

teori-teori pendukung hasil penelitian yang dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa aktivitas dan hasil belajar roll depan senam lantai meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman Tahun Pelajaran 2023/2024.

Untuk itu disarankan kepada guru penjasorkes untuk berupaya menerapkan pembelajaran tipe NHT dalam proses pembelajaran sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar roll depan senam lantai. Selain itu, penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT ini juga dapat dijadikan referensi dan prinsip fundamental yang bersifat progresif dan konstruktif dalam meneliti cabang olahraga yang lain terutama dalam peningkatan kualitas proses pembelajaran.

Kendala-kendala dalam pelaksanaan penelitian, yaitu (1) keterbatasan waktu pelaksanaan penelitian yang dilakukan 2 (dua) siklus, agar tidak mengganggu dari kurikulum sekolah yang sudah dibuat, (2) keterbatasan waktu siswa untuk mengikuti penelitian, karena mengikuti kegiatan lainnya yang lebih penting sehingga dapat menyebabkan dalam proses pembelajaran tidak tercapai keaktifan dan ketuntasan belajar siswa secara klasikal.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan serta teori-teori pendukung hasil penelitian yang telah dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar roll depan senam lantai pada siswa kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman tahun pelajaran 2023/2024.

BAB V

PENUTUP

5.1 SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan di atas, dapat ditarik simpulan sebagai berikut.

- a. Aktivitas belajar roll depan senam lantai meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman tahun pelajaran 2023/2024. Hal ini dapat dilihat dari data peningkatan yang terjadi pada aktivitas roll depan senam lantai yang mengalami peningkatan pada awalnya, 8 siswa berhasil melaksanakan teknik dasar tersebut, mencapai presentase 21% dari total peserta. Pada siklus I, jumlah siswa yang mampu melakukan teknik dasar roll depan meningkat menjadi 13, mencapai presentase 24%. Peningkatan yang signifikan terjadi pada siklus II, di mana 29 peserta berhasil melaksanakan teknik tersebut, mencapai presentase 92%.
- b. Hasil belajar roll depan senam lantai meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman tahun pelajaran 2023/2024. Hal tersebut dapat dilihat dari data peningkatan yang terjadi, yaitu hasil belajar roll depan senam lantai mengalami peningkatan pada awalnya, 8 siswa berhasil melaksanakan teknik dasar tersebut, mencapai presentase 21% dari total peserta. Pada siklus I, jumlah siswa yang mampu melakukan teknik dasar roll depan meningkat menjadi 13, mencapai presentase 24%. Peningkatan yang signifikan terjadi pada siklus II, di mana 29 peserta berhasil melaksanakan teknik tersebut, mencapai presentase 92%.

5.2 SARAN-SARAN

Berdasarkan simpulan di atas, dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut.

- a. Kepada guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dapat menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada pembelajaran roll depan senam

- lantai karena dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar roll depan senam lantai.
- b. Bagi peneliti lain yang akan mengadakan penelitian dapat menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe NHT sesuai dengan materi yang akan diberikan.
 - c. Bagi sekolah agar dijadikan pedoman dalam pembelajaran khususnya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya pada materi pembelajaran roll depan senam lantai.
 - d. Diharapkan kepada siswa-siswi yang dijadikan subjek penelitian selanjutnya lebih memperhatikan dan memahami pembelajaran yang diberikan, agar dapat menambah paradigma maupun wawasan pengetahuan khususnya dalam pembelajaran roll depan senam lantai maupun pada pembelajaran yang lain.



DAFTAR PUSTAKA

Cahyadi, Susianti, E., & Kurniawan, F. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. *Al-Irsyad*, 105(2). <https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf>

- Darsana, I. M. A., Satyawan, I. M., Spyanawati, N. L. P., Astra, I. K. B., & Parta Lesmana, K. Y. (2021). Video Tutorial Model Permainan dalam PJOK untuk Mendukung Pembelajaran Tematik Tema 3 Kegiatanku. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 9(3), 182. <https://doi.org/10.23887/jiku.v9i3.39717>
- Mashud, M. (2019). Analisis Masalah Guru Pjok Dalam Mewujudkan Tujuan Kebugaran Jasmani. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 17(2), 77–85. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v17i2.5704>
- Negara, A., Astra, B., & Setyawan, M. (2018). *Implementasi Pembelajaran Kooperatif Tipe Nht Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Teknik Dasar Passing Sepak Bola*. 8(2).
- Nirasanti, M., Astra, B., & Suwiwa, G. (2019). *Model Tipe Numbered Head Together (Nht) Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Berguling (Roll) Senam Lantai*. 8(2).
- Pambudi, M. I., Winarno, M., & Dwiyojo, W. D. (2019). Perencanaan dan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Malang*, 4(1). <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/>
- Prameswara, W. (2019). Hubungan Antara Kedisiplinan Dengan Hasil Belajar Siswa SMA Negeri 4 Sidoarjo Dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 7(3), 237–240.
- Tethool, G., Paat, W. R. L., & Wonggo, D. (2021). Penerapan Model Pembelajaran Blended Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Smk. *Edutik : Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, 1(3), 97. <https://doi.org/10.53682/edutik.v1i3.1546>
- Usman, U. (2019). Komunikasi Pendidikan Berbasis Blended Learning Dalam Membentuk Kemandirian Belajar. *Jurnal Jurnalisa*, 4(1), 136–150. <https://doi.org/10.24252/jurnalisa.v4i1.5626>

LAMPIRAN

Lampiran 01



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN


Alamat: Kampus FOK UNDIKSHA Jinengdalem, Jalan Raya Desa Jinengdalem, Buleleng

Nomor : 135/ UN.48.12.1/PP/2021 Singaraja, 13 Agustus 2021
Lampiran : -
Perihal : Ijin melakukan observasi
Yth. : Kepala SDN 1 Pegayaman
di
Buleleng

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha (UNDIKSHA) diwajibkan untuk melakukan observasi awal tentang proses pembelajaran peserta didik di sekolah, sebagai syarat pengajuan judul penelitian (skripsi) di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar mengizinkan mahasiswa di bawah ini untuk melakukan observasi di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama : Zaza Aina Fitra
Nomor Induk Mahasiswa : 1716011009
Tahun Akademik : 2020/2021
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Olahraga dan Kesehatan UNDIKSHA

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik, diucapkan terimakasih

Wakil Dekan I,

Dr. Ketut Yoda, S.Pd., M.Or
NIP. 196805172001121001

Lampiran 02



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali
Telp. (0362) 25571, Fax. (03620 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 13 Oktober 2023

No : 186/UN48.12.1/PP/2023
Lampiran : -
Prihal : Permohonan Penelitian


Yth. : Kepala SD Negeri 1 Pegayaman
di
Pegayaman

Dengan Hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Pendidikan Ganesha, mahasiswa diwajibkan untuk menyusun skripsi, sehubungan dengan itu kami mohon Bapak/Ibu untuk mengizinkan mahasiswa tersebut di bawah ini untuk berkenan melakukan penelitian di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama : Zaza Aina Fitra
NIM : 1716011009
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Olahraga dan Kesehatan
Judul Skripsi : Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Head Together (NHT) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Berguling (Roll) Senam Lantai Pada Peserta Didik Kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman Tahun Pelajaran 2023 / 2024.

Atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

a.n Dekan
Wakil Dekan I


I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd
NIP.198501172008121001





PEMERINTAH KABUPATEN BULELENG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SEKOLAH DASAR NEGERI 1 PEGAYAMAN

NSS : 101220106028 NPSN : 50100489
Alamat : Br. Dinas Timur Jalan , Pegayaman, Sukasada Buleleng (Bali)
E-mail : sdn1.pegayaman@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN SELESAI MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor : 422.5/ 07 / Pendas. 2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

N a m a : A.A.NGR. BAGUS ARNAWA, S.Pd SD
N I P : 19700313 199609 1 001
Pangkat/Gol.Ruang : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SD Negeri 1 Pegayaman

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : Zaza Aina Fitra
NIM : 1716011009
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Bahwa memang benar mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan Penelitian di SD Negeri 1 Pegayaman

Demikian surat keterangan ini di buat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pegayaman, 24 November 2023

Kepala SD Negeri 1 Pegayaman


A.A.NGR.BGS.ARNAWA, S.Pd SD
NIP.19700313199609 100 1

DAFTAR NAMA SUBYEK PENELITIAN

NO	NAMA SISWA	JENIS KELAMIN	KODE SISWA
1	Adi Putra Pratama	Laki-Laki	C1
2	Alfan Kurnia Rohma	Laki-Laki	C2
3	An'nisa Dewi	Perempuan	C3
4	Arwa Septiana	Perempuan	C4
5	Damar Izza Muhammad	Laki-Laki	C5
6	Febri Elmansah	Laki-Laki	C6
7	Furtri Tina Alisia	Perempuan	C7
8	Halim Mustofa	Laki-Laki	C8
9	Kaina Jazilah	Perempuan	C9
10	Ketut Fauzil Adzhim	Laki-Laki	C10
11	Lailatul Fitria	Perempuan	C11
12	M. Zainul Firdaus	Laki-Laki	C12
13	Manda Safitri	Perempuan	C13
14	M. Rendi Alfaris	Laki-Laki	C14
15	M. Fatiyan Akbar	Laki-Laki	C15
16	Mupida Zahwa Az-Zahra	Perempuan	C16
17	Nengah Denis F. Danendra	Laki-Laki	C17
18	Nengah Ricky Maulana	Laki-Laki	C18
19	Riki Aditya	Laki-Laki	C19
20	Sirma Hidayah	Perempuan	C20
21	Siti Maimunah	Perempuan	C21
22	Uhti Fauziah	Perempuan	C22
23	Wayan AfiatunN Solehah	Perempuan	C23
24	Waya Fauzan Faras Ayasi	Laki-Laki	C24
25	Wayann M. Idham Halid	Laki-Laki	C25
26	Wayan Meisa Maulidil Fitri	Perempuan	C26
27	Wayan Naila Karima	Perempuan	C27
28	Wayan Reni Ainun Nazofah	Perempuan	C28
29	Wayan Ryan Makky Halwani	Laki-Laki	C29
30	Wayan Siti Hazimah	Perempuan	C30

31	Wayan Sya Uqi Alhaq	Laki-Laki	C31
32	Wina Sutriawati	Perempuan	C32
33	Zhifa Warohmah	Perempuan	C33
34	Zila Zahra	Perempuan	C34
35	Sipa Sahwa	Perempuan	C35
36	Ara Warohmah	Perempuan	C36
37	Muhammad Rama	Laki-Laki	C37
38	Bima Sanjaya	Laki-Laki	C38



Keterangan :

Laki-Laki : 18 orang

Perempuan : 20 orang



Lampiran 05

DAFTAR KELOMPOK BELAJAR SISWA PADA SIKLUS I DAN SIKLUS II

KELOMPOK I	
NO	NAMA
1	Adi Putra Pratama
2	Alfan Kurnia Rohma
3	An'nisa Dewi
4	Arwa Septiana
5	Damar Izza Muhammad
6	Furtri Tina Alisia
7	Kaina Jazilah
8	Lailatul Fitria

NO	NAMA
1	M. Zainul Firdaus
2	M. Rendi Alfaris
3	M. Fatiyan Akbar
4	Wayan AfiatunN Solehah
5	Wayan Meisa Maulidil Fitri
6	Wayan Naila Karima
7	Wayan Reni Ainun Nazofah
8	Wayan Siti Hazimah

KELOMPOK II	
NO	NAMA
1	Febri Elmansah
2	Halim Mustofa
3	Ketut Fauzil Adzhim
4	Manda Safitri
5	Mupida Zahwa Az-Zahra
6	Sirma Hidayah
7	Siti Maimunah
8	Uhti Fauziah

KELOMPOK IV

NO	NAMA
1	Waya Fauzan Faras Ayasi
2	Wayann M. Idham Halid
3	Wayan Ryan Makky Halwani
4	Wina Sutriawati
5	Zhifa Warohmah
6	Zila Zahra
7	Sipa Sahwa

KELOMPOK V	
NO	NAMA
1	Nengah Denis F. Danendra
2	Nengah Ricky Maulana
3	Riki Aditya
4	Wayan Sya Uqi Alhaq
5	Ara Warohmah
6	Muhammad Rama
7	Bima Sanjaya

