

**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN
KOOPERATIF TIPE *NUMBERED HEAD TOGETHER*
(NHT) UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS DAN
HASIL BELAJAR BERGULING (ROLL) SENAM
LANTAI PADA PESERTA DIDIK KELAS VI SD
NEGERI 1 PEGAYAMAN TAHUN PELAJARAN
2023/2024**



**OLEH
ZAZA AINA FITRA
NIM 1716011009**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2024

**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF
TIPE *NUMBERED HEAD TOGETHER* (NHT) UNTUK
MENINGKATKAN AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR
BERGULING (ROLL) SENAM LANTAI PADA PESERTA
DIDIK KELAS VI SD NEGERI 1 PEGAYAMAN TAHUN
PELAJARAN 2023/2024**



Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga
Fakultas Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Ganesha
Singaraja
2024

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI
GELAR SARJANA PENDIDIKAN**

Menyetujui

Pembimbing I,



I Ketut Badaya Astra, S.Pd., M.Or
NIP. 196804081997031002

Pembimbing II,



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

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI SKRIPSI

Skripsi oleh Zaza Aina Fitra ini
telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal Rabu 7 Februari 2024

Dewan Penguji,



I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or.
NIP. 196804081997031002

(Ketua)



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

(Anggota)



Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198008112008121001

(Anggota)



I Made Satyawana, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198206062008121002

(Anggota)

Diterima oleh panitia ujian Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana pendidikan

Pada

Hari : Kamis

Tanggal : 17 Februari 2024

Mengetahui

Ketua Ujian



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

Sekretaris Ujian



I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or.
NIP. 198503082019031005

Mengesahkan

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



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

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul "Penerapan Modelo Pembelajaran Kooperatif Tipe *Numbered Head Together* (NHT) untuk Meningkatkan Hasil Belajar Berguling (ROLL) Senam Lantai pada Peserta Didik Kelas VI SD Negeri 1 Pegyaman Tahun Pelajaran 2023\2024", beserta seluruh isinya adalah benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan dan mengutip dengan cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang di jatuhkan kepada saya apabila kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja,

Yang Membuat Pernyataan



Zaza Aina Fitra

Nim. 1716011009

KATA PERSEMBAHAN

Alhamdulillahilahi rabbil ‘alamiin, Segala puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik dan hidayah-Nya kepada kita semua. Saya persembahkan skripsi ini kepada :

IBU TERCINTA

Satun Susilawati

“Terima kasih atas doa, kasih sayang, dorongan, dan segala pengorbanan yang telah diberikan untuk melewati segala rintangan guna menggapai cita-cita serta untuk memenuhi harapan menjadi manusia yang berguna bagi keluarga dan masyarakat”

KELUARGA TERCINTA

“Terimakasih atas doa, dukungan, serta motivasi yang tiada henti engkau berikan saelama ini”

ALMAMATER

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi

Jurusan Pendidikan Olahraga

Fakultas Olahraga Dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja

MOTTO

SEDIKIT BICARA, BANYAK BERTINDAK



PRAKATA

Puji Syukur peneliti panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya skripsi yang berjudul **“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”** dapat diselesaikan sesuai waktu yang telah ditentukan. Dalam penyusunan proposal ini peneliti banyak mendapat bimbingan, dorongan, dukungan, arahan, dan saran, serta motivasi dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd., Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Olahraga dan Kesehatan.
2. Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or. Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, bantuan, dan dorongan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
3. I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd., Wakil Dekan I Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, sebagai Pembimbing Akademik (PA) dan sekaligus sebagai pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, bantuan, dan dorongan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
4. Dr Gede Doddy Tisna, M.S., S.Or., M.Or. Wakil Dekan II Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha. yang telah banyak memberikan motivasi, saran dan masukan.
5. I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd. Wakil Dekan III Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha. sebagai dewan penguji 4 yang telah banyak memberikan motivasi, saran dan masukan.
6. Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd., M.Pd., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah

memberikan banyak motivasi, arahan, dan petunjuk dalam menyelesaikan skripsi ini.

7. Ni Luh Putu Sptyanawati, S.Pd.,M.Pd., Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah banyak membantu dalam penyelesaian administrasi di Jurusan Pendidikan Olahraga.
8. I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or., Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk, bantuan, dan dorongan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
9. Seluruh Staff Dosen dan Pegawai Fakultas Olahraga dan Kesehatan yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan bantuan kelancaran penulisan ini.
10. Keluarga besar yang telah memberikan dorongan secara moral dan materi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
11. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah banyak memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan dalam penulisan ini.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa apa yang tersaji dalam proposal ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang peneliti miliki. Untuk itu demi kesempurnaan proposal ini. Peneliti mengharapkan segala kritik maupun saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Peneliti berharap proposal ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Singaraja, 24 September 2023

Peneliti

**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**

Oleh

Zaza Aina Fitra

NIM 1716011009

Jurusan Pendidikan Olahraga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan model Pembelajaran kooperatif tipe Numbered Head Together (NHT) untuk meningkatkan hasil belajar berguling (Roll) senam lantai. Penelitian ini adalah penelitian Tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus, yang terdiri dari, rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi/evaluasi dan refleksi. Subjek penelitian adalah Siswa kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman Tahun Pelajaran 2023/2024 dengan jumlah 38 orang siswa. Data dianalisis secara statistic deskriptif. Hasil analisis data menunjukkan pada siklus I rata-rata aktivitas belajar siswa secara klasikal 52,26% yang termasuk dalam kategori cukup. Dan pada siklus II aktivitas belajar siswa secara klasikal menjadi 89.47% termasuk ke dalam kategori baik. Berdasarkan analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar berguling senam lantai pada siswa kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman tahun pelajaran 2023/2024. Kata Kunci: Pembelajaran Kooperatif tipe NHT, aktivitas, hasil belajar berguling (Roll) Senam Lantai

DAFTAR ISI

	HALAMAN
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PRAKATA	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Batasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORI	7
2.1 Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan	7
2.2 Sistematika Pembelajaran dalam Penjasorkes	8
2.3 Konsep Belajar Gerak	10
2.4 Model Pembelajaran	11
2.5 Model Pembelajaran Kooperatif	13
2.6 Model Pembelajaran Kooperatif Tipe NHT	16
2.7 Penelitian yang Relevan.....	18
2.8 Kerangka Berpikir.....	19
2.9 Rumusan Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
3.1 Jenis Penelitian	21

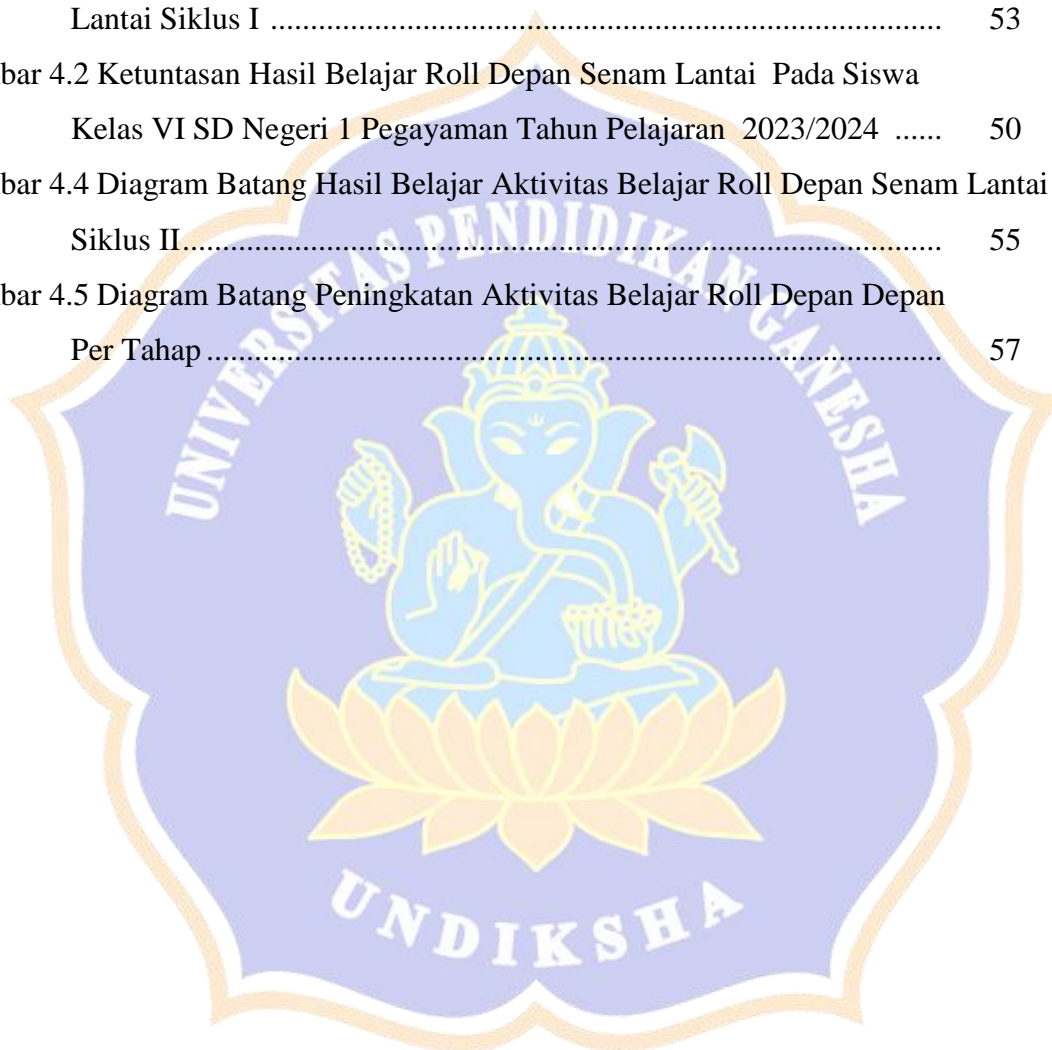
3.2 Rancangan Penelitian.....	21
3.3 Setting Penelitian	23
3.4 Subjek Penelitian	23
3.5 Prosedur Penelitian	24
3.6 Identifikasi Variabel	34
3.7 Definisi Operasional Variabel Instrumen Penelitian	34
3.8 Instrumen Penelitian	36
3.9 Fasilitas dan Alat Penelitian	42
3.10 Teknik Pengumpulan Data.....	42
3.11 Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
4.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	46
4.2 Data Hasil Penelitian	46
4.3 Interpretasi data aktivitas dan hasil belajar siklus I dan II	56
4.4 Pembahasan	57
BAB V PENUTUP.....	64
5.1 Simpulan.....	64
5.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	66

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Sintaks Model Pembelajaran Kooperatif	15
Tabel 3.1 Lembar Penilaian Aspek Afektif Teknik Roll pada Senam Lantai ...	37
Tabel 3.2 Indikator Penilaian untuk Aspek Afektif, Kerjasama dengan Tim/Teman	
Tabel 3.3 Indikator Penilaian untuk Aspek Afektif, Bersemangat dalam Melakukan Tugas Gerak	38
Tabel 3.4 Indikator Penilaian untuk Aspek Afektif, Mentaati Aturan Setiap Tugas Gerak	38
Tabel 3.5 Indikator Penilaian untuk Aspek Afektif, Menghargai Saran/ Pendapat Teman	39
Tabel 3.6 Deskripsi Penilaian Sikap Awal Roll pada Senam Lantai	39
Tabel 3.7 Deskripsi Penilaian Sikap Pelaksanaan Roll pada Senam Lantai	40
Tabel 3.8 Deskripsi Penilaian Sikap Akhir Roll pada Senam Lantai.....	40
Tabel 3.9 Deskripsi Penilaian Sikap Akhir Roll pada Senam Lantai	40
Tabel 3.10 Deskripsi Penilaian Sikap Pelaksanaan Roll pada Senam Lantai	41
Tabel 3.11 Deskripsi Penilaian Sikap Akhir Roll pada Senam Lantai.....	41
Tabel 3.12 Format Assesmen Teknik Dasar Roll pada Senam Lantai	41
Tabel 3.13 Konversi Nilai Mata Pelajaran Penjasorkes SD 1 Pegayaman	45
Tabel 4.1 Kategori Penggolongan Aktivitas Belajar Roll Depan Senam Lantai pada Siswa Kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman Tahun Pelajaran 2023/2024 pada Siklus I	47
Tabel 4.2 Ketuntasan Hasil Belajar Roll Depan Senam Lantai Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman Tahun Pelajaran 2023/2024.....	49
Tabel 4.3 Kategori Penggolongan Aktivitas Belajar Roll Depan Senam Lantai Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman Tahun Pelajaran 2023/2024	52
Tabel 4.5 Peningkatan Aktivitas Belajar Per Siklus Materi Roll Depan Senam Lantai pada Siswa Kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman Tahun Pelajaran 2023/2024 pada Siklus II	56

DAFTAR GAMBARAN

Gambarl 3.1 Rancangan Penelitian Tindakan Kelas (Kanca, 2010)	22
Gambar 4.1 Diagram Batang Kriteria Aktivitas Belajar Roll Depan Senam Lantai Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman Tahun Pelajaran 2023/2024	48
Gambar 4.1 Diagram Batang Kriteria Aktivitas Data aktivitas Belajar Roll Depan Senam Lantai Siklus I	53
Gambar 4.2 Ketuntasan Hasil Belajar Roll Depan Senam Lantai Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 1 Pegayaman Tahun Pelajaran 2023/2024	50
Gambar 4.4 Diagram Batang Hasil Belajar Aktivitas Belajar Roll Depan Senam Lantai Siklus II.....	55
Gambar 4.5 Diagram Batang Peningkatan Aktivitas Belajar Roll Depan Depan Per Tahap	57



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01 Surat Ijin Melakukan Observasi	67
Lampiran 02 Surat Permohonan Penelitian	68
Lampiran 03 Surat Selesai Keterangan Selesai Melaksanakan Penelitian	69
Lampiran 04 Daftar Nama Subyek Penelitian.....	70
Lampiran 04 Daftar Kelompok Belajar Siswa pada Siklus I dan Siklus II.....	72

