

**MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SENAM IRAMA CHA-CHA
MELALUI MODEL PEMBELAJARAN BANDURA DI KELAS V
SEKOLAH DASAR**

(Penelitian Tindakan Terhadap Siswa Kelas V SDN 3 Simpen Kecamatan Balubur
Limbangan Kabupaten Garut)

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana
pendidikan guru sekolah dasar pendidikan jasmani*



Oleh

NUR AMBIYA

1802142

PROGRAM STUDI PGSD PENDIDIKAN JASMANI

KAMPUS SUMEDANG

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2022

**MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SENAM IRAMA CHA-CHA
MELALUI MODEL PEMBELAJARAN BANDURA DI KELAS V
SEKOLAH DASAR**

Oleh
Nur Ambiya

Sebuah laporan penelitian skripsi yang diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani.

© Nur Ambiya
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2022

Hak cipta dilindungi oleh Undang-Undang Skripsi ini tidak diperbolehkan Untuk diperbanyak seluruhnya ataupun Sebagian dengan dicetak ulang, diphoto copy, atau dengan cara lainnya tanpa seizin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN

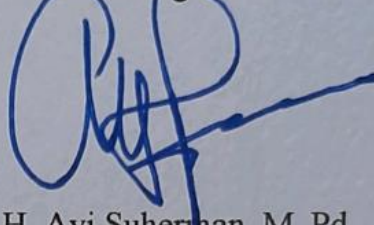
NUR AMBIYA

MENINGKATKAN PEMBELAJARAN SENAM IRAMA CHA-CHA MELALUI
MODEL PEMBELAJARAN BANDURA DI KELAS V SEKOLAH DASAR

(Penelitian Tindakan Terhadap Siswa Kelas V SDN 3 Simpen Kecamatan Balubur
Limbangan Kabupaten Garut)

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

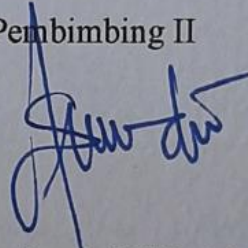
Pembimbing I



Prof. Dr. H. Ayi Suherman, M. Pd

NIP. 196002151984111001

Pembimbing II



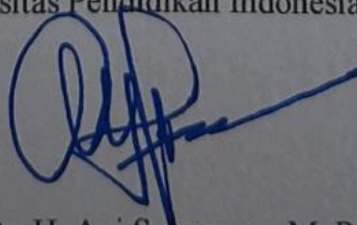
Tedi Supriyadi, S.H.I., M. Ag

NIP. 1982091120115041003

Mengetahui

Ketua Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani Kampus Sumedang

Universitas Pendidikan Indonesia,



Prof. Dr. H. Ayi Suherman, M. Pd

NIP. 196002151984111001

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan model pembelajaran bandura terhadap hasil belajar senam irama cha-cha yang ditinjau dari aspek perencanaan, pelaksanaan, aktivitas siswa dan hasil belajar siswa. Hal ini didasari dari kenyataan bahwa terdapat kelemahan dalam kemampuan siswa untuk mengingat dan mengkoordinasikan gerakan dengan irama musik. Metode dan prosedur penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan (*Action Reseach*) dengan pra-tindakan, implementasi tindakan dan pos-tindakan. Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa kelas 5 SDN 3 Simpen pada semester dua pembelajaran senam irama berjumlah 20 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada tahap pra tindakan sebanyak 4 siswa atau 20% telah tuntas belajar sedangkan 16 siswa atau 80% belum tuntas. Pada tahap pos tindakan terjadi peningkatan jumlah siswa yang tuntas belajar yaitu sebanyak 20 siswa telah tuntas belajar. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran bandura dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran senam irama cha-cha.

Kata kunci: Hasil Belajar, Model Pembelajaran Bandura, Senam Irama Cha-cha

ABSTRACT

This study aimed to determine the effect of the applying of the bandura learning model on the learning outcomes of cha-cha rhythmic gymnastics in terms of planning, implementation, student activities and student learning outcomes. This is based on the fact that there are weaknesses in students' ability to remember and coordinate movements to the rhythm of music. The research method and procedure used is action research (Action Research) with pre-action, implementation of action and post-action. The participants in this study were 5th grade students of SDN 3 Simpen in the second semester of rhythmic gymnastics lessons, totaling 20 students. The results showed that at the pre-action stage as many as 4 students or 20% had completed learning while 16 students or 80% had not finished. At the post-action stage, there was an increase in the number of students who had completed learning, as many as 20 students had completed learning. Thus it can be concluded that the bandura learning model can improve student learning outcomes in learning cha-cha rhythmic gymnastics.

Keywords: *Learning Outcomes, Bandura Learning Model, Cha-cha Rhythmic Gymnastics*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
MOTTO HIDUP DAN PERSEMBAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
UCAPAN TERIMAKASIH.....	v
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	2
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	3
1.4.2 Manfaat Praktis	3
1.5 Struktur Organisasi Skripsi.....	4
BAB II KAJIAN TEORI.....	6
2.1 Senam Ritmik	6
2.2 Model.....	6
2.2.1 Model Pembelajaran	6
2.2.2 Model Pembelajaran Bandura.....	7
2.3 Hasil Belajar	9
2.3.1 Pengertian Belajar	9
2.3.2 Ciri-Ciri Belajar	10
2.3.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar	11
2.5 Hubungan Senam Irama Cha-cha dengan Model Pembelajaran Bandura...	12
2.6 Penelitian Yang Relevan	12
2.7 Hipotesis Tindakan.....	14

BAB III METODE PENELITIAN.....	15
3.1 Paradigma Penelitian.....	15
3.2 Desain Penelitian.....	15
3.3 Tempat Penelitian.....	16
3.4 Partisipan Penelitian.....	16
3.5 Prosedur Penelitian.....	17
3.6 Pengumpulan Data.....	19
3.7 Analisis Data.....	20
3.8 Material.....	21
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....	23
4.1 Paparan Data Pra Tindakan.....	23
4.1.1 Refleksi.....	30
4.2 Paparan Data Implementasi Tindakan.....	31
4.2.1 Paparan Perencanaan Tindakan.....	31
4.2.2 Paparan Pelaksanaan Tindakan.....	33
4.3 Paparan Data Post Tindakan.....	39
4.4 Analisis Data Tindakan.....	46
4.4.1 Analisis Perencanaan Tindakan.....	46
4.4.2 Analisis Pelaksanaan Tindakan.....	47
4.4.3 Analisis Aktivitas Siswa.....	48
4.4.4 Analisis Hasil Belajar Siswa.....	49
4.5 Pembahasan.....	51
4.5.1 Peningkatan Perencanaan Kinerja Guru.....	52
4.5.2 Peningkatan Pelaksanaan Kinerja Guru.....	53
4.5.3 Peningkatan Aktivitas Siswa.....	54
4.5.4 Peningkatan Hasil Belajar Siswa.....	55
4.6 Pembuktian Hipotesis.....	57
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI.....	58
5.1 Simpulan.....	58
5.2 Implikasi.....	58
5.3 Rekomendasi.....	58
5.3.1 Bagi Guru.....	59
5.3.2 Bagi Siswa.....	59
5.3.3 Bagi UPI Kampus Sumedang.....	60

DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	66
RIWAYAT HIDUP.....	115

DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi, A., FIK-UNP, Z., & M, M. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga Dan Kemampuan Motorik Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal MensSana*, 3(2), 16. <https://doi.org/10.24036/jm.v3i2.75>
- Astari, I. D. A. W., Suadnyana, I. N., & Wiyasa, I. K. N. (2015). Penerapan Metode Demonstrasi Melalui Kegiatan Senam Irama Berbantuan Media Audio Untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok B1 Tk Widya Santhi. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 3(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.23887/paud.v3i1.4999>
- Asyafah, A. (2019). Menimbang Model Pembelajaran (Kajian Teoretis-Kritis atas Model Pembelajaran dalam Pendidikan Islam). *TARBAWY: Indonesian Journal of Islamic Education*, 6(1), 19–32. <https://doi.org/10.17509/t.v6i1.20569>
- Batubara, J. (2017). Paradigma penelitian kualitatif dan filsafat ilmu pengetahuan dalam konseling. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(2), 95–107. <https://doi.org/https://doi.org/10.52657/jfk.v3i2.387>
- Creswell, J. (2015). *Riset Pendidikan : Perencanaan, Pelaksanaan, dan Evaluasi Riset Kualitatif & Kuantitatif*. Pustaka Pelajar.
- Dharmadi, M. A. (2013). Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Observasional Bandura terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Bola Basket Ditinjau dari Kemampuan Koordinasi Mata dan Tangan (Studi pada Mahasiswa Semester III Jurusan Penjaskesrek FOK Undiksha Tahun 2009/2010). *LAMPUHYANG*, 4(2), 47–62. <https://doi.org/https://doi.org/10.47730/jurnallampuhyang.v4i2.150>
- Dimiyati, & Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Rineka Cipta.
- Djamarah, S. B. (2011). *Psikologi Belajar*. PT. Rineka Cipta.
- Gustiawati, R., Fahrudin, F., & Stafei, M. M. (2014). Implementasi model-model pembelajaran penjas dalam meningkatkan kemampuan guru memilih dan mengembangkan strategi pembelajaran penjasorkes. *Majalah Ilmiah SOLUSI*, 1(03). <https://doi.org/https://doi.org/10.35706/solusi.v1i03.55>
- Hanafy, M. S. (2014). Konsep Belajar Dan Pembelajaran. *Lentera Pendidikan : Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 17(1), 66–79. <https://doi.org/10.24252/lp.2014v17n1a5>
- Huda, N., & Maemonah, M. (2022). Penerapan Modelling Teori Albert Bandura pada Mata Pelajaran FIKIH Di MI Ummul Qura. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(4), 1088–1203. <https://doi.org/10.35931/am.v6i4.1130>
- Ikhsan, I., Wiyanto, A., & Zhanisa, U. H. (2020). Penerapan Media Musik Irama Melayu Terhadap Minat Siswa Dalam Materi Senam Ritmik pada Pembelajaran Penjasorkes Siswa Kelas VIII SMP N 1 Kedungwuni. *Journal*

of Sport Coaching and Physical Education, 5(2), 83–88.
<https://doi.org/10.15294/jscpe.v5i2.36949>

- Ikhwan, Y., Budiman, H., & Rasyidan, M. (2015). Pelatihan Aplikasi Microsoft Word 2013 Pada SMP HA Johansyah. A Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Al-Ikhlas Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjary*, 1(1).
- Jayul, A., & Irwanto, E. (2020). Model Pembelajaran Daring Sebagai Alternatif Proses Kegiatan Belajar Pendidikan Jasmani di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(2), 190–199.
<https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.3892262>
- Johnson, R. B., & Onwuegbuzie, A. J. (2004). Mixed Methods Research: A Research Paradigm Whose Time Has Come. *Educational Researcher*, 33(1), 14–26. <https://doi.org/10.3102/0013189X033007014>
- Julia, J., Gunara, S., Supriyadi, T., Agustian, E., Ali, E. Y., & Budiman, A. (2022). Improving elementary school teachers' competence in composing thematic songs: An action research. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 12(1), 131–141. <https://doi.org/10.47750/pegegog.12.01.12>
- Kustati, K., Hartiwan, U., & Supriyono, S. (2016). Peningkatan Hasil Belajar Senam Ritmik Si Buyung Menggunakan Lagu Potong Bebek Angsa Kelas 1 Sd Negeri 1 Notog Kecamatan Patikraja Kabupaten Banyumas Tahun Ajaran 2016. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 3(1), 22–32. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jpehs.v3i1.6499>
- Lahir, S., Ma'ruf, M. H., & Tho'in, M. (2017). Peningkatan Prestasi Belajar Melalui Model Pembelajaran Yang Tepat Pada Sekolah Dasar Sampai Perguruan Tinggi. *Jurnal Ilmiah Edunomika*, 1(01), 1–8. <https://doi.org/10.29040/jie.v1i01.194>
- Laila, Q. N. (2015). Pemikiran Pendidikan Moral Albert Bandura. *Modeling: Jurnal Program Studi PGMI*, 2(1), 21–36. <http://www.jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/modeling/article/view/45>
- Lutan, R. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan dan Tenaga Kependidikan.
- M. Arifin, R. R. (2016). Tinjauan Terhadap Pelaksanaan Pendidikan Jasmani Di sekolah Dasar Kecamatan Cimahi Utara Kabupaten Bandung. *EduHumaniora | Jurnal Pendidikan Dasar Kampus Cibiru*, 2(2). <https://doi.org/10.17509/eh.v2i2.2764>
- Mahardika, S., Suherman, A., & Saptani, E. (2019). Meningkatkan Pembelajaran Senam Seribu Dengan Menggunakan Metode Tutor Sebaya Di Kelas V Sdn Cibereum Ii Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang. *SpoRTIVE*, 4(1), 81–90.
- Mas, I. P. A. U., Natajaya, I. N., & Sunu, I. G. K. A. (2014). Pengaruh Implementasi Model Pembelajaran Observasional Bandura Terhadap Motivasi Dan Hasil

- Belajar Senam Indonesia Jaya Pada Siswa Kelas X Smk Saraswati 3 Tabanan. *Jurnal Administrasi Pendidikan Indonesia*, 5(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.23887/japi.v5i1.1241>
- Mills, G. E. (2013). *Action Reseach: A Guide For The Teacher Researcher* (5th ed.). Pearson.
- Mislinawati, M., & Nurmasiyah, N. (2018). Kendala Guru Dalam Menerapkan Model-Model Pembelajaran Berdasarkan Kurikulum 2013 Pada Sd Negeri 62 Banda Aceh. *Jurnal Pesona Dasar*, 6(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.17969/Rtp.V%25vi%25i.12194>
- Monawati., M., & Fauzi., F. (2018). HUBUNGAN KREATIVITAS MENGAJAR GURU DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA. *Jurnal Pesona Dasar*, 6(2). <https://doi.org/10.24815/pear.v6i2.12195>
- Nabillah, T., & Abadi, A. P. (2020). Faktor Penyebab Rendahnya Hasil Belajar Siswa. *Prosiding Sesiomadika*, 2(1c). <https://journal.unsika.ac.id/index.php/sesiomadika/article/view/2685>
- Nena, S., & Susanto, R. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Senam Ritmik (Senam Irama) Dengan Menggunakan Metode Demonstrasi Siswa Kelas 1a Sdn Curug Kulon I. *Seminar Nasional Ilmu Pendidikan Dan Multidisiplin*, 112.
- Nuzulul, U., Rusilowati, A., & Astuti, B. (2020). Penerapan Teori Sosial Kognitif Bandura Berbantu Media “ Papan Dart dan Mix And Match ” Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas VIII.
- Pane, A., & Darwis Dasopang, M. (2017). BELAJAR DAN PEMBELAJARAN. *FITRAH: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman*, 3(2), 333. <https://doi.org/10.24952/fitrah.v3i2.945>
- Parjaman, T., & Akhmad, D. (2019). Pendekatan Penelitian Kombinasi: Sebagai “Jalan Tengah” Atas Dikotomi Kuantitatif-Kualitatif. *Moderat: Jurnal Ilmiah Ilmu Pemerintahan*, 5(4), 530–548. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.25157/moderat.v5i4.3077>
- Risyanto, A. (2016). Hubungan Motivasi Belajar Siswa Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. *Biomatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 2(01). <http://ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP/article/view/141%0A>
- Saskia, S., Mahendra, A., & Samini, N. (2018). Implementasi Model Cooperative Learning Metode TGT Melalui Media Audiovisual Dalam Pembelajaran Aktivitas Ritmik Lompat Tali Di Sekolah Dasar. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 2(1), 15. <https://doi.org/10.17509/tegar.v2i1.13776>
- Sinambela, P. N. J. M. (2017). Kurikulum 2013 dan implementasinya dalam pembelajaran. *Generasi Kampus*, 6(2). <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/gk/article/view/7085>
- Soebarna, A., Juditya, S., & Gunawan, G. (2017). Penilaian Autentik (Authentic

- Assesment) dalam Pembelajaran Penjas. *Jurnal Penjakora*, 4(1), 103–116. <https://doi.org/https://doi.org/10.23887/penjakora.v4i1.11757>
- Suasa, K., Dantes, N., & Koyan, M. P. P. I. W. (2013). *Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Observasional Bandura Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Roll Depan (Forward Roll) Ditinjau Dari Tingkat Kelentukan*. Ganesha University of Education.
- SUASA, K., Dantes, P. N., & Koyan, M. P. P. I. W. (2013). Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Observasional Bandura Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Roll Depan (Forward Roll) Ditinjau Dari Tingkat Kelentukan. *Jurnal Pendidikan Dasar Ganesha*, 3(1).
- Sudjana, N. (2009). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. PT Remaja Rosdakarya.
- Sugihartono, T. (2019). Model Problem Based Learning Meningkatkan Keterampilan Senam Irama Pada Pembelajaran Penjasorkes. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8274>
- Suharjana, F. (2010). Aktivitas ritmik dalam pendidikan jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 7(1), 16.
- Suherman, A. (2012). *Revitalisasi Pembelajaran Penjas*. CV. Bintang WarliArtika.
- Suherman, Ayi. (2014). Implementasi kurikulum baru tahun 2013 mata pelajaran pendidikan jasmani (studi deskriptif kualitatif pada SDN Cilengkrang). *Mimbar Sekolah Dasar*, 1(1), 71–76.
- Suherman, Ayi. (2018). *Kurikulum Pembelajaran Penjas* (M. N. Alif (ed.)). UPI Sumedang Press.
- Supriyadi, T., Julia, J., Aeni, A. N., & Sumarna, E. (2020). Action Research in Hadith Literacy: A Reflection of Hadith Learning in the Digital Age. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 19(5), 99–124. <https://doi.org/10.26803/ijlter.19.5.6>
- Suryati, S. (2021a). Pemanfaatan YouTube sebagai Media Pembelajaran Vokal Pop Jazz di Prodi Pendidikan Musik Institut Seni Indonesia Yogyakarta. *Resital: Jurnal Seni Pertunjukan (Journal of Performing Arts)*, 22(2), 117–126.
- Suryati, S. (2021b). Pemanfaatan YouTube sebagai Media Pembelajaran Vokal Pop Jazz di Prodi Pendidikan Musik Institut Seni Indonesia Yogyakarta. *Resital: Jurnal Seni Pertunjukan*, 22(2), 117–126. <https://doi.org/10.24821/resital.v22i2.6040>
- Sutisna, I. (2020). Bebaskan Anak Belajar Dengan Model Pembelajaran Bandura. *Prosiding: Seminar Nasional Online Paud*, 49–59.
- Thaib, R. M. T. R. M. (2018). Pragmatisme: Konsep Utilitas Dalam Pendidikan. *Intelektualita*, 4(1).
- Untari, E. (2017). Pentingnya Pembelajaran Multiliterasi untuk Mahasiswa

Pendidikan Guru Sekolah Dasar dalam Mempersiapkan Diri Menghadapi Kurikulum 2013. *Wahana Sekolah Dasar*, 25(1), 16–22. <https://doi.org/10.17977/um035v25i12017p016>

Yoda, I. K. (2020). Implementasi Modul Penjasorkes Bermuatan Model Pembelajaran Bandura Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Penjasorkes Dan Kecerdasan Kinestetik Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Penjakora*, 6(2), 102. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v6i2.23256>

Yulfita, N., Mahendra, A., & Nahduddin, D. (2018). Implementasi Model Pendidikan Gerak Dalam Pembelajaran Aktivitas Ritmik Pola Langkah Pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.17509/tegar.v2i1.13778>