibkan untuk kurikulum pendidikan dasar dan menengah wajib memuat pendidikan jasmani dan olahraga. Aktivitas fisik berperan penting dalam mengoptimalkan kesehatan di mana pelaksanaannya disesuaikan dengan kondisi kemampuan atau kesiapan peserta didik, baik dari segi peralatan, ruang, hingga kerumitannya (Ana-Maria & Ion-Sebastian, 2018; Kim, et al., 2018). Sehingga dalam pembelajaran penjasorkes dibutuhkan pendekatan dimana guru dapat menerapkan bentuk pembelajaran yang menarik untuk anak dan tidak membahayakan atau mengurangi tingkat terjadinya cedera. Melalui pendidikan jasmani manusia dapat belajar lebih banyak hal yang berhubungan dengan afektif, kognitif, dan psikomotor yang merupakan bekal manusia untuk mencapai tujuan hidup, dan dalam pendidikan jasmani diharapkan siswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan aspek motorik serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Usia sekolah dasar merupakan masa yang sangat menentukan pertumbuhan dan perkembangan fisik serta gerak yang berperan penting dalam pembentukan individu yang berkualitas di kemudian hari. Struktur dan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah dasar yang ada saat ini mempunyai ciri-ciri terdiri dari keterampilan gerak dasar.

Menurut (Samsudin, 2008:20) gerakan pada dasarnya dapat diklasifikasikan kedalam gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif. Dari ketiga klasifikasi tersebut yang perlu diketahui yaitu gerakan yang mendasari adanya aktivitas fisik yang lebih kompleks seperti halnya banyak dijumpai dalam kegiatan berolahraga, bermain atau senam. Menurut BNSP (2006:2) bahwa salah satu tujuan pelaksanaan pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan di sekolah dasar adalah untuk meningkatkan kemampuan, keterampilan gerak dasar dan kebugaran jasmani. Pada dasarnya gerak dasar manusia adalah berjalan, berlari, melompat dan melempar dan bentuk-bentuk gerak dasar tersebut sudah dimiliki oleh siswa sekolah dasar. Gerak dasar berjalan, berlari, dan melompat merupakan gerak dasar lokomotor yang perlu dikembangkan di Sekolah Dasar selain gerak dasar lainnya.

Gerak lokomotor dan gerak nonlokomotor merupakan materi yang harus dikuasai siswa sebelum naik ke kelas yang lebih tinggi untuk melakukan gerak manipulatif. Gerak lokomotor merupakan suatu aktifitas gerak yang menyebabkan adanya perpindahan tempat dari titik A ke titik B. Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu domain dari gerak dasar yang fundamental (fundamental

basic movement). Keterampilan gerak nonlokomotor dalam istilah lain disebut keterampilan stabilitas, yaitu gerakan yang dilakukan dengan meminimalis atau tanpa gerak dari tempatnya atau landasan, sebagai contoh meliukan badan, mengayunkan anggota badan, membungkuk dll. Gerak dasar Inilah pembelajaran gerak yang pertama kali dialami anak dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

Kegiatan belajar bagi anak sekolah dasar memerlukan pembelajaran yang menyenangkan dalam kegiatan belajarnya. Melihat kondisi anak yang mudah bosan dan mudah lupa ketika pembelajaran diberikan, maka perlu adanya cara penyampaian atau pembelajaran yang mudah diterima dan diingat oleh anak melalui gerakan yang berirama. Dengan gerakan yang berirama tentunya akan melibatkan indra seperti penglihatan dan pendengaran serta melibatkan tangan dan kaki dalam motorik kasar anak sehingga dapat menyeimbangkan keduanya dan juga mengkoordinasikan antara indra lainnya untuk melakukan gerakan dengan baik.

Dalam penelitian ini penulis akan meneliti mengenai gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor, karena gerak lokomotor dan nonlokomotor ini berguna sebagai awal dari perkembangan anak untuk memperoleh pengetahuan akan berbagai gerak dasar dalam melakukan berbagai hal. Dalam olahraga atau dalam kehidupan sehari-hari kita melakukan berbagai macam gerakan untuk mengkoordinasikan tubuh kita, maka dari itu gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor perlu dilatih dan diasah dengan berbagai macam metode pembelajaran atau latihan.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara penulis kepada guru pendidikan jasmani saat pembelajaran siswa kelas III di SDIT Al Muharjirin, siswa-siswi masih banyak yang belum mampu melakukan koordinasi gerak dasar lokomotor dan nonlokomotor. Untuk lebih memahami kemampuan siswa melakukan Gerak lokomotor dan nonlokomotor dalam aktivitas gerak berirama, maka penulis mengambil kelas sampel di kelas III SDIT Al Muhajirin Koj, karena saat proses pembelajaran pendidikan jasmani siswa kurang minat dalam bergerak serta hasil belajar gerak lokomotor dan nonlokomotor yang masih rendah, Jika siswa kurang bergerak dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani maka akan berdampak pada tingkat kemampuan gerakannya. Ini dikarenakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, kurang menarik, kurang variatif atau kurang adanya modifikasi pembelajaran. Pendidikan yang dilakukan di sekolah pada umumnya hanya dilakukan seminggu sekali dengan waktu yang cukup terbatas dan dengan mata pelajaran yang sama. Dengan proses pembelajaran seperti itu dikawatirkan siswa menjadi bosan dengan mata pelajaran yang sama, tidak hanya itu media pembelajaranpun dapat berpengaruh terhadap proses pembelajaran.

Apabila hal ini dibiarkan berlarut-larut dikhawatirkan akan semakin menurunkan hasil belajar siswa secara umum, dan mengakibatkan siswa belum bisa menguasai gerakan yang benar pada saat jalan, lari, dan lompat. Sehingga perlu dicari solusi yang tepat dalam masalah ini, agar siswa lebih tertarik dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani, terutama pada pembelajaran gerak lokomotor dan nonlokomotor dalam aktivitas gerak berirama.

Solusi untuk mengatasi permasalahan diatas, peneliti ingin menggunakan media audio visual seperti menggunakan televisi, radio, vidio, film dan lain sebagainya agar dalam pelaksanaan pembelajaran lebih bervariasi. Sanjaya (2010:211) berpendapat media audio visual, yaitu media yang selain mengandung unsur suara juga mengandung unsur gambar yang dapat dilihat, seperti rekaman

video, berbagai ukuran film, slide suara, dan lain sebagainya. Ada beberapa manfaat dalam menggunakan media audio visual dalam pembelajaran yaitu :

1. Menarik perhatian peserta didik dalam menyampaikan materi ajar
2. Menumbuhkan motivasi belajar
3. Memberikan pengalaman belajar dengan menyimpulkan pembelajaran dari sebuah video yang disajikan

Berdasarkan uraian di atas, Ketertarikan siswa dalam mengikuti pembelajaran sangat berpengaruh pada hasil belajar. Hasil belajar merupakan kemampuan yang diperoleh siswa setelah melakukan kegiatan pembelajaran. Untuk mengetahui apakah melalui media audio visual dapat mengoptimalkan kemampuan hasil belajar aktivitas gerak berirama, maka penulis berminat untuk melakukan penelitian dalam format penelitian tindakan (*action research*) yang akan penulis beri judul "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Aktivitas Gerak Berirama Melalui Media Audio Visual Pada Siswa Kelas III SDIT Al Muhajirin Koja"

METODE

Penelitian yang akan dilakukan ini memiliki tujuan yang ingin dicapai yaitu untuk meningkatkan hasil belajar aktivitas pada siswa kelas III SDIT Al Muhajirin Koja dalam pembelajaran gerak berirama menggunakan media audio visual. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas III SDIT Al Muhajirin Koja, Kecamatan Koja, Kota Administrasi Jakarta Utara. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan oleh penulis pada penelitian ini adalah menggunakan teknik *nonprobability sampling* (Sugiyono, 2013:122). Penulis memilih siswa kelas III dengan jumlah 28 siswa dengan rincian 14 siswa putri dan 14 siswa putra dari populasi yang telah ditentukan sebelumnya sebagai sampel untuk diteliti. Ketika hal tersebut sudah dilakukan, peneliti sudah bisa masuk pada *field of action* (bidang tindakan) atau siklus pertama dimulai dari *general plan* (rencana umum), *first action sleep* (langkah tindakan pertama), *monitoring* (pengawasan) dan di dalam pengawasan akan ada *rethinking reflecting discussing* (memikirkan kembali refleksi berdiskusi) dan *replanning understanding learning* (perencanaan ulang pemahaman pembelajaran), terakhir *evaluation* atau evaluasi. Jika hasil evaluasi masih menunjukkan kekurangan maka akan terjadi kembali dengan siklus yang sama tetapi dengan *revised general plan* (rencana umum yang direvisi).

Pada penelitian ini penulis menggunakan triangulasi metode, dengan membandingkan kebenaran informasi yang didapat berdasarkan hasil observasi, wawancara dengan guru pendidikan jasmani serta dokumentasi berupa rekaman video dan foto siswa ketika pembelajaran. Teknik analisis data pada penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif / statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan tujuan untuk mendeskripsikan objek penelitian ataupun hasil penelitian. Data-data yang ada pada penelitian ini adalah lembar observasi dan lembar tes keterampilan siswa dalam melakukan gerakan sicitu dalam gerak berirama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini diawali dengan kegiatan observasi dan pra tindakan pada saat pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, tepatnya pada pembelajaran gerak berirama. Penelitian ini dilaksanakan pada hari Kamis 18 Juli 2024 di SDIT Al Muhajirin, Jl. Tunda No. 20-21, Koja, Jakarta Utara pada semester ganjil tahun ajaran 2024-2025. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas III berjumlah 28 siswa yang terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 13 siswa perempuan. Pengumpulan data awal ini dilaksanakan untuk membantu peneliti dalam memperoleh bahan penelitian lebih lanjut, yaitu apakah benar bahwa siswa kelas III SDIT Al Muhajirin Koja perlu diberi tindakan yang sesuai dengan judul peneliti yaitu "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Aktivitas Gerak Berirama Melalui Media Audio Visual Pada Siswa Kelas III SDIT Al Muhajirin Koja".

Selanjutnya peneliti yang dibantu oleh satu kolaborator untuk menyiapkan segala sesuatu yang bertujuan untuk mengukur kemampuan hasil belajar pembelajaran gerak berirama. Peneliti dengan kolaborator pada pra tindakan hanya memberitahu bagaimana cara melakukan gerakan senam sicitita dan melihat ketrampilan gerak para siswa dalam pembelajaran dengan cara memberikannya tes ketrampilan gerak berirama di akhir pembelajaran tanpa memberitahukan target nilai yang harus dicapai para siswa dan didapati bahwa hasil belajar siswa kelas III masih belum berkembang sesuai harapan.

Tabel 1. Keterampilan Gerak Berirama Hasil Observasi Pra Tindakan

No	Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
1	$91 < A \leq 100$	Amat Baik	0	0%
2	$85 < B \leq 90$	Baik	2	7%
3	$80 < C \leq 84$	Cukup	6	21,5%
4	≤ 79	Kurang	20	71,5%
Jumlah			28	100,0%
Rata-Rata			72,3%	
Kategori			Kurang	

Berdasarkan hasil deskripsi rekapitulasi pra-tindakan sebelum diberikan tindakan dapat dijelaskan bahwa masih ada siswa yang berkategori di bawah kriteria ketuntasan minimal sebanyak 20 siswa atau 71,5%, dan ada 8 siswa yang sudah diatas kriteria ketuntasan minimal atau 28,5 %.

Melalui deskripsi data awal yang diperoleh tersebut masing-masing aspek menunjukkan kriteria pembelajaran kurang dan cukup. Maka disusun sebuah tindakan untuk meningkatkan hasil belajar pada aktivitas gerak berirama, pembelajaran menggunakan media audio visual dengan menerapkan siklus. Pelaksanaan siklus ini dilaksanakan sesuai dengan jam pelajaran pendidikan jasmani disekolah, waktu yang digunakan sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah dibuat yaitu 90 menit.

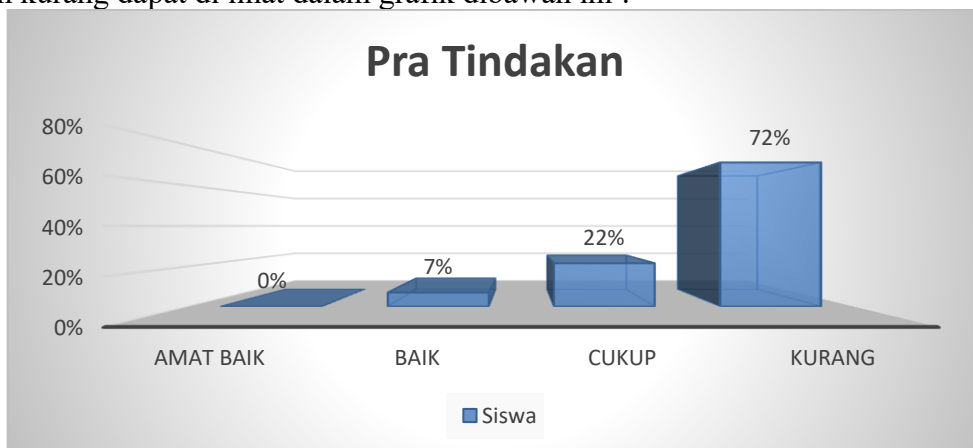
Penelitian ini akan melaksanakan satu siklus dengan 3 kali pertemuan. Siklus ini akan bertambah apabila terdapat kekurangan dan belum tencapainya kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan peneliti dan kolaborator, siklus ini juga

akan terhenti sampai siswa memperlihatkan peningkatan yang sesuai dengan kriteria keberhasilan telah ditetapkan.

Penelitian ini diawali dalam bentuk siklus dengan tahapan membuat perencanaan, dalam membuat perencanaan berdasarkan hasil diskusi peneliti dan kolaborator merujuk dari hasil observasi awal yang telah dilaksanakan. Pada perencanaan peneliti juga mempersiapkan media audio visual yang bertujuan untuk meningkatkan gerak dasar yang dibutuhkan untuk membantu proses hasil belajar. Setelah perencanaan selesai peneliti melanjutkan ketahap berikutnya yaitu tindakan dan pembelajaran. Pada tahap ini tetap dibantu oleh kolaborator. Metode tindakan ini menekankan terhadap pembelajaran gerak berirama. Selama proses tindakan berlangsung peneliti mengobservasi pelaksanaan tindakan, mengamati proses belajar siswa, perilaku yang ditunjukkan, kemampuan siswa menerima dan merespon terhadap tindakan yang diberikan.

Tahap siklus selanjutnya yang merupakan proses akhir dalam siklus yaitu refleksi, dimana peneliti dan kolaborator melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan tindakan. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan bagaimana keberhasilan, kekurangan dan kegagalan dalam penerapan tindakan, yang nantinya akan dijadikan sebagai pedoman dalam perencanaan siklus berikutnya. Melihat hasil dari refleksi siklus sebelumnya dan identifikasi hasil belajar dan keterampilan gerak berirama siswa, peneliti menerapkan media audio visual, diharapkan dengan menerapkan tersebut yang tepat dan ditujukan untuk meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran aktivitas gerak berirama. Dilanjutkan dengan tahap siklus berikutnya diharapkan siswa dapat meningkat.

Hasil observasi pra tindakan hasil belajar kategori amat baik, baik, cukup, dan kurang dapat di lihat dalam grafik dibawah ini :



Gambar 1. Keterampilan Aktivitas Gerak Berirama Pra Tindakan

1. Pelaksanaan Siklus 1

Penelitian ini sama dengan penelitian tindakan kelas umumnya, yaitu menggunakan 4 tahapan yang dilakukan. Di siklus 1 ini pun dilakukan 4 tahapan yaitu:

a. Perencanaan

Dalam perencanaan ini peneliti memikirkan bagaimana caranya agar siswa dapat tertarik dengan pembelajaran gerak berirama. Dengan memberikan dan menyajikan video mengenai gerak berirama dengan lebih mudah menggunakan proyektor. Setelah itu peneliti mengajak siswa untuk melakukan gerakan gerak berirama, dan

memperkenalkan media audio visual sebagai alat bantu dalam pembelajaran/melakukan gerakan senam SICITA. Kemudian peneliti menyiapkan perangkat penelitian seperti laptop, speaker, serta bahan observasi dan rubrik penilaian.

b. Pelaksanaan

Dalam pelaksanaan siklus 1 berlangsung 3 pertemuan. Yang dilaksanakan pada 18 Juli sampai dengan 1 Agustus 2024. Saat waktu pembelajaran dimulai siswa langsung dikondisikan dimulai dengan berdoa dan absensi. Materi yang diberikan pada pertemuan pertama yaitu melakukan memperkenalkan senam SICITA dan ada berapa gerakan dalam senam SICITA. Pada pertemuan kedua setelah mengerti gerakan dan irama senam SICITA pada pertemuan pertama, siswa difokuskan untuk mengulangi gerakan senam SICITA dengan bantuan media audio visual.

Tahapan pembelajarannya pada pertemuan ke-I adalah:

- 1) Peneliti menyiapkan perangkat pembelajaran seperti laptop, speaker, dan ruangan kelas.
- 2) Peneliti menyiapkan barisan, berdoa, absensi kehadiran, menanyakan kabar sebelum pembelajaran dimulai.
- 3) Peneliti menyampaikan kompetensi kegiatan pembelajaran.
- 4) Peneliti menjelaskan materi sebelumnya yaitu cara melakukan gerakan senam SICITA gerakan 1-5, dengan memerhatikan pandangan, gerakan posisi tangan, posisi badan dan tungkai.
- 5) Peneliti menyajikan materi dengan memberikan gambaran melalui video yang akan dipraktikkan oleh siswa secara bersama-sama menggunakan hitungan.
- 6) Peneliti mengajak siswa untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum siswa mempraktikkan gerakan senam SICITA bersama-sama.
- 7) Setelah pembelajaran akan berakhir siswa diberikan waktu untuk menonton tayangan ulang senam SICITA, ditutup dengan evaluasi pembelajaran gerak berirama hari tersebut.

Tahapan pembelajarannya pada pertemuan ke-II adalah:

- 1) Peneliti menyiapkan perangkat pembelajaran.
- 2) Peneliti menyiapkan barisan, berdoa, absensi kehadiran, menanyakan kabar sebelum pembelajaran dimulai.
- 3) Peneliti menyampaikan kompetensi kegiatan pembelajaran.
- 4) Peneliti mengajak siswa untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum siswa mencoba untuk melakukan senam SICITA menggunakan media audio visual.
- 5) Siswa mencoba mempraktikkan senam SICITA gerakan 6-10 menggunakan media audio visual.
- 6) Peneliti memberikan evaluasi gerakan yang dilakukan siswa.
- 7) Siswa melanjutkan gerakan yang telah dievaluasi oleh peneliti.
- 8) Peneliti memberikan waktu istirahat dan sesi tanya jawab.
- 9) Peneliti melakukan evaluasi, refleksi dan memberikan gambaran pada pertemuan pertama.

Tahapan pembelajarannya pada pertemuan ke-III adalah:

- 1) Peneliti menyiapkan perangkat pembelajaran.
- 2) Peneliti menyiapkan barisan, berdoa, absensi kehadiran, menanyakan kabar sebelum pembelajaran dimulai.

- 3) Peneliti menyampaikan kompetensi kegiatan pembelajaran.
 - 4) Peneliti mengulang materi sebelumnya.
 - 5) Peneliti menyampaikan teknis pengambilan nilai untuk mengetahui sejauh mana siswa mengalami peningkatan kemampuan senam SICITA selama pembelajaran yang telah diberikan.
 - 6) Penilaian senam SICITA di siklus 1 oleh kolaborator.
- c. Pengamatan

Dalam pelaksanaan penelitian peneliti didampingi oleh kolaborator dimana kolaborator tersebut adalah guru olahraga juga di sekolah tersebut. Kolaborator ini bertugas mengamati peneliti dalam melaksanakan pembelajaran serta menilai siswa dalam pembelajaran. Secara keseluruhan pembelajaran berjalan baik. Hasil pengamatan siklus I tersebut dapat dilihat pada table lembar observasi table perkembangan siswa dan grafik berikut ini.

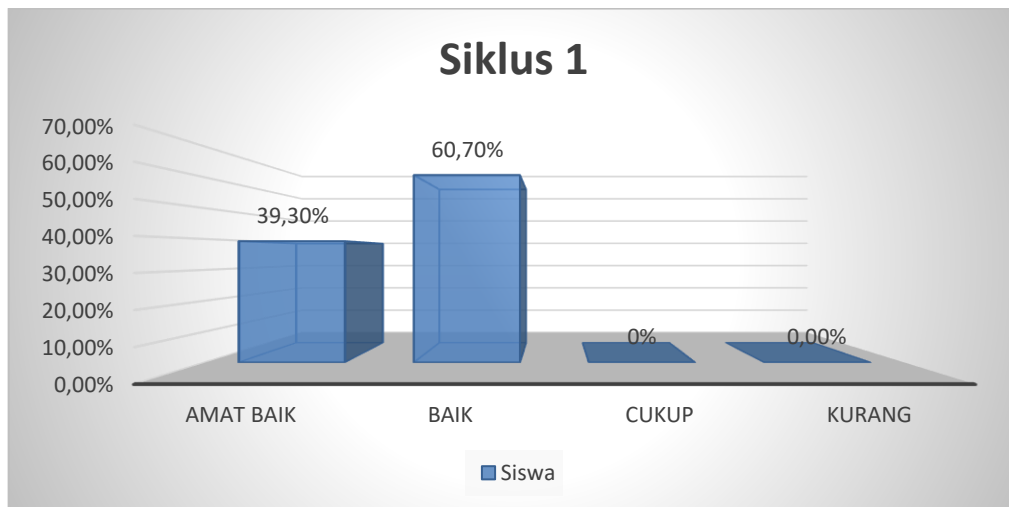
Tabel 2. Keterampilan Gerak Berirama Hasil Observasi Siklus I

No	Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
1	$90 < A \leq 100$	Amat Baik	11	39,3%
2	$75 < B \leq 89$	Baik	17	60,7%
3	$65 < C \leq 74$	Cukup	0	0%
4	≤ 64	Kurang	0	0%
Jumlah			28	100,0%
Rata-Rata			89,7%	
Kategori			Baik	

Dari hasil observasi siklus I dapat dilihat juga bahwa penilaian untuk aspek keterampilan senam ritmik menunjukkan hasil 17 siswa atau 60,7% sudah berkategori baik, 11 siswa atau 39,3% sudah berkategori amat baik.

Pada hasil observasi pra tindakan pada aspek keterampilan gerak berirama menunjukkan hasil rata-rata presentase yang sudah berkembang sesuai harapan. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar pada keterampilan gerak berirama untuk siswa yaitu yang semula kategori amat baik 0,0% menjadi 39,3%, kategori baik 7,0% menjadi 60,7%, dan kategori cukup 21,5% menjadi 0%, kategori kurang dari 71,5% menjadi 0%. Hasil persentase siklus I sudah memenuhi kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan.

Hasil siklus I keterampilan gerak berirama kategori amat baik, baik, cukup, kurang dapat di lihat dalam grafik dibawah ini :



Gambar 2. Keterampilan Aktivitas Gerak Berirama Siklus 1

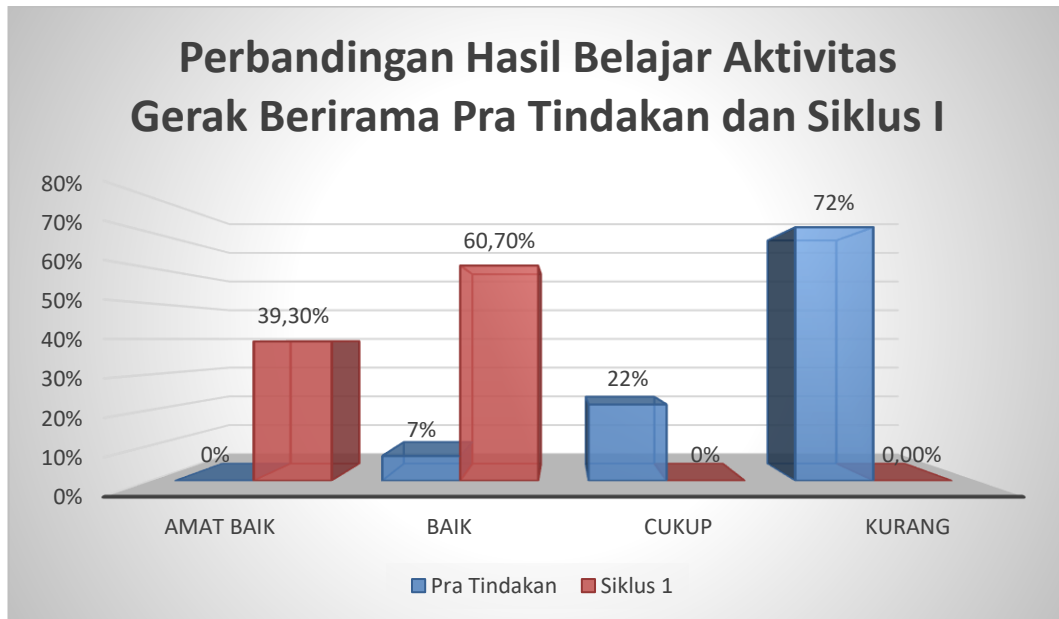
d. Refleksi

Setelah tahapan dalam penelitian di siklus 1 selesai, peneliti mengadakan diskusi dengan kolaborator demi kemajuan dalam pelaksanaan pembelajaran sejauh mana keberhasilan implementasi penerapan media alat bantu media audio visual terhadap pembelajaran. Peningkatan keterampilan gerak berirama dapat dilihat dari mulai pra tindakan dengan nilai 72,3%, hingga peningkatan rata-rata siswa menjadi 89,7%. Jadi dapat disimpulkan tidak perlunya dilaksanakan penelitian siklus ke 2 dengan alasan sudah adanya peningkatan hasil belajar pada aktivitas gerak berirama menggunakan media audio visual.

Pembahasan

Pada proses penelitian dan siklus I sampai pertemuan III yang sudah terlaksana telah menghasilkan peningkatan keterampilan hasil belajar pembelajaran gerak berirama yang semakin baik, hal ini keterampilan gerak berirama siswa yang dicapai pada pra tindakan. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan untuk siswa yaitu yang semula kategori sangat baik 0,0% menjadi 39,3%, kategori baik 7,0% menjadi 60,7%, dan kategori cukup 21,5% menjadi 0%, kategori kurang dari 71,5% menjadi 0%. Hasil persentase siklus I sudah memenuhi kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan. Dengan demikian dapatlah dinyatakan bahwa penelitian tindakan yang dilaksanakan melalui pembelajaran menggunakan media audio visual pada Siswa Kelas III SDIT Al Muhajirin Koja telah berhasil meningkat dalam keterampilan hasil belajar pada aktivitas gerak berirama.

Persentase rata-rata perkembangan hasil belajar keterampilan pada aktivitas gerak berirama siswa kelas III SDIT Al Muhajirin Koja dari pra tindakan, siklus I hingga pertemuan ketiga dapat dilihat pada grafik di bawah ini :



Gambar 3. Perbandingan Hasil Belajar Aktivitas Gerak Berirama Pra Tindakan dan Siklus I

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di SDIT Al Muhajirin Koja, Perumahan PT (Persero) Pelabuhan Indonesia II, Jl. Palka No.4, RT.4/RW.7, Rawabadak Sel., Kec. Koja, Jkt Utara, pada semester ganjil tahun ajaran 2024-2025. Dari hasil seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwa pembelajaran menggunakan media audio visual dapat meningkatkan keterampilan hasil belajar pada aktivitas gerak berirama.

Hasil belajar keterampilan gerak berirama dapat dilihat pada persentase rata-rata skala. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan untuk siswa yaitu yang semula kategori sangat baik 0,0% menjadi 39,3%, kategori baik 7,0% menjadi 60,7%, dan kategori cukup 21,5% menjadi 0%, kategori kurang dari 71,5% menjadi 0%. Hasil persentase siklus I sudah memenuhi kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan. Dalam hal ini peneliti dapat mengatasi masalah yang terjadi pada siswa kelas III SDIT Al Muhajirin Koja meningkatkan hasil belajar pada pembelajaran aktivitas gerak berirama dengan menggunakan media audio visual. Dan dapat disimpulkan tidak perlunya dilaksanakan penelitian siklus ke 2 dengan alasan sudah adanya peningkatan hasil belajar dan alokasi waktu pembelajaran yang hanya memungkinkan sebanyak 3 kali pertemuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ahmadi, Psikologi Umum, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009) hal. 151.
- Goodway, dkk. 2006. Effects of Motor Skill Instruction on Fundamental Motor Skill Development. *Adapted Physical Activity Quarterly*, Vo.l. 20 (3) h. 298-314.
- Hamzah B.Uno, Teori motivasi dan pengukurannya, (Jakarta: Bumi Aksara, 2011) hlm. 1
- Harahap, Heryudarini, et al. Kepadatan Tulang, Aktivitas Fisik Dan Konsumsi Makanan Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 6–12 Tahun. *Gizi Indonesia*, 2015, 38.1: 1-8.
- Hariatini. (2022). kemampuan menulis siswa melalui metode berbasis kompetensi: penelitian tindakan kelas di sdn baujeng 1. *sintaks: jurnal bahasa & sastra indonesia*, 2(2), 186–191. <https://doi.org/10.57251/sin.v2i2.529>
- Hidayat, Arif. Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2.2: 21-29.
- Juliaman Sitopu, Thamrin. (2024). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Ilmu Pengetahuan Sosial dengan Menerapkan Model Pembelajaran Advance Organizer di Kelas VII-3 SMP Swasta Masehi Berastagi Tahun Ajaran 2023/2024. *Jurnal: Social, Humanities, and Educational Studies. SHEs: Conference Series* 7 (3) (2024) 921-929
- Meningkatkan Hasil Belajar Aktivitas Gerak Berirama Siswa Kelas V Melalui Google Meet Disertai Video Pembelajaran Saat Pandemi Covid-19 , Mashud a,1, Nur Ihwanto
- Muhammad Rizal Pahleviannur. (2022). penelitian tindakan kelas.
- Muhammad Yaumi, M. D. (2015). *action research. in prenadamedia group* (Vol. 28, Nomor 5). <https://doi.org/10.1177/001872677602900302>
- Nggaa, Paulus Natalis. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Pada SMP. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*. 5(1),32-38
- PERANAN AKTIVITAS OLAHRAGA BAGI TUMBUH KEMBANG ANAK Rubiyatno, 2014 hal 61.
- Puger, I. G. N. (2021). ukuran pengaruh, penelitian tindakan kelas, dan meta-analisis. *daiwi widya jurnal pendidikan*, 08(4), 1–16.
- Romlah, Psikologi Pendidikan, (Malang: UMM Pers, 2010) hal. 8
- Rusman, A. (2020). *classroom action research* pengembangan kompetensi guru.
- Sardiman A.M, Interaksi Motivasi Belajar Mengajar, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011) hal. 40.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.CV
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.CV
- Suharjana, F. (2010). Aktivitas ritmik dalam pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 7(1), 16.
- Sumadi Suryabrata, Metodologi Penelitian (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2014), h.94

Sumarjo. 2010. Pendidikan Jasmanai, Olahraga, dan Kesehatan. Surabaya: JP Book.

Susilowati, D. (2018). penelitian tindakan kelas (ptk) solusi alternatif problematika pembelajaran dwi susilowati. *Edunomika*, 02(01), 36–46.

Trianto, Penelitian Tindakan Kelas (Jakarta: Prestasi Pustakarya, 2011)., h.14