

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Pra siklus

Sebelum melaksanakan Penelitian Tindakan kelas (PTK) dengan menerapkan metode demonstrasi, terlebih dulu peneliti melakukan observasi awal melakukan pra siklus untuk mengidentifikasi permasalahan – permasalahan yang ada pada saat berlangsungnya proses pembelajaran olah raga dikelas II Sekolah Dasar Negeri 16 Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang. Observasi dilaksanakan dengan memperhatikan guru mengajar, keaktifan siswa dan hasil belajar senam siswa.

Temuan awal hasil belajar siswa pada rencana pembelajaran dapat dilihat pada table dibawah ini.

Tabel 4.1 Ketuntasan Hasil Belajar Senam Dasar Pra Siklus

N0	Aspek Ketuntasan	Jumlah Siswa	Jumlah Nilai	Persentase %	Keterangan
1.	Tuntas	7 Orang	57	26,7%	Nilai > 70
2.	Belum Tuntas	23 Orang	119	73,3%	Nilai < 70
Jumlah		30 Orang	176	100%	

Data Terlampir

Rata- Rata Nilai Siswa

rumus rata-rata adalah :

$$x = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan :

x = nilai rata-rata

N = jumlah siswa (aspek penilaian)

$\sum x$ = jumlah nilai rumus rata-rata adalah :

$$\begin{aligned}x &= \frac{176}{30} \\ &= 5,86\end{aligned}$$

Hasil data siswa yang memperoleh nilai 70 keatas sebanyak 8 orang, dengan persentase 26,7%. Hasil tersebut belum mencapai standar ketuntasan belajar secara klasikal, maka peneliti akan melakukan rencana perbaikan pembelajaran dengan menggunakan metode demonstrasi pada pembelajaran olah raga dikelas II Sekolah Dasar Negeri 16 Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang.

2. Siklus I

a. Perencanaan.

Tahap ini diawali dengan kegiatan observasi awal untuk mengidentifikasi masalah sehingga diperoleh permasalahan. Adapun perencanaan-perencanaan yang akan disusun pada kegiatan ini meliputi :

- 1) Menyusun rencana perbaikan pembelajaran (RPP) pada mata pelajaran pendidikan jasmani.
- 2) Menyusun lembar pengamatan guru dan siswa.
- 3) Menyiapkan media yang akan digunakan dalam perbaikan pembelajaran.
- 4) Membuat alat evaluasi berupa tes dan kunci jawabannya

b. Pelaksanaan Tindakan.

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah melaksanakan pembelajaran sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah disusun sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah dirumuskan. Langkah – langkah pembelajaran pada siklus I sebagai berikut :

- 1) Kegiatan awal
 - a) Membuka pelajaran
 - b) Menyampaikan tujuan pembelajaran
 - c) Mengadakan tanya jawab
- 2) Kegiatan inti
 - a) Memberikan motivasi kepada siswa dalam pelaksanaan metode demonstrasi materi pelajaran senam dasar pola gerak non lokomotor dalam bentuk permainan.
 - b) Dengan pengawasan guru setiap siswa melakukan senam dasar
 - c) Masing –masing siswa dapat melakukan senam dasar yang melakukan gerak non lokomotor dalam bentuk permainan
- 3) Kegiatan akhir

Dengan pengawasan guru setiap siswa mengulang kembali gerakan senam dasar gerakan non lokomotor dalam bentuk permainan dengan mengayun tangan kesamping kiri dan kanan, memutar tangan kedepan dan kebelakang, gerakan setenga jongkok dan gerakan jongkok penuh.

c. Tahap pengamatan .

Pada pelaksanaan siklus I dilaksanakan pengamatan terhadap kegiatan aktivitas guru dan siswa yang sedang berlangsung dengan menggunakan lembar pengamatan yang telah dibuat. Pengamat memberikan tanda (√) terhadap aspek yang diamati.

1) Hasil Observasi Aktivitas Guru dan Siswa Siklus I

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan oleh pengamat terhadap proses pembelajaran yang dilakukan oleh Guru dan Siswa pada Siklus I di peroleh data-data berikut :

Tabel 4. 2 Hasil Observasi Aktivitas Guru Siklus I

No	Katagori Penilaian	Jumlah Aktivitas	Skor
1	Baik (3)	1	3
2	Cukup (2)	7	14
3	Kurang (1)	3	3
Jumlah		10	19

Katagori penilaian :

10 – 17 = Kurang

18 - 25 = Cukup

26 – 30 = Baik

Tabel 4. 3 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus I

No	Katagori Penilaian	Jumlah Aktivitas	Skor
1	Baik (3)	1	3
2	Cukup (2)	2	4
3	Kurang (1)	2	2
Jumlah		5	9

Katagori penilaian :

5 – 8 = Kurang

9 - 12 = Cukup

13 - 15 = Baik

Berdasarkan table-table diatas diketahui hasil observasi aktivitas guru pada siklus I Memperoleh skor sebesar 19 yang menunjukan katagori penilaian cukup, menurut pengamat ada beberapa aspek yang dilakukan Guru yang belum berjalan dengan baik, adapun aspek-aspek tersebut adalah :

- a) Guru belum memberikan pesan yang menarik pada siswa
- b) Guru masih kurang melibatkan siswa dalam menggunakan metode demonstrasi.

Sedangkan nilai hasil observasi aktivitas siswa selama proses pembelajaran diperoleh skor sebesar 9 dengan katagori penilaian cukup, aspek yang menurut pengamat belum dilakukan oleh siswa dengan maksimal antara lain :

- a) Siswa masih kurang aktif dalam pembelajaran penjas kes
 - b) Siswa kurang berani maju kedepan untuk melakukan demonstrasi senam dasar.
- 2) Hasil Tes Siklus I

Dari tes yang dilakukan oleh peneliti terhadap kemampuan senam dasar siswa pada siklus I diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 4.4 Perhitungan Nilai Hasil Tes Senam Dasar Siswa Siklus I

N0	Aspek Ketuntasan	Jumlah Siswa	Jumlah Nilai	Persentas %	Keterangan
1.	Tuntas	13 Orang	95	43,3%	Nilai ≥ 70
2.	Belum Tuntas	17 Orang	97	56,7%	Nilai < 70
Jumlah		30 Orang	192	100%	

Rata- Rata Nilai Siswa

rumus rata-rata adalah :

$$x = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan :

x = nilai rata-rata

N = jumlah siswa (aspek penilaian)

∑ x = jumlah nilai rumus rata-rata adalah :

$$x = \frac{192}{30}$$

$$= 6,4$$

d. Refleksi siklus I.

Hasil refleksi analisis data siswa yang memperoleh nilai 7 keatas meningkat jumlahnya menjadi 13 orang dengan persentase ketuntasan 43,3 %. Hal ini belum mencapai ketuntasan secara klasikal maka peneliti harus memperbaiki pembelajaran pada siklus selanjutnya.

3. Siklus II

Perlakuan pada siklus II ini merupakan tindak lanjut dari kegiatan pembelajaran dari siklus I. Urutan kegiatan adalah sebagai berikut :

a. Tahap perencanaan

Perencanaan pada siklus 2 (dua) ini sama pada siklus 1 (satu) guru menyiapkan rencana pembelajaran dengan menyusun skenario pembelajaran dengan memberi pengarahan secara umum kepada semua siswa untuk lebih aktif lagi dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran.

b. Tahap pelaksanaan

Tahap ini juga masih menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran yaitu menyusun skenario pembelajaran, membuat rencana pelaksanaan perbaikan, membuat lembar observasi, membuat alat evaluasi, menyiapkan media dan alat yang dibutuhkan dalam pembelajaran. Adapun langkah-langkah yang dipersiapkan :

- 1) Kegiatan awal
 - a) Membuka pelajaran
 - b) Menyampaikan tujuan pembelajaran

c) Mengadakan tanya jawab

2) Kegiatan inti

a) Memberikan motivasi kepada siswa dalam pelaksanaan metode demonstrasi materi pelajaran senam dasar pola gerak non lokomotor dalam bentuk permainan.

b) Dengan pengawasan guru setiap siswa melakukan senam dasar

c) Masing–masing siswa dapat melakukan senam dasar yang melakukan gerak non lokomotor dalam bentuk permainan

3) Kegiatan akhir

Dengan pengawasan guru setiap siswa mengulang kembali gerakan senam dasar gerakan non lokomotor dalam bentuk permainan dengan mengayun tangan kesamping kiri dan kanan, memutar tangan kedepan dan kebelakang, gerakan setenga jongkok dan gerakan jongkok penuh.

c. Tahap Pengamatan

Pada tahap pelaksanaan siklus II dilaksanakan pengamatan terhadap kegiatan dan aktivitas guru dan siswa yang sedang berlangsung dengan menggunakan lembar pengamatan yang telah dipersiapkan.

1) Hasil observasi aktivitas Guru dan Siswa siklus II.

Tabel 4. 5 Hasil Observasi Aktivitas Guru Siklus II

No	Katagori Penilaian	Jumlah Aktivitas	Skor
1	Baik (3)	9	27
2	Cukup (2)	1	2
3	Kurang (1)	0	0
Jumlah		10	27

Keterangan Katagori penilaian :

10 – 17 = Kurang

18 - 25 = Cukup

26 – 30 = Baik

Dapat dilihat pada table diatas berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan oleh pengamat terhadap proses pembelajaran yang dilakukan oleh Guru pada siklus II di peroleh jumlah skor 29 yang berarti termasuk dalam katagori penilaian baik. Sedangkan untuk hasil observasi aktivitas siswa dapat diketahui dari tabel di bawah ini :

Tabel 4. 6 Hasil Observasi Aktivitas Siswa Siklus II

No	Katagori Penilaian	Jumlah Aktivitas	Skor
1	Baik (3)	5	15
2	Cukup (2)	0	0
3	Kurang (1)	0	0
Jumlah		5	15

Katagori penilaian :

5 – 8 = Kurang

9 - 12 = Cukup

13 - 15 = Baik

Dari table diatas dapat dilihat hasil observasi aktivitas siswa yang di peroleh dari hasil pengamatan observer selama proses pembelajaran pada siklus II diperoleh jumlah skor 15 dengan kreteria baik, yang berarti siswa telah melakukan semua aktivitas selama proses pembelajaran dengan metode demonstrasi yans diterapkan oleh guru dengan baik.

2) Hasil Tes siklus II

Setelah diiterapkannya tindakan disiklus II Peneliti melakukan tes kemampuan senam dasar terhadap siswa, dari tes yang dilakukan oleh peneliti tersebut diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 4.7 Perhitungan Nilai Hasil Tes Senam Dasar Siswa Siklus II

N0	Aspek Ketuntasan	Jumlah Siswa	Jumlah Nilai	Persentas %	Keterangan
1.	Tuntas	26 Orang	189	86,7%	Nilai \geq 70
2.	Belum Tuntas	4 Orang	24	13,3%	Nilai $<$ 70
Jumlah		30 Orang	213	100%	

Rata- Rata Siswa

rumus rata-rata adalah :

$$x = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan :

x = nilai rata-rata

N = jumlah siswa (aspek penilaian)

$\sum x$ = jumlah nilai rumus rata-rata adalah :

$$x = \frac{213}{30}$$

$$= 7,1$$

d. Refleksi siklus II.

Pelaksanaan siklus II ini apabila dilihat per aspek, maka hasil refleksi analisis data siswa yang memperoleh nilai 7 keatas meningkat jumlahnya menjadi 26 orang dengan prosentase 86,6 %. Ini sudah dapat dikatakan

tuntas apabila dilihat secara klasikal siswa yang mendapat nilai 7 keatas mencapai 85 % .

Berdasarkan hasil yang dicapai tersebut diatas, maka data penelitian ini cukup untuk bahan analisis suatu karya ilmiah sesuai dengan prosedur yang ada.

e. Deskripsi Teman Sejawat.

Deskripsi teman sejawat, pembelajaran dilaksanakan telah menunjukkan kemajuan terlihat dari hasil peningkatan nilai setiap siklusnya dari pra siklus nilai rata-rata 5,86, meningkat pada siklus 1 menjadi 6,4 tetapi hasil ini belum cukup memuaskan dan siklus II rata-rata siswa mencapai 7,1

Perbaikan tindakan kelas dilakukan mulai dari ulangan formati siswa yang rendah dengan menggunakan metode Demonstrasi hasilnya nilai siswa meningkat. Hal ini dalam pelaksanaannya tidak hanya dinilai dari segi kegiatan tertulis saja tetapi penilaian dari praktek dilapangan dengan kegiatan aktifitas siswa dalam pembelajaran.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil data yang telah dicapai persiklusnya mengalami peningkatan perbaikan pembelajaran dimana pada pra siklus 26%, pada siklus I menjadi 43,3%, siklus II meningkat sebesar 86,6% ini sudah dikatakan tuntas karena menurut Depdiknas (2006) bahwa pembelajaran dikatakan tuntas apabila secara klasikal siswa yang mendapat nilai 7 keatas mencapai 85 %.

Dalam hal ini peneliti berusaha memecahkan permasalahan dari pra siklus nilai rata-rata 5,86, siklus I rata-rata 6,4 dan pada siklus II naik menjadi 7,1 maka metode demonstrasi dalam pembelajaran senam dasar dapat meningkatkan hasil belajar senam siswa kelas II Sekolah Dasar Negeri 16 Bermani Ilir Kabupaten kepahiang sehingga siswa dapat termotivasi untuk mengikuti pembelajaran senam.

Diagram IV.1 Nilai rata – rata siswa

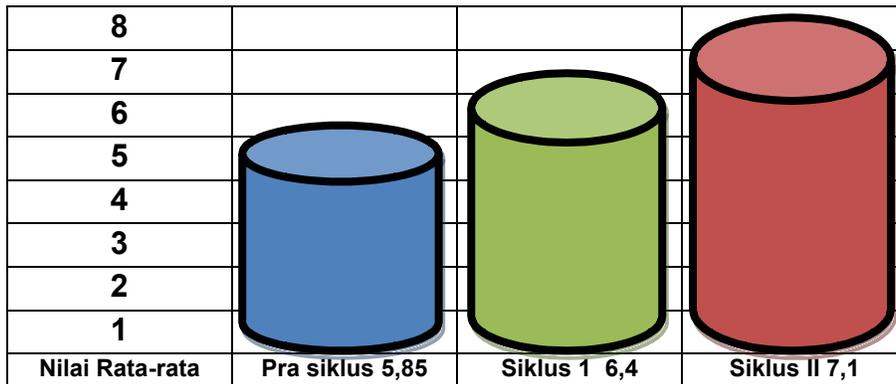
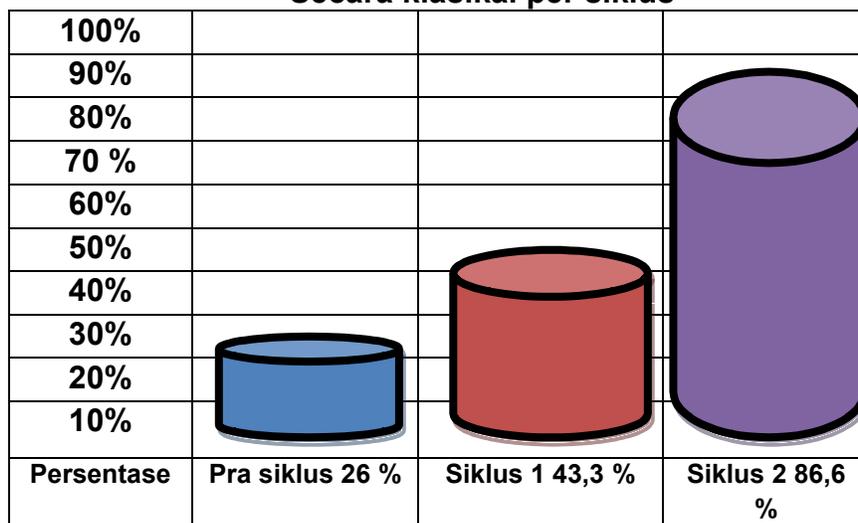


Diagram IV.2 persentase ketuntasan belajar Secara klasikal per siklus



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di kelas 2 SD Negeri 16 Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang Maka peneliti menyimpulkan bahwa metode demonstrasi dapat diterapkan untuk meningkatkan hasil belajar senam dasar siswa pada pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, hal ini dapat dilihat dari hasil belajar senam dasar siswa Kelas 2 SD Negeri 16 Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang Tahun Ajaran 2013/2014 dimana terjadi peningkatan setelah diterapkan metode demonstrasi dalam proses pembelajaran materi senam dasar di setiap siklusnya, yaitu pada Tahap Pra Siklus siswa yang tuntas hanya sebesar 26% meningkat Menjadi 43,3% di siklus II dan Meningkat Lagi menjadi 86,6% di siklus III.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti menyarankan kepada para Guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk dapat menggunakan Metode Demonstrasi dalam proses pembelajaran guna meningkatkan hasil belajar siswa terutama pada materi Senam Dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu ahmadi, 2004, Psikologi Belajar , Jakarta, Rinike Cipta
- Agus Mahendra 2001 Pembelajaran Senam Disekolah Dasar Depdiknas Jakarta.
- Ari kunto 2007, Media Pendidikan Jakarta PT Bumi Aksara
- Arman, 2002, Pengantar Ilmu dan Metodologi Pendidikan Islam, Jakarta,Ciputat Press.
- Azhar, 1995, Media Pembelajaran, PT. Raja Granpindo Persada Bandung PT.Rosdakarya : Bandung- Jakarta.
- Depdiknas,2006 Metode Penelitian Administrasi. Bandung Alfabet
- Depdiknas 2009 Sertifikasi Guru Dalam Jabatan Bengkulu
- Departemen Agama 2009 Metodologi pendidikan Islam Jakarta
- Djamara 1994 Psikologi Pendidikan, Surabaya bina Ilmu
- Imam Hidayat, 1986 Senam diktat Bandung FPOK-IKIP Bandung
- Kunandar, 2008, Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Guru. Rajawali Pres.
- Murray, 1994 Children and Momement Physical Education In the Elementary School,Dubuque,lowe,WNC.Browin and benehmark.
- Nana Syaodih 2010, Metode Penelitian Pendidikan Surabaya Bina Ilmu.
- Nasution 2000 Pendekatan Dalam Proses belajar Mengajar Jakarta Bumi Aksara
- Omar muhamad 1979 falsafah Pendidikan Islam Jakarta Bulan bintang
- Peter h, Werner 1994, Teaching Children” Gymnastik, Sportting and Securing, Aachan, Meyer and Mayer Sport.
- Qonita Alya, 2009, Kamus Bahasa Indonesia, PT Indahjaya Adipratama

Rama yulius 2009, Filsafat Pendidikan Telaah Sistem Pendidikan
Jakarta, kalam Mulya.

Sudirman 2003, Standar Kompetensi mata Pelajaran Penjas Kes. Jakarta.

Sumantri, dkk 2010, Perkembangan Peserta Didik. Jakarta, Universitas
Terbuka.

Sudjana, 2008 Penelitian Hasil Belajar Mengajar, Jakarta. Remaja Rosda
Karya

Wardani, 2009 Penelitian Tindakan kelas. Jakarta Universitas Terbuka

Winarno Surakhmad 2006, Psikologi Pendidikan, Jakarta. Rineka Cipta

Zain dan Djamara 2002. Strategi Belajar Mengajar, Rineka Cipta.

Lampiran I

Format Lembar observasi Aktivitas guru

No	Aspek yang diamati	Katagori			Ket
		3	2	1	
		Baik	Cukup	Kurang	
1	Guru menggunakan metode secara efektif dan efisien.				
2	Memberikan pesan yang menarik pada siswa				
3	Melibatkan siswa dalam menggunakan metode demonstrasi				
4	Menumbuhkan kemauan siswa dalam pembelajaran penjas kes				
5	Menunjukkan transparan terhadap respon siswa				
6	Menumbuhkan kesenangan terhadap siswa dalam pembelajar penjas kes				
7					
8	Guru mendemonstrasikan pelajaran				
9					
10	Guru membimbing siswa dalam melakukan senam dasar				
	Guru menyimpulkan pelajaran				
	Guru melaksanakan evaluasi untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa				
	Jumlah skor				
	Total skor				

Keterangan Katagori penilaian :

10 – 17 = Kurang

18 - 25 = Cukup

26 – 30 = Baik

Lampiran II

Format Lembar observasi aktivitas siswa

No	Aspek yang diamati	Kategori			Ket
		3	2	1	
		Baik	Cukup	Kurang	
1	Bagaimana tanggapan siswa terhadap model pembelajaran senam dasar dengan menggunakan metode demonstrasi				
2	Siswa merespon dengan pelajaran senam dasar				
3	Siswa aktif dalam pembelajaran penjaskes				
4	Siswa dapat melakukan senam dasar dengan baik				
5	Siswa berani maju kedepan untuk melakukan demonstrasi senam dasar				
	Jumlah Skor				
	Total skor				

Katagori penilaian :

5 – 8 = Kurang

9 - 12 = Cukup

13 - 15 = Baik

Lampiran III**Table Hasil Nilai Pra Siklus.**

No	Nama siswa	Nilai pra siklus	Keterangan
1.	Ad	5	Belum tuntas
2.	An	5	Belum tuntas
3.	At	6	Belum tuntas
4.	Ak	5	Belum tuntas
5.	Bd	7	Tuntas
6.	Bn	8	Tuntas
7.	Ci	6	Belum tuntas
8.	Cl	5	Belum tuntas
9.	Di	5	Belum tuntas
10.	Dn	5	Belum tuntas
11.	Dw	6	Belum tuntas
12.	Ei	5	Belum tuntas
13.	Ep	7	Tuntas
14.	Fi	7	Tuntas
15.	Gt	6	Belum tuntas
16.	Gl	5	Belum tuntas
17.	Hi	5	Belum tuntas
18.	It	7	Tuntas
19.	Im	6	Belum tuntas
20.	Iy	6	Belum tuntas
21.	Ja	7	Tuntas
22.	Ka	5	Belum tuntas
23.	Ka	5	Belum tuntas
24.	Ki	5	Belum tuntas
25.	Ka	6	Belum tuntas
26.	Me	6	Belum tuntas
27.	Mt	7	Tuntas
28.	Ni	7	Tuntas
29.	Na	6	Belum tuntas
30.	Ze	5	Belum tuntas
Jumlah Nilai seluruh Siswa		176	
Rata-rata Nilai Seluruh Siswa		5,86	
Persentase Ketuntasan		26,7%	

Lampiran IV

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: Sekolah Dasar Negeri 16 Bermani Ilir
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 2(dua)/ I (Satu)
Pertemuan ke	: 2 (dua)
Alokasi Waktu	: 2 x 35 Menit

Standar Kompetensi: 1 Mempraktikkan variasi gerak dasar melalui senam dasar dan aktivitas jasmani, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar: 1.2. Mempraktikkan gerak dasar memutar, mengayun, menekuk lutut dalam berbagai variasi senam dasar dan nilai kerjasama, toleransi, kejujuran, tanggungjawab, menghargai lawan dan memahami diri sendiri

I Tujuan Pembelajaran**:

- Siswa dapat melakukan gerakan dasar memutar
- Siswa dapat melakukan gerakan dasar mengayun
- Siswa dapat melakukan gerakan dasar menekuk

❖ Karakter siswa yang diharapkan : Disiplin (*Discipline*)

Tekun (*diligence*)

Tanggung jawab (*responsibility*)

Ketelitian (*carefulness*)

Kerjasama (*Cooperation*)

Toleransi (*Tolerance*)

Percaya diri (*Confidence*)

Keberanian (*Bravery*)

II. Materi Ajar (Materi Pokok):

- Senam Dasar

A. Metode Pembelajaran:

- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

IV. Langkah-langkah Pembelajaran :

A. Kegiatan Awal:

Apresepsi/ Motivasi

- ☞ Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- ☞ Mengecek kehadiran siswa
- ☞ Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- ☞ Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- ☞ Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari

B Kegiatan Inti:

- ☞ Guru mendemonstrasikan cara-cara senam dasar kepada siswa kelas II agar siswa dapat mencontoh gerakan yang diberikan guru kepada siswa tersebut.
- ☞ Tangan direntangkan lurus
- ☞ Tangan masih dalam posisi yang sama selanjutnya diputar, posisi badan sedang berdiri kesamping kanan dan kiri.
- ☞ Gerakan dasar selanjutnya kedua tangan kedepan, luruskan kedua kaki, pandangan kedepan ayunkan tangan keatas dan kebawah seperti mengerjakan mengipas.
- ☞ Berikutnya berdiri tegak lurus kedua tangan disamping, telapak tangan mengarah kebelakang kemudian diayunkan kesamping kanan dan kiri gerakan tangan ini dilakukan secara bersama-sama.

C. Kegiatan Akhir / Penenangan

Dalam kegiatan Akhir, guru:

- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

V. Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes kls. 2
- Pluit

VI. Penilaian:

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi gerak memutar tangan dengan satu atau dua tangan badan perorangan Gerakan mengayun satu dan dua lengan Melakukan gerakan menekuk lutut / gerakan kombinasi 	Non Tes	Tes Keterampilan /Perbuatan Soal Praktek	<ul style="list-style-type: none"> Praktekkan variasi gerak memutar tangan dengan satu atau dua tangan badan perorangan atau pasangan Praktekkan gerakan mengayun satu dan dua lengan Praktekkan gerakan menekuk lutut / gerakan kombinasi

FORMAT KRITERIA PENILAIAN

PRODUK (HASIL DISKUSI)

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Konsep	* semua benar	4
		* sebagian besar benar	3
		* sebagian kecil benar	2
		* semua salah	1

PERFORMANSI

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan	4
		* kadang-kadang Pengetahuan	2
		* tidak Pengetahuan	1
2.	Praktek	* aktif Praktek	4
		* kadang-kadang aktif	2
		* tidak aktif	1
3.	Sikap	* Sikap	4

		* kadang-kadang Sikap	2
		* tidak Sikap	1

LEMBAR PENILAIAN

No	Nama Siswa	Performan			Produk	Jumlah Skor	Nilai
		Pengetahuan	Praktek	Sikap			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							

**Mengetahui,
Kepala SDN 16 Bermani Ilir**

**Bermani Ilir, 09 Desember 2013
Guru Mapel PJOK**

**(BUSRAN.S.Pd)
NIP.196811191996031003**

**(ILA ESMI)
NPM.1313912007**

Lampiran V

Table Hasil observasi aktivitas guru siklus 1

No	Aspek yang diamati	Katagori			Ket
		3	2	1	
		Baik	Cukup	Kurang	
1	Guru menggunakan metode secara efektif dan efisien.		√		
2	Memberikan pesan yang menarik pada siswa			√	
3	Melibatkan siswa dalam menggunakan metode demonstrasi			√	
4	Menumbuhkan kemauan siswa dalam pembelajaran penjas kes		√		
5	Menunjukkan transparan terhadap respon siswa		√		
6	Menumbuhkan kesenangan terhadap siswa dalam pembelajar penjas kes		√		
7	Guru mendemonstrasikan pelajaran		√		
8	Guru membimbing siswa dalam melakukan senam dasar	√			
9	Guru menyimpulkan pelajaran		√		
10	Guru melaksanakan evaluasi untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa		√		
	Jumlah Skor	3	14	2	
	Total Skor	19			

Lampiran VI

Table Hasil observasi aktivitas siswa siklus I

No	Aspek yang diamati	Kategori			Ket
		3	2	1	
		Baik	Cukup	Kurang	
1	Bagaimana tanggapan siswa terhadap model pembelajaran senam dasar dengan menggunakan metode demonstrasi		√		
2	Siswa merespon dengan pelajaran senam dasar	√			
3	Siswa aktif dalam pembelajaran penjaskes			√	
4	Siswa dapat melakukan senam dasar dengan baik		√		
5	Siswa berani maju kedepan untuk melakukan demonstrasi senam dasar			√	
	Jumlah Skor	3	4	2	
	Total skor	9			

Katagori penilaian :

5 – 8 = Kurang

9 - 12 = Cukup

13 - 15 = Baik

Lampiran VII

Tabel hasil tes siklus I

No	Nama siswa	Nilai siklus	Keterangan
1.	Ad	6	Belum tuntas
2.	An	6	Belum tuntas
3.	At	7	Tuntas
4.	Ak	6	Belum tuntas
5.	Bd	8	Tuntas
6.	Bn	8	Tuntas
7.	Ci	7	Tuntas
8.	Cl	6	Belum tuntas
9.	Di	5	Belum tuntas
10.	Dn	6	Belum tuntas
11.	Dw	6	Belum tuntas
12.	El	5	Belum tuntas
13.	Ep	7	Tuntas
14.	Fi	7	Tuntas
15.	Gt	7	Tuntas
16.	Gl	6	Belum tuntas
17.	Hi	6	Belum tuntas
18.	It	8	Tuntas
19.	Im	6	Belum tuntas
20.	Iy	6	Belum tuntas
21.	Ja	7	Tuntas
22.	Ka	5	Belum tuntas
23.	Ka	5	Belum tuntas
24.	Ki	6	Belum tuntas
25.	Ka	7	Tuntas
26.	Me	7	Tuntas
27.	Mt	8	Tuntas
28.	Ni	7	Tuntas
29.	Na	6	Belum tuntas
30.	Ze	5	Belum tuntas
	Jumlah	192	
	Nilai rata-rata	6.2	
	Prosentase	43,3%	

Lampiran VIII

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Nama Sekolah	: Sekolah Dasar Negeri 16 Bermani Ilir
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 2(dua)/ I (Satu)
Pertemuan ke	: 2 (dua)
Alokasi Waktu	: 2 x 35 Menit

Standar Kompetensi: 1 Mempraktikkan variasi gerak dasar melalui senam dasar dan aktivitas jasmani, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar: 1.2. Mempraktikkan gerak dasar memutar, mengayun, menekuk lutut dalam berbagai variasi senam dasar dan nilai kerjasama, toleransi, kejujuran, tanggungjawab, menghargai lawan dan memahami diri sendiri

I Tujuan Pembelajaran**:

- Siswa dapat melakukan gerakan dasar memutar
- Siswa dapat melakukan gerakan dasar mengayun
- Siswa dapat melakukan gerakan dasar menekuk

❖ Karakter siswa yang diharapkan : Disiplin (*Discipline*)

Tekun (*diligence*)

Tanggung jawab (*responsibility*)

Ketelitian (*carefulness*)

Kerjasama (*Cooperation*)

Toleransi (*Tolerance*)

Percaya diri (*Confidence*)

Keberanian (*Bravery*)

II. Materi Ajar (Materi Pokok):

- Senam Dasar

B. Metode Pembelajaran:

- Ceramah
- Demonstrasi
- Praktek

IV. Langkah-langkah Pembelajaran :

A. Kegiatan Awal:

Apresepsi/ Motivasi

- ☞ Siswa dibariskan menjadi empat barisan
- ☞ Mengecek kehadiran siswa
- ☞ Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap
- ☞ Melakukan gerakan pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti
- ☞ Mendemonstrasikan materi inti yang akan dilakukan/dipelajari

B Kegiatan Inti:

- ☞ Guru mendemonstrasikan cara-cara senam dasar kepada siswa kelas II agar siswa dapat mencontoh gerakan yang diberikan guru kepada siswa tersebut.
- ☞ Tangan direntangkan lurus
- ☞ Tangan masih dalam posisi yang sama selanjutnya diputar, posisi badan sedang berdiri kesamping kanan dan kiri.
- ☞ Gerakan dasar selanjutnya kedua tangan kedepan, luruskan kedua kaki, pandangan kedepan ayunkan tangan keatas dan kebawah seperti mengerjakan mengipas.
- ☞ Berikutnya berdiri tegak lurus kedua tangan disamping, telapak tangan mengarah kebelakang kemudian diayunkan kesamping kanan dan kiri gerakan tangan ini dilakukan secara bersama-sama.

C. Kegiatan Akhir / Penenangan

Dalam kegiatan Akhir, guru:

- ☞ Siswa di kumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan
- ☞ Memperbaiki tentang kesalahan-kesalahan gerakan

V. Alat dan Sumber Belajar:

- Buku Penjaskes kls. 2
- Pluit

VI. Penilaian:

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<ul style="list-style-type: none"> Melakukan variasi gerak memutar tangan dengan satu atau dua tangan badan perorangan Gerakan mengayun satu dan dua lengan Melakukan gerakan menekuk lutut / gerakan kombinasi 	Non Tes	Tes Keterampilan /Perbuatan Soal Praktek	<ul style="list-style-type: none"> Praktekkan variasi gerak memutar tangan dengan satu atau dua tangan badan perorangan atau pasangan Praktekkan gerakan mengayun satu dan dua lengan Praktekkan gerakan menekuk lutut / gerakan kombinasi

FORMAT KRITERIA PENILAIAN

PRODUK (HASIL DISKUSI)

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Konsep	* semua benar	4
		* sebagian besar benar	3
		* sebagian kecil benar	2
		* semua salah	1

PERFORMANSI

No.	Aspek	Kriteria	Skor
1.	Pengetahuan	* Pengetahuan	4
		* kadang-kadang Pengetahuan	2
		* tidak Pengetahuan	1
2.	Praktek	* aktif Praktek	4
		* kadang-kadang aktif	2
		* tidak aktif	1
3.	Sikap	* Sikap	4

		* kadang-kadang Sikap	2
		* tidak Sikap	1

LEMBAR PENILAIAN

No	Nama Siswa	Performan			Produk	Jumlah Skor	Nilai
		Pengetahuan	Praktek	Sikap			
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							

**Mengetahui,
Kepala SDN 16 Bermani Ilir**

**Bermani Ilir, 16 Desember 2013
Guru Mapel PJOK**

**(BUSRAN.S.Pd)
NIP.196811191996031003**

**(ILA ESMI)
NPM.1313912007**

Lampiran IX

Table Hasil observasi aktivitas guru siklus II

No	Aspek yang diamati	Katagori			Ket
		3	2	1	
		Baik	Cukup	Kurang	
1	Guru menggunakan metode secara efektif dan efisien.	√			
2	Memberikan pesan yang menarik pada siswa	√			
3	Melibatkan siswa dalam menggunakan metode demonstrasi	√			
4	Menumbuhkan kemauan siswa dalam pembelajaran penjas kes	√			
5	Menunjukkan transparan terhadap respon siswa		√		
6	Menumbuhkan kesenangan terhadap siswa dalam pembelajar penjas kes	√			
7	Guru mendemonstrasikan pelajaran	√			
8	Guru membimbing siswa dalam melakukan senam dasar	√			
9	Guru menyimpulkan pelajaran				
10	Guru melaksanakan evaluasi untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa	√			
	Jumlah Skor	27	2		
	Total Skor	29			

Lampiran X

Table Hasil observasi aktivitas siswa siklus II

No	Aspek yang diamati	Kategori			Ket
		3	2	1	
		Baik	Cukup	Kurang	
1	Bagaimana tanggapan siswa terhadap model pembelajaran senam dasar dengan menggunakan metode demonstrasi	√			
2	Siswa merespon dengan pelajaran senam dasar	√			
3	Siswa aktif dalam pembelajaran penjaskes	√			
4	Siswa dapat melakukan senam dasar dengan baik	√			
5	Siswa berani maju kedepan untuk melakukan demonstrasi senam dasar	√			
	Jumlah Skor	15			
	Total skor	15			

Kategori penilaian :

1. 5 – 8 = Kurang
2. 9 - 12 = Cukup
3. 13 - 15 = Baik

Lampiran XI

Tabel Hasil Tes Siklus II

No	Nama siswa	Nilai siklus	Keterangan
1.	Ad	7	Tuntas
2.	An	7	Tuntas
3.	At	8	Tuntas
4.	Ak	7	Tuntas
5.	Bd	8	Tuntas
6.	Bn	8	Tuntas
7.	Ci	7	Tuntas
8.	Cl	7	Tuntas
9.	Di	6	Belum tuntas
10.	Dn	7	Tuntas
11.	Dw	7	Tuntas
12.	El	6	Belum tuntas
13.	Ep	8	Tuntas
14.	Fi	8	Tuntas
15.	Gt	7	Tuntas
16.	Gl	7	Tuntas
17.	Hl	7	Tuntas
18.	It	8	Tuntas
19.	Im	7	Tuntas
20.	Iy	7	Tuntas
21.	Ja	7	Tuntas
22.	Ka	6	Belum tuntas
23.	Ka	7	Tuntas
24.	Ki	7	Tuntas
25.	Ka	7	Tuntas
26.	Me	8	Tuntas
27.	Mt	7	Tuntas
28.	Ni	7	Tuntas
29.	Na	7	Tuntas
30.	Ze	6	Belum tuntas
	Jumlah	213	
	Nilai rata-rata	7,1	
	Prosentase	86,6%	

Lampiran XII : Photo-photo

1. GURU MEMBERI PENGARAHAN KEPADA SISWA



2. GURU MEMANGGIL ANAK UNTUK TAMPIL KEDEPAN DAN SIKAP AWAL DALAM MELAKUKAN SENAM DASAR PADA SIKLUS 1(SATU)



3. SISWA MELAKUKAN GERAKAN MENGAYUN KEDEPAN DAN KEBELAKANG PADA SENAM DASAR



4. SISWA MELAKUKAN GERAKAN SENAM DASAR TANGAN DIAYUN KESAMPING KANAN DAN KIRI, DIAWASI OLEH GURU PENJASKES DAN TEMAN SEJAWAT SELAKU OBSERVER



5. SISWA MELAKUKAN GERAKAN SENAM DASAR TANGAN LURUS KEDEPAN DENGAN SIKAP BERDIRI DAN DILANJUTKAN KAKI DITEKUK DENGAN POSISI JONGKOK DIPERHATIKAN SISWA YANG LAIN





PEMERINTAH KABUPATEN KEPAHANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SD NEGERI 16 BERMANI ILIR

Alamat: JL Desa Sosokan Cinta Mandi Kec. Bermani Ilir Kode Pos 39174

Nomor : S.33/01/SD/2013
Hal : Keterangan Pelaksanaan Penelitian
Lampiran : -

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri 16 Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang menerangkan dengan sebenarnya bahwa mahasiswa :

Nama : **Ila Esmi, A.Ma.Pd**
NPM : 1313912007
Judul Skripsi : Meningkatkan Hasil Belajar Senam Dasar Siswa Dengan Metode demonstrasi dikelas II Sekolah Dasar Negeri 16 Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang.

Telah melaksanakan penelitian dalam rangka penyelesaian skripsi pada program (S1) kependidikan guru dalam Jabatan SKGJ FKIP Universitas Bengkulu, mulai bulan Desember tahun 2013 sampai Januari 2014.

Demikianlah surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Kepahiang, Januari 2014
Kepala Sekolah

BUSRAN, S.Pd
NIP. 19681119 199603 1 003

RIWAYAT HIDUP



Peneliti bernama Ila Esmi, beragama Islam dilahirkan di Cinta mandi pada tanggal 04 juni 1970 dari pasangan bapak Rusli (alm) dan Ibu Sumbia. Peneliti anak ke 4 dari 8 bersaudara. Peneliti bertempat tinggal didesa Cinta Mandi Kecamatan Bermani Ilir

Kabupaten kepahiang .

Peneliti menimba ilmu secara formal di Sekolah Dasar Negeri No 29 Cinta Mandi lulus tahun 1985, dan melanjutkan ke SMP Idhta Kepahiang lulus Tahun 1988, kemudian melanjutkan ke SGO Fkip lulus tahun 1991, dan melanjutkan lagi ke D II Penjaskes (UT) lulus tahun 2003 pada tahun 2012 melanjutkan pada jenjang S1 SKGJ guru dalam jabatan. Pada bulan November dan Desember 2013 peneliti melaksanakan penelitian di Sekolah Dasar Negeri 16 Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang, dimana tempat peneliti melaksanakan tugas sebagai guru olah raga (Penjaskes)