

# Meningkatkan Minat Literasi dalam Pembelajaran Teks Puisi SMA Daarul Khoir

Kaifa Melfiana<sup>1</sup>, Wika Soviana Devi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Muhammadiyah Jakarta, Tangerang Selatan, Indonesia

[Kaifamelfiana29@gmail.com](mailto:Kaifamelfiana29@gmail.com)

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil pembelajaran psikomotor teknik dasar pada pembelajaran senam lantai sikap lilin dan sikap kayang melalui model pembelajaran problem based learning pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Nglipar Tahun ajaran 2023/2024. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan teknik pengumpulan data menggunakan instrumen tes dan catatan lapangan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII yang berjumlah 30 siswa. Berdasarkan hasil penelitian bahwa peningkatan hasil pembelajaran psikomotor senam lantai melalui model pembelajaran rol depan dan rol belakang problem based learning ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata siswa. Dari penelitian dan pengembangan serta prosedur yang dilakukan, menghasilkan produk yaitu pengembangan pembelajaran teknik dasar guling depan dan guling belakang pada senam lantai melalui multimedia interaktif yaitu (1) pengantar, menjelaskan model pembelajaran dan cara membantu guling depan dan guling belakang, (2) inti, menampilkan video model pembelajaran dan cara membantu guling depan serta guling belakang, dan (3) penutup, menampilkan evaluasi butir-butir soal tentang guling belakang dan guling depan. Hasil penelitian ini yaitu pengembangan media pembelajaran teknik dasar senam lantai guling depan dan guling belakang melalui multimedia interaktif untuk siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Nglipar.

*Kata Kunci: Minat, bentuk permainan, Senam Lantai, Penelitian Tindakan Kelas.*

## 1. Pendahuluan

Menurut Roji dan Yulianti (2014:1) pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengutamakan aktivitas jasmani untuk menghasilkan peningkatan secara menyeluruh terhadap aktivitas fisik, mental, dan emosional peserta didik. Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dirancang secara sengaja, sistematis dan terukur untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan kognitif, psikomotorik dan afektif peserta didik. Jadwal mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah 1 kali dalam 1 minggu, sehingga membuat intensitas waktu belajar yang terbatas maka diperlukan sebuah rancangan yang efektif, sistematis dan terukur di dalam satu kali tatap muka pembelajaran di mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah sehingga capaian pembelajaran dalam mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah dapat tercapai sesuai dengan harapan. Kurikulum pendidikan di sekolah dewasa ini sudah menerapkan kurikulum terbaru yaitu kurikulum Merdeka (kumer). Di dalam kurikulum ini terlihat banyak sekali perbedaan di dalam proses pembelajaran, penyusunan rancangan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran maupun

dalam proses evaluasinya. Melalui kurikulum tersebut, guru harus mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, efektif dan efisien mulai dari perencanaan, proses pembelajaran dan hasil dari pembelajaran. Melalui kurikulum ini, guru mampu menerapkan berbagai model pembelajaran yang dapat menyelesaikan masalah belajar yang dihadapi oleh siswa di sekolah.

Menurut Muhajir dan Sutrisno (2013:139) senam dapat diartikan sebagai “setiap bentuk pembelajaran fisik yang disusun secara sistematis dengan melibatkan gerakan-gerakan yang terpilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu”. Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa senam adalah suatu kegiatan yang mengandalkan aktifitas fisik yang bermanfaat untuk mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak yang disusun secara sistematis dan terencana untuk mencapai suatu tujuan tertentu (Wahyu heny kartika sari,dkk. 2016: 55). Manfaat senam selain untuk membentuk keterampilan psikomotorik anak dan meningkatkan kebugaran anak, senam memiliki manfaat lain untuk meningkatkan aspek afektif anak diantaranya melalui senam anak menjadi lebih percaya diri dan berani. Senam yang diajarkan di sekolah ada dua yaitu senam artistik dan senam ritmik. Untuk senam artistik di sekolah yang sering diberikan berkaitan dengan senam lantai (floor exercise) dan senam ritmiknya ada pada senam irama.

Senam lantai merupakan “satu dari rumpun senam. Sesuai dengan istilah lantai, gerakan gerakan/bentuk latihannya dilakukan di lantai. lantai/matraslah yang merupakan alat yang dipergunakan” (Muhajir, 2014:197). Menurut Nurdini (2013:56) senam lantai yaitu “latihan gerakan dengan berbagai variasi gerakan, antara lain guling ke depan, guling ke belakang, guling lenting, loncat harimau, meroda, dan lenting tangan”. Smp Muhammadiyah 2 Nglipar merupakan sebuah sekolah yang berlokasi di Gunung Kidul dengan karakteristik siswa yang beragam. Smp Muhammadiyah 2 Nglipar sudah menggunakan kurikulum Merdeka di dalam pembelajaran termasuk di dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Berdasarkan pengamatan peneliti pada hari Selasa, 5 – 12 Maret 2023 pada pukul 10.00 s.d 11. 45 wib peneliti melihat minat siswa di dalam mengikuti pembelajaran penjas materi senam lantai sangat kurang hal ini terlihat dari peran pasif siswa di dalam pembelajaran, cenderung bermalas- malasan dan kurang memperhatikan sehingga hal ini berdampak pada hasil belajar pada materi senam lantai yang kurang baik. Selain itu, terlihat banyak siswa khususnya siswa perempuan yang merasa takut dan tidak tertarik dengan materi senam lantai. berdasarkan masalah diatas, maka penelitian ini akan berfokus pada pemberian solusi meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani materi senam lantai dengan bentuk- bentuk permainan dalam senam lantai pada siswa kelas VIII Smp Muhammadiyah 2 Nglipar Tahun Ajaran 2023/2024.

Permainan menurut Imas Kurniasih(2012:13) mengatakan bahwa permainan juga dapat membantu perkembangan kepribadian dan emosi karena anak-anak mencoba melakukan berbagai peran, mengungkapkan perasaan, menyatakan diri dalam suasana yang tidak mengancam, juga memperhatikan diri dalam peran orang lain. Sesuai dengan karakteristik dan perkembangan peserta didik, bermain merupakan suatu hal yang diminati, karena dapat memberikan rasa senang dan mengolah emosi sesuai dengan perasaan anak. Melalui bermain, anak tanpa sadar bergerak dengan senang, yang awalnya takut, menjadi berani. Yang awalnya tidak percaya diri menjadi lebih percaya diri. Dengan bermain, anak melakukan berbagai gerak

dalam senam lantai yang dikombinasikan dengan berbagai permainan berkelompok maupun individu yang dilombakan sehingga minat siswa dalam materi senam ini diharapkan meningkat.

## 2. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen “one grup desain” dengan pendekatan kualitatif. Penelitian eksperimen menurut (Mukhid, 2020) adalah penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi atau data tentang akibat dari adanya suatu perlakuan.

## 3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Dalam penelitian ini peneliti bersama kolaborator yang melakukan pengamatan dan menilai pembelajaran senam lantai pada materi rol depan dan rol belakang dengan mencatat dan mendokumentasikan hal-hal yang terjadi selama tindakan berlangsung. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengamatan dan menilai pembelajaran senam lantai rol depan dan rol belakang dengan mencatat dan mendokumentasikan hal-hal yang terjadi selama pembelajaran berlangsung, dari hasil pembelajaran senam lantai diketahui bahwa adanya peningkatan dari sebelum tindakan. Hal ini disebabkan oleh peningkatan hasil performansi guru dalam pembelajaran dengan model pembelajaran PBL, Dengan model PBL, siswa dapat memperoleh pengalaman langsung dalam melaksanakan gerakan senam lantai dengan benar dan efektif, sehingga meningkatkan aplikasi praktis mereka. Penerapan model PBL dalam pembelajaran senam lantai dapat memberikan pengaruh yang positif terhadap rol depan dan rol belakang siswa. Dengan meningkatkan keterampilan problem solving, kreativitas, kolaborasi, tanggung jawab, dan aplikasi praktis, siswa dapat mengembangkan sikap yang lebih positif, termasuk kepercayaan diri, ketekunan, kerja tim, dan dedikasi dalam senam lantai.

## 4. Simpulan dan Saran

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dirancang secara sengaja, sistematis dan terukur untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan kognitif, psikomotorik dan afektif peserta didik. Senam lantai merupakan “satu dari rumpun senam. Sesuai dengan istilah lantai, gerakan gerakan/bentuk latihannya dilakukan di lantai. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengamatan dan menilai pembelajaran senam lantai rol depan dan rol belakang dengan mencatat dan mendokumentasikan hal-hal yang terjadi selama pembelajaran berlangsung.

## 5. Ucapan Terima Kasih

Penulis ucapkan kepada pihak sekolah SMP Muhammadiyah 2 Nglipar dan Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah membantu berjalannya penelitian ini.

### Daftar Pustaka

Roji, & Yulianti. 2014. Buku Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VIII.

Jakarta: Pusat Kurikulum Dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.

Muhajir, & Sutrisno, B. 2013. Pendidikan jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas VII. Jakarta: Politeknik Negeri Media Kreatif