

**ARTIKEL**

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE  
*NUMBERED HEAD TOGETHER* UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS DAN  
HASIL BELAJAR BERGULING SENAM LANTAI PADA SISWA KELAS VIII B  
SMP NEGERI 2 SELAT KARANGASEM  
TAHUN PELAJARAN 2012/2013**



**Oleh  
I Gede Putra Aryawan  
NIM 0916017281**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
SINGARAJA  
2013**

**IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE  
NUMBERED HEAD TOGETHER UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS DAN  
HASIL BELAJAR BERGULING SENAM LANTAI PADA SISWA KELAS VIII B  
SMP NEGERI 2 SELAT KARANGASEM  
TAHUN PELAJARAN 2012/2013**

**I Gede Putra Aryawan**

PENJASKESREK FOK Universitas Pendidikan Ganesha, Kampus Tengah  
Undiksha Singaraja, Jalan Udayana Singaraja – Bali Tlp. (0362) 32559  
e-mail: [putra.aryawan.35@facebook.com](mailto:putra.aryawan.35@facebook.com)

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan meningkatkan aktivitas dan hasil belajar berguling senam lantai melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII B SMP Negeri 2 Selat Karangasem tahun pelajaran 2012/2013. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus, terdiri dari rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Subjek penelitian siswa kelas VIII B SMP Negeri 2 Selat Karangasem, berjumlah 32 orang dengan rincian 14 orang putra dan 18 orang putri. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil analisis data pada siklus I aktivitas belajar berguling senam lantai secara klasikal sebesar 7,39 (aktif), dan pada siklus II sebesar 7.90 (aktif). Dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan sebesar 0,51. Persentase hasil belajar berguling senam lantai secara klasikal pada siklus I sebesar 84,37% (baik), dan pada siklus II sebesar 93,75% (sangat baik). Dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan sebesar 9,38%. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan disimpulkan bahwa aktivitas dan hasil belajar berguling senam lantai meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII B SMP Negeri 2 Selat Karangasem tahun pelajaran 2012/2013.

**Abstract:** This study aims to improve the activity and learning outcomes through the implementation of rolling gymnastics floor cooperative learning model NHT on eighth grade students of SMP Negeri 2 Channel B Karangasem school year 2012/2013. This research is a classroom action research was conducted in two cycles, consisting of an action plan, action, observation and reflection. Research subjects eighth grade students of SMP Negeri 2 Channel B Karangasem, totaling 32 people with the details of 14 sons and 18 daughters. Data were analyzed using descriptive statistics. Results of data analysis in the first cycle and learning activities in the classical rolling floor exercises at 7.39 (active), and the second cycle was 7.90 (active). From cycle I to cycle II was increased by 0.51. Percentage of learning outcomes in the classical rolling floor exercises in the first cycle of 84.37% (excellent), and the second cycle of 93.75% (excellent). From cycle I to cycle II, an increase of 9.38%. Based on the analysis of data and discussion is concluded that the activity and learning outcomes gymnastics floor rolled up through the implementation of cooperative learning model NHT on eighth grade students of SMP Negeri 2 Channel B Karangasem school year 2012/2013.

Kata-kata kunci: Pembelajaran kooperatif tipe NHT, aktivitas, hasil belajar, senam lantai.

## **PENDAHULUAN**

Peran pendidikan secara keseluruhan yang diselenggarakan dalam setiap lembaga pendidikan sangat penting untuk menciptakan kehidupan yang cerdas, damai, terbuka dan demokratis. Disamping itu, pendidikan juga menekankan pada pengembangan individu secara menyeluruh.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) salah satu bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan yang diselenggarakan dalam setiap lembaga pendidikan. Depdiknas (2006: 1), menyatakan bahwa penjasorkes bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih. Sehubungan dengan itu penjasorkes lebih mengutamakan pada proses perkembangan motorik siswa dan peran guru sangat penting dalam upaya meningkatkan keterampilan gerak anak didiknya untuk mengembangkan pengetahuan belajar siswa.

Belajar gerak dalam Penjasorkes diartikan sebagai suatu rangkaian proses pembelajaran gerak yang dilaksanakan secara terencana dan sistematis untuk mencapai tujuan pembelajaran seperti yang direncanakan. Materi pembelajaran gerak adalah berbagai bentuk keterampilan gerak baik yang dikemas dalam bentuk permainan dan latihan ketangkasan maupun gerak-gerak yang sederhana atau gerak yang kompleks. Dari konsep-konsep pembelajaran penjasorkes yang telah dijelaskan, maka dari itu guru sebagai pengelola proses pembelajaran diharapkan mampu menyediakan lingkungan belajar yang kondusif sehingga siswa dapat belajar dengan baik. Keberhasilan pembelajaran penjasorkes ditentukan oleh banyak faktor yaitu: guru, model pembelajaran, sarana-prasarana dan situasi dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan pada hari Rabu 28 November sampai dengan hari Selasa 11 Desember 2012 di SMP Negeri 2 Selat, pada siswa kelas VIII B dalam pembelajaran penjasorkes khususnya pada materi senam lantai. Hal ini dapat dilihat dari

persentase aktivitas belajar siswa berguling senam lantai (berguling ke depan dan ke belakang) menunjukkan siswa yang berada pada kategori sangat aktif 11 orang siswa (34,37%), kategori aktif 10 orang siswa (31,25%), kategori cukup aktif 11 orang siswa (34,37%), kategori kurang aktif dan sangat kurang aktif tidak ada (4,65%). Jadi aktivitas belajar siswa berguling senam lantai (berguling ke depan dan ke belakang), secara klasikal menunjukkan persentase sebesar 7,38%. Bila dikonversikan ke dalam penggolongan aktivitas belajar siswa berada pada rentang  $7 \leq \bar{X} < 9$  atau berada dalam kategori aktif. Data observasi hasil belajar teknik berguling senam lantai (berguling ke depan dan ke belakang) dilihat dari sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir diperoleh data yang sesuai dengan kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang berlaku di kelas VIII B SMP Negeri 2 Selat Karangasem khususnya pada mata pelajaran penjasorkes, materi teknik berguling senam lantai (berguling ke depan dan ke belakang), dari jumlah siswa 32 orang, dimana siswa berada pada kategori sangat baik 1 orang (3,12%),

kategori baik 18 orang (56,25%), kategori cukup baik 9 orang (28,12%), kategori kurang baik 4 orang (12,5%) dan kategori sangat kurang 1 orang (3,12%). Ini berarti terdapat 18 orang (56,25%) dapat dikatakan tuntas dan 14 orang (43,75%) dikatakan belum tuntas. Maka persentase rata-rata hasil belajar berguling senam lantai secara klasikal sebesar 56,25%. Bila dikonversikan ke dalam tingkat penguasaan kompetensi yang berlaku di SMP Negeri 2 Selat Karangasem untuk mata pelajaran penjasorkes maka berada pada rentang 55%– 64% berada dalam kategori kurang baik (tidak tuntas). Berdasarkan data hasil belajar dapat diketahui bahwa tingkat ketuntasan hasil belajar siswa kelas VIII B SMP Negeri 2 Selat dalam mata pelajaran penjasorkes khususnya pada materi teknik senam lantai (berguling ke depan dan berguling ke belakang) berada pada kategori kurang baik (tidak tuntas).

Adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah: untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar berguling senam lantai melalui implementasi model pembelajaran kooperatif NHT pada siswa kelas

VIII B SMP Negeri 2 Selat Karangasem tahun pelajaran 2012/2013.

Pembelajaran kooperatif adalah pembelajaran yang secara sadar dan sengaja mengembangkan interaksi yang silih asuh untuk menghindari ketersinggungan dan kesalahpahaman yang dapat menimbulkan permusuhan (Nurhadi, dkk. 2004: 61). Pembelajaran kooperatif merupakan suatu model pembelajaran dimana siswa belajar dalam kelompok-kelompok kecil yang memiliki tingkat kemampuan berbeda. Dalam pembelajaran kooperatif siswa tetap tinggal dalam kelompoknya selama beberapa kali pertemuan. Mereka diajarkan keterampilan-keterampilan khusus agar dapat bekerja sama dengan baik di dalam kelompoknya, seperti menjadi pendengar aktif, memberi penjelasan teman kelompok dengan baik, dan dapat melakukan diskusi kelompok. Tujuan kooperatif terjadi jika siswa dapat mencapai tujuan mereka hanya jika siswa lain dengan siapa mereka bekerja sama mencapai tujuan yang ingin dicapai. Tujuan-tujuan pembelajaran ini mencakup tiga tujuan penting, yaitu hasil belajar

akademik, penerimaan terhadap keragaman, dan pengembangan keterampilan sosial (Ibrahim dkk, 2000: 7).

NHT merupakan tipe pembelajaran kooperatif yang sejenis dengan TPS yang dirancang untuk mempengaruhi pola interaksi siswa dan sebagai alternatif terhadap struktur kelas tradisional, model pembelajaran kooperatif tipe NHT ini dikembangkan oleh Spencer Kagan dan kawan-kawannya (Nurhadi dkk, 2004: 66). Pembelajaran kooperatif tipe NHT merupakan strategi pembelajaran yang mengutamakan adanya kerjasama antar siswa dalam kelompok untuk mencapai tujuan pembelajaran. Para siswa dibagi ke dalam kelompok-kelompok kecil dan diarahkan untuk mempelajari materi pelajaran yang telah ditentukan. Tujuan dibentuknya kelompok kooperatif adalah untuk memberikan kesempatan kepada siswa agar dapat terlibat secara aktif dalam proses berpikir dan dalam kegiatan-kegiatan belajar. Dalam pendekatan struktural, tujuan kognitif yang hendak dicapai adalah berupa informasi akademik sederhana sedangkan tujuan sosialnya adalah keterampilan kelompok dan

keterampilan sosial. Struktural tim yang beranggotakan 3-5 orang tiap kelompok. Adapun langkah-langkah pembelajaran kooperatif tipe NHT adalah sebagai berikut (Nurhadi dkk, 2004: 67).

Langkah 1 : Penomoran, guru membagi siswa menjadi beberapa kelompok atau tim yang beranggotakan 3 hingga 5 orang dan memberi mereka nomor sehingga tiap siswa dalam tim tersebut memiliki nomor berbeda.

Langkah 2 : Pengajuan pertanyaan, guru mengajukan suatu pertanyaan kepada para siswa. Pertanyaan dapat bervariasi, dari yang bersifat spesifik hingga yang bersifat umum. Contoh pertanyaan yang bersifat spesifik adalah dari mana asal senam lantai?, sedangkan contoh pertanyaan yang bersifat umum adalah mengapa senam lantai memerlukan kelenturan tubuh?

Langkah 3 : Berfikir bersama, para siswa berfikir bersama untuk menggambarkan dan menyakinkan bahwa tiap orang mengetahui jawaban tersebut.

Langkah 4 : Pemberian jawaban, guru menyebut satu nomor dan para siswa dari tiap kelompok dengan nomor yang sama mengangkat tangan dan

menyiapkan jawaban untuk seluruh kelas.

Kata 'senam' merupakan terjemahan dari kata *gymnastiek* (bahasa Belanda) atau *gymnastic* (bahasa Inggris). Kata-kata itu diambil dari kata asalnya, yaitu *gymnas* (bahasa Yunani), yang artinya telanjang atau setengah telanjang. Menurut Syarifuddin (1997: 25), senam dalam bahasa Indonesia adalah gerak badan dan bersenam adalah menggeliat atau meregang-regangkan anggota badan sehabis bangun tidur. Senam adalah bentuk-bentuk gerakan tubuh. Gerakan ini direncanakan dan disusun secara teratur menurut kelompok bagian tubuh yang bekerjasama untuk melakukan suatu gerakan.

## **METODE**

Jenis penelitian adalah penelitian tindakan kelas. Penelitian tindakan kelas memiliki karakteristik penting yaitu problema yang diangkat untuk dipecahkan harus selalu berangkat dari persoalan praktek pembelajaran sehari-hari yang dihadapi oleh guru. Jadi penelitian tindakan menekankan pada kegiatan (tindakan) dengan menguji cobakan

suatu ide ke dalam praktek atau situasi nyata dalam skala yang kecil.

Penelitian dilaksanakan di kelas VIII B SMP Negeri 2 Selat Karangasem tahun pelajaran 2012/2013. Dilaksanakan sebanyak 2 siklus dengan pertemuan setiap siklus 2 kali pertemuan. Setiap siklus terdiri dari 4 tahapan yaitu: rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi/evaluasi dan refleksi tindakan (Kanca, I Nyoman, 2006: 111). Adapun prosedur yang harus dilalui dalam penelitian ini yaitu: (a) Observasi awal, (b) Refleksi awal, (c) Identifikasi masalah, (d) Analisis masalah, (e) Perencanaan tindakan, (f) Pelaksanaan tindakan, (g) Observasi tindakan, dan (h) Refleksi hasil tindakan.

Data aktivitas belajar siswa diambil dengan menggunakan lembar observasi yang berisi indikator aktivitas belajar siswa. Pengambilan data aktivitas belajar siswa dilakukan saat proses pembelajaran berlangsung pada setiap siklusnya, sesuai dengan lembar observasi. Penilaian dilakukan oleh 2 orang evaluator, yaitu dua orang evaluator berasal dari guru Penjaskes SMP Negeri 2 Selat. Data hasil belajar siswa diperoleh

berdasarkan hasil penelitian yang berpedoman pada *assesmen* berguling ke depan dan berguling belakang. Penilaian dilakukan oleh tiga orang evaluator yang memiliki kualifikasi dalam bidang senam lantai. Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif.

## HASIL

Hasil penelitian siklus I pada aktivitas belajar yaitu: dapat diketahui bahwa, siswa yang berada pada kategori sangat aktif 2 orang (6,25%), aktif 22 orang (68,75%), cukup aktif 8 orang (25%), kurang aktif dan sangat kurang aktif tidak ada (0%). Rata-rata aktivitas belajar siswa adalah 7,39. Bila dikonversikan ke dalam penggolongan aktivitas belajar siswa berada pada rentang  $7 \leq \bar{X} < 9$  atau berada dalam kategori aktif.

**Tabel 4.1 Data Aktivitas Belajar Berguling Senam Lantai Pada Siklus I**

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Keterangan
1	$\bar{X} \geq 9$	2	6,25	Sangat Aktif
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	22	68,75	Aktif
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	8	25	Cukup Aktif
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	-	-	Kurang Aktif
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang aktif
<b>Jumlah</b>		<b>32</b>	<b>100</b>	

Pada data hasil belajar didapatkan bahwa siswa yang berada pada kategori sangat baik 5 orang (15,62%), kategori baik 22 orang (68,76%), kategori cukup baik 5 orang (15,62%), kategori kurang baik dan kategori sangat kurang baik tidak ada (0%). Ini berarti terdapat 27 orang (84,37%) dapat dikatakan tuntas dan 5 orang (15,62%) dikatakan belum tuntas. Ketuntasan hasil belajar siswa secara klasikal mencapai 84,37%. Berada pada rentang 75%–84% berada dalam kategori baik (tuntas).

**Tabel 4.2 Data Hasil Belajar Berguling Senam Lantai Pada Siklus I**

No	Tingkat Penguasaan	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Predikat	Keterangan
1	85 – 100%	5	15,62	Sangat Baik	Tuntas
2	75 – 84%	22	68,76	Baik	Tuntas
3	65 – 74%	5	15,62	Cukup Baik	Tidak Tuntas
4	55 – 64%	-	-	Kurang	Tidak Tuntas
5	0 – 54%	-	-	Sangat Kurang	Tidak Tuntas
<b>Jumlah</b>		<b>32</b>	<b>100</b>		

Hasil penelitian siklus II pada aktivitas belajar yaitu: yang berada pada kategori sangat aktif 4 orang (12,50%), aktif 26 orang (81,25%), cukup aktif 2 orang (6,25%), kurang aktif tidak ada (0%) dan sangat kurang aktif tidak ada (0%). Adapun nilai rata-rata aktivitas belajar siswa adalah 7,90. Bila dikonversikan ke dalam penggolongan aktivitas belajar siswa berada pada rentang  $7 \leq \bar{X} < 9$  atau berada dalam kategori aktif.

**Tabel 4.3 Data Aktivitas Belajar berguling Senam Lantai Pada Siklus II**

No	Kriteria	Jumlah	Persentase (%)	Keterangan
1	$\bar{X} \geq 9$	4	12,50	Sangat Aktif
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	26	81,25	Aktif
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	2	6,25	Cukup Aktif
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	-	-	Kurang Aktif
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang aktif
<b>Jumlah</b>		<b>32</b>	<b>100</b>	

Data hasil belajar didapatkan bahwa siswa yang berada pada kategori sangat baik 8 orang (25%), kategori baik 22 orang (68,75%), kategori cukup baik 2 orang (6,25%), kategori kurang baik tidak ada (0%) dan kategori sangat kurang baik tidak ada (0%). Ini berarti terdapat 30 orang (93,75%) dapat dikatakan tuntas dan 2 orang (6,25%) dikatakan belum tuntas. Ketuntasan siswa secara klasikal mencapai 93,75%. Bila dikonversikan ke dalam tingkat penguasaan kompetensi berada pada rentang 85%-100% berada dalam kategori sangat baik (tuntas).

**Tabel 4.4 Data Hasil Belajar Berguling Senam Lantai Pada Siklus II**

No	Tingkat Penguasaan	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Predikat	Keterangan
1	85 – 100 %	8	25	Sangat Baik	Tuntas
2	75 – 84%	22	68,75	Baik	Tuntas
3	65 – 74%	2	6,25	Cukup	Tidak Tuntas
4	55 – 64%	-	-	Kurang	Tidak Tuntas
5	0 – 54%	-	-	Sangat Kurang	Tidak Tuntas
<b>Jumlah</b>		<b>32</b>	<b>100</b>		

## PEMBAHASAN

### ❖ Peningkatan Aktivitas Belajar

Dilihat dari hasil penelitian analisis pada siklus I dan siklus II, diperoleh rata-rata hasil aktivitas secara klasikal. Adapun hasil dari rata-rata aktivitas belajar teknik berguling senam lantai secara klasikal yaitu sebesar 7,64 dan mengalami peningkatan dari siklus I ke siklus II sebesar 0,51 yang berada pada kategori aktif. Peningkatan aktivitas dalam penelitian ini tidak terlepas dari kelebihan-kelebihan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT yang menjadikan setiap siswa menjadi lebih siap dalam mengikuti pembelajaran khususnya dalam

pembelajaran teknik berguling senam lantai, serta dikarenakan penerapan model pembelajaran ini mengarahkan agar siswa yang pandai dapat mengajarkan siswa yang kurang pandai, sehingga secara otomatis siswa yang kurang pandai mendapatkan dampak yang positif.

#### ❖ **Peningkatan Hasil Belajar**

Dilihat dari hasil penelitian analisis pada siklus I dan siklus II, diperoleh rata-rata hasil belajar secara klasikal. Adapun rata-rata hasil belajar teknik berguling senam lantai secara klasikal yaitu sebesar 89,06% dan mengalami peningkatan sebesar 9,38% dari siklus I ke siklus II yang berada pada kategori sangat baik. Hasil belajar siswa dapat meningkat juga disebabkan karena dalam proses pembelajaran siswa telah mampu belajar dan beraktivitas sendiri untuk memperoleh pengalaman, pengetahuan, pemahaman dan tingkah laku lainnya, mampu bekerjasama dengan temannya, mengembangkan keterampilan yang dimiliki serta sudah mulai sangat aktif dan antusias selama proses pembelajaran sehingga dapat memahami materi pelajaran dengan sangat baik khususnya materi teknik berguling senam lantai

#### ❖ **Hasil Penelitian yang Mendukung**

Adapun hasil dan teori yang mendukung penelitian ini dalam proses pembelajaran yaitu: Pembelajaran kooperatif adalah pembelajaran yang secara sadar dan sengaja mengembangkan interaksi yang silih asuh untuk menghindari ketersinggungan dan kesalahpahaman yang dapat menimbulkan permusuhan (Nurhadi, dkk. 2004: 61), dalam pembelajaran kooperatif siswa tetap tinggal dalam kelompoknya selama beberapa kali pertemuan. Mereka diajarkan keterampilan-keterampilan khusus agar dapat bekerja sama dengan baik didalam kelompoknya, seperti menjadi pendengar aktif, memberi penjelasan teman kelompok dengan baik, dan dapat melakukan diskusi kelompok. Tujuan kooperatif terjadi jika siswa dapat mencapai tujuan mereka hanya jika siswa lain dengan siapa mereka bekerja sama mencapai tujuan yang ingin dicapai. Tujuan-tujuan pembelajaran ini mencangkup tiga tujuan penting, yaitu hasil belajar akademik, penerimaan terhadap keragaman, dan pengembangan keterampilan sosial (Ibrahim dkk, 2000: 7), pembelajaran

kooperatif adalah pembelajaran yang secara sadar dan sistematis mengembangkan interaksi yang silih asah, silih asih, dan silih asuh antar sesama siswa sebagai latihan hidup di dalam masyarakat nyata (Nurhadi dkk, 2004:61).

#### **❖ Kendala-kendala dan Keterbatasan Penelitian**

Kendala-kendala yang dihadapi saat penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT yaitu: (1) terbatasnya waktu pelaksanaan penelitian sehingga siswa kekurangan waktu untuk lebih memahami tahapan-tahapan model pembelajaran yang peneliti terapkan, (2) Kurang luasnya lapangan dan jumlah matras yang digunakan saat proses pembelajaran sehingga siswa tidak bisa leluasa melakukan gerakan senam lantai, (3) siswa kurang berani bertanya tentang materi pelajaran yang belum dipahami.

Dengan adanya kendala tersebut solusi yang peneliti sarankan kepada guru yaitu untuk selanjutnya agar lebih sering menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe NHT dalam pembelajaran Penjasorkes, sehingga siswa akan semakin paham dengan struktur pembelajaran dalam

model pembelajaran kooperatif tipe NHT. Peningkatan aktivitas dan hasil belajar dalam penelitian ini tidak terlepas dari kelebihan-kelebihan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT yang menjadikan setiap siswa menjadi lebih siap dalam mengikuti pembelajaran khususnya dalam pembelajaran teknik berguling senam lantai. Keberhasilan aktivitas dan hasil belajar siswa dapat meningkat juga disebabkan karena dalam proses pembelajaran siswa telah mampu belajar dan beraktivitas sendiri untuk memperoleh pengalaman, pengetahuan, pemahaman dan tingkah laku lainnya, mampu bekerjasama dengan temannya, mengembangkan keterampilan yang dimiliki serta sudah mulai sangat aktif dan antusias selama proses pembelajaran sehingga dapat memahami materi pelajaran dengan sangat baik khususnya materi teknik berguling senam lantai (Hamalik, 2008: 171).

#### **❖ Hasil Analisis Data Aktivitas Belajar Siklus I dan Siklus II**

Analisis data aktivitas belajar siklus I dan II yaitu: aktivitas belajar berguling senam lantai (berguling ke depan dan ke belakang) pada siklus I

secara klasikal dengan skor 7,39 tergolong aktif karena berada pada rentang  $7 \leq \bar{X} < 9$ . Siswa yang berada pada kategori sangat aktif 2 orang (6,25%), aktif 22 orang (68,75%), cukup aktif 8 orang (25%), kurang aktif dan sangat kurang aktif tidak ada (0%). Aktivitas belajar berguling senam lantai pada siklus II secara klasikal dengan skor 7,90 tergolong sangat aktif karena berada pada rentang  $7 \leq \bar{X} < 9$ . Siswa yang berada pada kategori sangat aktif 4 orang (12,50%), aktif 26 orang (81,25%), cukup aktif 2 orang (6,25%), kurang aktif tidak ada (0%) dan sangat kurang aktif tidak ada (0%).

Dengan memperhatikan data tersebut, aktivitas belajar senam lantai mengalami peningkatan dari siklus I ke siklus II sebesar 0,51. Berdasarkan skor rata-rata aktivitas belajar berguling senam lantai dari siklus I dan II, peneliti dapat mencari skor rata-rata secara keseluruhan dengan rumus sebagai berikut.

$$\text{Rata - rata} = \frac{\text{presentase siklus I} + \text{presentase siklus II}}{\text{banyaknya siklus}}$$

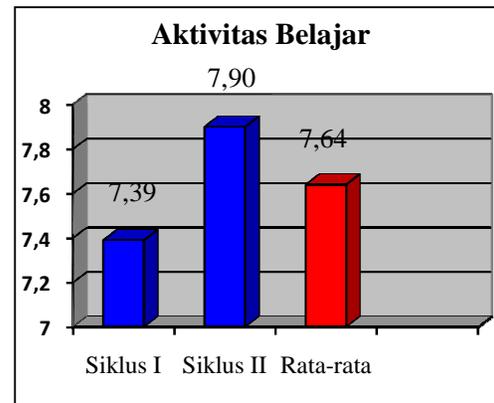
$$\text{Rata - rata} = \frac{7,39 + 7,90}{2}$$

$$\text{Rata - rata} = 7,64$$

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa rata-rata aktivitas

belajar berguling senam lantai siswa adalah 7,64 dan tergolong dalam kategori aktif. Aktivitas belajar berguling senam lantai siklus I dan II dapat dilihat dalam diagram seperti pada Gambar 4.5 sebagai berikut.

**Gambar 4.5 Diagram Aktivitas Belajar Berguling Senam Lantai pada Siklus I dan Siklus II**



#### ❖ Hasil Analisis Data Hasil Belajar Siklus I dan Siklus II

Analisis data hasil belajar penelitian siklus I dan II yaitu: Berdasarkan hasil belajar berguling senam lantai sesuai dengan analisis data pada siklus I dan siklus II, persentase tingkat ketuntasan hasil belajar berguling senam lantai secara klasikal pada siklus I sebesar 84,37% yang berada pada kategori baik. Persentase tingkat ketuntasan hasil belajar berguling senam lantai

secara klasikal pada siklus II adalah sebesar 93,75% yang berada pada kategori sangat baik. Persentase ketuntasan hasil belajar berguling senam lantai mengalami peningkatan sebesar 9,38% dari siklus I ke siklus II.

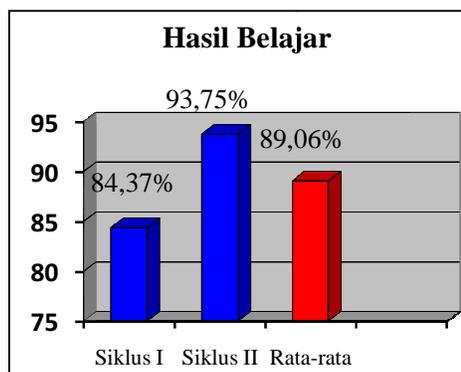
$$\text{Rata-rata} = \frac{\text{presentase siklus I} + \text{presentase siklus II}}{\text{banyaknya siklus}}$$

$$\text{Rata - rata} = \frac{84,37\% + 93,75\%}{2}$$

$$\text{Rata - rata persentase} = 89,06\%$$

Jadi rata-rata persentase tingkat hasil belajar berguling senam lantai telah mencapai 89,06% dengan kategori sangat baik. Hasil belajar berguling senam lantai siklus I dan II dapat dilihat dalam diagram seperti pada Gambar 4.6 sebagai berikut.

**Gambar 4.6 Diagram Hasil Belajar Berguling Senam Lantai pada Siklus I dan Siklus II**



Berdasarkan data penelitian di atas maka dapat yakini bahwa implementasi model pembelajaran

kooperatif tipe NHT dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar berguling senam lantai pada siswa kelas VIII B SMP Negeri 2 Selat Karangasem tahun pelajaran 2012/2013.

Peningkatan aktivitas dan hasil belajar dalam penelitian ini tidak terlepas dari kelebihan-kelebihan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT yang menjadikan setiap siswa menjadi lebih siap dalam mengikuti pembelajaran khususnya dalam pembelajaran teknik berguling senam lantai, serta dikarenakan penerapan model pembelajaran ini mengarahkan agar siswa yang pandai dapat mengajarkan siswa yang kurang pandai, sehingga secara otomatis siswa yang kurang pandai mendapatkan dampak yang positif.

Aktivitas dan hasil belajar siswa dapat meningkat juga disebabkan karena dalam proses pembelajaran siswa telah mampu belajar dan beraktivitas sendiri untuk memperoleh pengalaman, pengetahuan, pemahaman dan tingkah laku lainnya, mampu bekerjasama dengan temannya, mengembangkan keterampilan yang dimiliki serta sudah mulai sangat aktif dan antusias

selama proses pembelajaran sehingga dapat memahami materi pelajaran dengan sangat baik khususnya materi teknik berguling senam lantai.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, disimpulkan bahwa:

- 1) Aktivitas belajar berguling senam lantai (berguling ke depan dan berguling ke belakang) meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII B SMP Negeri 2 Selat Karangasem tahun pelajaran 2012/2013. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata aktivitas belajar berguling senam lantai siswa secara klasikal pada siklus I sebesar 7,39 yang berada pada kategori aktif dan mengalami peningkatan sebesar 0,51 pada siklus II menjadi 7,90 yang berada pada kategori aktif. Dari hasil siklus I dan II, diperoleh rata-rata persentase aktivitas belajar berguling senam

lantai sebesar 7,64 yang berada pada kategori aktif.

- 2) Hasil belajar berguling senam lantai (berguling ke depan dan berguling ke belakang) meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII B SMP Negeri 2 Selat Karangasem tahun pelajaran 2012/2013. Hal ini dapat di lihat dari rata-rata persentase hasil belajar berguling senam lantai siswa secara klasikal pada siklus I sebesar 84,37% yang berada pada kategori baik (tuntas) dan mengalami peningkatan sebesar 9,38% pada siklus II menjadi 93,75% yang berada pada kategori sangat baik. Dari hasil data penelitian siklus I dan siklus II diperoleh rata-rata persentase hasil belajar siswa berguling senam lantai secara klasikal sebesar 89,06% yang berada pada kategori sangat baik.

## DAFTAR RUJUKAN

- Departemen Pendidikan Nasional. 2006. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan SD dan Madrasah Ibtidaiyah*. Jakarta: Depdiknas.
- Edi Sumberbawa, Gede. 2012. *Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Berguling (Roll) Senam Lantai Pada Siswa Kelas XI I A 1 SMA Negeri 1 Singaraja Tahun Pelajaran 2011/2012*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Undiksha Singaraja.
- Edy Sugiarta, I Made. 2012. *Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Pasing Control Sepak Bola Pada Siswa Kelas VII A SMP Negeri 1 Kubu Tahun Pelajaran 2011-2012*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Undiksha Singaraja.
- Ibrahim, Muslimin, dkk. 2000. *Pembelajaran Kooperatif*. Surabaya: University Press.
- Iragraha, Fernanda. 2012. *Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas XI Bahasa SMA Laboratorium (LAB) Undiksha Singaraja Tahun Pelajaran 2011/2012*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Undiksha Singaraja.
- Kanca, I Nyoman. 2006. *Metodelogi Penelitian Keolahragaan*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Lisa Sulistiadewi, Ni Putu. 2012. *Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Sikap Kayang Dalam Senam Lantai Pada Siswa Kelas VII A 2 SMP Negeri 4 Tejakula Tahun Pelajaran 2011-2012*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Undiksha Singaraja.
- Nurhadi, dkk. 2004. *Pembelajaran Kontekstual Penerapannya dalam KBK*. Malang: Universitas Negeri Malang.

- Pande Adriyana, I Kadek. 2012. *Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Teknik Dasar Passing Bolabasket Pada Siswa Kelas VIII B SMP Negeri 1 Rendang tahun Pelajaran 2011-2012*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Undiksha Singaraja.
- Rupawan, I Nyoman. 2012. *Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SD Negeri 1 Tegallingah Tahun Pelajaran 2011/2012*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Undiksha Singaraja.
- Syarifuddin Aip. 1997. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan I*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Suardana, I Komang. 2012. *Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Teknik Dasar Mengguling (Roll) Senam Lantai Pada Siswa Kelas VII B SMP Negeri 3 Singaraja Tahun Pelajaran 2011-2012*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Undiksha Singaraja.
- Umika Putri, Ida Ayu Putu. 2012. *Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) untuk Meningkatkan Keaktifan dan Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas V SD Negeri 13 Dauh Puri Denpasar*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Ilmu Pendidikan, Undiksha Singaraja.

