

**PENGUNAAN MEDIA PEMBELAJARAN *AUDIO VISUAL*
UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *HEADSTAND* DALAM
SENAM LANTAI PADA SISWA KELAS V MI NEGERI MULUR
KECAMATAN BENDOSARI KABUPATEN SUKOHARJO
TAHUN AJARAN 2012/2013**



SKRIPSI

Oleh:

SIDHIK PARIPURNO

X4610104

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
commit to serve
Januari 2014**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN
UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR HEADSTAND DALAM
SENAM LANTAI PADA SISWA KELAS V MI NEGERI MULUR
KABUPATEN SUKOHARJO

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Sidhik Paripurno
NIM : X4610104
Jurusan/Program Studi : JPOK/ Penjaskesrek

menyatakan bahwa skripsi saya " **PENGUNAAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO-VISUAL UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR HEADSTAND DALAM SENAM LANTAI PADA SISWA KELAS V MI NEGERI MULUR KECAMATAN BENDOSARI KABUPATEN SUKOHARJO TAHUN AJARAN 2012/2013**" ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, Agustus 2013

Yang membuat pernyataan



Sidhik Paripurno

**PENGUNAAN MEDIA PEMBELAJARAN *AUDIO VISUAL*
UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *HEADSTAND* DALAM
SENAM LANTAI PADA SISWA KELAS V MI NEGERI MULUR
KECAMATAN BENDOSARI KABUPATEN SUKOHARJO
TAHUN AJARAN 2012/2013**



Oleh:

SIDHIK PARIPURNO

X4610104

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
Januari 2014**

commit to user

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

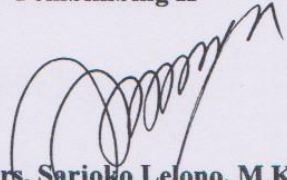
Surakarta, Nopember 2013

Persetujuan Pembimbing,

Pembimbing I


Drs.H. Agus Margono, M.Kes
NIP. 19580822 198403 1 002

Pembimbing II


Drs. Sariooko Lelono, M.Kes
NIP. 19600119 198503 1 007

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar sarjana pendidikan.

Pada hari : Kamis

Tanggal : 9 Januari 2014

Tim Penguji Skripsi :

(Nama Terang)

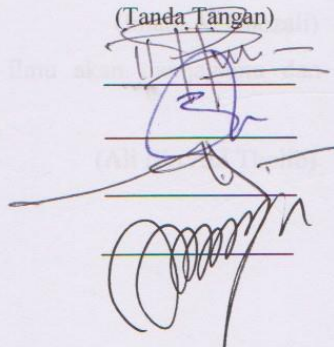
(Tanda Tangan)

Ketua : Djoko Nugroho, S.Pd., M.Or

Sekretaris : Sri Santoso Sabarini, S.Pd., M.Or

Anggota I : Drs. H. Agus Margono, M.Kes

Anggota II : Drs. Sarjoko Lelono, M.Kes



Disahkan oleh :

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret



Prof. Dr. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd.

NIP 19600727 198702 1 001

MOTTO

- Barang siapa yang bersungguh-sungguh dan bersabar, maka akan mendapatkan apa yang dia cita-citakan

(Hadist Nabi)

- Tuntutlah ilmu untuk tujuan yang mulia, yang akan memberikan kebaikan, kelurusan dan kemuliaan kepadamu serta akan memberikan kemajuan dan membangun peradaban umatmu

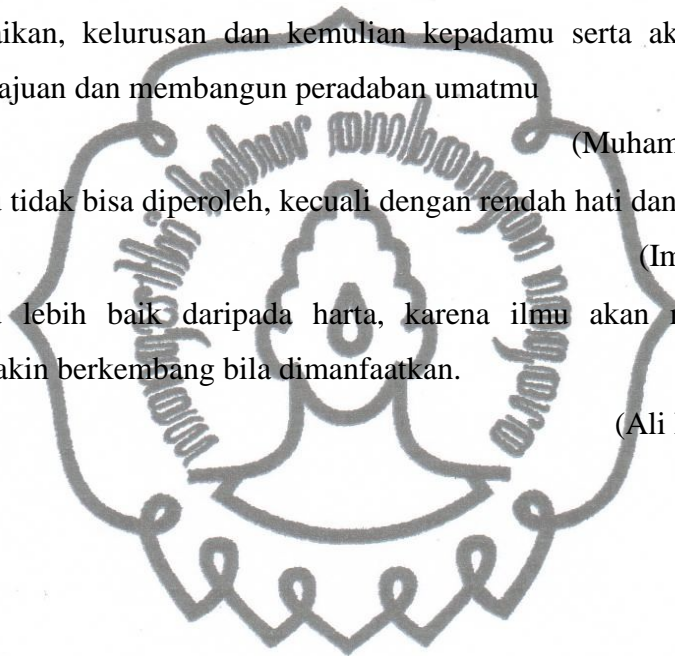
(Muhammad Ali Quthb)

- Ilmu tidak bisa diperoleh, kecuali dengan rendah hati dan kepatuhan.

(Imam Al Ghozali)

- Ilmu lebih baik daripada harta, karena ilmu akan menjagamu dan semakin berkembang bila dimanfaatkan.

(Ali Bin Abi Tholib)



PERSEMBAHAN

Teriring rasa syukur kepada Allah SWT, kupersembahkan karya ini kepada :

- ❖ “Bapak dan Ibu Tercinta yang selalu memberikan doa restu untukku, beserta keluargaku ASASI yang selalu memberikan semangat dan memberi warna dalam perjalanan hidupku.”
- ❖ “Almamater dan Rekan-rekan Penjaskesrek S1 Transfer JPOK FKIP UNS.”



commit to user

ABSTRAK

Sidhik Paripurno. PENGGUNAAN MEDIA PEMBELAJARAN *AUDIO VISUAL* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *HEADSTAND* DALAM SENAM LANTAI PADA SISWA KELAS V MI NEGERI MULUR KECAMATAN BENDOSARI KABUPATEN SUKOHARJO TAHUN AJARAN 2012/2013, Skripsi. Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Agustus 2013.

Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi ketakutan siswa dan membantu siswa kelas V MI Negeri Mulur Bendosari Sukoharjo tahun ajaran 2012 /2013 dalam meningkatkan hasil belajar senam lantai *headstand* dengan penggunaan media pembelajaran *audio visual*.

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Sumber data penelitian ini adalah siswa kelas V MI Negeri Mulur Bendosari Sukoharjo tahun ajaran 2012/2013 berjumlah 24 orang yang terdiri atas 9 siswa putra dan 15 siswa putri. Teknik pengumpulan data dengan observasi dan penilaian hasil belajar senam lantai *headstand*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif yang berdasarkan pada analisis kuantitatif dengan prosentase .

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa: Penggunaan media pembelajaran *audio visual* dapat meningkatkan hasil belajar senam lantai *headstand* pada siswa kelas V MI Negeri Mulur Bendosari Sukoharjo tahun ajaran 2012/2013. Dari hasil analisis yang diperoleh mengalami peningkatan dari siklus I dan siklus II. Hasil belajar senam lantai *headstand* pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 54.27% atau 13 siswa. Pada siklus II terjadi peningkatan prosentase hasil belajar siswa dalam kategori tuntas sebesar 75,00% atau 17 siswa.

Kata kunci : Media pembelajaran *audiovisual*, hasil belajar *headstand*.

ABSTRACT

Sidhik Paripurno. THE USE OF AUDIOVISUAL LEARNING MEDIA TO IMPROVE HEADSTAND LEARNING OUTCOME IN FLOOR GYMNASTICS IN THE V GRADERS OF MI NEGERI MULUR OF BENDOSARI SUBDISTRICT OF SUKOHARJO REGENCY IN THE SCHOOL YEAR OF 2012/2013, Thesis. Surakarta: Teacher Training and Education Faculty, Surakarta Sebelas Maret University, August 2013.

This research aimed to cope with student fear and to help the V graders of MI Negeri Mulur of Bendosari Subdistrict of Sukoharjo Regency in the school year of 2012/2013 in improving the headstand floor gymnastic learning outcome using audiovisual learning media.

This study was a classroom action research (CAR). The data source of research was the V graders of MI Negeri Mulur Bendosari Sukoharjo in the school year of 2012/2013 consisting of 24 students: 9 boys and 15 girls. Techniques of collecting data used were observation and the assessment of headstand floor gymnastic learning outcome. Technique of analyzing data employed in this research was a descriptive one based on quantitative analysis with percentage.

Considering the result of research, it could be concluded that: The use of audiovisual learning media could improve the headstand floor gymnastic learning outcome in the V graders of MI Negeri Mulur Bendosari Sukoharjo in the school year of 2012/2013. From the result of analysis, it could be found that there was an improvement from cycle I to cycle II. The headstand floor gymnastic learning outcome in cycle I was included into passing category for 13 students (54.27%). In cycle II, this number increased to 17 students (75.00%).

Keywords: Audiovisual learning media, headstand learning outcome.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PERNYATAAN.....	ii
PENGAJUAN	iii
PERSETUJUAN.....	iv
PENGESAHAN	v
MOTTO.	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRAC.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
KATA PENGANTAR.....	xvi
BAB I.PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Penelitian.....	2
D. Manfaat Penelitian.....	2
BAB II. LANDASAN TEORI	4
A. Tinjauan Pustaka	4
1. Belajar dan Pembelajaran.....	4
a. Pengertian Belajar	4
b. Pengertian dan Konsep Pembelajaran.....	5
2. Media Pembelajaran.....	6
a. Pengertian Media pembelajaran.....	6
b. Peran dan Manfaat Media pembelajaran	6

c. Jenis Media Pembelajaran.....	7
3. Hasil Belajar	8
a. Pengertian Hasil Belajar	8
b. Klasifikasi Hasil Belajar.....	9
4. Senam	10
a. Pengertian Senam	10
b. Jenis Senam	11
c. Manfaat Senam	12
d. Senam Lantai <i>Headstand</i>	13
5. Pembelajaran <i>Headstand</i> Melalui Media <i>AudioVisual</i>	18
a. Penggunaan Media <i>AudioVisual</i> dalam Pembelajaran.....	18
B. Kerangka Berpikir	20
BAB III. METODE PENELITIAN.....	21
A. Waktu dan Tempat Penelitian.....	21
1. Waktu Penelitian.....	21
2. Tempat Penelitian.....	21
B. Subjek Penelitian	22
C. Sumber Data	22
D. Teknik Pengumpulan Data.....	22
E. Uji Validitas Data	22
F. Teknik Analisis Data	23
G. Indikator Kinerja Penelitian.....	24
H. Prosedur Penelitian.	24
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	28
A. Deskripsi Pra Tindakan.....	28
B. Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus.....	30
1. Siklus I	30
a. Perencanaan Tindakan I.....	30
b. Pelaksanaan Tindakan I.....	30
c. Observasi dan Interpretasi Tindakan Siklus I.....	33
d. Analisis dan Refleksi Tindakan Siklus I.....	33

2. Siklus II	35
a. Perencanaan Tindakan II.....	35
b. Pelaksanaan Tindakan II.....	36
c. Observasi dan Interpretasi Tindakan Siklus II.....	38
d. Analisis dan Refleksi Tindakan Siklus II.....	39
C. Ketercapaian Hasil Tindakan Antar Siklus.....	41
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	43
BAB V. SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	44
A. Simpulan.....	44
B. Implikasi.....	44
C. Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA.....	48
LAMPIRAN.....	49



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Rincian Kegiatan Waktu dan Jenis Kegiatan	21
Tabel 3.2. Prosentase Target Capaian	24
Tabel 4.1 Diskripsi Data Awal Hasil Belajar <i>Headstand</i> Dalam Senam Lantai Pada Siswa Kelas V MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013.....	29
Tabel 4.2 Diskripsi Data Akhir Siklus I Hasil Belajar <i>Headstand</i> Dalam Senam Lantai Pada Siswa Kelas V MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013	33
Tabel 4.3 Diskripsi Data Akhir Siklus II Hasil Belajar <i>Headstand</i> Dalam Senam Lantai Pada Siswa Kelas V MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013	39
Tabel 4.4 Diskripsi Data Hasil Akhir Ketercapaian Antar Siklus, Hasil Belajar <i>Headstand</i> dalam Senam Lantai Pada Siswa Kelas V MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013	41
Tabel 6.1 Rekapitulasi Data Awal Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013.....	74
Tabel 6.2 Rekapitulasi Data Awal Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013	75
Tabel 6.3 Rekapitulasi Data Siklus I Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013.....	76
Tabel 6.4 Rekapitulasi Data Siklus I Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013.....	77
Tabel 6.5 Rekapitulasi Data Siklus II Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013.....	78
Tabel 6.6 Rekapitulasi Data Siklus II Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013.....	79

DAFTAR GAMBAR

			Halaman
Gambar	2.1	Gerakan Bertumpu Kedua Tangan dan Kepala.....	14
Gambar	2.2	Gerakan Mengangkat Tungkai Menopang pada Siku	15
Gambar	2.3.	Gerakan Mengangkat Kedua Tungkai.	15
Gambar	2.4	Rangkaian Gerakan <i>Headstand</i>	15
Gambar	2.5	Rangkaian Variasi Gerakan <i>Headstand</i>	16
Gambar	2.6	Rangkaian Variasi Gerakan <i>Headstand</i>	16
Gambar	2.7	Cara Pemberian Bantuan <i>Headstand</i> dengan Berlutut.....	16
Gambar	2.8	Cara Pemberian Bantuan <i>Headstand</i> dengan Jongkok.	17
Gambar	2.9	Cara Pemberian Bantuan <i>Headstand</i> dengan Berdiri	17
Gambar	2.10	Kerangka Pemikiran Penelitian.....	20
Gambar	2.11	Bagan Siklus Penelitian.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1	Silabus Pembelajaran.....	50
Lampiran 2	RPP Siklus I	51
Lampiran 3	RPP Siklus II.....	63
Lampiran 4	Rekapitulasi Data Awal Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013	74
Lampiran 5	Rekapitulasi Data Awal Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013	75
Lampiran 6	Rekapitulasi Data Siklus I Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013.....	76
Lampiran 7	Rekapitulasi Data Siklus I Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013.....	77
Lampiran 8	Rekapitulasi Data Siklus II Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013.....	78
Lampiran 9	Rekapitulasi Data Siklus II Hasil Belajar Senam Lantai <i>Headstand</i> MIN Mulur Tahun Ajaran 2012/2013.....	79
Lampiran 10	Dokumentasi Pembelajaran Siklus I.....	80
Lampiran 11	Dokumentasi Pembelajaran Siklus II.	83
Lampiran 12	Surat Ijin Menyusun Skripsi dari FKIP.....	86
Lampiran 13	Surat Permohonan Ijin Menyusun Skripsi	87
Lampiran 14	Validasi Proposal Skripsi	88
Lampiran 15	Pengajuan Judul Dosen Pembimbing	89
Lampiran 16	Pengajuan Judul pada Tim Skripsi Jurusan.....	90
Lampiran 17	Surat Keterangan dari Kepala Madrasah MIN Mulur Bendosari Kabupaten Sukoharjo.....	91

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah Nya, sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Disadari bahwa selama penulisan skripsi ini banyak mengalami hambatan, namun berkat tekad dan niat yang kuat serta bantuan dari berbagai pihak maka hambatan tersebut dapat diatasi. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Ketua Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Drs. H. Agus Margono, M.Kes., selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan semangat dalam penyusunan skripsi.
5. Drs. Sarjoko, M.Kes., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi.
6. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd., selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan dukungan dan bimbingannya.
7. Muh.Syaifudin, S.Ag., Kepala MI Negeri Mulur Bendosari Sukoharjo yang telah memberikan izin penelitian ini.
8. Semua siswa kelas V MI Negeri Mulur Bendosari Sukoharjo dan Semua pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini.

Semoga segala amal kebbaikannya tersebut, mendapatkan balasan dan pahala dari Allah SWT. Akhir kata, berharap semoga hasil penelitian yang sederhana ini dapat memberikan manfaat.

Surakarta, Agustus 2013

Penulis

commit to user