

**PENERAPAN PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE JIGSAW
TERHADAP PENINGKATAN HASIL BELAJAR SENAM
LANTAI(ROLL DEPAN) SISWA KELAS X
SMA NEGERI 11 MUARO JAMBI**

SKRIPSI



OLEH:

MEGARIA SELVIA BR TARIGAN

K1A120005

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI
2024**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul "Penerapan pembelajaran Kooperatif tipe *Jigsaw* terhadap peningkatan hasil belajar senam lantai (*Roll Depan*) siswa kelas X Sma Negeri 11 Muaro Jambi" yang disusun oleh Megaria Selvia Br Tarigan ,NIM K1A120005 Program Studi Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan dalam Sidang Dewan Penguji.

Jambi , 2024

Pembimbing I

Dr. Reza Hadinata, S.Si., M.Pd.

NIP : 198706222015041001

Jambi 2024

Pembimbing II

Yusradinafi, S.Pd., M.Pd.

NIP : 197804102006041003

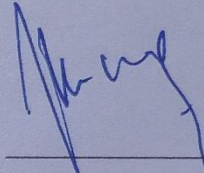
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Penerapan Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai (*Roll* depan) Siswa kelas X SMA Negeri 11 Muaro Jambi”. Skripsi program studi pendidikan olahraga dan kesehatan, yang disusun oleh Megaria Selvia Br Tarigan, Nomor Induk Mahasiswa K1A1200o5 telah dipertahankan di depan tim penguji pada 21 Maret 2024

Tim Pembimbing

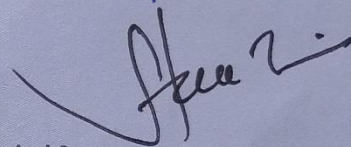
Dr Reza Hadinata, S.Si., M.Pd.
NIP. 198706222015041001

Pembimbing Skripsi 1

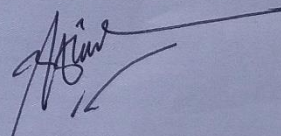


Yusradinafi, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197804102006041003

Pembimbing Skripsi 2



Jambi, Maret 2024
Mengetahui,
Ketua Program Studi



Dr. Alek Oktadinata, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198810242015041003

MOTTO

Pada dasarnya Skripsi tidaklah sulit yang sulit adalah melawan kemalasan untuk tetap bersantai

Setiap proses dan usaha yang telah diberikan tentu akan menghasilkan hasil yang sesuai dengan apa yang dikerjakan, jangan pernah takut untuk gagal dalam berproses karena kegagalan adalah pembelajaran untuk mencapai keberhasilan

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan skripsi kepada:

1. Kepada kedua orang tuaku yang sangat mendukung baik dari segi materi dan kasih sayangnya yang tak pernah putus semoga anakmu sukses selalu.
2. Terima kasih juga untuk adik-adikku Feber dan Kelvin yang tak henti memberi semangat dan dukungan terus menerus.
3. Terima kasih juga buat teman-teman seperjalanan di tanah rantau ini untuk Rewita, Nagita, dan Elisna yang selalu membantu dan mendukung selama pembuatan skripsi ini.
4. Untuk Teman-teman angkatan 20 Porkes A Terima kasih juga buat waktu kalian dari semester awal hingga semester akhir ini suka dan duka sudah kita lewati bersama semoga kita sukses untuk kedepannya.

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Megaria Selvia Br Tarigan

Nim : K1A120005

Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

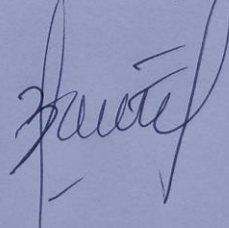
Jurusan : Pendidikan Olahraga dan Kepelatihan

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri dan bukan merupakan jiplakan dari penelitian lain. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan jiplakan, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab.

Jambi, 02 April 2024

Yang membuat pernyataan,



Megaria Selvia Br Tarigan

NIM. K1A120005

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan yang Maha Esa, Karena berkat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penerapan pembelajaran Kooperatif tipe Jigsaw terhadap peningkatan hasil belajar senam lantai (*Roll Depan*) siswa kelas X SMA Negeri 11 Muaro Jambi” sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi.

Penulis menyadari bahwa selama penulisan penyusunan skripsi ini banyak mendapat bimbingan, dukungan, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Helmi, SH., MH Selaku Rektor Universitas Jambi.
2. Prof. Dr.M. Rusdi, S.Pd., M.Sc Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi.
3. Dr Alek Oktadinata S.Pd, M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepelatihan Universitas Jambi..
4. Dr. Reza Hadinata, S.Si.,M.Pd. Sebagai Dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, masukan arahan dalam penyusunan skripsi.
5. Yusradinafi S.Pd, M.Pd Dan Juga Selaku Dosen Pembimbing II Saya yang telah memberikan bimbingan, arahan dalam penyusunan skripsi
6. Dra. Atri Widowati S.Pd, M.Pd selaku penguji I yang telah memberikan kritik dan saran untuk memperbaiki skripsi saya.
7. Ibu Fitri Khairunnisa, S.Pd., M.Pd. selaku penguji II yang telah memberikan kritik dan saran untuk memperbaiki skripsi saya.
8. Ibu Fitri Diana, S.Pd., M.Pd selaku Dosen Pembimbing Akademik.
9. Segenap Dosen Pendidikan Olahraga dan Kesehatan yang banyak memberikan ilmu dan motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan kuliah di

Universitas Jambi.

10. Kepada orang tuaku tercinta bapak Fransius Tarigan dan Ibu Adolina Br Sembiring yang selalu mendukung dan mensupport dari segi apapun dan Saudara-saudaraku yang terus mensupport hingga saat ini terima kasih juga buat dukungan dan motivasinya kepada penulis hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

11. Kepada teman-temanku seperjalanan Rewita, Nagita dan Elisna yang selalu mendukung dan membantu dan menyemangati penulis hingga saat ini

12. Teman-teman mahasiswa/i Pendidikan Olahraga dan Kesehatan 2020 yang telah memberikan motivasi, saran dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Dalam menyusun skripsi ini masih terdapat kekurangan, sehubungan dengan hal tersebut kiranya pembaca memberikan kritikan dan saran yang positif dapat membantu penulis menyempurnakan skripsi ini demi kemajuan ilmu pengetahuan pada umumnya dan kepada saya sebagai penulis khususnya

Demikianlah yang dapat penulis sampaikan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita

Jambi, 2024

Penulis

Megaria Selvia Br Tarigan

ABSTRAK

Megaria Selvia Br Tarigan .2024 “Penerapan pembelajaran Kooperatif tipe Jigsaw terhadap peningkatan hasil belajar senam lantai (*Roll Depan*) siswa kelas X SMA Negeri 11 Muaro Jambi” Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP Universitas Jambi, Pembimbing : (I) Dr. Reza Hadinata S.Si, M.Pd (II) Yusradinafi S.Pd, M.Pd.

Kata Kunci : Kooperatif, jigsaw, *Roll* depan, hasil belajar.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan mendorong penulis untuk mengadakan penelitian lebih dalam tentang bagaimana penerapan pembelajaran kooperatif tipe jigsaw dalam meningkatkan hasil belajar *Roll* depan siswa kelas X E3 SMA Negeri 11 Muaro Jambi.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada peningkatan hasil belajar *Roll* depan .Penelitian menggunakan metode PTK(penelitian Tindakan Kelas) dalam penelitian ini melakukan tindakan terhadap kelas yang dipilih dengan menerapkan model pembelajaran dalam mata pelajaran roll depan Populasi berjumlah 26 orang dari siswa kelas X E3 SMA Negeri 11 Muaro Jambi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dalam 2 siklus terdapat perbedaan nilai yang signifikan dimana sebelum diberi tindakan hasil ketuntasan klasikal hanya 61% dari jumlah siswa 26 orang Kemudian setelah dilaksanakan

pembelajaran dengan menerapkan model kooperatif tipe jigsaw terjadi peningkatan persentase ketuntasan belajar pada pembelajaran siklus I meningkat menjadi 19 orang dengan ketuntasan klasikal 73% meningkat dari sebelum diberikan tindakan namun karena ketuntasan klasikal belum mencapai 80% yang dimana masih belum mencapai target ketuntasan maka dilanjutkan dengan siklus 2 dan pada siklus II meningkat menjadi 26 orang dengan ketuntasan klasikal 100%. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa pada pembelajaran dengan model kooperatif tipe jigsaw meningkatkan persentase ketuntasan belajar secara signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman dan pelaksanaan praktek peserta didik dalam pembelajaran dengan model kooperatif tipe jigsaw lebih dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
MOTTO.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR GRAFIK.....	xiv

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Identifikasi Masalah.....	6
1.4 Tujuan Penelitian.....	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
1.6 Definisi Operasional.....	7

BAB II KAJIAN TEORITIK

2.1 Senam Lantai	
2.1.1 Pengertian Senam Lantai.....	9
2.1.2 Bentuk-bentuk senam lantai.....	10
2.2 Roll Depan	
2.2.1 Pengertian <i>Roll</i> Depan.....	10
2.2.2 Teknik roll kedepan.....	12
2.2.3 Kesalahan-kesalahan dalam roll depan.....	14

2.3 Pembelajaran Kooperatif	
2.3.1 Pengertian Pembelajaran Kooperatif.....	14
2.3.2 Karakteristik Pembelajaran Kooperatif.....	15
2.3.3 Pembelajaran Kooperatif tipe Jigsaw.....	17
2.3.4 Pembentukan kelompok Kooperatif tipe Jigsaw	18
2.4 Hasil Belajar	
2.4.1 Pengertian Hasil Belajar.....	19
2.5 Hasil penelitian yang Relevan.....	19
2.6 Kerangka Berpikir.....	24

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Tempat Dan Waktu Penelitian.....	26
3.2 Subjek Penelitian.....	28
3.3 Data dan Sumber Data.....	29
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	29
3.5 Teknik Uji Validitas Data.....	32
3.6 Teknik Analisis Data.....	33
3.7 Indikator Kinerja Penelitian.....	34
3.8 Prosedur Penelitian.....	34

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Pembahasan.....	36
4.1.1 Pra tindakan.....	36
4.1.2 Pelaksanaan Siklus 1.....	37
4.1.3 Pelaksanaan Siklus 2.....	43
4.2 Hasil Penelitian.....	49
4.2.1 Perbandingan Ketuntasan hasil belajar tiap siklus.....	53

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan.....	57
5.2 Saran.....	57

DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN.....	61
RIWAYAT HIDUP.....	99

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Tabel 2.1 Perhitungan nilai peningkatan dalam pembelajaran Kooperatif .16	
2. Tabel 2.2 Kriteria penghargaan dalam pembelajaran Kooperatif.....17	
3. Tabel 2.3 Kerangka berfikir.....24	
4. Tabel 3.1 Populasi penelitian siswa kelas X E1 Sma Negeri 11 Muaro Jambi29	
5. Tabel 3.2 Rubrik penilaian unjuk kerja kemampuan <i>roll</i> ke depan dalam senam lantai.....30	
6. Tabel 3.3 Interval Kategori Kemampuan Siswa Dalam Mempraktekkan Keterampilan <i>Roll</i> Depan.....34	
7. Tabel 4.1 Hasil penilaian psikomotorik siklus 1.....42	
8. Tabel 4.2 Hasil penilaian kognitif siklus 1.....42	
9. Tabel 4.3 Hasil penilaian psikomotorik siklus 2.....48	
10. Tabel 4.4 Hasil penilaian kognitif siklus 2.....49	
11. Tabel 4.5 Artefak hasil belajar siswa berdasarkan nilai psikomotorik.....50	
12. Tabel 4.6 Artefak hasil belajar siswa berdasarkan nilai kongnitif.....50	
13. Tabel 4.7 Perbandingan ketuntasan hasil belajar psikomotorik praktik <i>roll</i> depan dari pra siklus ke siklus 1.....54	
14. Tabel 4.8 Perbandingan ketuntasan hasil belajar psikomotorik praktik <i>roll</i> depan dari siklus 1 ke siklus 2.....54	
15. Tabel 4.9 Perbandingan ketuntasan hasil belajar kognitif materi <i>roll</i> depan dari siklus 1 ke siklus 2.....54	

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Gambar 2.1 Ilustrasi gerakan <i>roll</i> depan.....	13
2. Gambar 2.2 Pembentukan kelompok-kelompok Kooperatif tipe jigsaw....	18
3. Gambar 3.1 Daur siklus penelitian tindakan kelas (PTK).....	26
4. Gambar 4.1 Guru menjelaskan tentang pembelajaran	38
5. Gambar 4.2 Siswa sedang berdiskusi mengerjakan lembar kerja siswa.....	41
6. Gambar4.3 Siswa mengerjakan soal dengan menerapkan tipe jigsaw.....	47

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Grafik 4.1. Hasil belajar Psikomotorik siswa pra siklus ke siklus 1 pada praktek pembelajaran <i>Roll</i> depan.....	51
2. Grafik 4.2. Hasil belajar Psikomotorik siswa siklus 1 ke siklus 2 pada praktek pembelajaran <i>Roll</i> depan	52
3. Grafik 4. 3. Hasil belajar Kongnitif siswa siklus 1 ke siklus 2 pada praktek pembelajaran <i>Roll</i> depan	53

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah bagian penting dari kehidupan manusia, melalui pendidikan seseorang dapat mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya, dalam bentuk kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan. Pendidikan merupakan suatu proses dalam rangka mempengaruhi siswa agar dapat menyesuaikan diri sebaik mungkin terhadap lingkungannya dan dengan demikian akan menimbulkan perubahan dalam dirinya yang memungkinkannya untuk berfungsi secara menyeluruh

Dalam kehidupan masyarakat (Anwar et al.,2018). Pendidikan merupakan sarana penting untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM) dalam menjamin kelangsungan pembangunan suatu bangsa. Peningkatan kualitas SDM jauh lebih mendesak untuk segera direalisasikan terutama dalam menghadapi era persaingan global. Oleh karena itu, peningkatan kualitas SDM harus dipikirkan secara sungguh-sungguh (Marhadi, 2015). Hal ini bermakna bahwa pendidikan salah satu instrumen yang utama dalam pengembangan SDM.

Guru merupakan salah satu tenaga kependidikan yang memegang peran penting dalam pengembangan SDM. Guru merupakan komponen yang sangat menentukan dalam baiknya implementasi suatu pendidikan. Sebagaimana diutarakan oleh (Rohmawati, 2015) bahwa guru merupakan faktor penentu yang sangat dominan dalam pendidikan pada umumnya, karena guru memegang peranan dalam proses pembelajaran, dimana proses pembelajaran

merupakan inti dari proses pendidikan secara keseluruhan. Pembelajaran selama ini berfokus pada guru, sehingga pembelajaran tidak bermakna bagi siswa. Menurut (Sugiyama et al., 2019) dalam proses pembelajaran yang dilakukan oleh seorang pendidik pada saat ini masih berorientasi pada guru, sehingga siswa dalam proses pembelajaran belum berperan aktif. Siswa cenderung hanya mendengarkan penjelasan dari guru dan siswa tidak terlibat langsung dan ini menyebabkan siswa bosan terhadap pembelajaran dan aktivitas belajar di dalam kelas menjadi kurang. Dalam kegiatan belajar mengajar, siswa mempunyai hak dan kebebasan untuk bersuara, berpendapat atau berargumen di dalam kelas yang berkaitan dengan materi pelajaran di kelas.

Saat berlangsungnya Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) seharusnya yang aktif bukanlah gurunya saja, dimana siswa hanya dianggap sebagai suatu benda yang pasif, yang hanya mendengarkan dan mematuhi apa yang disampaikan oleh guru. Tetapi seharusnya dalam proses KBM antara siswa dan guru secara seimbang dan bersama-sama berinteraksi secara aktif, dalam memberi ilmu pengetahuan baik dari guru ke siswa atau sebaliknya dari siswa ke guru dan dapat juga memberi ilmu antar siswa satu ke siswa yang lainnya (Yunus, 2020). Dalam proses pembelajaran, peserta didik dibantu untuk mengembangkan potensi intelektual yang dimilikinya. Peserta didik tidak boleh lagi dianggap sebagai objek pembelajaran semata, tetapi harus berperan serta aktif dan dijadikan mitra dalam proses pembelajaran (Fathurrahman et al., 2019). Menurut (Fadilla, 2018) dalam pendidikan terdapat paradigma lama yaitu proses pembelajaran berjalan satu arah saja dan didominasi oleh guru.

Kesalahan guru dalam memilih strategi pembelajaran dapat menyebabkan siswa kurang tertarik pada pembelajaran sehingga berdampak pada berkurangnya motivasi dan keaktifan siswa selama proses belajar mengajar. Hal tersebut juga akan menyebabkan hasil belajar siswa yang tidak maksimal. Efektivitas pembelajaran adalah ukuran keberhasilan dari suatu proses interaksi antar siswa maupun antara siswa dengan guru dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan pembelajaran. Efektivitas pembelajaran dapat dilihat dari aktivitas siswa selama pembelajaran berlangsung, respon siswa terhadap pembelajaran dan penguasaan konsep siswa. Untuk mencapai suatu konsep pembelajaran yang efektif dan efisien perlu adanya hubungan timbal balik antara siswa dan guru untuk mencapai suatu tujuan secara bersama, selain itu juga harus disesuaikan dengan kondisi lingkungan sekolah, sarana dan prasarana, serta media pembelajaran yang dibutuhkan untuk membantu tercapainya seluruh aspek perkembangan siswa (Andini & Supardi, 2018).

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli tersebut, proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru saat ini masih berorientasi pada satu arah yaitu guru, sehingga siswa dalam proses pembelajaran belum berperan aktif. Siswa cenderung hanya mendengarkan penjelasan dari guru dan siswa tidak terlibat langsung dan hal ini menjadikan siswa merasa bosan terhadap pembelajaran dan aktivitas di dalam kelas menjadi pasif sehingga efektivitas pembelajaran tidak akan tercapai. Menurut (Ningtyas & Wuryani, 2017) gambaran pengalaman belajar langsung dengan melibatkan siswa akan memberikan tingkat kebermaknaan tinggi, dengan membaca tingkat kebermaknaan (10%), mendengarkan (20%), diskusi (30%), melihat demonstrasi, video/film, gambar

(50%), penyajian (70%), bermain peran mencapai (90%) dan dengan menggunakan sumber dan media pembelajaran akan mendukung proses pembelajaran.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti saat proses pembelajaran dengan materi senam roll depan cenderung berlangsung pasif, hanya beberapa orang dari siswa yang dapat melakukan gerakan roll depan dengan baik selebihnya banyak dari siswa yang melakukan roll depan dengan cara yang tidak benar, bahkan tidak sedikit dari siswa yang merasa takut melakukan roll depan sehingga tidak dapat berguling sama sekali. Demikian pula dalam mengajar, guru lebih cenderung mengajarkan siswa secara klasikal yaitu dengan metode ceramah dan demonstrasi. Sehingga siswa yang tidak dapat melakukan gerakan roll depan dengan baik tidak tertarik dan termotivasi untuk dapat melakukan roll depan sebagaimana yang dilakukan dari sedikit siswa yang dapat melakukan roll depan dengan baik.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti memandang perlu adanya pembaharuan dalam pengajaran oleh guru. Pemilihan model pembelajaran sangat mempengaruhi rasa ketertarikan dan memicu perhatian siswa untuk ikut serta secara aktif dalam kegiatan belajar mengajar. Sebagaimana dinyatakan (Irawan & Satori, 2013) efektivitas belajar bukan hanya menilai hasil belajar siswa, tetapi semua upaya yang menyebabkan anak belajar. Pemilihan model pembelajaran merupakan salah satu upaya yang mampu meningkatkan aktivitas, interaksi, dan penguasaan siswa terhadap materi pembelajaran adalah dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif. Menurut Pembelajaran kooperatif adalah bentuk pembelajaran dengan cara siswa belajar dan bekerja dalam

kelompok-kelompok kecil secara kolaboratif yang anggotanya terdiri dari empat sampai enam orang dengan struktur kelompok yang bersifat heterogen.

Dan Peneliti juga sudah melakukan kolaborasi dengan guru setempat untuk melancarkan penelitian ini dimana peneliti akan bekerja sama dengan guru olahraga SMA Negeri 11 Muaro Jambi untuk membantu peneliti dalam melakukan penelitian di kelas X E3 , seperti bekerja sama dalam pembuatan RPP, Silabus dan Memantau siswa selama penelitian berlangsung.

Namun diantara macam-macam model pembelajaran yang ada di atas model pembelajaran kooperatif tipe Jigsaw dapat diterapkan dalam semua mata pelajaran dan semua tingkatan usia siswa seperti yang dikemukakan oleh(Tran & Lewis, 2012)model ini telah diklaim untuk meminimalkan daya saing di lingkungan belajar dengan mendorong siswa untuk bekerja sama. Selain itu diklaim untuk mempromosikan lebih sikap siswa positif terhadap pembelajaran mereka sendiri, meningkatkan hubungan yang lebih positif antara peserta, mengembangkan diri dan kekompakan, dan meningkatkan kemampuan belajar.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih metode pembelajaran kooperatif tipe jigsaw sebagai solusi/alternatif untuk mengatasi permasalahan siswa yang cenderung pasif dan guru yang kurang kreatif dalam pengajaran yang dilakukan serta hasil belajar yang terlampau kurang aktif pada materi senam roll depan terhadap siswa kelas X SMA Negeri 11 Muaro Jambi. Model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw salah satu tipe pembelajaran kooperatif yang mendorong siswa aktif dan saling membantu dalam menguasai materi pelajaran untuk mencapai prestasi yang maksimal (Effendi-Hasibuan et al., 2020).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana peningkatan hasil belajar siswa dalam pembelajaran Senam Lantai (*Roll Depan*) melalui penerapan pembelajaran Kooperatif tipe Jigsaw siswa kelas X SMA Negeri 11 Muaro Jambi?

1.3 Identifikasi Masalah

Dari beberapa uraian yang dikemukakan pada latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut

1. Kurangnya model pembelajaran kreatif yang membuat suasana belajar kaku dan membosankan.
2. Siswa yang cenderung pasif dalam pembelajaran olahraga dikarenakan terlalu monoton sehingga siswa tidak semangat dalam melakukan gerakan.
3. Pemberian materi yang monoton sehingga siswa mudah jenuh.
4. Rasa ingin bergerak yang malas sehingga berpengaruh terhadap nilai.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana peningkatan hasil belajar siswa Kelas X SMA Negeri 11 Muaro Jambi dalam penerapan pembelajaran Kooperatif tipe Jigsaw

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat. Adapun beberapa manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1.5.1 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini yaitu dapat diterapkan dan dilaksanakan dalam beberapa hal sebagai berikut.

1. Bagi pembaca, diharapkan sebagai sarana penambah wawasan mengenai peningkatan penerapan model pembelajaran tipe Jigsaw terhadap peningkatan hasil belajar *Roll* depan.
2. Bagi peneliti, diharapkan dapat menerapkan ilmu yang diperoleh peneliti dan berguna bagi kemajuan pendidikan.

1.5.2 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini yaitu dapat diterapkan dan dilaksanakan dalam beberapa hal sebagai berikut.

1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan mengembangkan wawasan, informasi, pemikiran, dan ilmu pengetahuan kepada berbagai pihak yang berkepentingan seperti pendidik.
2. Sebagai bahan informasi atau referensi bagi peneliti lain yang akan mengadakan penelitian lanjutan mengenai penerapan model pembelajaran tipe Jigsaw terhadap peningkatan hasil belajar.

1.6 Definisi Operasional

Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga senam yang dilakukan diatas lantai atau matras. *Roll* depan adalah gerakan berguling ke depan dimana gerak berguling yang halus yang diawali dengan posisi jongkok kemudian berguling ke depan dan kembali lagi dengan posisi berjongkok. Pembelajaran Kooperatif adalah bentuk pembelajaran yang menarik dimana pembelajaran ini

dilakukan dengan cara siswa belajar dan bekerja dalam kelompok-kelompok kecil yang menyebabkan siswa dapat bergerak/berpikir aktif.

Model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw merupakan model pembelajaran yang mampu mengajak mahasiswa untuk berpikir secara aktif dan kreatif dalam proses pembelajaran. Model ini tidak hanya mengembangkan kemampuan intelektual tetapi seluruh potensi yang ada, termasuk pengembangan emosional dan pengembangan keterampilan.

Hasil belajar merupakan suatu kemampuan internal yang telah menjadi milik pribadi seseorang dan kemungkinan orang itu melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Menurut Nana Sudjana hasil belajar merupakan suatu kompetensi atau kecakapan yang dapat dicapai oleh siswa setelah melalui kegiatan pembelajaran yang dirancang dan dilaksanakan oleh guru di suatu sekolah dan kelas tertentu. Sedangkan menurut Gagne dan Briggs, hasil belajar adalah kemampuan seseorang setelah mengikuti proses pembelajaran tertentu.

BAB II

KAJIAN TEORITIK

2.1 Senam Lantai

2.1.1 Pengertian Senam Lantai

Senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan fisik yang disusun secara sistematis dengan melibatkan gerakan-gerakan yang terpilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu (Sutrisno & Khafadi, 2010). Senam lantai merupakan bagian dari senam yang terdapat pada *Federation Internationale de Gymnastique* yang termasuk senam artistik (Wisahati & Santosa, 2010)

Senam lantai merupakan salah satu nomor dalam cabang olahraga senam yang dilakukan di atas lantai atau matras (Mashar & Dwi Rahayu, 2010). Olahraga senam lantai merupakan salah satu unsur pendidikan yang mengutamakan kebiasaan hidup sehat, pengembangan jasmani, pembinaan mental, dan pengendalian emosional, serta pembinaan disiplin yang sangat tinggi (Aka, 2009).

Senam dapat diartikan sebagai bentuk gerakan fisik yang sistematis yang dapat dilakukan pada lantai maupun matras. Senam sendiri terbagi atas senam artistik, senam aerobik, senam lantai, dan senam irama yang masing-masing terdapat aturan yang baku.

Olahraga senam merupakan olahraga dasar yang mengacu pada gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik, seperti kekuatan, kecepatan keseimbangan, kelentukan dan ketepatan. Menurut Agus Mahendra (2001: 5), senam lantai adalah satu bentuk senam ketangkasan yang dilakukan di matras dan tidak menggunakan peralatan khusus.

2.1.2 Bentuk-bentuk Senam Lantai

Bentuk senam lantai menurut Agus Mahendra (2001: 44) terdiri atas beberapa keterampilan diantaranya:

1. Lenting tengkuk,
2. Lenting kepala (*head spring*),
3. Gerakan berguling ke depan dilanjutkan lenting tengkuk atau kepala,
4. Berdiri tangan (*handstand*),
5. Berguling ke belakang diteruskan dengan meluruskan kedua kaki serentak ke atas (*back extension*),
6. Salto bulat ke depan,
7. dan Meroda (*Raslag/cart wheel*)

2.2 Roll Depan

2.2.1 Pengertian Roll Depan

Keterampilan *roll* ke depan adalah gaya gerakan senam dimana posisi badan berguling ke arah depan badan yang diawali dengan mengangkat tangan lurus ke atas sehingga badan lurus dari pinggul hingga ujung jari tangan, kemudian berguling ke depan dengan menekuk badan sedemikian rupa hingga diakhiri dengan sikap berjongkok.

Sebagaimana menurut John dan Mary Jean Treatta (2008:11) Gerakan *roll* ke depan dimulai dengan sikap jongkok, tangan diangkat lurus ke atas sehingga badan lurus dari pinggul hingga ujung jari tangan. Angkatlah pinggul dan pindahkan berat badan ke depan, letakkan kedua tangan pada matras, sentuhkan dagu ke dada, letakkan bahu di atas matras sambil berguling. Jagalah badan agar

tetap menekuk dengan kedua lutut tetap di dada dan akhirilah dengan sikap jongkok dengan kedua tangan lurus ke atas

Menurut Agusta (2009:85) guling depan adalah gerak berguling yang halus dengan menggunakan bagian tubuh yang berbeda untuk kontak dengan lantai, dimulai dari kedua kaki, ke kedua tangan, ke tengkuk, lalu ke bahu, ke punggung, pinggang dan pantat, sebelum akhirnya ke kaki kembali.

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa senam *roll* ke depan merupakan gerakan senam yang diawali dengan jongkok dimana posisi badan berguling ke arah depan badan melalui bagian depan badan mulai dari panggul bagian depan, pinggang, punggung, dan tengkuk sehingga berbentuk bulat dan kembali kepada posisi berjongkok. Kemudian menurut Kusuma (2016:2) Sikap senam lantai guling depan dimulai dengan jongkok dengan kedua kaki agak dibuka dan kedua tumit diangkat lalu kedua telapak tangan diletakkan pada matras dan kedua lengan lurus dan sejajar dengan bahu.

Kemudian gerakannya dimulai dengan mengangkat pinggul ke atas sehingga kedua lutut lurus dan berat badan berada pada kedua tangan sambil membengkokkan kedua sikut ke samping masukan kepala diantara kedua tangan sampai seluruh pundak mengenai matras dan pinggul didorong ke depan pelan-pelan. Kemudian sikap akhir dimulai dengan jongkok dan kedua tumit diangkat dan kedua lengan lurus ke depan serong ke atas kemudian berdiri tegak.

Menurut Permatasari (2012:101) *Roll* depan merupakan salah satu senam ketangkasan tanpa menggunakan alat. Senam ketangkasan tanpa menggunakan alat sering disebut dengan istilah senam lantai (*floor exercise*). *Roll* depan merupakan salah satu materi senam yang penguasaan rangkaian keterampilan

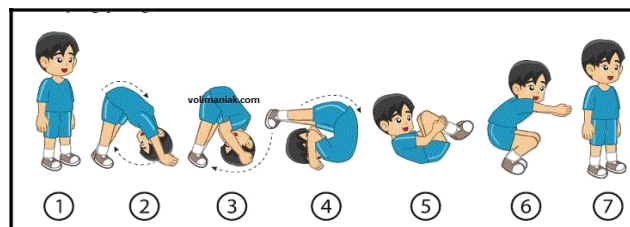
geraknya dilakukan secara berurutan meliputi sikap awalan jongkok yang seimbang,

2.2.2 Teknik *Roll* Ke Depan

Roll depan yang baik, ada beberapa teknik yang harus diperhatikan, berikut adalah gerakan-gerakan yang harus diperhatikan menurut yang di Adisuyanto yang dikutip oleh Kusuma (2016:3) antara lain:

1. Sikap awal, posisi tegak kedua tangan ke atas. Pada posisi ini, kedua lutut dan kedua siku dalam posisi lurus. Telapak tangan dibuka dan seluruh jari posisi rapat.
2. Turunkan kedua tangan secara perlahan seiring dengan turunnya kepala, pandangan mata mengikuti telapak tangan. Saat menurunkan kedua tangan dan kepala, sikap dada membusung dan punggung tidak membungkuk. Kedua siku dan kedua lutut kaki tetap dalam keadaan lurus.
3. Ketika kedua telapak tangan menyentuh dasar lantai, tekuk kedua lutut secara perlahan
4. Masukkan kepala hingga dagu berimpit dengan dada, dan posisi kedua siku masih lurus.
5. Kemudian secara bersama-sama kedua lutut kaki dan kedua siku ditekuk, hingga tengkuk menempel dasar lantai.
6. Kedua kaki sedikit mendorong dasar lantai, secara otomatis tubuh berguling ke depan. Saat kondisi ini, posisi dagu tetap menempel dada dan lutut betul-betul ditekuk, sedangkan punggung harus melengkung. Saat berguling, mulai dari tengkuk, punggung, sampai dengan pinggul harus berurutan secara bergantian.

7. Kedua kaki sedikit mendorong dasar lantai, secara otomatis tubuh berguling ke depan. Saat kondisi ini, posisi dagu tetap menempel dada dan lutut betul-betul ditekuk, sedangkan punggung harus melengkung. Saat berguling, mulai dari tengkuk, punggung, sampai dengan pinggul harus berurutan secara bergantian.
8. Ketika punggung menyentuh dasar lantai, secara cepat posisi kedua tangan memegang lutut sampai dengan pinggul menyentuh dasar lantai. Ingat, pada posisi ini mulai kepala, punggung sampai dengan pinggul dalam posisi melengkung segaris.
9. Ketika telapak kaki menyentuh dasar lantai, dan sedikit sisa laju percepatan dari perlakuan berguling berakibat badan sedikit condong ke depan. Untuk menghindari kelebihan dorongan, segera kedua kaki ditekan. Posisi kedua tangan segera diluruskan, dan arah pandangan ke telapak tangan.
10. Berdiri ke sikap awal, posisi berdiri tegak kedua tangan diangkat ke atas.
11. Pada posisi ini, kedua lutut dan kedua siku dalam posisi lurus. Telapak tangan dibuka dan di seluruh jari posisi rapat.



Gambar 2. 1 Ilustrasi gerakan *Roll Depan*(Marlina, Leni 2019)

2.2.3 Kesalahan-kesalahan dalam *Roll Depan*

Kesalahan-kesalahan yang biasa terjadi saat guling depan menurut Muhajir (2004: 135) yaitu:

1. Kedua tangan yang bertumpu tidak tepat (dibuka terlalu lebar atau terlalu sempit, terlalu jauh atau terlalu dekat) dengan ujung kaki.
2. Tumpuan salah satu atau kedua tangan kurang kuat, sehingga keseimbangan badan kurang sempurna dan akibatnya badan jatuh ke samping
3. Bahu tidak diletakkan di atas matras saat tangan dibengkokkan.
4. Saat gerakan berguling ke depan kedua tangan tidak ikut bertolak.

Dengan demikian dapat disimpulkan, bahwa untuk menguasai guling ke depan dengan baik, terlebih dahulu harus belajar mengkoordinasikan tenaga atau impuls yang datang dari setiap bagian tubuh yang berbeda dan juga meningkatkan keberanian anak. Selain itu juga harus dapat dipelajari, bagaimana si anak membiasakan diri memfungsikan kedua tangannya dalam menahan kecepatan gulingan badan. Bila hal ini terabaikan, dapat mengakibatkan cedera pada ruas tulang leher.

2.3 Pembelajaran Kooperatif

2.3.1 Pengertian Pembelajaran *Kooperatif*

Menurut Sugiyadnya et al., 2019 Pembelajaran kooperatif adalah bentuk pembelajaran dengan cara siswa belajar dan bekerja dalam kelompok - kelompok kecil secara kolaboratif yang anggotanya terdiri dari empat sampai enam orang dengan struktur kelompok yang bersifat heterogen.

Qudsyi et al 2006 menyatakan pembelajaran *cooperative* sebagai sekumpulan kecil siswa yang bekerja sama untuk belajar dan bertanggung jawab atas kelompoknya. Konsep utama dari belajar kooperatif adalah Penghargaan kelompok (yang akan diberikan jika kelompok mencapai kriteria yang ditentukan),

- 1) Tanggung jawab individual, bermakna bahwa suksesnya kelompok tergantung pada belajar individual semua anggota kelompok,
- 2) Kesempatan yang sama untuk sukses (artinya bahwa siswa telah membantu kelompok dengan cara meningkatkan belajar mereka sendiri).

(Lubis & Harahap, 2016) menyatakan bahwa dalam belajar kooperatif siswa dimungkinkan terlibat secara aktif pada proses pembelajaran sehingga memberikan dampak positif terhadap kualitas interaksi dan komunikasi yang berkualitas. Berdasarkan pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa pada pembelajaran kooperatif setiap siswa ditempatkan pada setiap peran yang sama untuk mencapai tujuan belajar, penguasaan materi pelajaran dan keberhasilan belajar, yang dipandang tidak semata-mata dapat ditentukan oleh guru, tetapi merupakan tanggung jawab bersama, sehingga mendorong tumbuh dan berkembangnya rasa bekerjasama dan saling membutuhkan antara siswa

2.3.2 Karakteristik pembelajaran kooperatif

1. Cara siswa bekerja dalam kelompok kooperatif untuk menuntaskan materi pembelajaran
2. Kelompok dibentuk dari siswa yang memiliki kemampuan tinggi, sedang, dan rendah;

3. Bila memungkinkan anggota kelompok berasal dari ras, budaya, suku, jenis kelamin yang berbeda –beda dan;
4. Penghargaan lebih berorientasi kelompok daripada individu.

Adapun fase model pembelajaran kooperatif adalah

1. fase menyampaikan tujuan pembelajaran dan memotivasi siswa
2. fase menyampaikan Informasi,
3. fase mengorganisasi peserta didik kedalam tim-tim belajar,
4. fase membantu kerja tim dan belajar,
5. fase mengevaluasi,
6. fase memberikan pengakuan atau penghargaan
7. Pada pembelajaran kooperatif ini guru berfungsi sebagai motivator, fasilitator dan moderator.

Tabel 2. 1 Perhitungan nilai peningkatan dalam pembelajaran kooperatif

Skor Tes Akhir	Nilai Peningkatan
Lebih dari 10 poin di bawah skor dasar	5
1 poin sampai dengan 10 poin di bawah skor dasar	10
Skor awal hingga 10 poin di atas skor dasar	20
Lebih dari 10 poin di atas skor dasar	20
Nilai sempurna	30

(Sumber : Rusman, 2012:216 dalam Ragil Sanjaya, 2016:15)

Kriteria penghargaan kelompok dalam pembelajaran kooperatif terdiri dari tiga tingkatan penghargaan berdasarkan skor rata-rata kelompok atau tim seperti terlihat pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2.2 Kriteria penghargaan dalam pembelajaran kooperatif

Kriteria (rata-rata tim)	Penghargaan
15	Baik
20	Hebat
30	Super

(Sumber : Rusman, 2012:216 dalam Ragil Sanjaya, 2016:15)

2.3.3 Pembelajaran kooperatif tipe Jigsaw

Jigsaw merupakan model pembelajaran kooperatif yang dikembangkan pertama kali oleh Elliot Aronson tahun (1971), dan kemudian diadaptasi oleh Robert E Slavin dan teman-teman di Universitas John Hopkins. Dalam model pembelajaran kooperatif Jigsaw, setiap peserta didik menjadi anggota kelompok asal (*home group*) dan juga sebagai kelompok ahli (*expert group*). Menurut (Arend, 1997 :52). Peserta didik dalam kelompok ahli bertanggung jawab terhadap penguasaan materi yang menjadi bagian yang harus dipelajari dan berkewajiban mengajarkan kepada peserta didik lain dalam kelompoknya. Sedangkan menurut (Slavin, 2005 : 246). Jigsaw adalah salah satu dari metode-metode kooperatif yang paling fleksibel.

Model pembelajaran Jigsaw merupakan salah satu variasi model *Collaborative Learning* yaitu proses belajar kelompok dimana setiap anggota menyumbangkan informasi, pengalaman, ide, sikap, pendapat, kemampuan, dan keterampilan yang dimilikinya, untuk secara bersama sama saling meningkatkan pemahaman seluruh anggota.

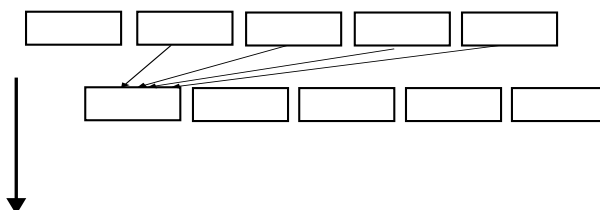
Langkah-langkah model pembelajaran tipe jigsaw Menurut (Al Fajr et al.,

2016) diantaranya;

1. Membagi siswa ke dalam kelompok jigsaw dengan jumlah 5-6 orang,
2. Menugaskan satu orang siswa dari masing-masing kelompok sebagai pemimpin,
3. Membagi pelajaran yang akan dibahas ke dalam 5-segmen,
4. Menugaskan setiap siswa untuk mempelajari satu segmen dan untuk menguasai segmen sendiri,
5. Memberi kesempatan kepada siswa itu untuk membaca secepatnya segmen mereka sedikitnya dua kali agar mereka terbiasa dan tidak ada waktu untuk menghafal,
6. Membentuk kelompok ahli dengan satu orang dari masing-masing kelompok jigsaw bergabung dengan siswa yang lain yang memiliki segmen yang sama untuk mendiskusikan poin-poin yang utama dari segmen mereka dan berlatih presentasi kepada kelompok jigsaw mereka.

2.3.4 Pembentukan kelompok kooperatif tipe jigsaw sebagai berikut:

Home Terms (5 or 6 members heterogeneously Grouped)



Gambar 2.2 Pembentukan Kooperatif Jigsaw (Lubis & Harahap, 2016 dalam

Fratiwi, Eka, Herman Syah, and Muhsan Muhsan 2021:22)

2.4 Hasil Belajar

2.4.1 Pengertian Hasil Belajar

Belajar adalah suatu perubahan perilaku yang relatif permanen dan dihasilkan dari pengalaman masa lalu ataupun dari pembelajaran yang bertujuan atau direncanakan. Hasil belajar adalah hasil pembelajaran dari suatu individu tersebut berinteraksi secara aktif dan positif dengan lingkungannya. Menurut Oemar Hamalik hasil belajar adalah bila seseorang telah belajar akan terjadi perubahan tingkah laku pada orang tersebut.

Selanjutnya Winkel menyatakan bahwa hasil belajar merupakan suatu kemampuan internal yang telah menjadi milik pribadi seseorang dan kemungkinan orang itu melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Menurut Nana Sudjana hasil belajar merupakan suatu kompetensi atau kecakapan yang dapat dicapai oleh siswa setelah melalui kegiatan pembelajaran yang dirancang dan dilaksanakan oleh guru di suatu sekolah dan kelas tertentu. Sedangkan menurut Gagne dan Briggs, hasil belajar adalah kemampuan seseorang setelah mengikuti proses pembelajaran tertentu.

2.5 Hasil Penelitian yang Relevan

1. Penelitian oleh Eka Fratiwi/ Herman syah / Muhsan (2021) yang berjudul “Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai *Roll* Depan” Berdasarkan keterangan di atas dapat dijelaskan bahwa hasil belajar senam lantai *roll* depan siswa kelas VIII SMPN 2 Buer pada kondisi awal sebelum diberikan tindakan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw hanya 5 siswa yang mencapai nilai KKM yaitu 70, dengan

ketuntasan klasikal 20% dari jumlah siswa sebanyak 25 orang. Setelah diberikan tindakan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw pada Siklus I terjadi peningkatan hasil belajar dari 5 menjadi 18 siswa yang mencapai nilai KKM dan ketuntasan klasikal 20% menjadi 72%. Karena pada Siklus I belum mencapai ketuntasan klasikal yaitu 80% maka dilakukan Siklus II dengan tindakan yang sama pada siklus sebelumnya, sehingga terjadi peningkatan dari 18 menjadi 22 siswa yang mencapai nilai KKM dengan ketuntasan klasikal 72% menjadi 88%. Sampai pada Siklus II penelitian dihentikan karena telah mencapai ketuntasan klasikal yaitu 80%. Dalam penelitian ini mempunyai hubungan yang sama dengan yang peneliti teliti yaitu dari penerapan model pembelajaran dan cabang olahraga yang diberikan dan juga dilakukan dalam 2 siklus, dan perbedaan terdapat di populasi dan sampel yang digunakan serta hasil dari penelitian tersebut.

2. Penelitian Oleh Ketut Widia(2017) yang berjudul “Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Group Investigation* (GI) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Berguling (*Roll*) Senam Lantai pada Siswa kelas XI IPA-1 SMA NEGERI 1 MELAYA Tahun Pelajaran 2017/2018” Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan hal hal sebagai berikut: 1. Aktivitas belajar berguling (ke depan dan ke belakang) meningkat, melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe GI pada siswa kelas XI IPA-1 SMA Negeri 1 Melaya tahun pelajaran 2017/2018. Hal ini dapat dilihat pada siklus I, aktivitas belajar siswa berada pada kategori aktif yaitu

7,5. Pada siklus II, aktivitas belajar siswa berada pada kategori sangat aktif yaitu 9,0. Peningkatan aktivitas belajar siswa dari siklus I ke siklus II sebesar 1,5. 2. Hasil belajar tolak berguling (ke depan dan ke belakang) meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe GI pada siswa kelas XI IPA-1 SMA Negeri 1 Melaya tahun pelajaran 2017/2018. Hal ini dapat dilihat pada siklus I, hasil ketuntasan belajar secara klasikal adalah 92,5%, yang berada dalam rentang nilai 75%- 84% dan termasuk kategori baik (B). Pada siklus II, ketuntasan hasil belajar secara klasikal sebesar 95%, yang berada pada rentang nilai 85%-100% dengan kategori sangat baik (A). Ketuntasan hasil belajar secara klasikal dari siklus I ke siklus II mengalami peningkatan sebesar 2,5%. Dalam penelitian ini mempunyai hubungan yang sama dengan yang peneliti teliti yaitu cabang olahraga yang diberikan dan juga dilakukan dalam 2 siklus, dan perbedaan terdapat di populasi dan sampel yang digunakan, model pembelajaran serta hasil dari penelitian tersebut.

3. Penelitian Oleh Muhammad Hasbillah, Herman, Suparman(2021) yang berjudul “ Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw “ Berdasarkan keterangan di atas dapat dijelaskan bahwa hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas VII SMP Negeri 1 Tanasitolo Kabupaten Wajo pada kondisi awal sebelum diberikan tindakan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw hanya 5 siswa yang mencapai nilai KKM, dengan ketuntasan klasikal 20% dari jumlah

siswa sebanyak 25 orang. Setelah diberikan tindakan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw pada siklus I terjadi peningkatan hasil belajar dari 5 menjadi 15 siswa yang mencapai nilai KKM dan ketuntasan klasikal dari 20% menjadi 60%. Pada siklus I belum mencapai ketuntasan klasikal 80%, maka dilakukan siklus II dengan tindakan yang sama pada siklus sebelumnya. Setelah dilakukan siklus II terjadi peningkatan nilai KKM dari 15 siswa pada siklus I menjadi 25 siswa pada siklus II dengan ketuntasan klasikal pada siklus I 60% menjadi 100% pada siklus II. Sampai pada siklus II penelitian dihentikan karena telah mencapai dan melebihi ketuntasan klasikal 80%. Peningkatan yang terjadi dari kondisi awal ke Siklus I dimana proses pembelajaran berlangsung sesuai dengan skenario pembelajaran yaitu langkah-langkah pembelajaran kooperatif dengan tipe jigsaw telah dilakukan dengan baik diantaranya pemilihan siswa dalam kelompok ahli yang sudah tepat dimana kelompok ini diisi oleh 5 siswa terbaik berdasarkan hasil belajar pada kondisi awal, pengolahan informasi dari guru ke kelompok ahli kemudian ke kelompok asal terjadi komunikasi yang baik, setiap siswa telah menunjukkan penguasaan segmen masing-masing dan bertanggung jawab terhadap segmen yang harus dikuasai. Namun selama proses pembelajaran ini berlangsung terlihat masih ada siswa yang perhatiannya kurang fokus hal ini disebabkan siswa cenderung ingin secara instan dapat menguasai segmen yang menjadi tanggung jawabnya, kurang menghayati topik dari segmen

yang menjadi tugasnya. Selain itu guru cenderung pasif kurang melakukan intervensi terhadap kelompok yang kurang serius menjalankan tugasnya masing-masing, sehingga kericuhan sesekali terjadi. Sebagaimana dinyatakan oleh (Suherman 2016) kegagalan dalam menerapkan model pembelajaran tipe jigsaw disebabkan oleh guru yang belum memahami sepenuhnya implementasi dari pembelajaran tersebut sehingga guru tidak melakukan usaha-usaha intervensi terhadap siswa. Hal ini lah menjadi bahan refleksi bagi peneliti dan guru untuk dilanjutkan pada Siklus II yang menyebabkan ketuntasan klasikal pada Siklus I hanya 60%. Pada Siklus II peningkatan hasil belajar telah mencapai 100% dari ketuntasan klasikal. Hal ini tidak terlepas dari perbaikan-perbaikan yang dilakukan berdasarkan refleksi pada Siklus I dimana guru telah aktif melakukan intervensi terhadap kelompok yang kurang serius menjalankan tugasnya masing-masing, kericuhan sudah tidak terjadi lagi dan setiap siswa betul-betul mendalami topik dalam segmen yang menjadi tanggung jawab masing-masing siswa di dalam kelompoknya, sehingga terjadi saling ketergantungan antara masing-masing siswa di dalam kelompoknya. Dengan kata lain langkah-langkah langkah-langkah model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw telah diterapkan sebagaimana mestinya. Dalam penelitian ini mempunyai hubungan yang sama dengan yang peneliti teliti yaitu dari penerapan model pembelajaran juga dilakukan dalam 2 siklus , dan perbedaan terdapat di populasi dan sampel yang digunakan.

2.6 Kerangka Berpikir

Kerangka berfikir yang baik akan menjelaskan secara teoritis pertautan antara variabel yang akan diteliti, jadi secara teoritis perlu dijelaskan hubungan antara variabel independen dan dependen. Menurut (Uma Sekaran dalam Sugiyono 2011 : 60 dalam Ragil Sanjaya 2016: 29) mengemukakan bahwa “Kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai hal yang penting jadi dengan demikian maka kerangka berpikir adalah sebuah pemahaman yang melandasi pemahaman-pemahaman yang lainnya, sebuah pemahaman yang paling mendasar dan menjadi pondasi bagi setiap pemikiran atau suatu bentuk proses dari keseluruhan dari penelitian yang akan dilakukan. Menurut(Muhamad 2009 : 75 dalam Ragil Sanjaya 2016: 29)

Model pembelajaran adalah hal yang sangat penting dan terikat dengan proses belajar mengajar , bentuk pembelajaran yang terlampau monoton dan kaku menyebabkan tingkat keaktifan dan kemauan siswa untuk belajar menjadi semakin menurun , maka dari itu perlu adanya pemberian model pembelajaran yang lebih bervariasi seperti model pembelajaran Kooperatif. Pada Penelitian Tindakan Kelas dilakukan dalam 2 siklus yaitu:

Tabel 2.3 kerangka berfikir

Siklus 1	Siklus 2
1. Perencanaan	1. Perencanaan
2. Tindakan	2. Tindakan
3. Observasi	3. Observasi
4. Refleksi	4. Refleksi

Pada siklus 1 dan 2 memiliki perbedaan dalam pelaksanaan dimana siklus 2 adalah penyempurnaan dari siklus 1 yang belum sempurna atau berhasil untuk meningkatkan hasil belajar *roll* depan.

BAB III

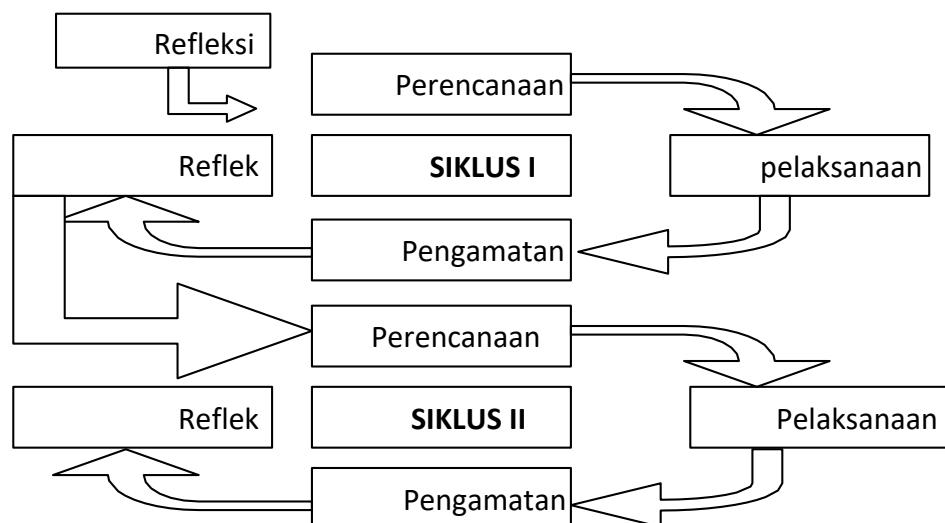
METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian merupakan lokasi peneliti dalam melakukan penelitian. Penelitian ini dilakukan di Jambi dengan berkonsultasi bersama pembimbing. Peneliti melakukan penelitian di SMA Negeri 11 Muaro Jambi JL.Lintas Sumatera, Mendalo Darat, Kec. Jambi Luar Kota, Kabupaten Muaro Jambi, Jambi.

Waktu penelitian merupakan masa penulis melakukan penelitian. Waktu penelitian yang akan penulis gunakan dalam penelitian ini dari Bulan Januari hingga bulan Februari setiap berlangsungnya mata pelajaran Pendidikan Jasmani siswa Siswa kelas X di SMA Negeri 11 Muaro Jambi Kec. Jambi Luar Kota Tahun Pelajaran 2024/2025, yaitu setiap hari selasa dari pukul 8.00.sampai 9.40 WIB. Hal ini dilakukan karena dalam penelitian tindakan kelas proses pelaksanaan penelitian tidak boleh mengganggu proses belajar mengajar itu sendiri

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, daur siklus pada penelitian tindakan kelas (PTK) menurut Arikunto (2011:16 dalam Leni Marlina 2019:19.)



Gambar 3.1 Daur siklus penelitian tindakan kelas (PTK)

Langkah-langkah Penelitian

Siklus I

1. Perencanaan

1. Mempersiapkan fasilitas dan sarana pendukung yang diperlukan saat pelaksanaan pengajaran
2. Menyiapkan contoh perintah atau suruhan melakukan tindakan secara jelas
3. Menyiapkan bahan observasi dan mempersiapkan semua alat yang diperlukan
4. Menyusun skenario pelaksanaan tindakan
5. Membuat silabus, RPP dan lembar observasi

2. Tindakan

1. Memberi petunjuk/penjelasan dan memberi kesempatan kepada siswa memperhatikan dan melakukan gerakan
2. Membagi siswa sesuai dengan lapangan yang disediakan
3. Mengembangkan dan mengorganisasikan
4. Mengawasi pelaksanaan yang dilakukan siswa.

3. Observasi

1. Mengamati pelaksanaan penyusunan perencanaan pengajaran pendidikan jasmani.
2. Mendokumentasikan penyusunan perencanaan pengajaran pendidikan jasmani

4. Refleksi

1. Meningkatkan rencana untuk menyusun rencana pengajaran.
2. Mengadakan perubahan dalam mengorganisasikan model pembelajaran kooperatif tipe Jigsaw

Siklus II

1. Perencanaan

1. Penyempurnaan metode pembelajaran
2. Guru dan peneliti menyiapkan materi pelaksanaan-pelaksanaan materi yang akan diajarkan
3. Guru dan peneliti menyiapkan lembar observasi pengamatan pelaksanaan proses pembelajaran
4. Guru dan peneliti mengefektifkan instruksi secara praktis

2. Tindakan

1. Guru dan peneliti menyiapkan penyajian materi secara efektif
2. Guru dan peneliti menjelaskan materi pelajaran kepada siswa secara efektif
3. Guru dan peneliti mengamati dan memberikan bimbingan dalam pembelajaran

3. Observasi

1. Melakukan observasi terhadap pelaksanaan kerja kelompok dan tugas individu
2. Melakukan pencatatan hasil kerja kelompok dan tugas individu
3. Mengklarifikasi hasil kerja kelompok dan tugas individu sebagai bahan pertimbangan tindak lanjut berikutnya.

4. Refleksi

1. Persiapan bahan laporan penelitian
2. Persiapan dasar penulisan

3.2 Subjek Penelitian

Dalam PTK ini yang menjadi subjek penelitian adalah siswa kelas X E3 di SMA Negeri 11 Muaro Jambi yang berjumlah 26 orang siswa dengan komposisi perempuan 11 Siswa dan laki-laki 15 Siswa.

Tabel 3.1 Populasi Penelitian Murid Kelas X E3 SMA Negeri 11 Muaro Jambi

N o	Kelas	Putera	Puteri	Jumlah
1	X E3	15 siswa	11 siswa	26 siswa

Tata Usaha X E3 SMA Negeri 11 Muaro Jambi 2024

3.3 Data dan Sumber Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Data Primer, berupa RPP, hasil belajar dan proses pembelajaran Olahraga Siswa kelas X E3 di Sma Negeri 11 Muaro Jambi Kec. Jambi Luar Kota.
2. Data Sekunder, berupa, silabus siswa kelas X E3 di Sma Negeri 11 Muaro Jambi Kec. Jambi Luar Kota

Dan pada saat melakukan penelitian , peneliti bekerja sama dengan guru olahraga di Sma Negeri 11 Muaro Jambi mulai dari awal observasi, perencanaan dengan membuat RPP, kemudian tindakan yang diberikan kepada siswa serta refleksi membahas hasil yang telah di dapat.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi informasi tentang keadaan siswa dilihat dari aspek kualitatif, dan kuantitatif. Aspek kualitatif berupa catatan lapangan pelaksanaan pembelajaran, hasil observasi dengan berpedoman pada lembar observasi. Aspek kuantitatif yang dimaksud adalah hasil penilaian belajar dari materi pokok *Rolling* depan. Data penelitian dikumpulkan dari berbagai sumber meliputi:

1. Observasi

Peneliti mengamati secara langsung objek yang akan diteliti, baik dengan cara mengamati dan mencatatnya.

2. Internet dan Jurnal online

Penulis mengambil data-data yang bersumber dari web pencarian jurnal yang masih berhubungan dengan masalah yang diteliti.

3. Pengukuran

Peneliti melakukan pengukuran dengan tes kepada siswa dari penerapan model pembelajaran

Untuk mengumpulkan data penelitian, peneliti menggunakan alat yaitu berupa tes. Teknik tes digunakan untuk mengetahui bagaimana tingkat penguasaan dalam teknik *roll* depan oleh siswa saat berolahraga.

Tabel 3.2 Rubrik Penilaian Unjuk Kerja Kemampuan *Roll* Ke Depan Dalam Senam Lantai.

No.	Nama	Penilaian Keterampilan Gerak																Jumlah	Nilai			
	Peserta Didik	Awalan				Berguling				Gerak Lanjutan				Akhiran								
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0			1	2	3
1																						
2																						
3																						
4																						
5																						
6																						
7																						
8																						

Skala Nilai :

Tahap Awalan

Skor 4 jika:

1. Posisi Berdiri tegak, kedua tangan diangkat ke atas
2. Turunkan kedua tangan menyentuh lantai
3. Kedua siku lurus
4. Kedua lutut lurus

Skor 3 jika, dapat melakukan 3 kriteria dengan benar Skor 2 jika, dapat melakukan 2 kriteria dengan benar Skor 1 jika, dapat melakukan 1 kriteria dengan benar Skor 0 jika, tidak dapat melakukan semua kriteria

Tahapan Berguling:

Skor 4 jika:

1. Tekuk kedua lutut
2. Masukkan kepala hingga dagu berimpit dengan dada
3. Posisi siku tetap lurus
4. Secara bersama-sama kedua lutut dan kedua siku ditekuk sehingga tengkuk menempel dasar lantai

Skor 3 jika, dapat melakukan 3 kriteria dengan benar Skor 2 jika, dapat melakukan 2 kriteria dengan benar Skor 1 jika, dapat melakukan 1 kriteria dengan benar Skor 0 jika, tidak dapat melakukan semua kriteria

Tahapan gerak lanjutan:

Skor 4 jika:

1. Kedua kaki sedikit mendorong dasar lantai, sehingga tubuh berguling ke depan
2. Pada saat berguling, mulai dari tengkuk, punggung hingga pinggul harus berurutan
3. Pada saat punggung menyentuh dasar lantai dengan cepat tangan memegang lutut
4. Pada posisi mulia kepala, punggung sampai dengan pinggul dalam posisi melengkung segaris

Skor 3 jika, dapat melakukan 3 kriteria dengan benar

Skor 2 jika, dapat melakukan 2 kriteria dengan benar

Skor 1 jika, dapat melakukan 1 kriteria dengan benar

Skor 0 jika, tidak dapat melakukan semua kriteria

Akhiran:

Skor 4 jika:

1. Saat telapak kaki menyentuh dasar lantai laju dipercepat
2. Badan sedikit doyong ke depan
3. Posisi kedua tangan lurus di angkat ke atas
4. Berdiri sikap awal

Skor 3 jika, dapat melakukan 3 kriteria dengan benar Skor 2 jika, dapat melakukan 2 kriteria dengan benar Skor 1 jika, dapat melakukan 1 kriteria dengan benar Skor 0 jika, tidak dapat melakukan semua kriteria

3.5 Teknik Uji Validitas Data

Untuk menjamin validitas data dan pertanggungjawaban yang dapat dijadikan dasar yang kuat untuk menarik kesimpulan, maka yang digunakan untuk memeriksa validitas data yaitu dengan validitas isi dan teknik triangulasi.

Validitas isi mencakup sejauh mana bentuk tes yang digunakan dalam penelitian ini sudah sesuaikah dengan silabus mata pelajaran Olahraga kelas X E3 yang dikonsultasikan dengan observer. Sedangkan teknik triangulasi yang digunakan yang sebagai validasi keaktifan atau aktivitas siswa dan guru bersama peneliti selama proses pembelajaran adalah triangulasi metode, yaitu dengan cara :

1. Data aktivitas siswa selama proses pembelajaran diperoleh dengan observasi lalu dicek dengan dokumentasi yang meliputi hasil kerja siswa, lembar observasi aktivitas siswa dan foto proses pembelajaran.

Apabila dengan teknik pengujian tersebut dihasilkan data yang sama, maka data tersebut dinyatakan valid.

2. Data aktivitas peneliti selama proses pembelajaran diperoleh dengan observasi lalu dicek dengan dokumentasi yang meliputi lembar observasi kinerja peneliti, foto proses pembelajaran apabila melalui pengujian tersebut dihasilkan data yang sama maka data tersebut dinyatakan valid

3.6 Teknik analisis data

Lakukan observasi pengamatan terhadap kemampuan *roll* ke depan selanjutnya penilaian terhadap kualitas gerak pada unjuk kerja siswa dengan rentangan nilai 0 sampai 4, dengan keterangan 1 = 1 kriteria dengan benar, 2 = 2 kriteria dengan benar, 3 = 3 kriteria dengan benar, 4 = semua kriteria dengan benar. Selanjutnya dilakukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai nilai 70 dari hasil tes. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 80% dari seluruh siswa mampu menguasai kemampuan *roll* ke depan senam lantai dengan yang memiliki nilai minimal 70 keatas. Rumus yang dipergunakan untuk menentukan ketuntasan klasikal sebagai berikut:

$$P = F/N \times 100$$

(Sudijono, 2004:23)

P = Angka persentase ketuntasan klasikal

F= Frekuensi siswa yang tuntas

N = Jumlah siswa

Untuk interval dan kategori kemampuan siswa dalam melakukan senam lantai *roll* ke depan adalah sebagai berikut :

Tabel 3.3 .Interval Kategori Kemampuan Siswa Dalam Mempraktekkan Keterampilan *Roll* Depan

N o	Interval	Kategori
1	90 sd 100	Sangat Kompeten
2	70 sd 89	Kompeten
3	50 sd 69	Cukup Kompeten
4	30 sd 49	Kurang Kompeten
5	10 sd 29	Tidak Kompeten

KTSP (2007:367)

3.7 Indikator Kinerja Penelitian

Indikator Kinerja Penelitian, Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah meningkatnya hasil belajar *Roll* depan dengan penerapan pembelajaran *Kooperatif Tipe Jigsaw* siswa Kelas X E3 di SMA Negeri 11 Muaro Jambi Kec. Jambi Luar Kota Tahun Pelajaran 2024/2025 Setiap tindakan upaya pencapaian tujuan tersebut dirancang dalam satu unit sebagai satu siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahap, yaitu:

1. Perencanaan tindakan,
3. Pelaksanaan tindakan,
4. Observasi dan interpretasi, dan
5. Analisis dan refleksi untuk perencanaan siklus berikutnya

3.8 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian tindakan kelas terdiri dari dua siklus. Siklus pertama dan kedua masing masing berlangsung dua minggu atau 2 kali pertemuan dengan memberikan tindakan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw*,

masing-masing siklus terdiri dari 4 tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi (Prihantoro and Hidayat 2019 dalam Muhammad Hasbillah, Herman, Suparman 2021: 46)

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Pembahasan

Penelitian yang dilakukan ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar *Roll* ke depan peserta didik melalui Model Kooperatif Tipe Jigsaw untuk peserta didik kelas X SMA Negeri 11 Muaro Jambi .Peserta didik yang dipilih untuk diobservasi adalah peserta didik kelas X E3 berjumlah 26 orang. Hasil penelitian dalam penelitian kelas ini diperoleh dari hasil pertemuan Siklus 1 dan 2, sedangkan data pendukung berupa hasil observasi Peneliti menggunakan model pembelajaran dan hasil belajar peserta didik tiap siklus.

4.1.1 Pra tindakan

Penelitian ini didasarkan pada hasil pengamatan di kelas XE 3 SMA Negeri 11 muaro jambi dimana peneliti menemukan masalah rendahnya hasil belajar siswa pada mata pelajaran senam lantai *Roll* depan yang ditandai dengan 38% siswa yang belum tuntas belajarnya. Dalam pembelajaran Senam lantai *Roll*. Kurangnya penggunaan metode yang digunakan guru dalam pembelajaran Senam lantai *Roll* depan merupakan salah satu penyebab rendahnya hasil belajar siswa. Dalam penelitian ini peneliti berkolaborasi dengan guru olahraga untuk memecahkan masalah tersebut. Mengacu pada kondisi awal di atas, peneliti mengajukan metode koopertif tipe jigsaw untuk diterapkan dalam pembelajaran. Metode kooperatif tipe jigsaw dapat membuat kegiatan pembelajaran menjadi lebih menarik dan interaktif dengan melibatkan diri siswa, dan dengan metode kooperatif tipe

jigsaw diharapkan dapat memperoleh hasil yang lebih baik dalam waktu yang lebih singkat. Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam 2 siklus, adapun pemaparan tentang penelitian adalah sebagai berikut:

4 1.2 Pelaksanaan Siklus I

Pembelajaran pada siklus I sebanyak 2 kali pertemuan, pertemuan pertama sebelum tindakan proses pembelajaran menggunakan metode Kooperatif tipe Jigsaw diberikan tes praktek untuk mengetahui kemampuan awal siswa digunakan untuk menentukan skor dasar dan agar dapat menentukan peningkatan saat tes akhir. Adapun tahapan pelaksanaan pada siklus I adalah perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi.

Perencanaan

Pada tahap ini peneliti merencanakan pembelajaran untuk menerapkan metode kooperatif tipe jigsaw. Dalam setiap proses dan setiap siklusnya terdiri dari 2 kali pertemuan. Adapun hal-hal yang dilakukan dalam perencanaan adalah sebagai berikut :

Pada tahap perencanaan ini langkah-langkah yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Mempersiapkan bahan pelajaran tipe jigsaw seperti silabus.
2. Membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP).
3. Mempersiapkan alat evaluasi. Dalam mempersiapkan alat evaluasi berdasarkan pada pembuatan kisi-kisi soal. Banyaknya soal dalam siklus ini adalah sebanyak 10 soal, yang akan diteskan pada awal pertemuan siklus 1 dan akhir siklus 2
4. Membuat alat pengumpul data.

Pelaksanaan Tindakan

Pada siklus I dilaksanakan sebanyak 2 x pertemuan. Pertemuan I dilaksanakan pada hari selasa tanggal 6 februari 2024 selama 2 jam pelajaran (3x 35 menit). Adapun kegiatan pelaksanaan pembelajaran sebagai berikut

Kegiatan Awal

Kegiatan ini diawali dengan guru mengucapkan salam, kemudian do'a bersama, dan dilanjutkan dengan mengabsen siswa. Kemudian bertanya jawab kepada siswa mengenai materi pembelajaran yakni Roll depan yang diketahui oleh para siswa tersebut Guru memberikan pretest di awal pertemuan untuk mengukur seberapa jauh pengetahuan para siswa tersebut dengan melakukan praktek sebelum tindakan.

Gambar 4.1 Guru menjelaskan tentang pembelajaran



Sumber: Dokumentasi pribadi

Kegiatan Inti

Kegiatan inti ini terdiri dari eksplorasi, elaborasi, dan konfirmasi. Pada tahap eksplorasi guru memberikan penjelasan sedikit kepada para siswa *Roll*

depan lalu guru memberikan sebuah pertanyaan kepada salah satu siswa guna mengetahui tingkat pemahamannya. Kemudian pada tahap elaborasi ini guru mulai menerapkan metode kooperatif tipe jigsaw yang mana para siswa dibentuk dalam sebuah kelompok-kelompok, yang dalam setiap kelompok tersebut terdiri 4-5 orang siswa dengan jumlah 26 siswa.

Setelah elaborasi ini dilaksanakan maka tahap selanjutnya yakni konfirmasi, yang mana dalam hal ini guru dan peneliti berkolaborasi bersama dengan siswa bertanya jawab mengenai materi yang telah diajarkan, guru bersama dengan siswa menyimpulkan hasil diskusi yang telah dilakukan. Tahap konfirmasi guru memberikan umpan balik kepada para siswa dan penguatan terhadap hasil diskusi yang telah mereka lakukan.

Kegiatan Penutup

Kegiatan penutup yang dilakukan guru bersama peneliti bersama dengan siswa adalah meluruskan kembali masalah mengenai Roll depan.

Pertemuan ke II proses pembelajaran dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 13 Februari 2024 dengan alokasi waktu 2 x 35 menit dimana proses pembelajaran masih menggunakan metode kooperatif tipe jigsaw. Adapun kegiatan pelaksanaan pembelajaran sebagai berikut:

Kegiatan Awal

Kegiatan ini diawali dengan guru mengucapkan salam, kemudian do'a bersama, dan dilanjutkan dengan mengabsen siswa. Kemudian bertanya jawab kepada siswa mengenai materi pembelajaran Lingkungan Sekitar yang diketahui oleh para siswa tersebut serta menunjuk salah satu siswa untuk menyebutkan apa

yang diketahuinya. Guru memberikan pretest di awal pertemuan untuk mengukur seberapa jauh pengetahuan para siswa tersebut.

Kegiatan Inti

Kegiatan inti ini terdiri dari eksplorasi, elaborasi, dan konfirmasi. Pada tahap eksplorasi guru memberikan penjelasan sedikit kepada para siswa mengenai Lingkungan Sekitar, lalu guru memberikan sebuah pertanyaan kepada salah satu siswa guna mengetahui tingkat pemahamannya. Kemudian pada tahap elaborasi ini guru mulai menerapkan metode koopeartif tipe jigsaw, yang mana para siswa dibentuk dalam sebuah kelompok-kelompok tertentu, yang dalam setiap kelompok tersebut terdiri 4-5 orang siswa dengan jumlah 26 siswa

Siswa tersebut akan mengerjakan tugas yang telah diberikan guru, tugas yang diberikan guru tersebut adalah pertanyaan mengenai roll depan yang dikerjakan secara berkelompok sesuai dengan kelompoknya masing-masing. Guru dalam hal ini tetap memberikan arahan dan bimbingan agar dalam proses diskusi tersebut dapat berjalan dengan lancar. Kemudian setelah siswa tersebut selesai melaksanakan diskusi kelompok maka salah satu perwakilan setiap kelompok tersebut akan membacanya hasilnya di depan kelas.

Setelah elaborasi ini dilaksanakan maka tahap selanjutnya yakni konfirmasi, yang mana dalam hal ini guru bersama dengan siswa bertanya jawab mengenai materi yang telah diajarkan, guru bersama dengan siswa menyimpulkan hasil diskusi yang telah dilakukan. Tahap konfirmasi guru memberikan umpan balik kepada para siswa dan penguatan terhadap hasil diskusi yang telah mereka lakukan, serta memberikan kesempatan kepada para siswa untuk bertanya mengenai hasil

dari diskusi yang telah mereka laksanakan dan memberikan motivasi kepada siswa yang belum dan kurang aktif dalam proses diskusi untuk dapat menjadi lebih aktif lagi dalam kelompoknya masing-masing

Gambar 4.2 Siswa sedang berdiskusi mengisi Lembar Kerja Siswa



Sumber Dokumentasi pribadi

Kegiatan Penutup

Kegiatan penutup yang dilakukan guru adalah bersama dengan siswa adalah meluruskan kembali masalah mengenai Lingkungan Sekitar, lalu guru memberikan penilaian terhadap kegiatan yang telah dilakukan serta memberikan motivasi atau penguatan kepada para siswa dan meminta salah satu siswa untuk memimpin do'a dan salam penutup.

Observasi / Pengamatan

Hasil observasi kegiatan pembelajaran siklus I dilakukan oleh peneliti dan berkolaborasi dengan guru mata pelajaran olahraga kelas X E3 Sma Negeri 11 Muaro Jambi. Pengamatan dilakukan dengan mengamati jalannya kegiatan pembelajaran

kemudian dicatat hasilnya dalam lembar pengamatan. Observasi aktivitas belajar siswa dengan Metode kooperatif tipe jigsaw dilakukan berkolaborasi dengan guru olahraga menggunakan lembar observasi aktivitas siswa. Data kegiatan belajar siswa setelah menerapkan Metode kooperatif tipe jigsaw pada siklus I

Tabel 4.1 hasil penilaian psikomotorik siklus 1

Uraian	Pra siklus	Siklus 1	Rentang peningkatan siswa
Capaian Nilai KKM	16 orang	19 orang	3 orang
Persentase Ketuntasan Klasikal	61 %	73 %	11,5%

Tabel 4.2 hasil penilaian kognitif siklus 1

Uraian	Siklus 1
Capaian Nilai KKM	16 orang
Persentase Ketuntasan Klasikal	61%

Berdasarkan hasil dari siklus 1 pada nilai Psikomotorik siswa dalam praktek Roll depan terdapat peningkatan hasil belajar yakni sebesar 11,5 %, namun karena ketuntasan kalsikal yang dapat dikatakan tuntas dari jumlah siswa sebesar 80 % dan pada siklus 1 masih sebesar 73 % dan hasil nilai kognitif setelah diberikan soal hanya sebesar 61 % maka akan dilanjutkan ke siklus II

Refleksi

Dari hasil observasi pembelajaran pada siklus I, refleksi yang diperoleh :

1. Beberapa peserta didik kurang aktif dalam diskusi dengan kelompoknya.
2. Terdapat beberapa peserta didik yang masih belum memberikan pendapat dan tidak mau bekerja sama dalam diskusi.
3. Masih ada beberapa peserta didik yang kurang mengoptimalkan ketepatan dan keefisienan waktu yang tersedia terhadap tugas yang diberikan guru.

Berdasarkan refleksi pada siklus I tindakan yang akan dilakukan pada siklus II yaitu :

1. Guru hendaknya dalam menjelaskan materi pembelajaran harus selalu mengaitkan materi dalam kehidupan sehari-hari dan perlu penambahan tindakan untuk diskusi yakni dengan memberikan video pembelajaran kepada tiap kelompok untuk di telaah.
2. Guru memberikan bimbingan dan teguran secara khusus kepada pasangan yang masih kurang aktif dalam diskusi .
3. Penguasaan kelas dan pengelolaan waktu harus lebih baik.

4.1.3 Pelaksanaan Siklus II

Setelah diadakan refleksi maka dilaksanakan siklus II. Adapun tahapan pada siklus II sama dengan siklus I yaitu terdiri dari : perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi.

Perencanaan

Perencanaan tindakan kelas yang dilakukan pada siklus II ini berdasarkan pada siklus I, adapun tahapan pada siklus II masih sama pada siklus I hanya saja ada penambahan tindakan yakni memberikan video pembelajaran roll depan.

Pelaksanaan

Pelaksanaan yang dilakukan pada siklus II untuk memperbaiki proses pembelajaran pada siklus I atau melaksanakan refleksi dari siklus I yaitu guru hendaknya dalam menjelaskan materi pembelajaran harus selalu mengaitkan materi dalam kehidupan sehari-hari dan memberikan video pembelajaran yang sesuai dengan materi yang di ajarkan ,penguasaan kelas dan pengelolaan waktu

Pembelajaran pada siklus II dilaksanakan sebanyak 2× pertemuan dan di akhir pertemuan dilakukan uji tes praktek *roll* depan dan soal kognitif ini untuk mengetahui hasil belajar siswa setelah menggunakan tindakan pembelajaran dengan menggunakan metode kooperatif tipe jigsaw. Pertemuan I pada siklus II dilaksanakan pada hari selasa 20 february 2024 selama 2 jam pelajaran (3 x 35 menit). Dimana metode yang digunakan masih sama seperti siklus I yaitu metode kooperatif tipe jigsaw. Adapun kegiatan pelaksanaan pembelajaran sebagai berikut

Kegiatan Awal

Kegiatan ini diawali dengan guru mengucapkan salam, kemudian do'a bersama, dan dilanjutkan dengan mengabsen siswa. Kemudian bertanya jawab kepada siswa mengenai materi pembelajaran Lingkungan Sekitarku yang diketahui oleh para siswa tersebut serta menunjuk salah satu siswa untuk menyebutkan apa yang diketahuinya. Guru memberikan pretest di awal pertemuan untuk mengukur seberapa jauh pengetahuan para siswa tersebut.

Kegiatan Inti

Kegiatan inti ini terdiri dari eksplorasi, elaborasi, dan konfirmasi.

Pada tahap eksplorasi guru memberikan penjelasan sedikit kepada para

siswa mengenai *Roll* depan, lalu guru memberikan sebuah pertanyaan kepada salah satu siswa guna mengetahui tingkat pemahamannya. Kemudian pada tahap elaborasi ini guru mulai menerapkan metode kooperatif tipe jigsaw, yang mana para siswa dibentuk dalam sebuah kelompok-kelompok tertentu, yang mana dalam setiap kelompok tersebut terdiri 4-5 orang siswa dengan jumlah 26 siswa.

Sebelum mengerjakan soal dan melakukan praktek guru dan peneliti yang berkolaborasi bersama memberikan tindakan video pembelajaran untuk diamati dan di diskusikan bersama kelompok kemudian setelah itu ,siswa tersebut akan mengerjakan tugas yang telah diberikan guru, tugas yang diberikan guru tersebut adalah soal yang masih berkaitan dengan roll depan yang dikerjakan secara berkelompok sesuai dengan kelompoknya masing-masing. Guru dalam hal ini tetap memberikan arahan dan bimbingan agar dalam proses diskusi tersebut dapat berjalan dengan lancar. Kemudian setelah siswa tersebut selesai melaksanakan diskusi kelompok maka salah satu perwakilan setiap kelompok tersebut akan membacanya di depan kelas.

Setelah elaborasi ini dilaksanakan maka tahap selanjutnya yakni konfirmasi, yang mana dalam hal ini guru bersama dengan siswa bertanya jawab mengenai materi yang telah diajarkan, guru bersama dengan siswa menyimpulkan hasil diskusi yang telah dilakukan..Tahap konfirmasi guru memberikan umpan balik kepada para siswa dan penguatan terhadap hasil diskusi yang telah mereka lakukan, serta memberikan kesempatan kepada para siswa untuk bertanya sebelum tes praktek roll depan

Kegiatan Penutup

Kegiatan penutup yang dilakukan guru adalah bersama dengan siswa adalah meluruskan kembali masalah mengenai lingkungan sekitar, lalu guru memberikan penilaian terhadap kegiatan yang telah dilakukan serta memberikan motivasi atau penguatan kepada para siswa dan meminta salah satu siswa untuk memimpin do'a dan salam penutup.

Pertemuan ke II proses pembelajaran dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 27 februari 2024 dengan alokasi waktu 3 x 35 menit dimana proses pembelajaran masih menggunakan metode kooperatif tipe jigsaw. Adapun kegiatan pembelajaran sebagai berikut :

Kegiatan Awal

Kegiatan ini diawali dengan guru mengucapkan salam, kemudian do'a bersama, dan dilanjutkan dengan mengabsen siswa. Kemudian bertanya jawab kepada siswa mengenai materi pembelajaran Lingkungan Sekitar yang diketahui oleh para siswa tersebut serta menunjuk salah satu siswa untuk menyebutkan apa yang diketahuinya. Guru memberikan pretest di awal pertemuan untuk mengukur seberapa jauh pengetahuan para siswa tersebut.

Kegiatan Inti

Pada tahap eksplorasi guru memberikan penjelasan sedikit kepada para siswa mengenai *Roll* depan, lalu guru memberikan sebuah pertanyaan kepada salah satu siswa guna mengetahui tingkat pemahamannya. Kemudian pada tahap elaborasi ini guru mulai menerapkan metode kooperatif tipe jigsaw, yang mana para siswa dibentuk dalam sebuah kelompok-kelompok tertentu, yang mana dalam setiap kelompok tersebut terdiri 4-5 orang siswa dengan jumlah 26 siswa.

Sebelum mengerjakan soal dan melakukan praktek guru dan peneliti yang berkolaborasi bersama memberikan tindakan video pembelajaran untuk diamati dan di diskusikan bersama kelompok kemudian setelah itu ,siswa tersebut akan mengerjakan tugas yang telah diberikan guru, tugas yang diberikan guru tersebut adalah soal yang masih berkaitan dengan roll depan yang dikerjakan secara berkelompok sesuai dengan kelompoknya masing-masing. Guru dalam hal ini tetap memberikan arahan dan bimbingan agar dalam proses diskusi tersebut dapat berjalan dengan lancar. Kemudian setelah siswa tersebut selesai melaksanakan diskusi kelompok maka salah satu perwakilan setiap kelompok tersebut akan membacakanya di depan kelas.

Tahap konfirmasi guru memberikan umpan balik kepada para siswa dan penguatan terhadap hasil diskusi yang telah mereka lakukan, serta memberikan kesempatan kepada para siswa untuk bertanya mengenai hasil dari diskusi yang telah mereka laksanakan dan memberikan motivasi kepada siswa yang belum dan kurang aktif dalam proses diskusi untuk dapat menjadi lebih aktif lagi dalam berdiskusi dengan kelompoknya masing-masing.

Gambar 4.3 Siswa mengerjakan soal dengan menerapkan tipe jigsaw (diskusi)



Sumber: Dokumentasi Pribadi

Kegiatan Penutup

Kegiatan penutup yang dilakukan guru adalah bersama dengan siswa adalah meluruskan kembali masalah mengenai lingkungan sekitar, lalu guru memberikan penilaian terhadap kegiatan yang telah dilakukan serta memberikan motivasi atau penguatan kepada para siswa dan meminta salah satu siswa untuk memimpin do'a dan salam penutup

Observasi (pengamatan)

Kegiatan observasi ini dilakukan oleh peneliti dan bekerjasama dengan guru mata pelajaran PJOK kelas X SMA Negeri 11 Muaro Jambi pak Arif. Pengamatan dilakukan dengan mengamati jalannya kegiatan pembelajaran kemudian dicatat hasilnya dalam lembar pengamatan.

Proses pembelajaran pada siklus II dengan menggunakan metode kooperatif tipe jigsaw, dilakukan berkolaborasi dengan guru olahraga menggunakan lembar observasi aktivitas siswa. Data kegiatan belajar siswa setelah menerapkan Metode kooperatif tipe jigsaw pada siklus 2.

Tabel 4.3 hasil penilaian psikomotorik siklus 2

Uraian	Siklus 2	Rentang Peningkatan Siswa
Capaian Nilai KKM	26 orang	7 orang
Persentase Ketuntasan Klasikal	100 %	26%

Tabel 4.4 hasil penilaian kognitif siklus 2

Uraian	Siklus 2	Rentang Peningkatan Siswa
Capaian Nilai KKM	23 orang	7 orang
Persentase Ketuntasan Klasikal	88 %	26%

Berdasarkan hasil dari siklus 2 pada nilai Psikomotorik siswa dalam praktek *Roll* depan terdapat peningkatan hasil belajar yakni sebesar 100% dan hasil nilai kognitif setelah diberikan soal hanya sebesar 88 % dan karena ketuntasan klasikal psikomotorik maupun kognitif telah mencapai 80% dari jumlah seluruh siswa maka siklus diberhentikan.

4.2 Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada kondisi awal sebelum diberikan tindakan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw, hasil belajar Psikomotorik senam lantai *Roll* depan kelas X E3 SMA Negeri 11 Muaro Jambi diperoleh nilai terendah siswa 62,5 dan nilai tertinggi 93,75 dengan nilai rata-rata 73,53 Setelah diberikan tindakan model pembelajaran tipe jigsaw, hasil belajar senam lantai roll depan pada Siklus I diperoleh nilai terendah 56,25 dan nilai tertinggi 93,75 dengan nilai rata-rata 73,75 Kemudian dilakukan Siklus II memberikan tindakan yang sama pada Siklus sebelumnya, diperoleh nilai terendah 68,25 nilai tertinggi 100 dengan nilai rata-rata 88,28 .

Tabel 4.5 Artefak Hasil Belajar Siswa Berdasarkan Nilai Psikomotorik

	Pra Siklus	Siklus 1	Siklus 2
Nilai Terendah	62.5	56,25	68,25
Nilai Tertinggi	93,75	93,75	100
Rata-rata	73,53	73,75	88,28

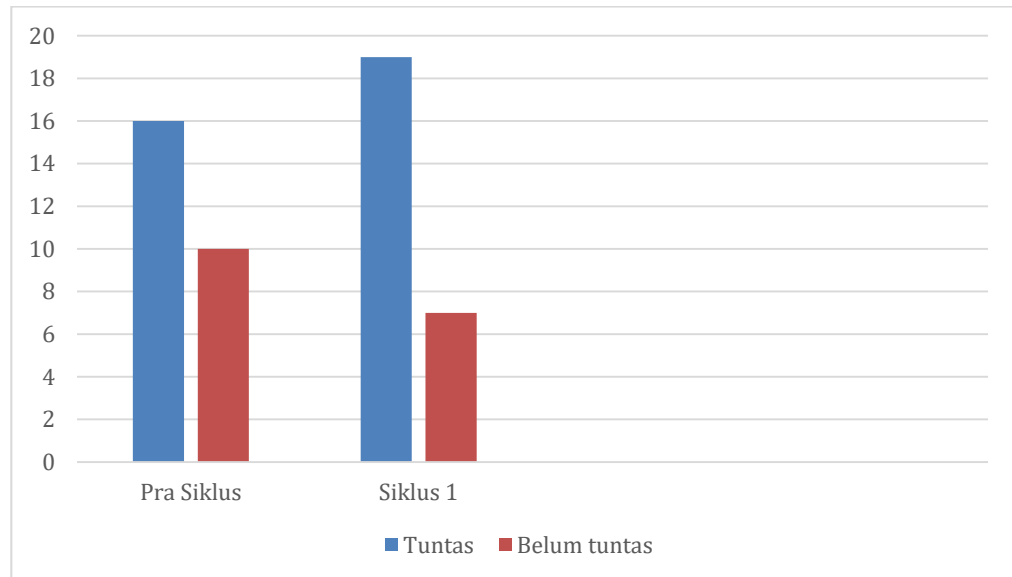
Kkm: 65

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada kondisi siklus 1 dengan mengerjakan soal kognitif ,hasil belajar kognitif senam lantai *Roll* depan kelas X E3 SMA Negeri 11 Muaro Jambi diperoleh nilai terendah siswa 20 dan nilai tertinggi 80 dengan nilai rata-rata 65 selanjutnya setelah diberikan soal kognitif pada siklus 2 diperoleh nilai terendah 50 dan nilai tertinggi 90 dengan nilai rata-rata 80,38 Pada tabel

Tabel 4.6 Artefak Hasil Belajar Siswa Berdasarkan Nilai Kognitif

	Siklus 1	Siklus 2
Nilai Terendah	20	50
Nilai Tertinggi	80	90
Rata-rata	65	80,38

Grafik 4.1 Hasil Belajar Psikomotorik Siswa pra siklus ke siklus 1 pada praktek pembelajaran *Roll Depan*

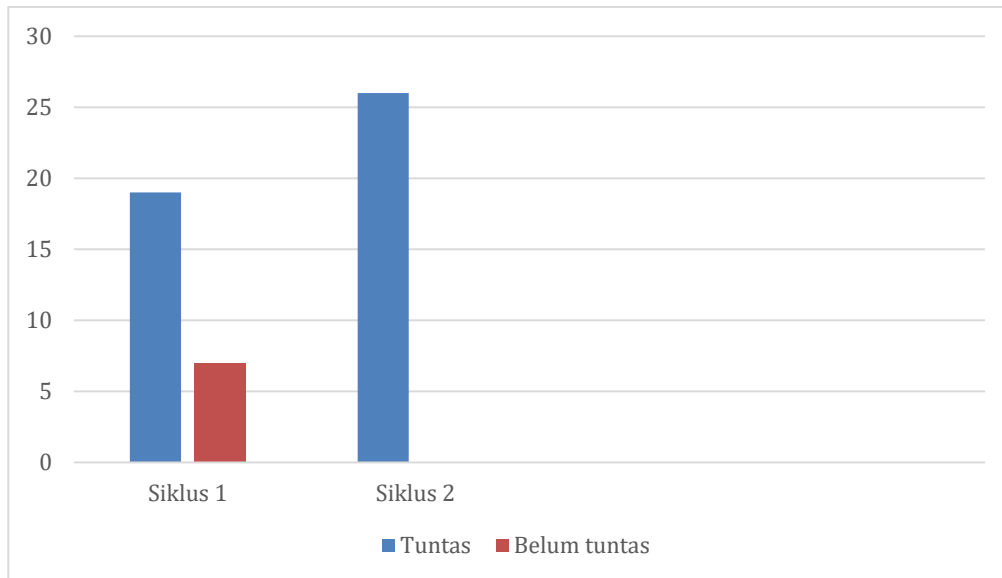


Grafik di atas menunjukkan bahwa sebelum pelaksanaan pembelajaran dengan menerapkan model kooperatif tipe jigsaw (pra tindakan), jumlah peserta didik yang mencapai ketuntasan belajar adalah sejumlah 16 orang dengan ketuntasan klasikal 61% dari jumlah siswa 26 orang. Kemudian setelah dilaksanakan pembelajaran dengan menerapkan model kooperatif tipe jigsaw terjadi peningkatan persentase ketuntasan belajar pada pembelajaran siklus I meningkat menjadi 19 orang dengan ketuntasan klasikal 73% meningkat dari sebelum diberikan tindakan.

Dari data penelitian berdasarkan capaian nilai KKM diperoleh perbandingan ketuntasan hasil belajar Psikomotorik dari pra siklus ke Siklus I diperoleh rentang peningkatan sebanyak 3 siswa. Sementara berdasarkan persentase ketuntasan klasikal diperoleh rentang peningkatan sebesar 11,5%. Namun karena

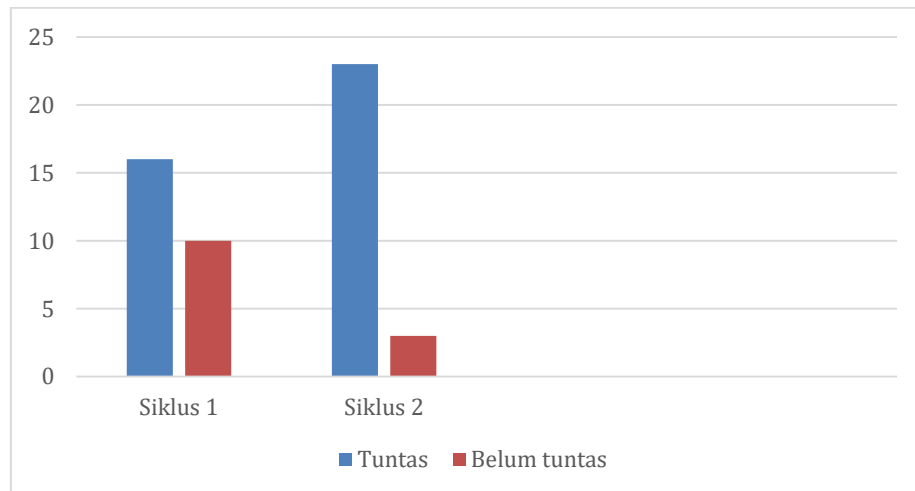
ketuntasan klasikal belum mencapai 80% pada Siklus 1 yang dimana masih belum mencapai target ketuntasan maka dilanjutkan dengan siklus 2

Grafik 4.2 Hasil Belajar Psikomotorik Siswa siklus 1 ke siklus 2 pada praktek pembelajaran *Roll Depan*



Pada siklus 2 meningkat menjadi 26 orang dengan ketuntasan klasikal 100%. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa pada pembelajaran dengan model kooperatif tipe jigsaw meningkatkan persentase ketuntasan belajar secara signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman dan pelaksanaan praktek peserta didik dalam pembelajaran dengan model kooperatif tipe jigsaw lebih dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

Grafik 4.3 Hasil Belajar Kognitif Siswa Siklus 1 ke Siklus 2 pada pembelajaran *Roll Depan*



Grafik di atas menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran dengan menerapkan model kooperatif tipe jigsaw, jumlah peserta didik yang mencapai ketuntasan belajar adalah sejumlah 16 orang dengan ketuntasan klasikal 61%. Kemudian karena pada siklus 1 belum memenuhi ketuntasan belajar yang dimana ketuntasan belajar dapat dikatakan tuntas apabila 80% tuntas dari banyaknya siswa maka dilanjutkan ke siklus 2 dengan menerapkan model kooperatif tipe jigsaw dengan tambahan tindakan yaitu melalui video pembelajaran terjadi peningkatan persentase ketuntasan belajar pada siswa sejumlah 23 orang atau sebesar 88%. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman tentang teori pada pembelajaran *Roll Depan* pada peserta didik dengan model kooperatif tipe jigsaw lebih dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik.

4.2.1 Perbandingan ketuntasan belajar tiap siklus

Tabel 4.7 Perbandingan Ketuntasan Hasil Belajar Psikomotorik praktik *Roll* depan dari Kondisi Awal ke Siklus I

Uraian	Pra siklus	Siklus 1	Rentang peningkatan siswa
Capaian Nilai KKM	16 orang	19 orang	3 orang
Persentase Ketuntasan Klasikal	61 %	73 %	11,5%

Tabel 4.8 Perbandingan Ketuntasan Hasil Belajar Psikomotorik praktik *Roll* depan dari Siklus I ke Siklus 2

Uraian	Siklus 1	Siklus 2	Rentang Peningkatan Siswa
Capaian Nilai KKM	19 orang	26 orang	7 orang
Persentase Ketuntasan Klasikal	73%	100 %	26%

Tabel 4.9 Perbandingan Ketuntasan Hasil Belajar Kognitif materi *Roll* depan dari Siklus 1 ke Siklus 2

Uraian	Siklus 1	Siklus 2	Rentang Peningkatan Siswa
Capaian Nilai KKM	16 orang	23 orang	7 orang
Persentase Ketuntasan Klasikal	61%	88 %	26%

Penelitian tindakan kelas ini menemukan beberapa hal yang berkaitan dengan masalah peningkatan hasil belajar peserta didik melalui penerapan model kooperatif tipe jigsaw mulai dari kondisi pra-tindakan sampai dengan siklus II. Berdasarkan peningkatan tersebut dapat di pahami bahwa materi pembelajaran yang disampaikan dengan penerapan model yang tepat dan dapat menarik perhatian peserta didik. Hal tersebut menumbuhkan sikap positif terhadap pembelajaran dan membuat proses pembelajaran menjadi menyenangkan dan menyemangati.

Selanjutnya, penerapan model kooperatif tipe jigsaw terbimbing ini ditujukan bagi para peserta didik karena masih dalam taraf tingkat perkembangan, kemampuan dalam mempraktekkan masih memerlukan bimbingan dalam rangka mengembangkan kemampuan psikomotor untuk memecahkan masalah, serta dalam rangka memperoleh konsep dalam proses belajar. Bimbingan dalam model kooperatif tipe jigsaw juga diharapkan mampu memberi petunjuk seperlunya kepada peserta didik pada permulaannya, kemudian diberikan lambat laun dikurangi. Bantuan yang harus dikurangi berupa pertanyaan-pertanyaan yang memungkinkan peserta didik dapat berpikir dan menemukan cara-cara penemuan konsep yang tepat.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan penerapan model kooperatif tipe jigsaw saat sebelum diterapkannya dan sesudah diterapkan. Prestasi belajar dalam mempraktekkan senam *roll* ke depan dengan menggunakan model kooperatif tipe jigsaw lebih tinggi dari pada sebelumnya dan mampu meningkatkan ketuntasan belajar peserta didik. Peningkatan tersebut membuktikan bahwa pembelajaran dengan model kooperatif tipe jigsaw dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik dan hipotesis tindakan

dinyatakan diterima. Peserta didik kelas X E3 Sma Negeri 11 Muaro Jambi yang diberi pembelajaran dengan model kooperatif tipe jigsaw memperoleh prestasi belajar lebih baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil hipotesis serta pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pada siklus pertama dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw, terjadi peningkatan hasil belajar meskipun belum seperti yang diharapkan dengan kondisi masih ada siswa yang belum tuntas.
2. Pada siklus kedua dengan menggunakan model kooperatif tipe jigsaw, terjadi peningkatan pada pembelajaran penjas *roll* ke depan sesuai yang diharapkan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, serta kajian teori yang melatarbelakangi semua permasalahan dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa seorang guru dalam merancang proses pembelajaran yang baik dan menyenangkan pada mata pelajaran pendidikan jasmani khususnya *roll* ke depan dapat menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw. Disisi lain model pembelajaran khususnya model kooperatif tipe jigsaw dapat merangsang pengetahuan serta keterampilan anak dengan cepat serta aktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya *roll* ke depan.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, maka dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada guru pendidikan jasmani agar dapat menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw dalam proses pembelajaran khususnya materi *roll* ke depan.
2. Mengajar dengan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw lebih baik karena terbukti terdapat peningkatan hasil belajar peserta didik pada materi *roll* ke depan.
3. Untuk mendapatkan hasil belajar *roll* ke depan yang baik diperlukan model pembelajaran yang tepat yaitu model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw yang dimana bisa memberikan kepada peserta didik untuk dapat mengetahui serta berdiskusi dalam memecahkan masalah.

Diharapkan penelitian ini mendapatkan kajian lebih lanjut agar dapat lebih memberikan pengaruh yang signifikan terhadap proses pembelajaran pendidikan jasmani dan prestasi peserta didik dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Fratiwi, E., Syah, H., & Muhsan, M. (2021). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Roll Depan. *Spotify Journal*, 1(1), 19-28.
- Hadi, A., Nasaruddin, N., & Husniati, H. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Kelas V Sdn 4 Pringgabaya Tahun Ajaran 2020/2021. *Jurnal Ilmiah PENDAS: Primary Educational Journal*, 1(2), 124-133.
- Hadjarati, Hartono, and Arief Ibnu Haryanto. "Motivasi untuk hasil pembelajaran senam lantai." *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 19.2 (2020): 137.
- Hasbillah, M., Herman, H., & Suparman, S. (2021). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw. *Reflection Journal*, 1(2), 43-51.
- Indra, R. (2019). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerakan Roll Ke Depan Melalui Variasi Pembelajaran Pada Siswa Kelas X IPA 2 SMAN 9 Mandau* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
<https://search.yahoo.com/search?fr=mcafee&type=E211US714G0&p=Rubrik+Penilaian+Unjuk+Kerja+Kemampuan+teknik+Rolling+depan>
- Marlina, Leni. *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Dengan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Pada Siswa Kelas 5 A Di Sdn 008 Bumi Ayu Kota Dumai*. Diss. Universitas Islam Riau, 2019.

Melinda, T. R. (2018). *Peningkatan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Melalui Metode Problem Solving Siswa Kelas IV MIN 1 Adirejo Kecamatan Pekalongan Kabupaten Lampung Timur Tahun Pelajaran 2017/2018* (Doctoral dissertation, IAIN Metro).

Nurrita, T. (2018). Pengembangan media pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar siswa. *Jurnal misykat*, 3(1), 171-187.

SANJAYA, R. (2016). PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE STUDENT TEAM ACHIEVEMENT DIVISION (STAD) DAN TIPE JIGSAW TERHADAP GERAK DASAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK SISWA KELAS VII SMP NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG.

Sumarni, Titin. "Peningkatan pembelajaran senam lantai guling depan melalui permainan pada siswa kelas IV SD Negeri 18 Kota Pekanbaru." *Jurnal Pendidikan Guru* 1.2 (2017): 40-48.

Widia, I. K. (2017). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation (GI) untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Berguling (Roll) Senam Lantai Pada Siswa Kelas XI IPA-1 SMA Negeri 1 Melaya Tahun Pelajaran 2017/2018. *SOSIO EDUKASI JURNAL ILMIAH ILMU PENDIDIKAN DAN SOSIAL*, 6(2), 55-67.

Lampiran

PENILAIAN KETERAMPILAN (PSIKOMOTORIK)**ROLL DEPAN PRA TINDAKAN**

N O	NAMA SISWA	NILAI	KATEGORI
1	A.z hayati g	79,75	Kompeten
2	Akbar ramadhan	79,75	Kompeten
3	Aldi agustian siagian	93,75	Sangat kompeten
4	Arjuna marselo	79,75	Kompeten
5	Aron jerikho sembiring	62,5	Cukup kompeten
6	Aryo wijaya putra	62,5	Cukup kompeten
7	Aulia nur syifa	75	Kompeten
8	Dian syahrani mentari putri	56,25	Cukup kompeten
9	Fiyona fitra	93,75	Sangat kompeten
10	Flora c.a. baringbing	62,5	Cukup kompeten
11	Januar silaban	62,5	Cukup kompeten
12	Kalsum azzahra s. wahono	62,5	Cukup kompeten
13	M. fikri	79,75	Kompeten
14	M. piras deko ansyah	79,75	Kompeten
15	Riana amelia	62,5	Cukup kompeten
16	Rico aditya	62,5	Cukup kompeten
17	Ridho	75	Kompeten
18	Rina br sitorus	62,5	Cukup kompeten
19	Riwayati khairunnisa	62,5	Cukup kompeten
20	Rizal crystoper sidabutar	79,75	Kompeten
21	Rizki erman aditya	75	Kompeten
22	Takesy agsha	79,75	Kompeten
23	Timothy ginting	93,75	Sangat baik
24	Vebrina julita sahara	79,75	Kompeten
25	Zidan agustian	86,5	Sangat baik
26	Zul iryani	62,5	Cukup kompeten

PENILAIAN KETERAMPILAN (PSIKOMOTORIK)**ROLL DEPAN****SIKLUS 1**

N O	NAMA SISWA	NILAI	KATEGORI
1	A.z hayati g	75	Kompeten
2	Akbar ramadhan	56,25	Cukup kompeten
3	Aldi agustian siagian	75	Kompeten
4	Arjuna marselo	62,5	Cukup kompeten
5	Aron jerikho sembiring	62,5	Cukup kompeten
6	Aryo wijaya putra	56,25	Cukup kompeten
7	Aulia nur syifa	62,5	Cukup kompeten
8	Dian syahrani mentari putri	62,5	Cukup kompeten
9	Fiyona fitra	81,25	Kompeten
10	Flora c.a. baringbing	81,25	Kompeten
11	Januar silaban	75	Kompeten
12	Kalsum azzahra s. wahono	75	Kompeten
13	M. fikri	75	Kompeten
14	M. piras deko ansyah	81,25	Kompeten
15	Riana Amelia	75	Kompeten
16	Rico Aditya	75	Kompeten
17	Ridho	75	Kompeten
18	Rina br sitorus	56,25	Cukup kompeten
19	Riwayati khairunnissa	68,75	Cukup kompeten
20	Rizal crystoper sidabutar	100	Sangat kompeten
21	Rizki erman aditya	81,25	Kompeten
22	Takesy agsha	81,25	Kompeten
23	Timothy ginting	93,75	Sangat kompeten
24	Vebrina julita sahara	68,75	Cukup kompeten
25	Zidan agustian	93,75	Sangat kompeten
26	Zul iryani	68,75	Cukup kompeten

PENILAIAN KETERAMPILAN (PSIKOMOTORIK)**ROLL DEPAN****SIKLUS 2**

N O	NAMA SISWA	NILAI	KATEGORI
1	A.z hayati g	93,75	Sangat kompeten
2	Akbar ramadhan	93,75	Sangat kompeten
3	Aldi agustian siagian	93,75	Sangat kompeten
4	Arjuna marselo	79,75	Kompeten
5	Aron jerikho sembiring	93,75	Sangat kompeten
6	Aryo wijaya putra	79,75	Kompeten
7	Aulia nur syifa	79,75	Kompeten
8	Dian syahrani mentari putri	93,75	Sangat kompeten
9	Fiyona fitra	93,75	Sangat kompeten
10	Flora c.a. baringbing	100	Sangat kompeten
11	Januar silaban	100	Sangat kompeten
12	Kalsum azzahra s. wahono	86,5	Kompeten
13	M. fikri	86,5	Kompeten
14	M. piras deko ansyah	86,5	Kompeten
15	Riana amelia	86,5	Kompeten
16	Rico aditya	86,5	Kompeten
17	Ridho	86,5	Kompeten
18	Rina br sitorus	86,5	Kompeten
19	Riwayati khairunnissa	86,5	Kompeten
20	Rizal crystoper sidabutar	86,5	Kompeten
21	Rizki erman aditya	93,75	Sangat kompeten
22	Takesy agsha	86,5	Kompeten
23	Timothy ginting	86,5	Kompeten
24	Vebrina julita sahara	86,5	Kompeten
25	Zidan agustian	93,75	Sangat kompeten
26	Zul iryani	68,25	Cukup kompeten

PENILAIAN PENGETAHUAN (KOGNITIF)**ROLL DEPAN****SIKLUS 1**

NO	NAMA SISWA	NILAI	KATEGORI
1	A.z hayati g	80	Baik
2	Akbar ramadhan	70	Cukup
3	Aldi agustian siagian	80	Baik
4	Arjuna marselo	80	Baik
5	Aron jerikho sembiring	70	Cukup
6	Aryo wijaya putra	80	Baik
7	Aulia nur syifa	70	Cukup
8	Dian syahrani mentari putri	60	Cukup
9	Fiyona fitra	80	Baik
10	Flora c.a. baringbing	50	Cukup
11	Januar silaban	70	Cukup
12	Kalsum azzahra s. wahono	70	Cukup
13	M. fikri	70	Cukup
14	M. piras deko ansyah	50	Cukup
15	Riana amelia	50	Cukup
16	Rico aditya	80	Baik
17	Ridho	60	Cukup
18	Rina br sitorus	50	Cukup
19	Riwayati khairunnisa	80	Baik
20	Rizal crystoper sidabutar	70	Cukup
21	Rizki erman aditya	40	Kurang
22	Takesy agsha	50	Cukup
23	Timothy ginting	60	Cukup
24	Vebrina julita sahara	70	Cukup
25	Zidan agustian	80	Baik
26	Zul iryani	20	Kurang

PENILAIAN SIKAP (AFEKTIF)

1. Pengamatan Observasi

No	NamaSiswa	Aspek Pengamatan						Nilai	Kategori
		Kerjasama	Tanggung Jawab	Disiplin	Sportifitas	Menghargai Pendapat teman	Jlh		
1.	A.z hayati g	4	4	3	4	3	18	94,7	SB
2.	Akbar ramadhan	3	3	3	4	3	16	84,2	B
3	Aldi agustian siagian	3	3	3	4	3	16	84,2	B
4	Arjuna marselo	3	3	4	4	3	17	89,4	SB
5	Aron jerikho sembiring	3	3	3	4	3	16	84,2	B
6	Aryo wijaya putra	3	3	3	4	3	16	84,2	B
7	Aulia nur syifa	3	3	3	3	3	15	78,9	B
8	Dian syahrani mentari putri	3	3	4	4	3	17	89,4	SB
9	Fiyona fitra	3	3	3	3	4	16	84,2	B
10	Flora c.a. baringbing	3	3	3	4	3	16	84,2	B
11	Januar silaban	3	3	3	4	3	16	84,2	B
12	Kalsum azzahra s. wahono	3	3	3	4	3	16	84,2	B
13	M. fikri	3	3	3	3	3	15	78,9	B
14	M. piras deko ansyah	3	3	3	3	3	15	78,9	B
15	Riana Amelia	3	3	3	4	3	16	84,2	B
16	Rico Aditya	4	3	4	4	4	19	100	SB
17	Ridho	3	3	3	4	3	16	84,2	B
18	Rina br sitorus	3	3	3	4	3	16	84,2	B
19	Riwayati khairunnissa	3	3	3	3	3	15	78,9	B
20	Rizal crystoper sidabutar	3	3	3	4	3	16	84,2	B
21	Rizki erman aditya	3	3	3	3	3	15	78,9	B
22	Takesy agsha	3	3	3	4	3	16	84,2	B

23	Timothy ginting	3	4	4	4	4	19	100	SB
24	Vebrina julita sahara	3	3	3	4	3	16	84,2	B
25	Zidan agustian	3	4	4	4	4	19	100	SB
26	Zul iryani	3	3	3	4	3	16	84,2	B

Keterangan :

4= Sangat baik

3 = Baik

2 = Cukup

1 = Kurang Pedoman Penskoran

Nilai =

$$\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

Rentang penilaian pengetahuan Afektif

NO	Rentang	Klasifikasi
1	Nilai 86 – 100	Sangat Baik
2	Nilai 71 – 85	Baik
3	Nilai 56 – 70	Cukup
4	Nilai < 56	Kurang

ARTEFAK HASIL BELAJAR SISWA

Nama peneliti : Megaria Selvia Br Tarigan
 Sekolah / Kelas : Sma Negeri 11 Muaro Jambi/ E3
 Mata pelajaran : PJOK
 Materi Pelajaran : Roll Depan
 Kelas : X E3

No	Nama Siswa	Indikator Penilaian		
		Kognitif	Psikomotor	Afektif
1	A.z hayati g	80	93,75	94,7
2	Akbar ramadhan	90	93,75	84,2
3	Aldi agustian siagian	70	93,75	84,2
4	Arjuna marselo	80	79,75	89,4
5	Aron jerikho sembiring	80	93,75	84,2
6	Aryo wijaya putra	90	79,75	84,2
7	Aulia nur syifa	90	79,75	78,9
8	Dian syahrani mentari putri	90	93,75	89,4
9	Fiyona fitra	90	93,75	84,2
10	Flora c.a. baringbing	90	100	84,2
11	Januar silaban	50	100	84,2
12	Kalsum azzahra s. wahono	60	86,5	84,2
13	M. fikri	60	86,5	78,9
14	M. piras deko ansyah	70	86,5	78,9
15	Riana amelia	90	86,5	84,2
16	Rico aditya	90	86,5	100
17	Ridho	90	86,5	84,2
18	Rina br sitorus	70	86,5	84,2
19	Riwayati khairunnissa	90	86,5	78,9
20	Rizal crystoper sidabutar	90	86,5	84,2
21	Rizki erman aditya	70	93,75	78,9
22	Takesy agsha	90	86,5	84,2
23	Timothy ginting	90	86,5	100
24	Vebrina julita sahara	90	86,5	84,2
25	Zidan agustian	70	93,75	100
26	Zul iryani	70	68,25	84,2

LEMBAR OBSERVASI PEMBELAJARAN GURU/PENELITI
MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE JIGSAW

Nama Guru : M. Ikhsainul Arifin S.Pd.
 Sekolah / Kelas : SMA Negeri 11 Muaro Jambi/ XE3
 Mata pelajaran : PJOK
 Materi Pelajaran : Roll Depan
 Nama Peneliti : Megaria Selvia Br
 Tarigan

Petunjuk Pengisian Lembar Observasi:

Berikut ini adalah daftar kompetensi peneliti. Silahkan Bapak/Ibu melakukan Observasi terhadap peneliti. Mohon menjawab sebenarnya sesuai dengan apa yang anda lihat dengan cara memberi Checklist (√) pada setiap kolom di bawah ini sesuai dengan pengamatan yang anda lakukan pada proses pembelajaran yang dilaksanakan .

Tahap Pembelajaran	Deskripsi Kegiatan	Terlaksana	Tidak Terlaksana
Pendahuluan	- Peneliti melakukan pembukaan dengan salam Pembuka	√	
	- Peneliti meminta siswa untuk berdoa sebelum melaksanakan kegiatan pembelajaran dan mengecek kehadiran siswa	√	
	- Peneliti meminta siswa menyanyikan lagu wajib nasional;		√
	- Peneliti menyampaikan tujuan pembelajaran	√	
	- Peneliti menyampaikan garis besar kegiatan Pembelajaran	√	
	- Peneliti memberikan pertanyaan pemantik	√	
Kegiatan Inti	- Peneliti memutar video/gambar Penerapan nilai-nilai pancasila melalui media power point		√
	- Peneliti mengamati dan menilai sikap siswa ketika video/gambar	√	
	- Peneliti memberikan pertanyaan formatif kepada siswa setelah menonton video/gambar	√	
	- Peneliti menjelaskan dari video/gambar yang diputar	√	
	- Peneliti memberikan permasalahan kepada siswa untuk di diskusikan	√	

	- Peneliti memberikan kesempatan siswa untuk bertanya materi yang belum dipahami dari hasil pengamatan video pembelajaran	√	
	- Peneliti Membimbing siswa melakukan pemanasan	√	
	- Peneliti menginstruksikan siswa melakukan praktik <i>Roll</i> depan	√	
	- Peneliti membagi kelas menjadi beberapa kelompok.	√	
	- Peneliti memberikan arahan untuk mengidentifikasi Gerakan	√	
	- Peneliti Membimbing siswa memecahkan masalah yang diberikan	√	
	- Peneliti membagi siswa secara berpasangan untuk saling koreksi	√	
	- Peneliti membimbing siswa menyusun hasil kerja	√	
	- Peneliti menginstruksikan siswa untuk mempresentasikan hasil diskusinya	√	
	- Peneliti melakukan pengamatan mengenai keberhasilan gerakan tentang teknik dasar <i>Roll</i> depan	√	
	- Peneliti memberikan penguatan dan apresiasi atas partisipasi semua pihak.	√	
Kegiatan Penutup	● Peneliti memberikan tes pemahaman akhir	√	
	● Peneliti membimbing siswa melakukan pendinginan	√	
	● Peneliti Melakukan refleksi dengan Tanya jawab kepada peserta didik, tentang materi yang telah disampaikan.	√	
	● Peneliti Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran tentang point- point penting yang muncul dalam Kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	√	
	● Peneliti Mengingatkan materi yang akan dipelajari pada pertemuan berikutnya untuk dipelajari di rumah.	√	

Jambi
Guru

2024

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'M. Ikhsainul Arifin S.Pd', with a stylized, cursive script.

M. Ikhsainul Arifin S.Pd

**LEMBAR OBSERVASI PEMBELAJARAN SISWA
MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE JIGSAW**

Nama Guru : M. Ikhsainul Ariffin S.Pd
 Sekolah/kelas : Sma Negeri 11 Muaro Jambi/ X E3
 Mata pelajaran : PJOK
 Materi Pelajaran : *Roll Depan*
 Nama Observer : Megaria Selvia Br Tarigan
 Petunjuk Pengisian Lembar Observasi:

Berilah tanda centang (✓) pada masing-masing descriptor kegiatan pembelajaran berikut sesuai dengan kenyataan yang terjadi.

No	Kategori Pengamatan	Terlaksana	Tidak Terlaksana
1	Antusias siswa saat apersepsi	✓	
2	Perhatian siswa terhadap guru pada saat penyampaian materi	✓	
3	Keaktifan siswa dalam bertanya	✓	
4	Keaktifan siswa dalam menjawab pertanyaan	✓	
5	Kesungguhan siswa dalam mengamati masalah yang Ditampilkan	✓	
6	Kreativitas siswa dalam menganalisis masalah yang Ditampilkan	✓	
7	Keterampilan siswa dalam berpendapat atau Mengkritik	✓	
8	Interaksi siswa saat melakukan diskusi secara berkelompok	✓	
9	Ketertiban saat mengikuti proses pembelajaran	✓	
10	Penampilan hasil kerja siswa dalam kelompok (presentasi)	✓	
11	Pengerjaan evaluasi hasil pembelajaran	✓	
12	Kreativitas siswa dalam menyimpulkan materi Pembelajaran	✓	

Jambi 2024
Peneliti

Megaria Selvia Br Tarigan

Lembar Wawancara Refleksi berisi daftar pertanyaan reflektif

Nama Peneliti : Megaria Selvia Br Tarigan
 Nama Guru : Ikhsainul Arifin S.Pd
 Sekolah / Kelas : SMA Negeri 11 Muaro Jambi/ X E3
 Mata pelajaran : PJOK
 Materi Pelajaran: *Roll* depan
 Kelas/ semester : X E3/ II

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah suasana pembelajaran menyenangkan bagi peserta didik?	Ya, dengan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw pada pembelajaran senam lantai <i>Roll</i> depan suasana belajar menjadi lebih santai dan tidak kaku sehingga siswa terlihat senang dalam mengikuti pembelajaran
2.	Apakah suasana pembelajaran memotivasi peserta didik?	Ya, dengan penerapan model pembelajaran ini sangat memotivasi peserta didik karena dalam model pembelajaran ini diajak untuk berdiskusi dan berkelompok serta tanya jawab yang mengajak peserta didik untuk aktif dalam pembelajaran
3.	Bagaimana perasaan anda selama melaksanakan proses praktik pembelajaran inovatif ?	. Sangat senang karena respon peserta didik kepada peneliti sangat baik dan mudah untuk diberi arahan sehingga proses penelitian berjalan dengan lancar.
4.	Ceritakan hal-hal positif yang terjadi dari praktik pembelajaran inovatif anda	Hal-hal positif yang didapat 1. Respon peserta didik yang baik 2. Siswa yang lebih aktif dan kritis selama pembelajaran 3. Peningkatan nilai yang signifikan setelah penerapan model pembelajaran 4. Mampu berbaur dengan teman untuk berdiskusi
5.	Ceritakan hal-hal yang menghambat praktik pembelajaran inovatif anda	Pada penelitian yang sedikit menghambat adalah tidak tersedianya infocus untuk pemberian tindakan video pembelajaran kepada peserta didik, namun hal ini bisa diatasi peneliti yaitu dengan mengizinkan siswa membuka handphone masing-masing untuk melihat video pembelajaran yang dibagikan.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) PJOK
TAHUN PELAJARAN 2023/2024
SIKLUS 1

Nama Sekolah : SMA Negeri 11 Muaro Jambi

Mata Pelajaran : PJOK

Kelas/ Semester : X/2

Materi Pokok : Aktivitas Gerak Dominan

Roll DepanAlokasi Waktu : 1 Kali

Pertemuan (3 JP) 3x35 menit

A. KOMPETENSI INTI (KI)

KI 1 : Menerima, menjalankan dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.

KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.

KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca dan menanya) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, danbenda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah, dan tempat bermain.

KI 4 : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis, dan logis, dalam karya yang estetis,dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan peri-laku anak beriman dan berakhlak mulia

B. Kompetensi Dasar (KD), Indikator Pencapaian Kompetensi

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1	Kompetensi Pengetahuan 3.5 Memahami kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam	3.5.1 Mengidentifikasi, menentukan, dan cara menerapkan Gerak dominan roll depan
	Kompetensi Keterampilan 4.5 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam	4.5.1 Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan Gerak dominan roll depan

C. Tujuan Pembelajaran

1. Setelah mengamati presentasi materi Gerak Dominan Roll Depan, peserta didik dapat menjelaskan dan menganalisis latihan gerak dominan roll depan dan variasi latihan gerak dominan dengan baik dan benar.Melalui pengamatan, peserta didik mampu mempraktikkan serangkaian kegiatan pembelajaran materi Gerak dominan roll depan dan variasi latihan gerak dominan roll depan secara berulang dengan baik dan benar.

D. Materi Pembelajaran

Materi reguler: Gerak dominan roll depan

- Fakta : Gerak dominan roll depan pada senam Lantai
- Konsep : Kelincahan gerak dominan roll depan
- Prinsip : Gerak dasar roll depan yang terstruktur
- Prosedur : Mempraktekkan Gerak Dominan Roll Depan dengan tahapan yang benar (Awalan, pelaksanaan, akhir) dengan penuh percaya diri, kerjasama dan proaktif

E. Model Pembelajaran

Model : *Kooperatif Tipe Jigsaw*

Metode : Diskusi kelompok, soal, tes

F. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
• Pendahuluan: Pada kegiatan pendahuluan ini yang dapat dilakukan oleh guru antara lain:	➤ Pengondisian Kelas ➤ Pengkondisian Kelas • Peserta didik memberikan salam • Peserta didik bersama guru sebelum mengawali pembelajaran dengan berdoa bersama dipimpin oleh salah seorang peserta didik. • Menanyakan kehadiran peserta didik • Peserta didik siap dalam pembelajaran, nyamanan dalam belajar serta selalu menerapkan protokol kesehatan. ➤ Motivasi Peserta didik mendapatkan motivasi dari guru untuk menumbuhkan semangat gotong royong (kerja sama). Dan guru juga memotivasi peserta didik dalam mempelajari materi gerak dominan roll depan ➤ Apersepsi Mengaitkan materi kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan hari ini yaitu menyebutkan pada saat apahal yang sama seperti kelincahan roll depan dilakukan pada kehidupan sehari hari ? ➤ Penyampaian Tujuan Pembelajaran Peserta didik mendapat informasi dari guru mengenai tujuan yang harus dicapai Pelaksanaan awal di Ruang Kelas • Peserta didik diminta untuk berkelompok dan diskusi tentang materi yang diberikan • Peserta didik diminta untuk mengkomunikasikan tentang apa yang di tangkap dari materi tersebut • Peserta didik mendapat pertanyaan dari gerak dominan roll depan adalah ?, bagaimana cara melakukannya ? • Peserta didik mendapat penguatan dari guru terhadap jawaban/respon peserta didik. • Peserta didik dibagi menjadi 6 kelompok yang terdiri dari 5 siswa(kondisional tergantung banyaknya siswa)	15 Menit

	• Peserta didik setiap kelompok diminta untuk mendiskusikan apa yang disajikan dan mulai mengerjakan soal tentang pembelajaran tersebut • Peserta didik memahami gerak dominan rol depan di Lapangan • Peserta didik dan guru melakukan pemanasan • Pemanasan diawali dengan peregangan statis dan dinamis • Guru memotivasi peserta didik untuk menumbuhkan semangat gotong royong (kerja sama). Dan memotivasi peserta didik dalam melakukan <i>pemanasan</i> yang baik dan benar agar bermanfaat untuk kesehatan	
• Inti Kegiatan: Kegiatan inti: 1. Di lapangan	Mengamati 1. Peserta didik melakukan aktivitas gerak dasar <i>roll depan</i> , sesuai dengan instruksi guru. 2. Peserta didik mengamati contoh yang dilakukan oleh teman sebaya yang di bantu oleh guru. 3. Peserta didik menganalisis gerakan yang dilakukan oleh peserta didik yang melakukan uji coba. 4. Peserta didik menganalisis dari gerakan Awalan , pelaksanaan dan sikap akhiran saat melakukan roll Depan Menanya 5. Peserta Didik Mempertanyakan tentang hasil analisis keterampilan roll depan, misalnya: Peserta didik mengajukan pertanyaan yang merasa sulit dalam melakukan gerak dominan roll depan berdasarkan pengamatan mereka. Peserta didik mengajukan pertanyaan yang bersifat hipotesa (dugaan sementara). Mencoba 6. Peserta didik melakukan gerakan roll depan dengan benar: Sikap awal : • Tubuh dalam posisi jongkok dan kedua kaki dalam posisi rapat. Lutut disentuh ke dada dengan posisi tangan berada di depan ujung kaki. • Kedua tangan dalam posisi bengkok. Posisikan dagu menyentuh dada dan pundak di matras. Sikap Pelaksanaan • Mulailah berguling, tangan memegang lutut agar membentuk bulatan	90 Menit

	Sikap Akhir • Tangan lurus ke depan . • Posisi tubuh setelah berguling adalah jongkok Mengasosiasi 7. Peserta didik menganalisis hasil yang sudah dipraktikkan kemudian melakukan secara berulang jenis-jenis gerakan yang sistematis .Peserta didik bersama-sama mendapatkan evaluasi dari guru tahap-tahap pembelajaran untuk menghasilkan solusi	
• Kegiatan Penutup	• Peserta didik dan guru melakukan pendinginan • Peserta didik menyebutkan refleksi kesulitan tentang latihan gerak roll depan yang dihadapi dalam menerima materi. • Guru menyimpulkan hasil pembelajaran materi latihan roll depan dengan melibatkan peserta didik • Guru menutup pembelajaran dengan salam	20 Menit

G. Penilaian

- a. Pengetahuan : Teknik yang digunakan yaitu *Test* dengan menggunakan soal pilihan ganda
- b. Keterampilan : Teknik yang digunakan yaitu unjuk kinerja dengan mempraktik gerakan latihan roll depan dengan benar
- c. Sikap : Teknik yang digunakan adalah observasi yang dilakukan oleh guru

H. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar**a. Media:**

Materi dan gambar
di kertas
Vidio pembelajaran

Sarana dan Alat:

Lapangan
Pluit
matras

b. Sumber Belajar

Internet/Youtube
Buku Paket PJOK

Lingkungan sekitar peserta didik yang berkaitan dengan materi pembelajaran roll depan.

I. Program Tindak Lanjut**1. Remedial**

Bagi peserta didik yang belum mencapai KKM maka diberikan kesempatan untuk mempelajari kembali materi roll depan

2. Pengayaan

Bagi peserta didik yang sudah mencapai KKM maka diberikan kesempatan untuk mempelajari materi roll depan di lanjut dengan sikap lili

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) PJOK
TAHUN PELAJARAN 2023/2024
SIKLUS 2

Nama Sekolah : SMA Negeri 11 Muaro Jambi
 Mata Pelajaran : PJOK
 Kelas/ Semester : X/2
 Materi Pokok : Aktivitas Gerak Dominan Roll Depan
 Alokasi Waktu : 1 Kali Pertemuan (3 JP) 3x35 menit

J. KOMPETENSI INTI (KI)

- KI 1 : Menerima, menjalankan dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
- KI 2 : Memiliki perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya.
- KI 3 : Memahami pengetahuan faktual dengan cara mengamati (mendengar, melihat, membaca dan menanya) dan menanya berdasarkan rasa ingin tahu tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, sekolah, dan tempat bermain.
- KI 4 : Menyajikan pengetahuan faktual dalam bahasa yang jelas, sistematis, dan logis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan peri-laku anak beriman dan berakhlak mulia

K. Kompetensi Dasar (KD), Indikator Pencapaian Kompetensi

No	Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi
1	Kompetensi Pengetahuan 3.5 Memahami kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam	3.5.1 Mengidentifikasi, menentukan, dan cara menerapkan Gerak dominan roll depan
	Kompetensi Keterampilan 4.5 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam	4.5.1 Mendemonstrasikan, melakukan, dan menerapkan Gerak dominan roll depan

L. Tujuan Pembelajaran

- Setelah mengamati presentasi materi Gerak Dominan Roll Depan, peserta didik dapat menjelaskan dan menganalisis latihan gerak dominan roll depan dan variasi latihan gerak dominan dengan baik dan benar. Melalui pengamatan, peserta didik mampu mempraktikkan serangkaian kegiatan pembelajaran materi Gerak dominan roll depan dan variasi latihan gerak dominan roll depan secara berulang dengan baik dan benar.

M. Materi Pembelajaran

Materi reguler: Gerak dominan roll depan

- Fakta : Gerak dominan roll depan pada senam Lantai
- Konsep : Kelincahan gerak dominan roll depan
- Prinsip : Gerak Dasar roll yang terstruktur
- Prosedur : Mempraktekkan Gerak Dominan Roll Depan dengan tahapan yang benar (Awalan, pelaksanaan, akhir) dengan penuh percaya diri, kerjasama dan proaktif

N. Model Pembelajaran

Model : *Kooperatif Tipe Jigsaw*

Metode : Diskusi kelompok, Video Tutorian roll depan, soal, tes

O. Langkah-langkah Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi	Alokasi Waktu
• Pendahuluan: Pada kegiatan pendahuluan ini yang dapat dilakukan oleh guru antara lain:	➤ Pengondisian Kelas ➤ Pengkondisian Kelas • Peserta didik memberikan salam • Peserta didik bersama guru sebelum mengawali pembelajaran dengan berdoa bersama dipimpin oleh salah seorang peserta didik. • Menanyakan kehadiran peserta didik • Peserta didik siap dalam pembelajaran, nyaman dalam belajar serta selalu menerapkan protokol kesehatan. ➤ Motivasi Peserta didik mendapatkan motivasi dari guru untuk menumbuhkan semangat gotong royong (kerja sama). Dan guru juga memotivasi peserta didik dalam mempelajari materi gerak dominan roll depan ➤ Apersepsi Mengaitkan materi kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan hari ini yaitu menyebutkan pada saat apa hal yang sama seperti kelincahan roll depan dilakukan pada kehidupan sehari hari ? ➤ Penyampaian Tujuan Pembelajaran Peserta didik mendapat informasi dari guru mengenai tujuan yang harus dicapai Pelaksanaan awal di Ruang Kelas • Peserta didik diminta untuk berkelompok dan diskusi tentang materi yang diberikan dan mengamati Video tutorial Roll depan yang di beri • Peserta didik diminta untuk mengkomunikasikan tentang apa yang di tangkap dari materi dan video tersebut • Peserta didik mendapat pertanyaan dari gerak dominan roll depan adalah ?, bagaimana cara melakukannya ? • Peserta didik mendapat penguatan dari guru terhadap jawaban/respon peserta didik. • Peserta didik dibagi menjadi 6 kelompok yang terdiri dari 5 siswa(kondisional tergantung banyaknya siswa)	15 Menit

	• Peserta didik setiap kelompok diminta untuk mendiskusikan apa yang disajikan dan mulai mengerjakan soal tentang pembelajaran tersebut • Peserta didik memahami gerak dominan rol depan di Lapangan • Peserta didik dan guru melakukan pemanasan • Pemanasan diawali dengan peregangan statis dan dinamis • Guru memotivasi peserta didik untuk menumbuhkan semangat gotong royong (kerja sama). Dan memotivasi peserta didik dalam melakukan <i>pemanasan</i> yang baik dan benar agar bermanfaat untuk kesehatan	
• Inti Kegiatan: Kegiatan inti: 1. Di lapangan	Mengamati 1. Peserta didik melakukan aktivitas gerak dasar <i>roll depan</i> , sesuai dengan instruksi guru. 2. Peserta didik mengamati contoh yang dilakukan oleh teman sebaya yang di bantu oleh guru. 3. Peserta didik menganalisis gerakan yang dilakukan oleh peserta didik yang melakukan uji coba. 4. Peserta didik menganalisis dari gerakan Awalan , pelaksanaan dan sikap akhiran saat melakukan roll Depan Menanya 5. Peserta Didik Mempertanyakan tentang hasil analisis keterampilan roll depan, misalnya: Peserta didik mengajukan pertanyaan yang merasa sulit dalam melakukan gerak dominan roll depan berdasarkan pengamatan mereka. Peserta didik mengajukan pertanyaan yang bersifat hipotesa (dugaan sementara). Mencoba 6. Peserta didik melakukan gerakan roll depan dengan benar: Sikap awal : • Tubuh dalam posisi jongkok dan kedua kaki dalam posisi rapat. Lutut disentuh ke dada dengan posisi tangan berada di depan ujung kaki. • Kedua tangan dalam posisi bengkok. Posisikan dagu menyentuh dada dan pundak di matras. Sikap Pelaksanaan • Mulailah berguling, tangan memegang lutut agar membentuk bulatan	90 Menit

	Sikap Akhir • Tangan lurus ke depan . • Posisi tubuh setelah berguling adalah jongkok Mengasosiasi 8. Peserta didik menganalisis hasil yang sudah dipraktikkan kemudian melakukan secara berulang jenis-jenis gerakan yang sistematis .Peserta didik bersama-sama mendapatkan evaluasi dari guru tahap-tahap pembelajaran untuk menghasilkan solusi	
• Kegiatan Penutup	• Peserta didik dan guru melakukan pendinginan • Peserta didik menyebutkan refleksi kesulitan tentang latihan gerak roll depan yang dihadapi dalam menerima materi. • Guru menyimpulkan hasil pembelajaran materi latihan roll depan dengan melibatkan peserta didik • Guru menutup pembelajaran dengan salam	20 Menit

P. Penilaian

- d. Pengetahuan : Teknik yang digunakan yaitu *Test* dengan menggunakan soal pilihan ganda
- e. Keterampilan : Teknik yang digunakan yaitu unjuk kinerja dengan mempraktik gerakan latihan roll depan dengan benar
- f. Sikap : Teknik yang digunakan adalah observasi yang dilakukan oleh guru

Q. Media/alat, Bahan, dan Sumber Belajar**c. Media:**

Materi dan gambar
di kertas
Vidio pembelajaran

Sarana dan Alat:

Lapangan
Pluit
matras

d. Sumber Belajar

Internet/Youtube

Buku Paket PJOK

Lingkungan sekitar peserta didik yang berkaitan dengan materi pembelajaran roll depan.

R. Program Tindak Lanjut**1. Remedial**

Bagi peserta didik yang belum mencapai KKM maka diberikan kesempatan untuk mempelajari kembali materi roll depan

2. Pengayaan

Bagi peserta didik yang sudah mencapai KKM maka diberikan kesempatan untuk mempelajari materi roll depan dilanjutkan dengan sik

Lampiran Dokumentasi Penelitian

Observasi dan melakukan perencanaan sebelum tindakan bersama guru olahraga Dan penyusunan RPP



Penyusunan RPP pembelajaran



Kolaborasi membentuk pembelajaran siklus berikutnya bersama guru olahraga



Praktek *Roll* depan sebelum pemberian tindakan



Tes awal *Roll* depan kepada siswa sebelum tindakan



Pembentukan kelompok pembelajaran sebelum tindakan diberikan



Pemberian arahan untuk pembelajaran



Siklus 1 pemberian soal dan materi kepada setiap kelompok untuk berdiskusi

Berkolaborasi dengan guru pendamping dalam memberi materi



Tanya jawab kepada setiap kelompok yang di pantau guru olahraga selama pembelajaran



Tes kekampuan psikomotorik *Roll* depan setelah diberi tindakan pada siklus 1



Praktek roll depan tes psikomotorik siklus 1



Pembagian Soal dan materi serta men share video pembelajaran melalui handphone masing- masing peserta didik siklus 2



Diskusi soal dan materi kelompok siklus 2



Tes kemampuan psikomotorik *Roll* depan siklus 2



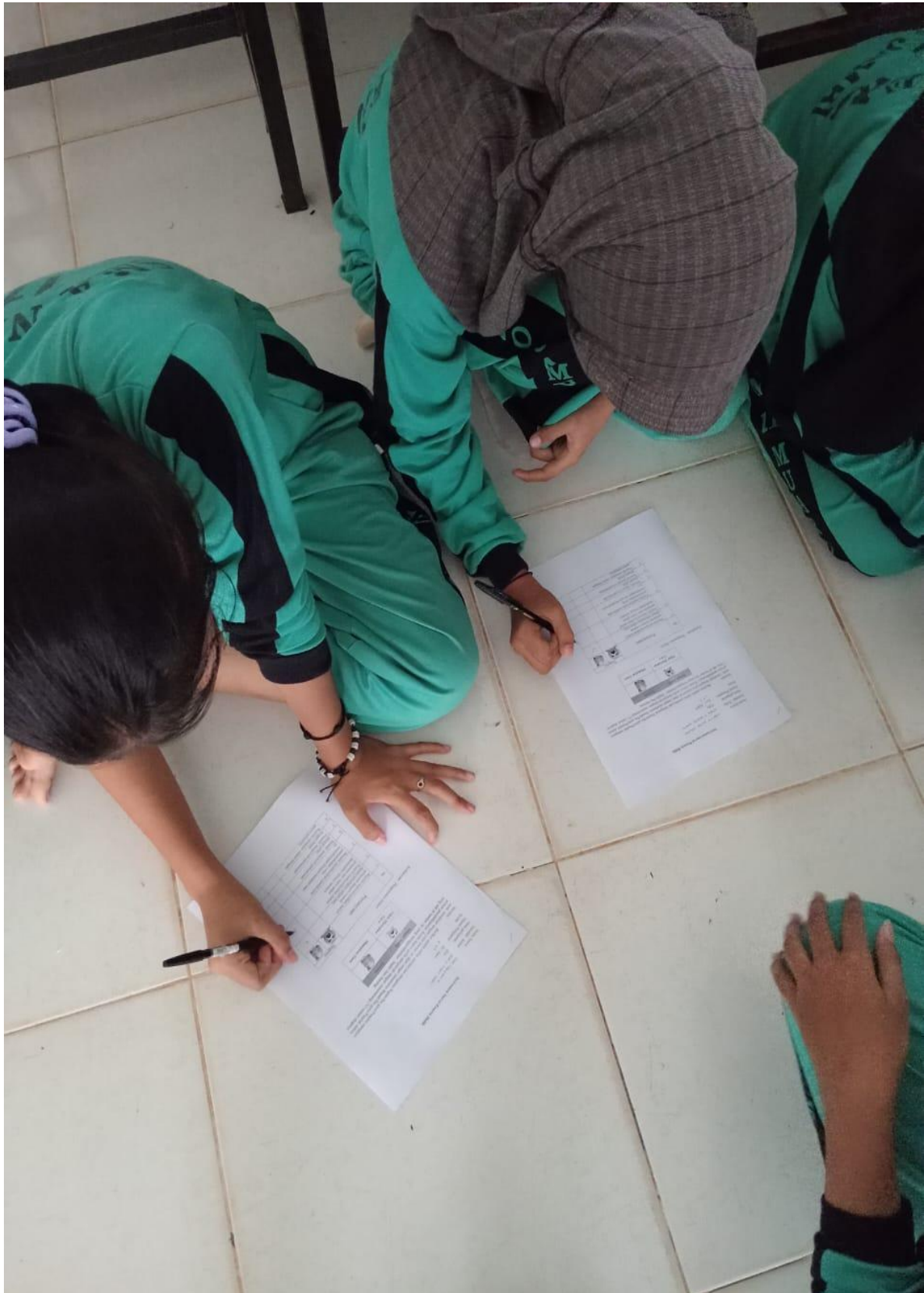
Mengawasi pengisian soal kognitif roll depan



Refleksi bersama selama melakukan pembelajaran



Pengisian lembar Refleksi pembelajaran



Dokumentasi bersama siswa kelas X e3



Dokumentasi bersama guru Olahraga



Materi dan Soal penilaian Kongnitif Siswa

Nama : TIMOTHY GINTING
 Kelas : XE3
 Nilai : 80

1. Anggota tubuh pertama yang menyentuh matras pada gerakan guling ke depan adalah...

- A. Kepala
- B. Dahi
- C. Badan
- ☒ D. Tengkuk
- E. Leher

2. Posisi yang akan membantu ketika menolong gerakan guling depan adalah...

- A. Di depan yang melakukan guling
- B. Di belakang yang melakukan guling
- ☒ C. Di samping yang melakukan guling
- D. Di sebelah kanan Matras
- E. Di sebelah kiri matras

3. Berikut ini cara memberikan bantuan guling depan kecuali...

- ☒ A. Tangan kanan pembantu memegang tengkuk
- ☒ B. Tangan kiri pembantu mendorong paha dan pinggul
- C. Pembantu menopang dan mendorong pinggul
- D. Pembantu berdiri pada salah satu lutut
- E. Waktu badan berguling membantu mengangkat pundaknya

4. Posisi akhir saat melakukan roll depan adalah...

- ☒ A. Kedua kaki lurus
- B. Kaki kiri lurus
- C. Kaki kanan lurus
- ☒ D. Sikap jongkok
- E. Semua jawaban salah

5. Senam yang membutuhkan gerakan keseimbangan, kekuatan, dan kelenturan adalah...

- ☒ A. Senam lantai
- B. Senam irama
- C. Senam pagi
- D. Senam kesegaran
- E. Senam militer

6. Sikap badan yang benar pada saat kita melakukan roll depan yaitu posisi badan ...

- a. Disandarkan
- b. Diluruskan

- c. Dimiringkan
- ☒ d. Dibulatkan
- e. Direbahkan

7. Sikap awal roll depan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu ...

- a. Sikap jongkok dan terlentang
- ☒ b. Sikap jongkok dan berdiri
- c. Sikap berdiri dan terlentang
- d. Sikap jongkok dan berbaring
- e. Sikap terlentang dan berdiri

8. Jarak antara kedua tangan dengan ujung kaki ketika kita akan melakukan guling depan yaitu

- a. kira-kira 30 cm
- ☒ b. kira-kira 50 cm
- c. kira-kira 40 cm
- d. kira-kira 60 cm
- e. semua salah

9. Berikut yang bukan termasuk bagian gerakan guling depan yaitu

- a. punggung menyentuh matras
- ☒ b. sikap leher tengadah
- c. lutut rapat
- d. sikap akhir jongkok
- e. semua salah

10. Sikap awal badan yang benar untuk melakukan gerakan berguling ke depan yaitu

- a. menyamping arah gerakan
- b. membelakangi arah gerakan
- ☒ c. menghadap arah gerakan
- d. memutar arah gerakan
- e. semua salah

SELAMAT MENGERJAKAN ☺☺

Instrumen Survei Peserta Didik

Nama Siswa : Rico Aditya
 Sekolah / Kelas : XE3 (SMAN 11 Muaro Jambi)
 Mata pelajaran : Pjok
 Materi Pelajaran : Tali Depan / Gasing depan
 Kelas : XE3

Intruksi : Berikut adalah daftar pertanyaan mengenai Bapak/Ibu guru/Peneliti mengajar anak. Jawablah dengan jujur karena ini akan sangat membantu Bapak/Ibu guru/Peneliti dalam proses pendidikannya. Kamu hanya perlu menjawab dengan mencentang (V) sesuai ekspresi yang ada di lembar ini yang menggambarkan : Sedih Dan Senang.

Sangat Sedih	Senang
	
Tidak Dilakukan Guru	Dilakukan Guru

Komponen : Penguasaan Materi

No	Pertanyaan	Ekspresi	
			
1	Peneliti menyampaikan materi pelajaran dengan contoh dalam kehidupan sehari-hari		✓
2	Peneliti menyampaikan materi pelajaran dari buku paket dan sumber belajar lainnya		✓
3	Peneliti memberikan contoh atau permasalahan yang berhubungan dengan keadaan saat ini		✓
4	Peneliti menjawab pertanyaan dengan jelas		✓
5	Peneliti menjawab pertanyaan dengan benar		✓
6	Peneliti mengajar sesuai dengan materi pelajaran		✓

Komponen : Kemahiran dalam Mengajar

No	Pertanyaan	Ekspresi	
			
1	Penelitian menyampaikan kegiatan yang akan dilakukan selama pembelajaran		✓
2	Penelitian menyampaikan materi pelajaran Dengan mudah dimengerti		✓
3	Penelitian mengajar dengan cara yang bervariasi misalnya diskusi, demonstrasi, tanya jawab, ceramah, dll		✓
4	Penelitian berbicara dengan jelas ketika menyampaikan materi pelajaran		✓
5	Penelitian meminta saya belajar secara berkelompok		✓
6	Penelitian mengajar dengan cara yang menyenangkan dan menarik		✓

Komponen : Mengorganisasikan dan membimbing siswa dalam pemecahan masalah

No	Pertanyaan	Ekspresi	
			
1	Penelitian menggunakan berbagai teknik untuk memotivasi kemauan belajar siswa.		✓
2	Penelitian menggunakan media yang menarik dan efektif dalam menyampaikan materi pembelajaran		✓
3	Penelitian memanfaatkan teknologi yang inovatif dalam menyampaikan materi pembelajaran		✓

Komponen : Mengorganisasikan dan membimbing siswa dalam pemecahan masalah

No	Pertanyaan	Ekspresi	
			
1	Penelitian membimbing saya dan teman –teman ketika mengalami kesulitan		✓
2	Penelitian membuat suasana nyaman saat melaksanakan pembelajaran		✓
3	Penelitian terampil menggunakan alat bantu saat mengajar		✓
4	Penelitian memberi kesempatan kepada saya dan atau teman – teman untuk bertanya atau menjawab		✓
5	Penelitian menghargai kemampuan saya dan atau teman -teman		✓
6	Penelitian memberitahukan nilai hasil belajar saya	✓	
7	Penelitian memberikan motivasi kepada saya dan atau teman – teman		✓
8	Penelitian memberikan tugas dalam pembelajaran		✓

Pra Tindakan

Rubrik Penilaian Keterampilan unjuk kerja kemampuan

Roll depan dalam senam lantai

No	Nama Peserta didik	Penilaian Keterampilan Gerak																				Jumlah	Nilai
		Awalan					Berguling					Gerak lanjutan					Akhiran						
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4		
1	A. Z. Harwati					✓				✓					✓					✓			79,75
2	Akbar Ramadhan					✓				✓					✓					✓			79,75
3	Aldi Agustian					✓					✓					✓					✓		100
4	Arjuna					✓					✓					✓				✓			93,75
5	Aron					✓				✓					✓					✓			79,75
6	Aryo				✓					✓					✓					✓			62,5
7	Aulia				✓					✓					✓				✓				62,5
8	Dan					✓				✓					✓				✓				75
9	Fitrona				✓					✓					✓				✓				56,25
10	Flora					✓				✓					✓					✓			93,75
11	Januar					✓				✓					✓				✓				62,5
12	Kaisum					✓				✓					✓				✓				62,5
13	M. Fitri					✓				✓					✓					✓			79,75
14	M. Piras					✓				✓					✓					✓			79,75
15	Piana					✓				✓					✓				✓				62,5
16	Rico					✓				✓					✓				✓				62,5
17	Ridho					✓				✓					✓					✓			75
18	Rina					✓				✓					✓				✓				62,5
19	Rizkiyati					✓				✓					✓				✓				62,5
20	Rizal					✓				✓					✓					✓			79,75
21	Takesy					✓				✓					✓					✓			75
22	Timothy					✓				✓	✓				✓					✓			79,75
23	Adrian Vebriana					✓				✓						✓				✓			93,75
24	Rizki					✓					✓				✓					✓			79,75
25	Adrian Agustian					✓					✓				✓					✓			86,5
26	Bul Ryani					✓				✓					✓				✓				62,5

Kem: 65

Tidak tuntas: 10 siswa

Tuntas : 16 siswa

1 Skor = 6,25 poin x 4 = 100 / teknik

Siklus 1

Rubrik Penilaian Keterampilan unjuk kerja kemampuan

Roll depan dalam senam lantai

No	Nama Peserta didik	Penilaian Keterampilan Gerak																				Jumlah	Nilai
		Awalan					Berguling					Gerak lanjutan					Akhiran						
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4		
1	Az. Hayati					✓				✓	✓				✓				✓			75	
2	Atbar Ramadhan				✓				✓					✓					✓			56,25 x	
3	Adi Agustin				✓					✓					✓					✓		75	
4	Artuna					✓				✓					✓				✓			62,5 x	
5	Aron				✓					✓					✓				✓			62,5 x	
6	Aryo			✓							✓					✓			✓			56,25 x	
7	Aulia					✓				✓					✓				✓			62,5 x	
8	Dian					✓				✓					✓				✓			62,5 x	
9	fiyona					✓					✓					✓				✓		81,25	
10	Flora					✓					✓					✓				✓		81,25	
11	Januar					✓					✓					✓				✓		75	
12	Kalsum					✓					✓					✓				✓		75	
13	M. fidi					✓					✓					✓				✓		75	
14	m. Pras					✓					✓					✓					✓	81,25	
15	Piana				✓						✓					✓				✓		75	
16	Pigo				✓	✓					✓					✓				✓		75	
17	Ridho				✓						✓					✓					✓	75	
18	Rina				✓					✓					✓					✓		56,25 x	
19	Ruwiyati				✓						✓					✓				✓		68,75	
20	Rizal					✓						✓					✓				✓	100	
21	Rizki					✓					✓					✓				✓		81,25	
22	Taresy					✓					✓					✓				✓		81,25	
23	Timothy					✓						✓					✓				✓	93,75	
24	Vebrina					✓				✓					✓					✓		68,75	
25	Zidan Agustin					✓					✓				✓					✓		93,75	
26	Zul Iryani				✓						✓					✓				✓		68,75	
27																							
28																							
29																							
30																							
31																							
32																							
33																							
34																							
35																							
36																							

KKM = 65

Jumlah tidak tuntas: 7 orang siswa

1 skor = 6,25 poin x 4 = 100 / teknik

Siklus 2
13 Feb

Rubrik Penilaian Keterampilan unjuk kerja kemampuan
Roll depan dalam senam lantai

No	Nama Peserta didik	Penilaian Keterampilan Gerak																				Jumlah	Nilai
		Awalan					Berguling					Gerak lanjutan					Akhiran						
		0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4		
1	A. Z. Hayati					✓					✓					✓				✓	15	93.75	
2	Akbar Ramadhan					✓					✓					✓				✓	15	93.75	
3	Aidi Agustian					✓					✓					✓				✓	15	93.75	
4	Arjana					✓				✓					✓					✓	13	79.75	
5	Aron					✓					✓					✓				✓	15	93.75	
6	Aryo					✓				✓						✓				✓	13	79.75	
7	Aulia					✓				✓						✓				✓	13	79.75	
8	Dian					✓					✓					✓				✓	15	93.75	
9	Flyora					✓					✓					✓				✓	15	93.75	
10	Flora					✓					✓					✓				✓	12	100	
11	Januar					✓					✓					✓				✓	16	100	
12	Kalsum					✓					✓					✓				✓	14	86.5	
13	M. Fikri					✓				✓						✓				✓	14	86.5	
14	M. Pitas					✓				✓						✓				✓	14	86.5	
15	Riana					✓					✓					✓				✓	14	86.5	
16	Rico					✓					✓					✓				✓	14	86.5	
17	Ridho					✓					✓					✓				✓	14	86.5	
18	Rina					✓					✓					✓				✓	14	86.5	
19	Riwayani					✓					✓					✓				✓	14	86.5	
20	Rizal					✓					✓					✓				✓	14	86.5	
21	Rizki					✓					✓					✓				✓	16	93.75	
22	Tatesy					✓					✓					✓				✓	14	86.5	
23	Timothy					✓					✓					✓				✓	14	86.5	
24	Yestina					✓					✓					✓				✓	14	86.5	
25	Zibon Agustin					✓					✓					✓				✓	15	93.75	
26	Zul Irgani					✓				✓					✓					✓	11	68.25	
27																							
28																							
29																							
30																							
31																							
32																							
33																							
34																							
35																							
36																							

KEM: 65

Tuntas semua ✓

1 skor
1 poin = $6.25 \text{ poin} \times 4 = 100 / \text{teknik}$

LEMBAR OBSERVASI PEMBELAJARAN GURU/PENELITI
MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE JIGSAW

Nama Guru : M. Ikhsainul Ariffin S.Pd.
 Sekolah / Kelas : SMA Negeri 11 Muaro Jambi/ XE3
 Mata pelajaran : PJOK
 Materi Pelajaran : Roll Depan
 Nama Peneliti : Megaria Selvia Br Tarigan

Petunjuk Pengisian Lembar Observasi:

Berikut ini adalah daftar kompetensi peneliti. Silahkan Bapak/Tbu melakukan Observasi terhadap peneliti. Mohon menjawab sebenarnya sesuai dengan apa yang anda lihat dengan cara memberi Checklist (✓) pada setiap kolom di bawah ini sesuai dengan pengamatan yang anda lakukan pada proses pembelajaran yang dilaksanakan .

Tahap Pembelajaran	Deskripsi Kegiatan	Terlaksana	Tidak Terlaksana
Pendahuluan	- Peneliti melakukan pembukaan dengan salam Pembuka	✓	
	- Peneliti meminta siswa untuk berdoa sebelum melaksanakan kegiatan pembelajaran dan mengecek kehadiran siswa	✓	
	- Peneliti meminta siswa menyanyikan lagu wajib nasional;		✓
	- Peneliti menyampaikan tujuan pembelajaran	✓	
	- Peneliti menyampaikan garis besar kegiatan Pembelajaran	✓	
	- Peneliti memberikan pertanyaan pemantik	✓	
Kegiatan Inti	- Peneliti memutar video/gambar Penerapan nilai-nilai pancasila melalui media power point		✓
	- Peneliti mengamati dan menilai sikap siswa ketika video/gambar	✓	
	- Peneliti memberikan pertanyaan formatif kepada siswa setelah menonton video/gambar	✓	
	- Peneliti menjelaskan dari video/gambar yang diputar	✓	
	- Peneliti memberikan permasalahan kepada siswa untuk di diskusikan	✓	

	- Peneliti memberikan kesempatan siswa untuk bertanya materi yang belum dipahami dari hasil pengamatan video pembelajaran	✓	
	- Peneliti Membimbing siswa melakukan pemanasan	✓	
	- Peneliti menginstruksikan siswa melakukan praktik <i>Roll</i> depan	✓	
	- Peneliti membagi kelas menjadi beberapa kelompok.	✓	
	- Peneliti memberikan arahan untuk mengidentifikasi Gerakan	✓	
	- Peneliti Membimbing siswa memecahkan masalah yang diberikan	✓	
	- Peneliti membagi siswa secara berpasangan untuk saling koreksi	✓	
	- Peneliti membimbing siswa menyusun hasil kerja	✓	
	- Peneliti menginstruksikan siswa untuk mempresentasikan hasil diskusinya	✓	
	- Peneliti melakukan pengamatan mengenai keberhasilan gerakan tentang teknik dasar <i>Roll</i> depan	✓	
	- Peneliti memberikan penguatan dan apresiasi atas partisipasi semua pihak.	✓	
Kegiatan Penutup	• Peneliti memberikan tes pemahaman akhir	✓	
	• Peneliti membimbing siswa melakukan pendinginan	✓	
	• Peneliti Melakukan refleksi dengan Tanya jawab kepada peserta didik, tentang materi yang telah disampaikan.	✓	
	• Peneliti Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran tentang point- point penting yang muncul dalam Kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	✓	
	• Peneliti Mengingatkan materi yang akan dipelajari pada pertemuan berikutnya untuk dipelajari di rumah.	✓	

Jambi
Guru

2024

M. Ikhsainul Arifin S.pd.

LEMBAR OBSERVASI PEMBELAJARAN GURU/PENELITI
MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE JIGSAW

Nama Guru : M. Ikhsainul Ariffin S.Pd.
 Sekolah / Kelas : SMA Negeri 11 Muaro Jambi/ XE3
 Mata pelajaran : PJOK
 Materi Pelajaran : Roll Depan
 Nama Peneliti : Megaria Selvia Br Tarigan

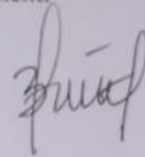
Petunjuk Pengisian Lembar Observasi:

Berikut ini adalah daftar kompetensi peneliti. Silahkan Bapak/Tbu melakukan Observasi terhadap peneliti. Mohon menjawab sebenarnya sesuai dengan apa yang anda lihat dengan cara memberi Checklist (✓) pada setiap kolom di bawah ini sesuai dengan pengamatan yang anda lakukan pada proses pembelajaran yang dilaksanakan .

Tahap Pembelajaran	Deskripsi Kegiatan	Terlaksana	Tidak Terlaksana
Pendahuluan	- Peneliti melakukan pembukaan dengan salam Pembuka	✓	
	- Peneliti meminta siswa untuk berdoa sebelum melaksanakan kegiatan pembelajaran dan mengecek kehadiran siswa	✓	
	- Peneliti meminta siswa menyanyikan lagu wajib nasional;		✓
	- Peneliti menyampaikan tujuan pembelajaran	✓	
	- Peneliti menyampaikan garis besar kegiatan Pembelajaran	✓	
	- Peneliti memberikan pertanyaan pemantik	✓	
Kegiatan Inti	- Peneliti memutar video/gambar Penerapan nilai-nilai pancasila melalui media power point		✓
	- Peneliti mengamati dan menilai sikap siswa ketika video/gambar	✓	
	- Peneliti memberikan pertanyaan formatif kepada siswa setelah menonton video/gambar	✓	
	- Peneliti menjelaskan dari video/gambar yang diputar	✓	
	- Peneliti memberikan permasalahan kepada siswa untuk di diskusikan	✓	

10	Penampilan hasil kerja siswa dalam kelompok (presentasi)	✓	
11	Pengerjaan evaluasi hasil pembelajaran	✓	
12	Kreatifitas siswa dalam menyimpulkan materi Pembelajaran	✓	

Jambi 2024
Peneliti



Megaria Selvia Br Tarigan

Lembar Wawancara Refleksi berisi daftar pertanyaan reflektif

Nama Peneliti : Megaria Selvia Br Tarigan
 Nama Guru : Ikhsainul Arifin S.Pd
 Sekolah / Kelas : SMA Negeri 11 Muaro Jambi/ X E3
 Mata pelajaran : PJOK
 Materi Pelajaran : Roll Depan/Senam Lantai
 Kelas /Semester : X / II
 Hari / Tanggal :

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah suasana pembelajaran menyenangkan bagi peserta didik?	Ya, dengan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw pada pembelajaran senam lantai Roll depan suasana belajar menjadi lebih santai dan tidak kaku sehingga siswa terlihat senang dalam mengikuti pembelajaran
2.	Apakah suasana pembelajaran memotivasi peserta didik?	Ya, dengan penerapan model pembelajaran ini sangat memotivasi peserta didik karena dalam model pembelajaran ini diajak untuk berdiskusi dan berkelompok serta tanya jawab yang mengajak peserta didik untuk aktif dalam pembelajaran
3.	Bagaimana perasaan anda selama melaksanakan proses praktik pembelajaran inovatif?	Sangat senang karena respon peserta didik kepada peneliti sangat baik dan mudah untuk diberi arahan sehingga proses penelitian berjalan dengan lancar.
4.	Ceritakan hal-hal positif yang terjadi dari praktik pembelajaran inovatif anda	Hal-hal positif yang didapat 1. Respon peserta didik yang baik 2. Siswa yang lebih aktif dan kritis selama pembelajaran 3. Peningkatan nilai yang signifikan setelah penerapan model pembelajaran 4. Mampu berbaur dengan teman untuk berdiskusi

5.	Ceritakan hal-hal yang menghambat praktik pembelajaran inovatif anda	Pada penelitian yang sedikit menghambat adalah tidak tersedianya infocus untuk pemberian tindakan video pembelajaran kepada peserta didik, namun hal ini bisa diatasi peneliti yaitu dengan mengizinkan siswa membuka handphone masing-masing untuk melihat video pembelajaran yang dibagikan.
----	--	--

Jambi 2024

Guru



M. Ikhsainul Arifin, S.Pd



**PEMERINTAH PROVINSI JAMBI
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 11 MUARO JAMBI**



Alamat : Jl. Lintas Timur km.16 Mendalo Darat Kec. Jambi Luar Kota Kode Pos : 36361

SURAT KETERANGAN

Nomor : 423.5/070/SMAN 11-MJ/II/2024

Kepala Sekolah Menengah Atas Negeri 11 Muaro Jambi dengan ini, menerangkan bahwa :

Nama : Megaria Selvia Br Tarigan
NIM : K1A120005
Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Bahwa nama mahasiswa tersebut di atas memang benar telah melaksanakan penelitian guna penyusunan skripsi yang berjudul "Penerapan Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw terhadap Peningkatan Hasil Belajar Senam (Roll Depan) Siswa Kelas X SMA Negeri 11 Muaro Jambi" Muaro Jambi" dilaksanakan pada tanggal 01 Februari s.d 28 Februari 2024.

Demikian surat keterangan ini kami buat dan kami berikan untuk dapat diketahui dan dipergunakan seperlunya, terima kasih.

Diberikan Di : Mendalo Darat
Pada Tanggal : 20 Februari 2024



Her Yati S.Pd., M. Pd
NIP. 197610102005011012



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS JAMBI
UPT BAHASA

Kampus Pinang Masak Jalan Raya Jambi - Ma. Bulian, Km 15, Mendalo Darat 36361
Kampus Unja Telanaipura, Jl. A. Manaf-Jambi 36122 - ☎ 0741-63121

Nomor : 590/UN21.16/KM/2024

Perihal : Surat Keterangan Hasil Tes JUELT

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menerangkan bahwa :

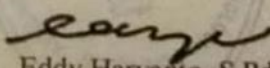
Nama : MEGARIA SELVIA BR. TARIGAN
Tempat / Tanggal Lahir : BIRU-BIRU, 04 JANUARI 2002
Nomor Induk Mahasiswa : K1A120005
Alamat : JAMBI

Benar telah mengikuti tes *Jambi University English Language Test* (JUELT) di UPT
Bahasa Universitas Jambi sebanyak tiga kali, yaitu pada tanggal:

1. 05 September 2023 dengan score 327.
2. 06 Maret 2024 dengan score 345.
3. 07 Maret 2024 dengan score 334.

Dengan score tertinggi **345**.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jambi, 13 Maret 2024
Kepala,


Eddy Haryanto, S.Pd., M.Sc.Ed., MPP., Ph.D.
NIP. 197301102001121001

**PAMAN FABULOUS. FS
FUTSAL KOTA JAMBI**
Jl. M.H. Thamrin Jl. Sri Gunting No. Rt 04 Lb. Bandung
Kec. Jelutung, Kota Jambi, Jambi
36315



SURAT KETERANGAN

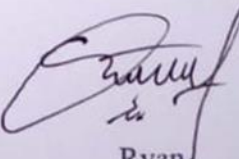
Yang bertanda tangan dibawah ini ketua *Club* Paman Fabulous. Fs Futsal Kota Jambi dengan ini menyatakan bahwa:

Nama : Megaria Selvia Br Tarigan
Nim : K1A120005
Program Studi : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas : Universitas Jambi
Jabatan : Pemain

Bahwa nama diatas benar mahasiswa aktif yang bergabung di *Club* Paman Fabulous. Fs Futsal sampai dengan sekarang.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat diketahui serta dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jambi, Februari 2024
Pelatih


Ryan

RIWAYAT HIDUP

Megaria Selvia Br Tarigan dilahirkan di Biru-biru pada tanggal 4 Januari 2002 dari bapak Fransius Tarigan dan ibu Adolina Br Sembiring . Penulis merupakan putri pertama dari 3 bersaudara.

Penulis mengawali pendidikan Sekolah dasar di SD Negeri 106169 Kutomulyo, tamat pada tahun 2014 dan melanjutkan pendidikan tingkat menengah pertama di SMP Negeri 1 Biru-biru dan tamat pada tahun 2017 dan lanjut pendidikan menengah atas di SMA Negeri 1 Delitua dan tamat pada tahun 2020. Pada tahun 2020 diterima di Universitas Jambi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Penulis merupakan mahasiswa aktif dicabang olahraga Futsal dan penulis juga merupakan anggota dari *club* paman fabulous FC yang terletak di kecamatan jelutung kota jambi pada tahun 2022.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih dan rasa syukur sebesar-besarnya atas terselesaikannya skripsi yang berjudul “ Penerapan Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Terhadap Peningkatan Hasi Belajar Senam Lantai (*roll* depan) Siswa Kelas X Sma Negeri 11 Muaro Jambi”.

