

**PENERAPAN KOOPERATIF STAD UNTUK MENINGKATKAN  
AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR BERGULING SENAM LANTAI**



**Oleh  
I Gusti Agung Ngurah Kepakisan  
NIM 0816011079**

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

# **”PENERAPAN KOOPERATIF STAD UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR BERGULING SENAM LANTAI”**

**I Gusti Agung Ngurah Kepakisan  
NIM 0816011079**

PENJASKESREK, FOK, Universitas Pendidikan Ganesha, Kampus Tengah  
Undiksha Singaraja, Jalan Udayana Singaraja- Bali Tlp (0362) 32559  
e-mail: [agunk\\_ajoest@yahoo.co.id](mailto:agunk_ajoest@yahoo.co.id)

**Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar berguling senam lantai pada siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat Karangasem tahun pelajaran 2012/2013”. Penelitian ini yaitu penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus. Subjek penelitiannya adalah siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat yang berjumlah 30 orang terdiri dari 14 orang siswa putra dan 16 orang siswa putri. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil analisis data pada siklus I aktivitas belajar berguling secara klasikal sebesar 7,58 24 siswa (aktif), dan pada siklus II sebesar 8,9 30 siswa (aktif). Dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan sebesar 20% 6 siswa. Sedangkan persentase hasil belajar berguling secara klasikal pada siklus I sebesar 16,67% 5 siswa (sangat kurang), dan pada siklus II sebesar 83,33% 23 siswa (baik). Dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan sebesar 93,34% 28 siswa. Berdasarkan analisis dan pembahasan dapat disimpulkan aktivitas dan hasil belajar berguling senam lantai meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat tahun pelajaran 2012/2013.

**Abstract :** This study aims to improve the activity and learning outcomes roll (Roll) floor exercises in class VIII 5 SMP Negeri 1 Selat school year 2012/2013 ". This study classified as class action research conducted in two cycles. The subject of research is the eighth grade students of SMP Negeri 1 Selat totaling 30 people consisting of 14 students and 16 students son's daughter. Data were analyzed using descriptive statistics. The results of the analysis of the data in the first cycle of learning activities roll (roll) in the classical style of 7,58 (active), and on the second cycle of 8,9 (active). From cycle I to cycle II was increased by 20 percentage. while in the classical style in the first cycle of 16,67% (very bad), and on the second cycle of 83.33% (good). From cycle I to cycle II, an increase of 93,34%. Based on the data analysis and discussion, it is concluded that the activity and learning outcomes roll floor exercises improved through the implementation of cooperative learning model type STAD in class VIII 5 SMP Negeri 1 Selat school year 2012/2013.

**Kata-Kata Kunci :** Kooperatif Tipe STAD ,Aktivitas, Hasil Belajar, Berguling Senam Lantai.

Dalam proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) ditekankan pada pengembangan individu secara menyeluruh, dalam arti pengembangan moral spiritual, kebugaran jasmani, dan aktivitas gerak fisik sebagai sarana untuk merealisasikan tujuan pembelajaran. Penjasorkes tidak diarahkan untuk menguasai cabang olahraga, namun lebih mengutamakan proses perkembangan motorik siswa.

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti lakukan di SMP Negeri 1 Selat, aktivitas dan hasil belajar pada siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat yang berjumlah 30 siswa, 16 siswa putra dan 14 siswa putri pada tanggal 8 Maret dan 15 Maret 2013, dimana aktivitas belajar yang diamati meliputi aktivitas visual, lisan, audio, metrik, mental serta emosional siswa saat menerima pelajaran. Dari hasil pengamatan yang peneliti lakukan, aktivitas belajar siswa masih tergolong rendah ini dapat dilihat dari persentase aktivitas belajar berguling (*roll*) senam lantai pada siswa dalam kategori sangat aktif tidak ada, siswa dalam kategori sangat aktif 3 siswa (10,34%), siswa dalam kategori aktif sebanyak 10 siswa (34,48 %), siswa dalam kategori cukup aktif sebanyak 14 siswa (48,27 %), kategori

kurang aktif sebanyak 2 siswa (6,90%) dan kategori sangat kurang aktif tidak ada. Berdasarkan data di atas, maka peneliti bisa mengetahui bahwa aktivitas belajar berguling (*roll*) senam lantai berada pada kategori kurang aktif dengan rata-rata klasikal kelas yaitu sebesar 57,93 pada kriteria cukup aktif. Berdasarkan hasil observasi awal data aktivitas ini dikatakan bermasalah karena belum memenuhi kriteria pencapaian minimal aktivitas belajar  $7 \leq \bar{X} < 9$  pada kategori cukup aktif.

Demikian pula hasil belajar siswa juga perlu ditingkatkan. Dari observasi awal hasil belajar berguling (*roll*) senam lantai siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat dengan jumlah 30 siswa, kemampuan siswa dalam melakukan gerakan berguling (*roll*) senam lantai masih rendah karena siswa masih kurang berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, mudah putus asa dalam melakukan berguling (*roll*) senam lantai, dalam mengikuti pelajaran kurang bersungguh-sungguh serta kurang berani dalam mengemukakan pendapat. Sehingga hal tersebut berdampak pada tingkat ketuntasan hasil belajar siswa. Dimana tingkat ketuntasan siswa berpedoman pada Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) mata pelajaran penjasorkes yaitu sebesar 75 %.

Persentase hasil belajar berguling (*roll*) senam lantai yaitu 13 siswa (43,33%) tergolong memenuhi KKM dan siswa yang tidak memenuhi KKM sebanyak 17 siswa (56,67%). Secara klasikal didapatkan persentase rata-rata hasil belajar berguling (*roll*) senam lantai yaitu sebesar (64,53%). Dengan menganalisa data hasil belajar berguling (*roll*) senam lantai, terlihat hasil belajar siswa masih mengalami permasalahan yaitu masih berada pada kategori cukup baik dan belum memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sekolah. Sementara itu hasil belajar siswa dikatakan tuntas jika minimal berada pada Kriteria Ketuntasan Minimal yaitu sebesar 75%. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada proses pembelajaran penjasorkes khususnya pada salah satu pembelajaran senam lantai siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat, peneliti menemukan permasalahan yaitu siswa kurang memahami teori berguling (*roll*) senam lantai, siswa kurang disiplin dalam mengikuti pembelajaran, serta dalam melakukan gerakan masih banyak siswa yang gerakannya masih perlu diperbaiki. Sehingga hal tersebut berdampak pada hasil belajar siswa, ini terlihat dari masih banyak siswa yang tidak tuntas dalam pembelajaran berguling (*roll dan back roll*) senam lantai.

Bertitik tolak dari uraian di atas peneliti mencoba memberikan alternatif

pemecahan masalah yaitu dengan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *Student Teamss Achievemen Division* (STAD). Model pembelajaran kooperatif tipe STAD adalah model pembelajaran yang paling sederhana yang menempatkan siswa dalam kelompok-kelompok belajar yang beranggotakan 4 sampai 5 orang dengan kemampuan yang berbeda dan cocok diterapkan di semua mata pelajaran. Tipe STAD dapat mengkondisikan siswa dalam lingkungan belajar yang nyaman dimana siswa dapat saling bertukar pendapat dan saling memberi kontribusi kepada anggota kelompok lainnya. Adapun langkah-langkah pembelajaran kooperatif tipe STAD yaitu menyampaikan tujuan dan memotivasi siswa, menyajikan / menyampaikan informasi, mengorganisasikan siswa dalam kelompok-kelompok belajar, membimbing kelompok bekerja dan belajar, evaluasi, memberikan penghargaan (Ibrahim, dkk, dalam Trianto, 2007: 54).

Sesuai dengan masalah tersebut, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Student Teamss Achievement Devision* (STAD) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Berguling (*roll*) senam lantai Pada Siswa Kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat Tahun Pelajaran 2012/2013” dengan tujuan untuk meningkatkan aktivitas dan

hasil belajar siswa khususnya siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat tahun pelajaran 2012/2013 dalam materi pelajaran Berguling (*roll*) senam lantai.

### METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Ojan SN (dalam Kanca, 2010: 115) mengatakan bahwa ada empat bentuk penelitian tindakan kelas (PTK) yaitu :

1. Guru sebagai peneliti,
2. Penelitian tindakan kolaboratif,
3. Simultan terintegrasi
4. Administrasi sosial eksperimental.

Jenis penelitian yang digunakan adalah peneliti sebagai guru. Peneliti berperan sebagai guru terlibat secara penuh dalam proses perencanaan, aksi (tindakan), observasi/evaluasi dan refleksi. Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat yang berjumlah 30 siswa yang terdiri dari 14 siswa putri dan 16 siswa putra dengan materi Berguling (*roll*) senam lantai sebagai objek penelitian.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik deskriptif. Data mengenai aktivitas belajar siswa dikumpulkan berdasarkan lembar observasi yang diamati selama berlangsungnya proses pembelajaran dengan menggolongkan

aktivitas belajar siswa yang disusun berdasarkan rata-rata skor keaktifan belajar siswa secara klasikal ( $\bar{X}$ ), mean ideal (Mi) dan standar deviasi ideal (SDi). Rumusan untuk mencari Mi dan SDi adalah

$$Mi = \frac{1}{2} \times (\text{skor tertinggi ideal} + \text{skor terendah ideal})$$

terendah ideal)

$$SDi = \frac{1}{3} \times Mi$$

(Nurkencana dan Sunartana, 1990: 100).

Keterangan :

Mi : Mean Ideal (angka rata-rata ideal)

SMI : Skor maksimal ideal

Adapun penggolongan aktivitas siswa secara klasikal menggunakan kriteria yang tersaji pada Tabel 3.17. sebagai berikut.

**Tabel 1.1 . Kriteria Penggolongan Aktivitas Belajar Berguling (*Roll*) Senam Lantai**

No	Kriteria	Kategori	Ket.
1	$\bar{X} \geq Mi + 1,5 Sdi$	Sangat Aktif	Aktif
2	$Mi + 0,5 SDi \leq \bar{X} < Mi + 1,5 Sdi$	Aktif	
3	$Mi - 0,5 SDi \leq \bar{X} < Mi + 0,5 Sdi$	Cukup Aktif	Kurang aktif
4	$Mi - 1,5 SDi \leq \bar{X} < Mi - 0,5 Sdi$	Kurang Aktif	
5	$\bar{X} < Mi - 1,5 Sdi$	Sangat Kurang Aktif	

Data mengenai aktivitas belajar siswa dikumpulkan berdasarkan lembar observasi yang diamati selama berlangsungnya proses pembelajaran.

Kriteria tingkat penguasaan kompetensi SMP Negeri 1 Selat mata pelajaran Penjasorkes dapat dilihat seperti pada tabel 3.19 berikut.

**Tabel 1.2. Konversi Nilai Mata Pelajaran Penjasorkes SMP Negeri 1 Selat**

No	Tingkat Penguasaan	Nilai Huruf	Predikat	Keterangan
1	85 % - 100 %	A	Sangat Baik	Tuntas
2	75% - 84%	B	Baik	
3	65 % - 74 %	C	Cukup	Tidak Tuntas
4	55 % - 64 %	D	Kurang	
5	0 % - 54 %	E	Sangat Kurang	

Sedangkan untuk mengetahui ketuntasan hasil belajar secara klasikal, dihitung dengan menggunakan rumus :

$$KB = \frac{\text{Jumlah Siswa yang Tuntas}}{\text{Jumlah Siswa Keseluruhan}} \times 100\%$$

Keterangan :

KB = Ketuntasan Belajar

Penelitian dianggap berhasil apabila aktivitas belajar siswa berada di kategori aktif, sedangkan untuk hasil belajar sesuai dengan KKM yang diterapkan di sekolah.

## HASIL PENELITIAN

Pada observasi awal yang dilakukan di SMP Negeri 1 Selat tahun pelajaran 2012/2013, ditemukan data aktivitas dan hasil belajar yang masih rendah. Hasil penelitian siklus I pada aktivitas belajar yaitu: pada kategori sangat aktif tidak ada, aktif 24 siswa (80%), cukup aktif 6 siswa (20%), cukup aktif dan kurang aktif tidak ada. Rata-rata aktivitas belajar pada siklus I yaitu 7,5 yang berada pada kategori aktif.

**Tabel 1.3. Data Aktivitas Belajar Berguling (roll) senam lantai pada Siklus I**

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase	Kategori	Ket
1	$\bar{X} \geq 9$	1	3,33%	Sangat Aktif	Aktif 24 orang (80%)
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	23	76,67%	Aktif	
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	6	20%	Cukup Aktif	Belum aktif 6 orang (20%)
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	-	-	Kurang Aktif	
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang Aktif	
Total		30	100%		30(100%)

Pada data hasil belajar didapatkan siswa yang tuntas sebanyak 5 siswa (16,68%), sedangkan siswa yang tidak

tuntas sebanyak 25 siswa (83,34%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.4 berikut :

**Tabel 1.4. Data Hasil Belajar Berguling (roll) senam lantai pada Siklus I**

No	Rentang Skor	Jumlah Siswa	Persentase	Kategori	Keterangan
1	85%-100%	0	0%	Sangat Baik	5 orang 16,68% Tuntas
2	75%-84%	5	16,68%	Baik	
3	65%-74%	24	80%	Cukup	25 Orang 83,34% Tidak Tuntas
4	55%-64%	1	1%	Kurang	
5	0%-54%	0	0%	Sangat Kurang	
		30	100%		

Pada siklus II dilakukan rencana tindakan berdasarkan refleksi dari siklus I. Dari tindakan tersebut maka siklus II terjadi peningkatan pada aktivitas dan hasil belajar. Pada data aktivitas belajar siswa dapat disampaikan pada kategori sangat aktif sebanyak 14 siswa (46,67%), pada kategori aktif sebanyak 16 siswa (53,33%), kategori cukup aktif, kurang aktif, dan sangat kurang aktif tidak ada.

**Tabel 1.5. Data Aktivitas Belajar Berguling (roll) senam lantai pada Siklus II**

No	Kriteria	Jumlah siswa	Persentase (%)	Ket.
1	$\bar{X} \geq 9$	14	46,67%	30 Orang Sangat Aktif
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	16	53,33%	Aktif
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	-	-	Cukup Aktif
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	-	-	Kurang Aktif
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang Aktif
Jumlah		30	100%	30 (100%)

Pada data hasil belajar didapatkan bahwa : Siswa dengan kategori sangat baik tidak ada, baik sebanyak 37 siswa (94,8%) cukup baik sebanyak 2 siswa (5,2%), tidak ada siswa dengan kategori kurang baik dan sangat kurang baik. Ketuntasan siswa keseluruhan yaitu: 16,67%.

**Tabel 1.6. Data Hasil Belajar Berguling (roll) senam lantai pada Siklus II**

No	Rentang Skor	Jumlah Siswa	Persentase	Kategori	Keterangan
1	85%-100%	3	10%	Sangat Baik	23 orang 76,66% Tuntas
2	75%-84%	20	66,66%	Baik	
3	65%-74%	7	23,33%	Cukup	7 orang 23,33% Tidak Tuntas
4	55%-64%	0	-	Kurang	
5	0%-54%	0	-	Sangat Kurang	
		39	100%		30 (100%)

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data aktivitas dan hasil belajar yang peneliti lakukan dari 30 siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat pada observasi awal, aktivitas belajar siswa yang berada pada kategori aktif dalam mengikuti pelajaran sebanyak 9 siswa (30%), dan siswa yang hasil belajarnya tuntas sebanyak 7 siswa (23,34%). Setelah diberikan tindakan pada siklus I, aktivitas belajar siswa meningkat sebanyak 15 siswa (50%) dari observasi awal, sehingga aktivitas belajar siswa pada siklus I menjadi 24 siswa (80%) yang berada pada kategori aktif. Sedangkan untuk hasil belajar pada siklus I juga mengalami peningkatan sebanyak 5 siswa (16,67%) dari observasi awal dimana siswa yang tuntas pada siklus I menjadi 7 siswa (23,34%). Karena aktivitas belajar siswa pada siklus I masih tergolong kurang aktif serta hasil belajar yang masih kurang dari KKM, maka diberikan tindakan kembali pada siklus II. Setelah diberikan tindakan pada siklus II, aktivitas belajar siswa yang aktif menjadi 30 siswa (100%) mengalami peningkatan sebanyak 6 siswa (20%) dari siklus I. Sedangkan untuk hasil belajar,

meningkat sebanyak 12 siswa (30,8%) dari siklus I, sehingga pada siklus II siswa yang hasil belajarnya tuntas sebesar 28 siswa (93,34%).

Keberhasilan dalam penelitian ini sesuai dengan dikemukakan oleh Hamalik (2004 : 171) yang menyatakan bahwa pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang menyediakan kesempatan belajar sendiri dan beraktivitas sendiri kepada siswa. Siswa belajar dan beraktivitas sendiri untuk memperoleh pengalaman, pengetahuan, pemahaman, dan tingkah laku lainnya serta mengembangkan keterampilannya yang bermakna. Sehingga dalam hal ini, kegiatan atau aktivitas belajar siswa merupakan pondasi dan prinsip

fundamental untuk mencapai hasil belajar yang lebih optimal. Hasil belajar menunjuk pada perubahan struktur pengetahuan individu sebagai hasil dari situasi belajar. Hasil belajar beranekaragam besarnya, baik yang menyangkut belajar fakta sederhana maupun keterampilan-keterampilan teknis yang bersifat kompleks. Hasil belajar juga berbeda dalam kawasan isi, yang meliputi hasil belajar efektif dan keterampilan-keterampilan sosial, keterampilan-keterampilan motorik, dan pengetahuan prosedural.



## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, aktivitas dan hasil belajar berguling (*roll*) senam lantai melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siswa kelas VIII 5 SMP Negeri 1 Selat tahun pelajaran 2012/2013 mengalami peningkatan.

Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD dapat di jadikan salah satu solusi untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar khususnya berguling (*roll*) senam lantai.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Hamalik, Oemar. 2004. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Kanca, I Nyoman. 2010. *Metodelogi Penelitian Keolahragaan*. Singaraja: Undiksha Singaraja.
- Nurkencana, Wayan dan Sunartana. 1990. *Evaluasi Hasil Belajar*. Surabaya: PT Usaha Nasional.
- Trianto. 2007. *Model-model Pembelajaran inovatif Berorientasi Konstruktivistik*. Jakarta. Prestasi Pustaka.