

## USAHA MENGHINDARI KESULITAN BELAJAR SENAM RHYTMIK DI SEKOLAH DENGAN METODE PEMECAHAN MASALAH (*PROBLEM SOLVING*) MELALUI PENGGUNAAN MEDIA AUDIO VISUAL

AGUS MULYANA  
SMAN 3 Subang

### ABSTRAK

Telah dilakukan penelitian dengan judul "Usaha menghindari kesulitan belajar senam Rhytmik di Sekolah dengan metode pemecahan masalah (*Problem Solving*) melalui penggunaan media audio visual". Penelitian dilaksanakan di SMAN 3 Subang pada siswa kelas X MIPA 1 semester 2 tahun pelajaran 2019/2020. Penelitian ini dilakukan karena berdasarkan hasil pengamatan pada saat pelajaran olah raga senam banyak ditemui bahwa para siswa mengalami kesulitan untuk melakukan gerak rangkaian antara gerak kaki dan gerak tangan. Permasalahan yang diajukan adalah "Apakah metode pembelajaran pemecahan masalah (*problem solving*) melalui penggunaan media audio visual dapat meningkatkan keterampilan gerak siswa dalam melakukan rangkaian gerak langkah kaki dan ayunan lengan pada senam rytmik?". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pendekatan model pembelajaran kontekstual dapat meningkatkan keterampilan gerak siswa dalam melakukan rangkaian gerak langkah kaki dan ayunan lengan pada senam rytmik. Data dikumpulkan melalui observasi guru, siswa, dan catatan penelitian. Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata sebelum tindakan penelitian sebesar **58,4 % (*pre-test*)**, dan nilai rata-rata sesudah tindakan sebesar **73,9 % (*post-test*)**. Hasil tersebut menunjukkan adanya korelasi peningkatan ketrampilan gerak senam rhytmik melalui koordinasi gerak kaki dan gerak ayunan lengan selama latihan sebesar 73,9 % melalui pendekatan metode pembelajaran pemecahan masalah pada siswa SMAN 3 Subang.

**Kata kunci:** Audio Visual; Kesulitan Belajar; Senam Rytmik

### PENDAHULUAN

Belajar senam di Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan aktifitas siswa belajar siswa terhadap aktifitas gerak secara jasmani. Dari latihan aktifitas gerak jasmani dalam senam, siswa memperoleh pengalaman gerak yang mengakibatkan perubahan tingkah laku yang relatif menetap. Perubahan tingkah laku tersebut terutama dalam unsur psikomotor (keterampilan), termasuk melibatkan unsur kognitif (pengetahuan) dan unsur affektif (sikap). Mengajar senam di sekolah disesuaikan dengan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) melalui pola pemetaan yang selanjutnya dijelaskan adalah pengajaran senam untuk siswa kelas X semester II adalah aspek penilaian aktifitas rhytmik. (1) Kompetensi Inti: Mengolah, menalar dan menyaji dalam ranah kongkrit dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif, dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan. (2) Kompetensi Dasar: Merancang sistematika latihan (gerak pemanasan, latihan inti dan pendinginan) dalam aktifitas gerak berirama (3) Indikator Psikomotor adalah: melakukan gerak langkah kaki dan ayunan lengan dengan koordinasi yang benar. Kognisi mengetahui bentuk-bentuk gerak langkah kaki dan ayunan lengan dengan koordinasi yang benar. Afeksi dapat bekerjasama dengan teman dalam kelompok, kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika. Kemudian rumusan

masalahnya adalah Apakah metode pembelajaran pemecahan masalah ( problem solving ) melalui penggunaan media audio visual dapat meningkatkan ketrampilan gerak siswa dalam melakukan rangkaian gerak langkah kaki dan ayunan lengan pada senam rytmik.

Tujuannya adalah untuk mengetahui apakah pendekatan model pembelajaran kontekstual dapat meningkatkan ketrampilan gerak siswa dalam melakukan rangkaian gerak langkah kaki dan ayunan lengan pada senam rytmik G.2 Manfaat: untuk Guru: membantu guru memperbaiki pembelajaran, membantu guru berkembang secara professional, meningkatkan rasa percaya diri guru, memungkinkan guru secara aktif mengembangkan pengetahuan dan ketrampilan. Kemudian untuk Siswa untuk meningkatkan proses hasil belajar siswa, untuk meningkatkan keberanian, kemampuan dan kemahiran siswa dalam melakukan rangkaian gerak langkah kaki dan ayunan lengan pada senam rytmik yang berirama.

Sebelum menjelaskan tentang pengajaran senam di sekolah, penulis terlebih dahulu menjelaskan tentang senam Sumanto dan Sukiyo ( 1991: 23 ) menyebutkan : ” Pada dasarnya kata senam itu dianggap terjemahan dari kata Inggris ” Gymnastics ” selanjutnya dikatakan pula sebagai berikut : Dari kutipan Sumanto dan Sukiyo tertulis diatas, maka senam sudah dilakukan oleh orang orang Yunani Kuno di tempat berlatih senam yaitu “ Gymnasium “. Sedangkan ciri-ciri senam dijelaskan Hidayat ( 1980:23 ) sebagai berikut : Gerakan – gerakannya selalu dibuat dan diciptakan dengan sengaja Gerakan – gerakannya selalu harus berguna untuk mencapai tujuan tertentu ( meningkatkan kelentukkan, memperbaiki sikap dan gerak / keindahan tubuh, menambah keterampilan. Meningkatkan keindahan gerak,meningkatkan kesehatan tubuh ) Gerakannya harus selalu tersusun dan sistematis Dalam pelaksanaan pengajaran senam di sekolah Cuplikan dari National Institute of Health, USA Learning Disabilities Association of America diterjemahkan oleh : Sylvia Untario Kesulitan Belajar atau “*Learning Disabilities, LD*” adalah hambatan/gangguan belajar pada anak dan remaja yang ditandai oleh adanya kesenjangan yang signifikan antara taraf intelegensi dan kemampuan akademik yang seharusnya dicapai. Hal ini disebabkan oleh gangguan di dalam sistem saraf pusat otak (gangguan neurobiologis) yang dapat menimbulkan gangguan perkembangan seperti gangguan perkembangan bicara, membaca, menulis, pemahaman, dan berhitung. Bila tidak ditangani dengan baik dan benar akan menimbulkan berbagai bentuk gangguan emosional (psikiatrik) yang akan berdampak buruk bagi perkembangan kualitas hidupnya di kemudian hari. Kepekaan orangtua, guru di sekolah serta orang-orang di sekitarnya sangat membantu dalam mendeteksinya, sehingga anak dapat memperoleh penanganan dari tenaga profesional sedini dan seoptimal mungkin, sebelum menjadi terlambat.

Aplikasi Pembelajaran Kontekstual merupakan suatu konsepsi membantu guru mengkaitkan konten mata pelajaran dengan dunia nyata, dan memotivasi siswa membuat hubungan antara pengetahuan dan penerapannya dalam kehidupan mereka sehari hari. Metode Pembelajaran ” metode yang tinggi malahan sangat sederhana. Sedemikian biasa dan sederhana, sehingga orang tidak dapat mengeti atau percaya terhadap metode tersebut, karena mereka telah terbiasa dengan sistem yang rumit .” Pupuh Fathurohman dkk (2007) menjelaskan makin tepat metode yang digunakan oleh guru dalam mengajar diharapkan makin efektif pada pencapaian tujuan pembelajaran. Jenis metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah : Metode Pemecahan Masalah ( Problem Solving ) yang mengandung arti sebagai berikut : ” Tugas ajar yang disajikan dalam bentuk permasalahan yang harus dipecahkan oleh siswa. Tugas dapat dikerjakan secara individu maupun kelompok. Yang perlu diingat adalah adanya kemungkinan muncul lebih dari 1 “ jawaban gerak “ yang benar. Memecahkan masalah adalah metode yang mengharuskan

siswa untuk menemukan jawabannya (discovery) , Menurut penelitian masalah yang dipecahkan sendiri tanpa bantuan khusus, memberi hasil yang lebih unggul,yang digunakan dalam situasi-situasi lain.

Selanjutnya pemecahan masalah sesuai dengan judul penelitian ini, maka untuk pemecahan masalahnya penulis menggunakan metode pemecahan masalah dan menganalisis permasalahan tersebut dan menerapkan model pembelajaran kontekstual untuk mengetahui hasil belajar praktek siswa. Berdasarkan kerangka diatas, maka dapat diajukan hipotesis penelitian tindakan kelas sebagai berikut: Dengan pendekatan model pembelajaran kontekstual diduga akan dapat meningkatkan ketrampilan gerak siswa dalam melakukan rangkaian gerak langkah kaki dan ayunan lengan pada senam rytmik.

## METODOLOGI PENELITIAN

Tempat penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 3 Subang pada siswa kelas X semester 1 tahun pelajaran 2019/2020. Pada waktu penelitian dilakukan oleh 2 orang guru mata pelajaran , yaitu Bapak Lutfi Afdani,M.MPd dan Moch. Rohiman, S.Pd, dengan jumlah siswa 36 siswa . Penelitian tiindakan kelas dilaksanakan pada semester 1 (satu) selama tiga bulan mulai bulan Januari sampai dengan Maret 2020. Dalam penelitian ini yang diteliti adalah guru dan siswa. Pada siswa meliputi: Respon siswa terhadap pembelajaran. Pada guru instrumen yang diteliti adalah ketrampilan guru saat proses belajar mengajar. Rencana tindakannya adalah:

### 1. Tahap perencanaan tindakan:

Peneliti menyusun rencana mulai dari responden penelitian sampai peralatan dan media pengajaran yang dimulai dari :

- a. Masalah yang akan diteliti
- b. Responden penelitian
- c. Peralatan dan media pengajaran
- d. Menentukan rekan / kolaborator / observer
- e. Menginventarisir alternatif alat alternatif pemecahan masalah
- f. Merumuskan alternatif tindakan yang akan dilaksanakan
- g. Menyusun format penilaian siswa
- h. Membuat instrumen pengamatan
- i. Menetapkan fokus yang akan diobservasi
- j. Menetapkan jenis data, cara pengumpulan dan pengolahannya
- k. Menetapkan refleksi
- l. Menetapkan kriteria keberhasilan dalam upaya pemecahan masalah.

### 2. Tahap pelaksanaan tindakan

Si klus	Per t	Program Kegiatan	Tujuan	Aloka si Wkt	Metode
1	1	<p><b>Pendahuluan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengkondisikan dan, membersihkan ruangan senam, berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan</li> <li>- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran diharapkan siswa dapat melakukan</li> </ul>	Setelah selesai proses pembelajar an, siswa diharapkan dapat :	15. Me nit	- <i>Demonstrasi</i> - Part and whole (bagian dan keseluruhan )

		<p>gerak senam rhytmik / senam irama yang berirama dan melakukan rangkaian dengan baik dan benar.</p> <p>Para siswa mengikuti gerakan yang diperagakan guru sebanyak 2 jenis langkah kaki dan 2 jenis ayunan lengan kemudian dilepas untuk melihat sampai sejauhmana kemampuan siswa dalam menerima materi di awal pelajaran dan dikemas dalam bentuk free test.</p>	<p>Melakukan rangkaian gerak langkah kaki dan tangan dengan beirama</p>		<p>- <i>Inclusi (cakupan)</i></p>
		<p><b>Kegiatan Inti :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibariskan melakukan cara gerak langkah kaki sebanyak 3 jenis gerak langkah yang dicontohkan guru dan dilanjutkan dengan peragaan seluruh siswa secara gerak berurutan yang dimulai dari gerak langkah Ezy walk, Step Touch dan Grapevine</li> <li>- Siswa dibariskan melakukan cara gerak ayunan lengan yang diperagakan oleh guru sebanyak 3 jenis gerakan yaitu gerak butterfly, Crl dan Up hand</li> <li>- Siswa dibariskan melakukan rangkaian antara satu gerak langkah kaki dan satu gerak ayunan lengan antara lain : ( gerak langkah kaki ezy walk dipadukan dengan gerak ayunan lengan butterfly, gerak langkah kaki step touch dipadukan dengan gerak ayunan lengan curl dan gerak langkah kaki grapevine dipadukan dengan gerak ayunan lengan up hand ) = ( a + a , b + b, c + c ) dengan hitungan 2 X 8 secara terus menerus dan dulang – ulang sampai hafal dan mengerti.</li> </ul>		<p>60 menit</p>	
		<p><b>Kegiatan penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibariskan untuk melakukan pendinginan, evaluasi proses pembelajaran, diberikan tugas menghafal nama gerakan langkah kaki dan nama gerakan ayunan lengan dan mempraktikannya di rumah masing - masing</li> <li>- Menjelaskan tugas belajar yang akan datang kepada siswa yaitu</li> </ul>		<p>15 menit</p>	

		menambahkan gerakan langkah kaki dan gerakan ayunan lengan sebanyak 3 gerakan. - Berdoa dan bubar.			
2	2	<p><b>Pendahuluan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengkondisikan lapangan, membersihkan ruangan senam, berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan</li> <li>- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran diharapkan siswa dapat melakukan gerak senam rhytmik / senam irama yang berirama dan melakukan rangkaian dengan baik dan benar.</li> <li>- Appersepsi , para siswa diminta untuk memperagakan bentuk gerak rangkaian langkah kaki dan gerak ayunan lengan yang sudah dipelajari pada pertemuan ke 1 untuk mengingatkan kembali memori anak.</li> </ul>	Setelah selesai proses pembelajaran, siswa diharapkan dapat : Melakukan rangkaian gerak langkah kaki dan tangan dengan beirama	15 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Demonstrasi</i></li> <li>- Part and whole (bagian dan keseluruhan )</li> <li>- <i>Inclusi (cakupan)</i></li> </ul>
		<p><b>Kegiatan inti</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibariskan melakukan cara gerak langkah kaki yang baru sebanyak 3 jenis gerak langkah yang dicontohkan guru dan dilanjutkan dengan peragaan seluruh siswa secara gerak berurutan yang dimulai dari gerak langkah Heels Forward, Knee lift dan Leg Curl</li> <li>- Siswa dibariskan melakukan cara gerak ayunan lengan yang diperagakan oleh guru sebanyak 3 jenis gerakan yaitu gerak hand criss cross, wing dan rolling hand</li> <li>- Siswa dibariskan melakukan rangkaian antara satu gerak langkah kaki dan satu gerak ayunan lengan antara lain : ( gerak langkah kaki Heels Forward dipadukan dengan gerak ayunan lengan criss cross, gerak langkah kaki Knee lift dipadukan dengan gerak ayunan</li> </ul>		60 menit	

		<p>lengan wing dan gerak langkah kaki Leg Curl dipadukan dengan gerak ayunan lengan rolling hand ) = ( d + d , e + e, f + f ) dengan hitungan 2 X 8 secara terus menerus dan diulang – ulang sampai hafal dan mengerti.</p>			
		<p><b>Kegiatan penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibariskan untuk melakukan pendinginan, evaluasi proses pembelajaran, diberikan tugas menghafal semua nama gerakan langkah kaki dari a sampai dengan f dan nama gerakan ayunan lengan yang baru diterima dari a sampai dengan f dan mempraktikannya di rumah masing - masing</li> <li>- Menjelaskan tugas belajar yang akan datang kepada siswa yaitu siswa diberi tugas membentuk kelompok sebanyak 6 orang untuk setiap kelompok dan bekerja sama menghafalkan seluruh gerakan dengan sempurna diiringi dengan musik dan irama yang sesuai dengan ritme gerakan dan disukai masing – masing kelompok</li> <li>- Berdoa dan bubar.</li> </ul>		15 menit	
3	3	<p><b>Pendahuluan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengkondisikan lapangan, membersihkan ruangan senam, berbaris, berdoa, presensi, apersepsi dan pemanasan</li> <li>- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran diharapkan siswa dapat melakukan gerak senam rhythmik / senam irama yang berirama dan melakukan rangkaian dengan baik dan benar.</li> <li>- Appersepsi , para siswa diminta untuk memperagakan bentuk gerak rangkaian langkah kaki dan gerak ayunan lengan yang sudah dipelajari pada pertemuan ke 2 untuk mengingatkan kembali memori anak.</li> </ul>	<p>Setelah selesai proses pembelajaran, siswa diharapkan dapat : Melakukan rangkaian gerak langkah kaki dan tangan dengan beirama</p>	15 menit	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Demonstrasi</i></li> <li>- <i>Part and whole</i> (bagian dan keseluruhan )</li> <li>- <i>Inclusi (cakupan)</i></li> <li>- <i>Resiprocal/ timbal balik</i></li> <li>- <b>Pemecahan Masalah ( Problem Solving )</b></li> </ul>
		<b>Kegiatan inti</b>			

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibawa ke ruangan multi media untuk melihat tayangan dari layar monitor tentang bentuk-bentuk gerakan pada senam irama.</li> <li>- Siswa dibariskan secara berkelompok menurut kelompoknya masing-masing yang sudah terbentuk sebelumnya sebanyak 6 orang untuk setiap kelompok dan diberikan tugas memecahkan masalah gerak dengan membuat / mencari tambahan gerak yang sudah dilihat dari hasil pengamatan melalui audio visual tadi untuk bereksperimen dengan gerakan langkah kaki dan ayunan lengan yang baru yang lebih bervariasi selain yang sudah diberikan guru selama 30 menit.</li> <li>- Siswa dibariskan kembali dan mempraktikkan hasil kerjasama kelompok dan memecahkannya dalam bentuk peragaan masing-masing</li> </ul>		60 menit	
	<p><b>Kegiatan penutup</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siswa dibariskan untuk melakukan pendinginan, evaluasi proses pembelajaran, diberikan tugas menghafal semua nama gerakan langkah kaki dari a sampai dengan f dan nama gerakan ayunan lengan yang baru diterima dari a sampai dengan f serta variasi gerakan yang sudah ditemukan oleh kelompok untuk selalu diingat dan dihafalkan juga ditambahkan dalam menghadapi ujian praktik di masa yang datang.</li> <li>- Berdoa dan bubar.</li> </ul>		15 menit	

**B. Tahap observasi dan evaluasi**

Pada tahap ini semua kegiatan penelitian dideskripsikan secara tertulis (faktual)

No.	Komponen yang diamati	Gerak Langkah kaki		Gerak ayunan Lengan		Koordinasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan	
		Jml Siswa	%	Jml siswa	%	Jml siswa	%

1.	Mempersiapkan diri						
2.	Siswa berkonsentrasi						
3.	Menjawab						
4.	Bertanya						
5.	Memperhatikan guru						
6.	Mengamati teman						
7.	Melaksanakan latihan individu						
8.	Melaksanakan latihan kelompok						
9.	Menghargai kelompok						
10.	Melaksanakan gerak yang benar						
11.	Rata-rata						

2. Terhadap Guru

No.	Aspek Yang Diobservasi	7	6	5	4	3	Ket
1.	Apakah guru mengajar memberikan perhatian kepada siswa						
2.	Apakah guru mengajar menarik perhatian siswa						
3.	Apakah guru menjelaskan menggunakan contoh (demonstrasi)						
4.	Apakah guru menjelaskan dibantu dengan alat peraga						
5.	Apakah guru mengajukan pertanyaan pada murid						
6.	Apakah guru mengajar berpakaian rapi.						
7.	Apakah guru mengajar tepat waktu						
8.	Apakah guru mengadakan pree-test						
9.	Apakah guru mengadakan post-test						
10.	Apakah guru mengajar menguasai materi pelajaran						

C. Tahap Analis dan Refleksi

Pada tahap ini adalah mengolah data dengan melalui tahapan;

- Reduksi data, jika terjadi data yang tidak diperlukan
- Penyederhanaan data
- Tabulasi data



- Penyimpulan data

*D. Pengumpulan data*

Data yang dikumpulkan terdiri dari data kualitatif dan kuantitatif, dengan alat bantu sosiogram dan observasi terstruktur.

*E. Tim Penelitian*

Peneliti ini terdiri dari 1 orang, yaitu :

Agus Mulyana, S.Pd

*F. Indikator Kinerja*

Pada tahap ini adalah untuk tolak ukur keberhasilan dalam penelitian, dengan kriteria sebagai berikut;

1. Tingkat keaktifan belajar siswa dalam prosentase (%) (kwantitatif)
  - ≥ 80 % = sangat tinggi
  - 60-70 % = tinggi
  - 40-59 % = sedang
  - 20-39 % = rendah
  - ≤ 20 % = sangat rendah
2. Tingkat keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran dalam prosentase % ( kwalitatif)
  - ≥ 80 % = sangat baik
  - 60-70 % = baik
  - 40-59 % = cukup
  - 20-39 % = kurang
  - ≤ 20 % = sangat kurang
- c. Skor tingkat keaktifan guru dalam proses pembelajaran
 

41-50	= sangat tinggi	(st)	5
31-40	= tinggi	(t)	4
21-30	= sedang	(sd)	3
11-20	= rendah	(r)	2
≤ 10	= sangat rendah	(sr)	1

*G. Jadwal penelitian*

No	Kegiatan	Januari 2020					Pebruari 2020				Maret 2020			
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Tahap Persiapan													
	a. Studi Explorasi			v										
	b. Identifikasi dan rumusan masalah				v									
	c. Mempersiapkan instrument penelitian					v								
2.	Tahap Pelaksanaan													
	<u>Siklus 1</u>													
	a. Perencanaan tindakan						v							
	b. Tindakan dan observasi 1							v						
	c. Analisis dan refleksi							v						
	<u>Siklus 2</u>													
	a. perencanaan tindakan													

									V				
	b.Tindakan dan observasi 2								v				
	c.Analisis dan refleksi								v				
	<u>Siklus 3</u>												
	a. Perencanaan tindakan									v			
	b. Tindakan dan observasi 3										v		
	c. Analisis dan refleksi										v		
4.	Tahap Penyelesaian												
	a.Penyusunan draft laporan											v	
	b. Laporan Akhir											v	

## I. HASIL PENELITIAN

### 2.1 Data kuantitatif keaktifan siswa ( dalam prosentase- %) siswa pada siklus. 1

No.	Komponen yang diamati	Gerak Langkah kaki		Gerak ayunan Lengan		Koordinasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan	
		Jml Siswa	%	Jml siswa	%	Jml siswa	%
1.	Mempersiapkan diri	24	80	23	76,6	23	76,7
2.	Siswa berkonsentrasi	25	83,3	25	83,3	22	73,3
3.	Menjawab	7	23,3	8	26,6	6	20
4.	Bertanya	5	16,6	7	23,3	5	16,6
5.	Memperhatikan guru	23	76,6	27	90	25	83,3
6.	Mengamati teman	15	50	14	46,6	13	43,3
7.	Melaksanakan latihan individu	19	63,3	20	66,6	18	60
8.	Melaksanakan latihan kelompok	0	0	0	0	0	0
9.	Menghargai kelompok	0	0	0	0	0	0
10.	Melaksanakan gerak yang benar	19	63,3	21	70	17	56,6
11.	Rata-rata		40,6		48,3		42,9

Data kuantitatif keaktifan siswa ( dalam prosentase- %) siswa pada siklus. 2

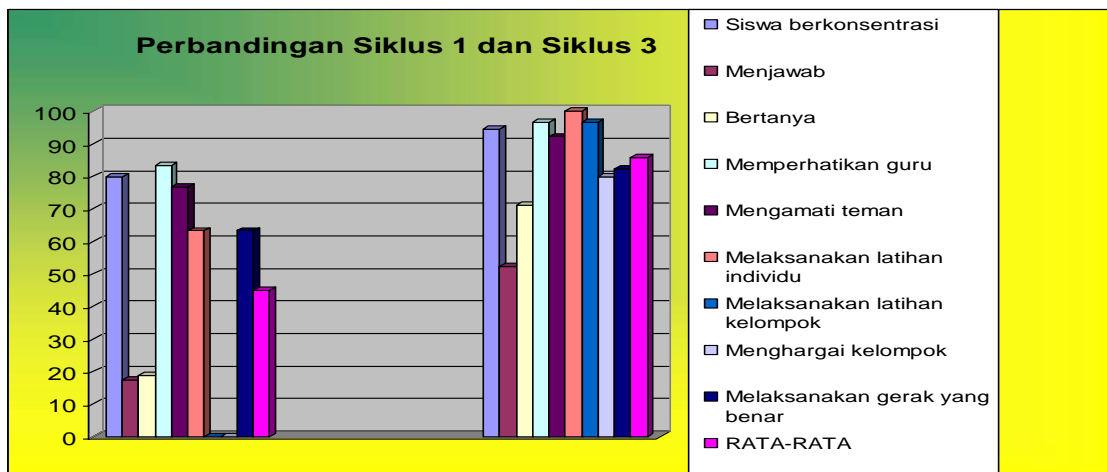
No	Komponen yang diamati	Gerak Langkah kaki		Gerak ayunan Lengan		Koordinasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan	
		Jml siswa	%	Jml siswa	%	Jml siswa	%
1.	Mempersiapkan diri	26	86,6	27	90	24	80
2.	Siswa berkonsentrasi	27	90	27	90	28	93,3
3.	Menjawab	8	26,6	12	40	10	33,3
4.	Bertanya	12	90	11	36,6	17	36,6
5.	Memperhatikan guru	28	93,3	28	93,3	28	93,3
6.	Mengamati teman	20	66,6	22	74,5	20	66,6
7.	Melaksanakan latihan individu	28	93,3	29	96,6	28	93,3
8.	Melaksanakan latihan kelompok	0	0	0	0	0	0
9.	Menghargai kelompok	0	0	0	0	0	0
10.	Melaksanakan gerak yang benar	21	70	26	86,6	22	73,3
11.	Rata-rata		49,9		60,7		58,9

2.3. Data kwantitatif keaktifan siswa (dalam prosentase- %) siswa pada siklus 3

No.	Komponen yang diamati	Gerak Langkah kaki		Gerak ayunan Lengan		Koordinasi gerak langkah kaki dan ayunan lengan	
		Jml Siswa	%	Jml siswa	%	Jml siswa	%
1.	Mempersiapkan diri	29	96,6	29	96,6	26	86,6
2.	Siswa berkonsentrasi	29	96,6	28	93,3	28	93,3
3.	Menjawab	15	50	16	53,3	16	53,3
4.	Bertanya	20	66,6	21	70	23	76,6
5.	Memperhatikan guru	28	93,3	30	100	29	96,6
6.	Mengamati teman	28	93,3	25	83,3	30	100
7.	Melaksanakan latihan individu	30	100	30	100	30	100
8.	Melaksanakan latihan kelompok	30	100	27	90	30	100
9.	Menghargai kelompok	20	66,6	27	90	25	83,3
10.	Melaksanakan gerak yang benar	23	76,6	27	90	24	80
11.	Rata-rata (%)		<b>83,9</b>		<b>86,6</b>		<b>86,9</b>

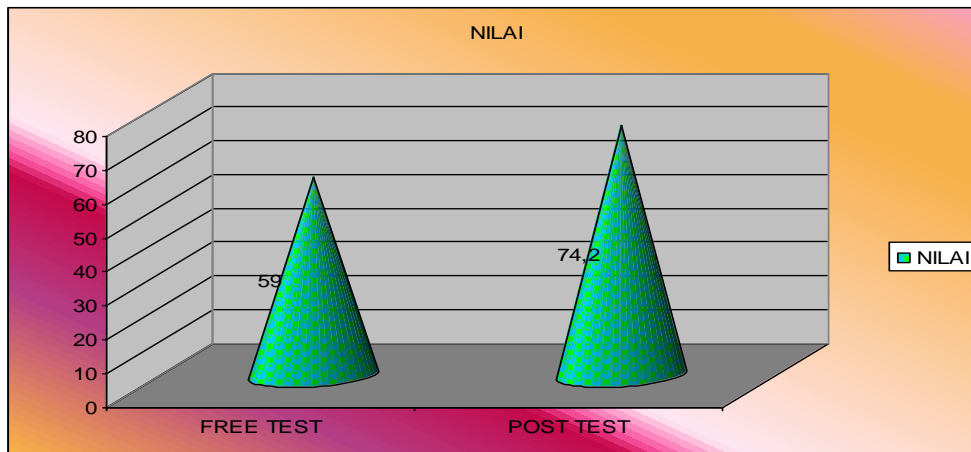
3. Perbandingan Data kuantitatif Prosentase keberhasilan siswa melakukan praktek senam rhytmik antara siklus 1 dan siklus 3

No. Urut	Komponen yang diamati	Rangkaian gerak langkah kaki dan ayunan lengan secara berirama			Ket
		Siklus1	Siklus 2	Siklus 3	
		Pree-test		Post-tes	
		1.	Mempersiapkan diri	77,7	
2.	Siswa berkonsentrasi	79,9		94,4	
3	Menjawab	17,3		52,2	
4	Bertanya	18,8		71	
5	Memperhatikan guru	83,3		96,6	
6	Mengamati teman	76,6		92,2	
7	Melaksanakan latihan individu	63,3		100	
8	Melaksanakan latihan kelompok	0		96,6	
9	Menghargai kelompok	0		79,9	
10	Melaksanakan gerak yang benar	63,3		82,2	
	<b>RATA-RATA</b>	<b>45,02</b>		<b>85,8</b>	



Grafik 1 Perbandingan data kuantitatif Prosentase keberhasilan siswa melakukan praktek senam rhytmik antara siklus 1 dan siklus 3

### Data Hasil Penilaian Siswa



Grafik 2 Perbandingan Prosentase keberhasilan siswa melakukan rangkaian gerak senam irama

### C. Data Hasil Observasi Guru

No.	Aspek Yang Diobservasi	5	4	3	2	1	Ket
1.	Apakah guru mengajar memberikan perhatian kepada siswa		V				T
2.	Apakah guru mengajar menarik perhatian siswa		V				T
3.	Apakah guru menjelaskan menggunakan contoh (demonstrasi)	V					ST
4.	Apakah guru menjelaskan dibantu dengan alat peraga		V				T
5.	Apakah guru mengajukan pertanyaan pada murid		V				T
6.	Apakah guru mengajar berpakaian rapih		V				T
7.	Apakah guru mengajar tepat waktu		V				T
8.	Apakah guru mengadakan pree-test	V					ST
9.	Apakah guru mengadakan post-test	V					ST
10.	Apakah guru mengajar menguasai materi pelajaran	V					ST
JUMLAH		20	24				T

## KESIMPULAN

1. Beberapa keuntungan yang dapat diamati penulis dari hasil penelitian dengan menggunakan metode pemecahan masalah dengan menggunakan media audio visual ini adalah sebagai berikut :
  - Siswa dapat mengamati kenyataan-kenyataan gerak yang beraneka ragam dari dekat.
  - Siswa dapat menghayati pengalaman –pengalaman baru dengan mencoba aktif dalam pergerakannya
  - Siswa dapat menjawab masalah-masalah atau pertanyaan-pertanyaan dengan melihat, mendengar, mencoba dan membuktikannya secara langsung
  - Siswa dapat mempelajari sesuatu secara integral dan komprehensif.
2. Setelah diadakan penelitian melalui pendekatan model pembelajaran kontekstual dapat disimpulkan hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata sebelum tindakan penelitian sebesar **59 % (pree-test)**, dan nilai rata-rata sesudah tindakan sebesar **74,2 % (post-test)**. Hasil tersebut menunjukkan adanya korelasi peningkatan ketrampilan rangkaian gerak langkah kaki dan gerak ayunan lengan yang berirama, luwes dan indah

## DAFTAR PUSTAKA

- BSNP,2006. *Panduan Penyusunan KTSP*, Jakarta.Depdiknas
- Buku Peraturan Menteri Pendidikan Nomor 23 tahun 2006, *Standar Kompetensi Lulusan*. Departemen Pendidikan Nasional 2007.
- Buku Peraturan Menteri Pendidikan Nomor 22 tahun 2006, *Standar Isi*, Departemen Pendidikan Nasional 2006.
- Buku Undang –Undang No.20 Tahun 2003, Sistem Pendidikan Nasional, Departemen Pendidikan Nasional 2006.
- Bucer . 1979 . *Learning Drupal 6 module Development*. New Journey . Hand Books.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1984 / 1985 ). *Diagnosis dan remedial Kesulitan belajar Keteampilan Gerak*. Depdikbud Universitas Terbuka
- Depdiknas.2007. *Informasi Program Direktorat Pembinaan SMP*.Jakarta.Depdiknas
- Fathurrohman, Pupuh.2007. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung Reflika Aditama
- Nasution. 1988. *Belajar dan Mengajar*.Jakarta PT Bina Aksara.
- Roji. 1989. *Pendidikan Jasmani* .Jakarta PT Intan Pariwara.
- Sukarma T. *Senam Lantai* . Diktat. Proyek . Bandung : Sekolah Tinggi Olahraga Bandung.
- Sylvia Untario ( terjemahan ) , *Learning Disabilities Association of America*, National Institute of Health, USA , Hand Books.