

Tinjauan Implementasi Media Audio Visual Dalam Pembelajaran Senam Lantai Meroda DI SMPN 2 Padang

Hidayatul Akbar¹, Sri Gusti Handayani², Asep Sujana Wahyuri³, Zulbahri⁴

¹²³⁴Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

hidayatulakbar1112@gmail.com, Srigusti@fik.unp.ac.id, asepsw.unp@gmail.com,

zulbahri@fik.unp.ac.id,

Doi: <https://doi.org/10.24036/JPDO.7.10.2024.100>

Kata Kunci : Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini belum terlaksana dengan baik dan menyeluruh pelaksanaan pembelajaran senam lantai di SMP Negeri 2 Padang. Tujuan penelitian ini untuk implementasi media audio dan visual dalam pembelajaran senam lantai meroda di SMP Negeri 2 Padang. Penelitian ini termasuk pada jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VII, VIII, dan IX yang masih aktif bersekolah di SMP N 2 padang berjumlah 794 orang. Penarikan sampel dengan teknik *Purposive Random Sampling* atau sampel acak, sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 orang siswa. Instrumen yang dipakai adalah angket bersifat tertutup (berstruktur), hal ini didasarkan pada pengetahuan dan pengalaman responden yang berbeda-beda, selain itu untuk menghindari informasi yang lebih meluas. Penyusun ini menggunakan kuesioner tertutup sehingga dengan demikian responden tinggal memilih beberapa alternatif jawaban yang tersedia. Teknik Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif persentatif. Hasil penelitian dimana secara keseluruhan implementasi media audio dan visual dalam pembelajaran senam lantai meroda pada SMPN 2 Padang berada dalam kategori cukup yaitu sebesar 60,46%. Hasilnya menunjukkan media audio visual efektif meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa. Siswa lebih mudah memahami instruksi dan gerakan yang kompleks. Metode ini terbukti efektif dalam lingkungan sekolah.

Keywords : *Implementation of Floor Gymnastics Learning*

Abstract : *The problem in this research has not been implemented properly and comprehensively in the implementation of floor exercise learning at SMP Negeri 2 Padang. The aim of this research is to implement audio visual media in learning cartwheel floor exercise at SMP Negeri 2 Padang. This research is included in the type of quantitative descriptive research. This research was carried out in June 2024. The population in this research was 794 students in grades VII, VIII and IX who were still actively attending school at SMP N 2 Padang. Sampling was taken using the Purposive Random Sampling technique or random sample, so that the sample in this study amounted to 32 students. The instrument used is a closed (structured) questionnaire, this is based on the different knowledge and experiences of respondents, in addition to avoiding more extensive information. The compiler used a closed questionnaire so that respondents only had to choose several alternative answers available. The data analysis technique in this research uses percentage descriptive analysis. The results of the research showed that the overall implementation of audio visual media in learning cartwheel floor exercise at SMPN 2 Padang was in the adequate category at 60.46%. The results show that audio visual media is effective in improving students' understanding and skills. Students more easily*

understand complex instructions and movements. This method has proven effective in the school environment.

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah salah satu pilar utama dalam pembangunan nasional. Melalui pendidikan kita bisa mempersiapkan sumber daya manusia yang bermutu baik (sari, DN, 2020)

Pendidikan merupakan salah satu bidang yang memiliki peranan untuk membangun manusia seutuhnya. Hal ini sesuai dengan UUD RI Nomor 20 tahun 2003, Pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga (Ega Trisna Rahayu, 2013).

Sedangkan Rosdiani (2013) mengatakan bahwa Pendidikan Jasmani Olahragadan Kesehatan (PJOK) adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perceptual, kognitif, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

“Pendidikan merupakan usaha untuk mengembangkan potensi dasar manusia, mempersiapkan sumber daya yang berkualitas, memiliki daya saing dan mampu menghadapi perubahan yang sangat pesat, yang ditandai dengan persaingan yang sangat komplek”(Nur, Nirwandi & Asmi, 2018). Menurut Ikhsan (2017)

“Pendidikan merupakan sebuah wahana untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia khususnya anak bangsa sebagai generasi penerus” “Pendidikan Jasmani

Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan satu-satunya mata pelajaran yang difokuskan pada aktivitas gerak jasmani” (Darni & Wellis, 2018)

“Pendidikan jasmani merupakan serangkaian aktivitas jasmani ayau olahraga, bisa dalam bentuk permainan atau mungkin juga salah satu dar cabang olahraga yang bukan bersifat permainan melalui aktivitas jasmani atau olahraga” Afrengty, Eldawaty, & Putra. (2020).

Proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat dipengaruhi oleh perkembangan siswa yang tidak sama itu, di samping karakteristik lain yang melekat pada diri siswa (Syafuruddin, Darni, Ihsan, 2018).

“Kegiatan pembelajaran harus dikelola dengan baik, efektif dan profesional agar dapat mencapai sasaran yang diinginkan. Pengelolaan pembelajaran yang baik dan terencana, juga dimaksudkan agar peserta didik (siswa) dapat mencapai hasil belajar yang maksimal” (Deswandi & Ihsan, 2018)

Proses belajar mengajar merupakan rangkaian kegiatan mulai dari merencanakan, melaksanakan sampai dengan evaluasi serta menjadikan tindak lanjut dalam kegiatan belajar mengajar (Parma, R., Hudayani, F., & Asnaldi, A. (2022).

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) telah menjadi bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan dengan maksud untuk mengubah perilaku peserta didik.

Selain mengubah perilaku peserta didik, aktivitas jasmani senantiasa mengupayakan untuk mencapai tujuan pendidikan yaitu meningkatkan keterampilan motorik dan nilai- nilai fungsional yang mencakup aspek

kognitif, afektif, dan psikomotor.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) telah menjadi bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan dengan maksud untuk mengubah perilaku peserta didik.

Selain mengubah perilaku peserta didik, aktivitas jasmani senantiasa mengupayakan untuk mencapai tujuan pendidikan yaitu meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) meliputi: permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, dan pendidikan luar sekolah.

Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, keterampilan, lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, sepak takraw, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulutangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya (Depdiknas, 2006:703).

Pembelajaran pendidikan jasmani didalamnya tidak hanya belajar tentang materi atau teoritis, namun juga menyampaikan tentang pengenalan gerak, keterampilan gerak dasar, aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor.

Ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) meliputi: permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, dan pendidikan luar sekolah.

Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, keterampilan, lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, sepak takraw, bola voli, tenis

meja, tenis lapangan, bulutangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya (Depdiknas, 2006).

Pembelajaran pendidikan jasmani didalamnya tidak hanya belajar tentang materi atau teoritis, namun juga menyampaikan tentang pengenalan gerak, keterampilan gerak dasar, aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor. Keterampilan gerak dalam pendidikan jasmani salah satunya adalah senam lantai.

Senam lantai sendiri memiliki banyak gerak Keterampilan gerak dalam pendidikan jasmani salah satunya adalah senam lantai. Senam lantai sendiri memiliki banyak gerakan yang meliputi: guling depan, guling belakang, meroda, round off, headstand, handstand, kayang dan lain sebagainya.

Menurut Madijono (2010) senam merupakan suatu bentuk latihan jasmani yang sistematis, teratur dan terencana dengan melakukan gerakan-gerakan yang spesifik untuk memperoleh manfaat dalam tubuh.

Aktivitas senam lantai ini, memiliki gerakan sederhana hingga gerakan yang sangat kompleks oleh karena itu, guru sebagai tenaga pengajar untuk mencontohkan gerakan senam harus dapat menyampaikan dengan baik dan benar supaya peserta didik mudah memahami yang sudah disampaikan.

Kendala yang sering terjadi, peserta didik malas untuk melakukan gerakannya, pembelajaran yang tidak menarik dan juga peserta didik memiliki rasa takut yang besar untuk mencoba gerakan senam lantai "meroda" dipikiran mereka pembelajaran senam lantai ini membahayakan bagi mereka.

Hal tersebut dapat mengakibatkan penurunan nilai peserta didik dalam materi senam lantai khususnya meroda. Menurunnya nilai akan menjadikan peserta didik tidak dapat mencapai dalam kriteria ketuntasan minimal (KKM).

KKM ini merupakan acuan yang harus dicapai seluruh peserta didik agar memberikan kelancaran dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, membuat guru pendidikan jasmani untuk dituntut berpikir keras agar dalam memberikan pembelajaran senam lantai ini bisa terlaksana dan menarik bagi peserta didik.

Selain itu, minimnya fasilitas dan perlengkapan untuk pembelajaran pendidikan jasmani yang dimiliki setiap sekolah, sehingga materi yang akan disampaikan dalam kurikulum sering kali tidak diberikan pada siswa.

Untuk mengatasi kemungkinan kendala yang menghambat proses pembelajaran senam lantai ini lebih efektif, guru dapat menggunakan media pembelajaran. Dengan berkembangnya teknologi di era sekarang, guru dapat memanfaatkan hasil teknologi untuk memberikan pembelajaran yang inovatif.

Guru yang kreatif akan mampu menggunakan kemajuan teknologi berwujud media yang sudah ada untuk disajikan dengan cara yang lebih menarik, misalnya seperti penggunaan media pembelajaran.

Media pembelajaran merupakan alat bantu untuk melakukan kegiatan proses pembelajaran. Selain itu, media pembelajaran adalah suatu komponen sumber belajar yang mengandung materi instruksional di lingkungan peserta didik yang dapat menstimulus peserta didik agar belajar.

Media pembelajaran sebenarnya memiliki banyak macam jenisnya akan tetapi untuk pembelajaran senam bisa menggunakan salah satu dari beberapa jenis tersebut, yaitu media audio visual.

Media pengajaran adalah segala sesuatu yang digunakan untuk menstimulus pikiran, perhatian, perasaan, serta kemauan siswa untuk mendorong terjadinya proses belajar

yang efektif pada siswa (handayani. 2022)

Penggunaan media pembelajaran merupakan bagian yang tidak bisa dipisahkan dan sudah merupakan suatu integrasi terhadap metode belajar yang dipakai.

Kedudukan media pembelajaran memiliki peranan yang penting karena dapat membantu proses belajar siswa Penggunaan media berbasis video, bahan belajar yang abstrak bisa dikongritkan dalam pembelajaran (Ikhsan. 2022)

Pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu proses mengatur mengorganisasi yang di sekitar peserta didik sehinggadapat menumbuhkan dan mendorong peserta didik untuk melakukan proses belajar (Pane, 2017).

Pembelajaran menurut Pambudi (2014) merupakan aktualisasi kurikulum yang menentukan keaktifan guru dalam menciptakan dan menumbuhkan kegiatan peserta didik sesuai dengan rencana yang telah diprogramkan.

Pembelajaran senam lantai ini bisa terlaksana dan menarik bagi peserta didik. Selain itu, minimnya fasilitas dan perlengkapan untuk pembelajaran pendidikan jasmani yang dimiliki setiap sekolah, sehingga materi yang akan disampaikan dalam kurikulum sering kali tidak diberikan pada siswa.

Untuk mengatasi kemungkinan kendala yang menghambat proses pembelajaran senam lantai ini lebih efektif, guru dapat menggunakan media pembelajaran.

Proses belajar mengajar pendidikan jasmani khususnya materi senam lantai meroda, ketika guru menyampaikan pembelajaran senam lantai meroda melalui audio visual, pastinya peserta didik akan lebih mudah untuk mengingat tahapan gerakan senam lantai meroda dengan benar.

Berbeda dengan ketika guru memberikan materi senam lantai meroda dengan pemberian langsung yang monoton, hal itu membuat peserta didik menjadi kurang tertarik, cepat bosan dan tidak bisa diulangi lagi dan.

Jadi, untuk penggunaan media audio visual dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya senam lantai meroda akan menjadi lebih menarik dan tidak monoton bagi peserta didik, sehingga tujuan pembelajaran yang diinginkan akan tercapai dengan baik.

Sesuai dengan observasi peneliti terhadap pembelajaran senam lantai meroda, terdapat beberapa temuan ketika proses pembelajaran senam lantai meroda berlangsung yang berjalan dengan kurang baik. Kurangnya minat, semangat dan motivasi, menjadi salah satu kendala.

Dilihat ketika guru sedang memaparkan materi masih ada beberapa peserta didik yang saling berbicara satusamalain dengan temannya, mengantuk kurangnya minat pada materi yang disampaikan oleh guru.

Kemudian di faktor guru, kurangnya untuk maksimalkan dalam penyampaian materi dan kurangnya penggunaan fasilitas di sekolah untuk membantu keberhasilan dalam menyampaikan pembelajaran senam lantai meroda.

METODE

Penelitian ini tergolong pada penelitian deskriptif. Dalam penelitian ini nantinya akan diungkapkan/digambarkan tentang tinjauan implementasi media audio visual dalam pembelajaran senam lantai meroda di SMPN 2 Padang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif,

Menurut (Suwirman, 2015) menyatakan bahwa “penelitian deskriptif merupakan suatu metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan objek sesuai dengan apa adanya”.

Sebagaimana yang dikemukakan Arikunto (2010) bahwa: “penelitian deskriptif adalah penelitian yang tidak bermaksud untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan apa adanya tentang sesuatu variabel, gejala atau keadaan tertentu”.

Metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan jenis survei dengan menggunakan angket sebagai instrumennya. Menurut (Sugiyono, 2019) Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk jawabnya.

Penelitian ini akan dilaksanakan pada tanggal 2 Mei 2024, dan tempat penelitian yang akan dilaksanakan yaitu di SMP Negeri 2 Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 2 Padang kelas VII,VIII,IX yang berjumlah 749 orang siswa,

Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive random sampling* atau sampel acak. Apabila jumlah populasi lebih dari 100 orang, maka jumlah sampel dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% oleh karena itu peneliti mengambil sampel dalam penelitian ini 20 siswa.

Dalam penelitian ini penyusun menggunakan angket bersifat tertutup

(berstruktur). Penyusun menggunakan kuesioner tertutup sehingga dengan demikian responden tinggal memilih beberapa alternatif jawaban yang tersedia.



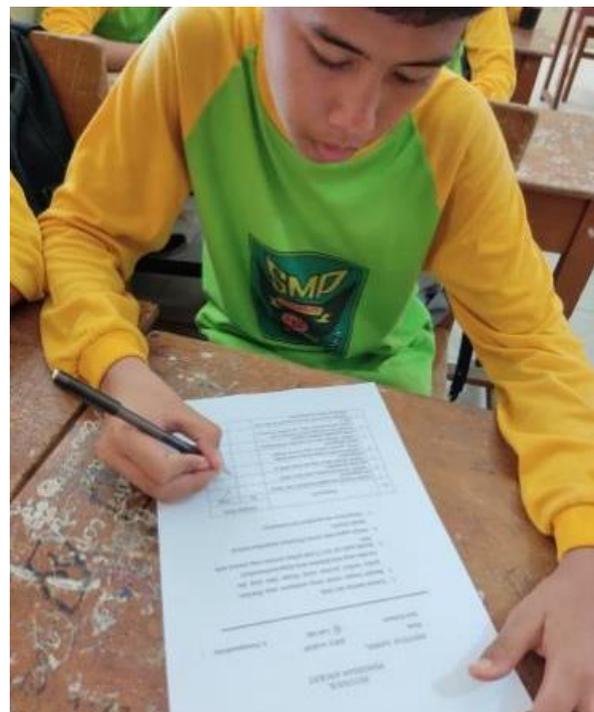
Gambar 1. Peneliti sedang memberikan pengarahannya terkait pelaksanaan penelitian
Sumber: dokumentasi penelitian



Gambar 4. Sampel sedang mengisi angket penelitian
Sumber: dokumentasi penelitian



Gambar 2. Peneliti sedang membagikan angket penelitian
Sumber: dokumentasi penelitian



Gambar 5. Siswa sedang mengisi kuesioner penelitian
Sumber: dokumentasi penelitian

Teknik analisis data menggunakan analistis deskriptif persentatif.

HASIL

Penelitian tindakan kelas dilaksanakan di SMP Negeri 2 Padang. Penelitian ini merupakan pengamatan selama pembelajaran PJOK berlangsung mengenai hasil belajar materi senam lantai meroda yang menggunakan media pembelajaran audio visual.

Penelitian ini dilakukan pada kelas VIII yang berjumlah 32 siswa. Hasil penelitian yang akan dinilai adalah tes pengetahuan dan tes keterampilan. Pembelajaran yang dilaksanakan melalui tiga tahapan yaitu, pendahuluan, kegiatan inti, dan penutup.

Kegiatan pendahuluan dimulai dengan orientasi yaitu guru membuka pembelajaran dengan salam, kemudian menyuruh ketua kelas untuk memimpin doa dan mengecek kehadiran siswa.

Kemudian guru memberikan apersepsi, yaitu mengulang pelajaran dengan menanyakan kembali materi yang telah dipelajari pada pertemuan sebelumnya dan memberikan pertanyaan terkait dengan pembelajaran yang akan dilakukan.

Kemudian guru memberikan motivasi kepada siswa yaitu memberikan gambaran tentang manfaat dan tujuan pembelajaran. Pada kegiatan inti dilaksanakan sesuai dengan model pembelajaran inkuiri terbimbing (Sanjaya, 2014).

Pada tahap penutupan guru bersama siswa menarik kesimpulan bersama. Guru menutup menyampaikan materi yang akan dipelajari pada pertemuan selanjutnya dan menutup pembelajaran dengan berdoa dan salam penutup.

Berdasarkan hasil dari tabel perjawaban diatas, terdapat 32 orang sampel

yang mana didapatkan bahwa 3 orang termasuk dalam kategori sangat baik yaitu persentasenya berkisar antara 86-100%.

Kemudian pada kategori baik dengan rentang skor persentase antara 76-85% tidak terdapat perolehan persentase murid, begitu juga pada kategori cukup dengan rentang skor antara 60-75%, tidak ada persentase yang termasuk dalam kategori ini.

selanjutnya dalam kategori kurang diperoleh 4 orang murid dengan persentase sekitar 55-59%, dan kemudian pada kategori kurang sekali didapatkan 33 orang murid yang termasuk pada kategori ini.

Dengan demikian diperoleh pencapaian kegiatan implementasi media audio visual dalam pembelajaran senam lantai meroda di Smpn 2 Padang ini berarti proses belajar mengajar senam lantai belum berlangsung secara optimal sebagaimana mestinya.

Tabel 1 Penilaian Implementasi Media Audio Visual

X	JAWABAN	Fa	Persentase	Skor(X.F a)
40	YA	774	60,46%	30.960
	TIDAK	506	39,53%	20.240

Implementasi media audio visual dalam pembelajaran senam lantai meroda diukur berdasarkan sepuluh butir indikator, dan empat puluh butir pertanyaan. Secara keseluruhan implementasi media audio visual dalam pembelajaran senam lantai meroda pada SMPN 2 Padang memperoleh persentase 60,46%, Termasuk dalam kategori cukup.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas Implementasi media audio visual dalam pembelajaran senam lantai meroda diukur berdasarkan sepuluh indikator. adapun indikator tersebut adalah ketersediaan infrastruktur media pembelajaran

memperoleh skor sebesar 22% yang termasuk dalam kategori kurang sekali.

Selanjutnya kesiapan pengajar dalam menggunakan media pembelajaran memperoleh skor 44,5% yang mana masuk dalam kurang sekali. Lalu interaksi dan keterlibatan siswa memperoleh skor 45% yang mana masuk dalam kategori kurang sekali.

Data penilaian efektivitas media pembelajaran memperoleh skor 44% yang termasuk dalam kategori kurang sekali. Kemudian penyesuaian dengan kebutuhan siswa memperoleh skor 34,5% yang mana masuk dalam kurang sekali.

Pelatihan dan pengembangan profesional mendapatkan skor 42% yang termasuk dalam kategori kurang sekali. Lalu umpan balik dari siswa memperoleh skor 43% yang mana masuk dalam kategori kurang sekali.

Pada variabel dukungan tambahan diperoleh skor sebesar 21,5% yang termasuk dalam kategori kurang sekali. Selanjutnya variabel evaluasi dan peningkatan memperoleh skor 66% dengan kategori cukup.

Dan terakhir pada variabel harapan dan kepercayaan memperoleh skor sebesar 24% yang termasuk dalam kategori kurang sekali. Secara keseluruhan implementasi media audio visual dalam pembelajaran senam lantai meroda pada SMPN 2 Padang memperoleh persentase 60,46% yang masuk dalam kategori cukup.

Keterampilan gerak dalam pendidikan jasmani salah satunya adalah senam lantai. Senam lantai sendiri memiliki banyak gerak. Keterampilan gerak dalam pendidikan jasmani salah satunya adalah senam lantai.

Dalam cabang olahraga Senam lantai sendiri memiliki banyak gerakan yang meliputi: guling depan, guling belakang, meroda, round off, headstand, kayang dan

lain sebagainya.

Menurut Madijono (2010) senam merupakan suatu bentuk latihan jasmani yang sistematis, teratur dan terencana dengan melakukan gerakan-gerakan yang spesifik untuk memperoleh manfaat dalam tubuh.

Aktivitas senam lantai ini, memiliki gerakan sederhana hingga gerakan yang sangat kompleks oleh karena itu, guru sebagai tenaga pengajar untuk mencontohkan gerakan senam harus dapat menyampaikan dengan baik dan benar supaya peserta didik mudah memahami yang sudah disampaikan.

Pembelajaran senam lantai ini bisa terlaksana dan menarik bagi peserta didik. Selain itu, minimnya fasilitas dan perlengkapan untuk pembelajaran pendidikan jasmani yang dimiliki setiap sekolah, sehingga materi yang akan disampaikan dalam kurikulum sering kali tidak diberikan pada siswa.

Untuk mengatasi kemungkinan kendala kendala belajar yang memungkinkan menghambat proses pembelajaran senam lantai ini lebih efektif, guru dapat menggunakan media pembelajaran.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian di SMPN 2 Padang, implementasi media audio visual dalam pembelajaran senam lantai meroda menunjukkan perubahan signifikan. Persentase keberhasilannya mencapai 60,46%, yang termasuk kategori cukup. Peneliti hanya berperan sebagai peninjau tanpa terlibat langsung dalam proses pengajaran.

Hasilnya menunjukkan media audio visual efektif meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa. Siswa lebih mudah memahami instruksi dan gerakan yang kompleks. Metode ini terbukti efektif dalam lingkungan sekolah.

Penelitian ini merekomendasikan sekolah lain mempertimbangkan penggunaan media audio visual. Tujuannya untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dan hasil belajar siswa dalam olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrenthy, R., Eldawaty, E., & Putra, A. N. (2020). Hubungan Aktivitas Bermain Dengan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Padang Barat. *Sport Science*, 20(1), 1-9
- Arikunto, 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Depdiknas. 2006. Kurikulum Tingkat satuan Pendidikan (KTSP) untuk Sekolah Dasar/ MI. Jakarta: Terbitan Depdiknas
- Darni, D., & Welis, W. (2018). Peningkatan Keterampilan Masase Cedera Olahraga Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kecamatan Padang Utara. *Jurnal Stamina*, 1(1), 415-424.
- Deswandi, F. U., & Ihsan, N. (2018). Persepsi Siswa terhadap Keterampilan Guru dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SDN 16 Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang. *Jurnal MensSana*, 3(1), 48-66.
- H. Nur, N. Nirwandi, and A. Asmi, "Hubungan Sarana Prasarana Olahraga Terhadap Minat Siswa Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sma N 1 Batipuah Kabupaten Tanah Datar", *jm*, vol. 3, no. 2, pp. 93-101, Dec. 2018
- Handayani, S. G. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran GymIT untuk Pembelajaran Senam Berbasis Android (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Padang).
- Ikhsan, F., Ihsan, N., Nirwandi, N., & Wahyuri, A. S. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Video Pada Keterampilan Shooting Bola Basket di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal JPDO*, 5(7), 22-28.
- Ikhsan, N. 2017. Hubungan Motivasi Kerja Dengan Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dalam Pengelolaan Pembelajaran. *Jurnal MensSana*, 2(1), 55-64.
- Madijono, Sapto,. (2010). Bergembira dengan Senam. Semarang: Aneka Ilmu
- Pambudi, A. F. (2014). Analisis Spektrum Gaya Mengajar Divergendalam Implementasi Kurikulum 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(2)
- Pane, A., & Dasopang, M. D. (2017). Belajar dan pembelajaran. *Fitrah: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman*, 333-352.
- Parma, R., Hudayani, F., & Asnaldi, A. (2022). Evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada masa pandemi. *Jurnal MensSana*, 7(1), 31-38.
- Sanjaya,W.(2014).*MediaKomunikasiPembelajaran*.Jakarta: Kencana.
- Sari, D. N. (2020). Tinjauan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar. *Jurnal Sporta Sainatika*, 5(2), 133-138.

Suwirman. (2015). *Dasar-Dasar Penelitian*.
Padang : FIK UNP.

Sugiyono, D. (2011) . *Metode Penelitian
Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (23rd ed.)
Alfabeta, CV.

Syafruddin, Darni, and Ihsan, "Persepsi Siswa
Terhadap Keterampilan Guru Dalam

Pembelajaran Pendidikan Jasmani
Olahraga Dan Kesehatan Di Sdn 16
Pisang Kecamatan Pauh Kota Padang",
jm, vol. 3, no. 1, pp. 48-66, Jun. 2018