

Meningkatkan hasil belajar guling depan: penerapan model pembelajaran langsung berbasis media audio-visual

Improving forward roll learning outcomes: implementation of direct intruction model based on audio-visual media

Amalia Ulfah¹, Mashud^{*1}

¹Program Magister Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia

^{*}Corresponding Author

Abstrak

Latar Belakang Masalah: penguasaan guling depan terletak pada perannya dalam mengembangkan keterampilan motorik dan kedisiplinan siswa, namun rendahnya hasil belajar menunjukkan perlunya metode dan media pembelajaran yang lebih efektif. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar guling depan melalui model pembelajaran langsung berbasis media audio visual pada siswa kelas VII C. **Metode:** Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (*classroom action research*), dengan model Kurt Lewin (Perencanaan, Tindakan, Observasi, dan refleksi). Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas VII C dengan jumlah siswa 31 orang. Instrumen pengumpulan data berupa tes (pilihan ganda) untuk instrumen pengetahuan gerak spesifik guling depan dengan indikator penilaian yaitu manfaat guling depan, klasifikasi cabang olahraga, sikap awalan, sikap pelaksanaan, sikap akhiran dan unjuk kerja untuk instrumen keterampilan gerak spesifik guling depan dengan indikator soal sikap awalan, sikap pelaksanaan, sikap akhiran. Data keseluruhan berupa data kuantitatif kemudian dianalisis secara deskriptif menggunakan rumus persentase. **Hasil:** Hasil penelitian terdapat peningkatan hasil belajar siswa dalam satu siklus. Pada aspek kognitif / pengetahuan hasil akhir mencapai 80, 65% dan pada aspek psikomotor / keterampilan hasil akhir mencapai 90, 32%. **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa hasil belajar guling depan dapat ditingkatkan melalui model pembelajaran langsung berbasis media audio visual pada siswa kelas VII C. Keefektifan model ini perlu diteliti pada gerak spesifik lain (lompat jauh, bola voli, senam lantai) serta termasuk dampak karakter siswa, termasuk keberanian, kepercayaan, sportivitas.

Kata Kunci: hasil belajar; guling depan; model pembelajaran; audio visual.


Abstract

Research Problems: The mastery of the Forward roll lies in its role in developing motor skills and student discipline; however, the low learning outcomes indicate a need for more effective learning methods and media. **Research Objectives:** This study aims to improve the learning outcomes of Forward roll through a direct learning model based on audiovisual media in class VII C students. **Methods:** The method used in this research is classroom action research, with the Kurt Lewin model (planning, action, observation, and reflection). The subjects of this study were students of class VII C with a total of 31 students. The data collection instrument is in the form of a test (multiple choice) for the Forward roll specific motion knowledge instrument with assessment indicators, namely the benefits of the Forward roll, classification of sports branches, prefix attitude, implementation attitude, final attitude and performance for the Forward roll specific motion skill instrument with indicators of prefix attitude, implementation attitude, final attitude. The overall data in the form of quantitative data is then analyzed descriptively using the percentage formula. **Results:** The study's results showed an increase in student learning outcomes over one cycle. In the cognitive aspect or knowledge increased by 80, 65% and in the psychomotor or skill aspect increased by 90, 32%.

Conclusion: It can be concluded that the learning outcomes of the Forward roll can be improved through a direct learning model based on audio-visual media in class VII C students. The effectiveness of this model needs to be investigated in other specific movements (long jump, volleyball, floor gymnastics) as well as including the impact on student character, including courage, trust, and sportsmanship.

Keywords: learning outcomes; forward roll; direct learning model; audio visual.

Dikirim: 9 Juni 2025; Direvisi: 19 Juni 2025; Diterima: 4 Juli 2025

 <http://dx.doi.org/10.55379/sjs.v5i1.155>

Corresponding author: Mashud, Jl. A. Yani No.Km 36, Sungai Besar, Kec. Banjarbaru Selatan, Kota Banjar Baru, Kalimantan Selatan 70714, Indonesia
Email: mashud@ulm.ac.id

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan pelaksanaan pendidikan sebagai proses pembinaan manusia seumur hidup, karena melalui aktivitas gerak, pendidikan jasmani bertujuan mengembangkan aspek fisik, intelektual, keterampilan motorik, dan sikap peserta didik guna membentuk individu yang sehat, cerdas, terampil, dan berkarakter, serta menunjang kualitas hidup di masa depan. (Mustafa, 2022; Pebriyandi, 2024) Pendidikan jasmani dan olahraga juga disebut laboratorium untuk pengalaman manusia ([Sifa et al., 2020](#)). Pendidikan jasmani juga disebut bahagian integral dari pendidikan secara menyeluruh atau tiada pendidikan sempurna tanpa kehadiran pendidikan jasmani ([Mashud, 2015](#)). Mata Pelajaran ini wajib dilaksanakan mulai dari SD, SMP, hingga SMA/SMK ([Gumilang et al., 2024](#); [Mustafa & Winarno, 2020](#); [Oktriyeni, H, 2019](#)). Capaian umum Pendidikan jasmani di jenjang SMP atau Pada akhir fase D peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan hasil analisis keterampilan gerak spesifik berupa permainan dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional)([Kementerian Pendidikan, 2022](#)).

Senam yang diajarkan disekolah ada dua yaitu senam artistik dan senam ritmis. Untuk senam artistik di sekolah yang sering diberikan berkaitan dengan senam lantai (*floor exercise*) dan senam ritmis ada pada senam irama ([Nugraheni & Hergwi Supena, 2019](#)). Senam lantai merupakan satu dari rumpun senam. Sesuai dengan istilah lantai, gerakan gerakan/bentuk latihannya dilakukan di lantai ([Melfiana & Soviana Devi, 2024](#)) Salah satu

aktivitas senam yang pelajari pada jenjang SMP adalah guling depan. Guling depan adalah suatu gerakan berputar ke depan dengan awalan berdiri atau dalam posisi jongkok di depan matras dengan kaki selebar bahu kemudian tangan menyentuh matras dengan awalan tengkuk menempel pada matras lakukan dorongan ke depan hingga posisi jongkok atau duduk kemudian Kembali ke posisi awal ([Mabrur et al., 2021](#); [Arisma et al., 2021](#); [Armando G et al., 2024](#)).

Materi guling depan ini sudah diberikan sejak sekolah dasar. Namun terdapat perbedaan terhadap penekanan materi yang diberikan pada jenjang. Tujuan pembelajaran ini di Tingkat sekolah dasar untuk mengembangkan keterampilan motorik dasar seperti koordinasi dan kelenturan, sekaligus membangun keberanian dan kepercayaan diri siswa. Melalui pendekatan yang terstruktur, siswa dibimbing agar memahami dan mempraktikkan teknik gerakan yang benar. Selain itu, proses ini juga menanamkan disiplin dan meningkatkan konsentrasi dalam mengikuti instruksi guru ([Mabrur et al., 2021](#)). Selain itu, proses ini juga menanamkan disiplin dan meningkatkan konsentrasi dalam mengikuti instruksi guru ([Mabrur et al., 2021a](#)). Kemudian, pada jenjang SMP, meningkatkan keterampilan psikomotorik siswa, khususnya dalam penguasaan teknik gerakan yang benar. Melalui latihan yang sistematis dan terarah, siswa dibimbing untuk memahami setiap tahapan gerakan guling depan mulai dari sikap awal, saat berguling, hingga sikap akhir sehingga kemampuan motorik mereka berkembang secara optimal dan sesuai dengan standar pembelajaran pendidikan jasmani ([Framellya Putri et al., 2024](#)).

Namun, dalam praktiknya, banyak siswa SMP yang menghadapi kesulitan dalam menguasai keterampilan ini. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di kelas, ditemukan bahwa hasil belajar siswa untuk materi guling depan masih tergolong rendah. Hal ini terjadi karena masih banyak kesulitan dan kesalahan yang dihadapi peserta didik yang terletak pada sikap awal, pelaksanaan, hingga akhiran yang berdampak pada rendahnya tingkat keberhasilan mereka dalam mencapai standar keterampilan yang diharapkan. Dari data yang diperoleh, siswa yang berhasil mencapai KKM

pada aspek kognitif hanya sekitar 45% dan pada aspek psikomotor 29%, sementara sisanya tidak mencapai nilai kriteria ketuntasan minimal 70.

Rendahnya hasil belajar siswa dipengaruhi oleh faktor internal seperti sikap, motivasi, dan konsentrasi belajar, serta faktor eksternal seperti peran guru, sarana pembelajaran, kebijakan penilaian, dan lingkungan sosial ([Maghfiroh & Rozak Hanafi, 2023](#)). Di antara faktor tersebut, guru memiliki peran penting dalam menentukan model pembelajaran yang tepat untuk mendukung keberhasilan siswa. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah tersebut adalah metode pembelajaran langsung atau *direct instruction model*. Metode ini menekankan pada penyampaian materi secara jelas dan sistematis, serta memberikan kesempatan bagi siswa untuk berlatih konsep atau keterampilan secara langsung, model ini sangat efektif dalam membantu siswa menguasai pengetahuan yang terstruktur, baik itu konsep (deklaratif) maupun langkah-langkah (prosedural) ([Abdhi et al., 2022](#); [Raimuna, R, 2024](#); [Muslimin, R. R, 2024](#)). Ciri khas yang menjadikannya efektif dalam proses belajar mengajar yaitu model ini guru aktif menjelaskan materi, memberikan demonstrasi, serta memberi latihan disertai umpan balik langsung. Interaksi antara guru dan siswa sangat ditekankan untuk memastikan pemahaman konsep secara menyeluruh ([GH et al., 2024](#); [Dwi, et al., 2025](#)).

Selain model pembelajaran yang tepat, diperlukan pula media yang secara efektif dapat membantu proses pembelajaran. Salah satu media pembelajaran yang terbukti efektif membantu proses pembelajaran adalah media audio visual. Pemanfaatan media audio visual sebagai alat bantu dalam pembelajaran dapat memperkuat pemahaman siswa, karena media ini dapat memberikan gambaran yang lebih jelas dan konkret tentang bagaimana melakukan gerakan guling depan dengan benar karena media belajar audio visual dapat memberi peranan atau pengaruh secara signifikan terhadap hasil belajar siswa dalam memahami materi ([Pradana et al., 2023](#)).

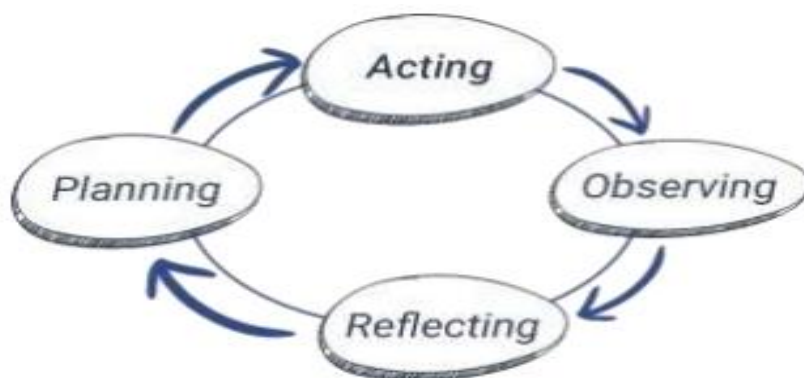
Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada materi guling depan dengan menerapkan model pembelajaran langsung/*direct instruction model* yang dipadukan dengan penggunaan media audio visual. Diharapkan melalui

penerapan metode ini, siswa dapat lebih mudah memahami teknik dasar guling depan dan dapat mencapai tingkat keberhasilan minimal 80% dalam keterampilan tersebut.

METODE

Desain Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian Tindakan kelas (PTK) dengan menggunakan model dari Kurt Lewin dimana siklusnya terdiri dari empat Langkah: (1) Perencanaan (2) aksi atau Tindakan (3) Observasi dan (4) refleksi ([Lewin, 2007](#)):



Gambar 1. Siklus PTK model *Kurt Lewin*

Proses penelitian tindakan kelas (PTK) dilaksanakan melalui empat tahapan yang berlangsung secara siklus, yaitu perencanaan (*planning*), pelaksanaan tindakan (*acting*), observasi (*observing*), dan refleksi (*reflecting*). Pada tahap perencanaan, peneliti menyusun rencana tindakan pembelajaran yang bertujuan memperbaiki permasalahan yang ditemukan di kelas, termasuk menyiapkan perangkat pembelajaran, instrumen penilaian, serta strategi asesmen yang relevan. Tahap pelaksanaan tindakan dilakukan oleh guru dengan menerapkan rencana pembelajaran yang telah disusun sebagai solusi untuk meningkatkan proses maupun hasil belajar siswa. Selanjutnya, tahap observasi dilakukan untuk mengamati jalannya pembelajaran, baik aktivitas guru maupun siswa, dengan menggunakan lembar observasi, catatan lapangan, atau dokumentasi sebagai sumber data. Tahap terakhir, refleksi dilakukan dengan menganalisis hasil observasi untuk mengevaluasi efektivitas tindakan yang telah dilakukan, serta menentukan modifikasi atau perbaikan yang diperlukan pada siklus berikutnya agar hasil pembelajaran semakin optimal.

Partisipan

Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas VII C dengan jumlah siswa 31 orang. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 1 Banjarbaru Kota Banjarbaru pada bulan April 2025.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berupa soal pilihan ganda untuk penilaian pengetahuan gerak spesifik guling depan dan unjuk kerja untuk penilaian keterampilan gerak spesifik guling depan. Data keseluruhan berupa data kuantitatif kemudian dianalisis secara deskriptif menggunakan rumus persentase.

Indikator instrumen tersebut dapat dilihat pada tabel 1 dan 2 di bawah ini:

Tabel 1. Indikator instrumen penilaian pengetahuan

Instrumen	Indikator	Butir Soal
Pengetahuan/kognitif gerak spesifik guling depan	1. Manfaat guling depan 2. Klasifikasi cabang olahraga 3. Sikap awalan 4. Sikap pelaksanaan 5. Sikap akhiran	10 Butir

Tabel 2. Indikator instrumen penilaian keterampilan

Instrumen	Indikator	Deskriptif
Keterampilan /psikomotor gerak spesifik guling depan	Sikap Awalan	1. Berdiri menghadap matras 2. sisi siap (kaki rapat) 3. Kedua lengan diluruskan ke atas di samping telinga 4. Pandangan ke depan.
	Sikap Pelaksanaan	1. Letakkan kedua telapak tangan pada matras. 2. Kedua lutut tetap dipertahankan lurus. 3. Masukkan kepala di antara kedua lengan bersamaan kedua sikut tertekuk ke samping dan puncak menempel matras. 4. Gulingkan badan ke depan hingga bagian badan mulai dari tengkuk, punggung, pinggang dan panggul bagian belakang menyentuh matras.
	Sikap Akhiran	1. Posisi berdiri 2. Sikap berdiri dengan kedua kaki rapat. 3. Kedua lengan lurus ke atas di samping telinga. 4. Pandangan ke depan atas.

HASIL

Data hasil ketuntasan belajar siswa pada materi gerak spesifik guling depan dengan menggunakan metode pembelajaran langsung dengan memanfaatkan media audio visual dianalisis berdasarkan indikator yang sudah ditentukan.

Siklus PTK dilaksanakan dalam dua kali pertemuan. Pertemuan pertama, peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai dengan sintaq gaya mengajar langsung dan dengan memanfaatkan media audio visual berupa PPT dan video pembelajaran gerak spesifik guling depan. Pertemuan kedua, peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai dengan sintaq gaya mengajar langsung dan dengan memanfaatkan media audio visual berupa PPT dan video pembelajaran gerak spesifik guling depan namun alokasi waktu pembelajaran di prioritaskan untuk peserta didik melaksanakan atau mempraktekkan gerak spesifik guling depan dengan instruksi dan umpan balik langsung oleh guru. hasil penilaian diakhir siklus penelitian tindakan kelas dapat dilihat pada tabel 3 dan 4 di bawah ini:

Tabel 1. Rekapitulasi hasil belajar kognitif

Ketuntasan Belajar	Jumlah Siswa	Persentase	Indikator Keberhasilan
Tuntas	25	80,65%	70%
Tidak tuntas	6	19,35%	
Jumlah siswa	31	100%	

Tabel 2. Rekapitulasi hasil belajar psikomotor

Ketuntasan Belajar	Jumlah Siswa	Persentase	Indikator Keberhasilan
Tuntas	28	90,32%	70%
Tidak tuntas	3	9,68%	
Jumlah siswa	31	100%	

Berdasarkan data pada hasil observasi penelitian tindakan kelas dalam I siklus tersebut, kedua indikator penilaian (kognitif dan psikomotorik) mengalami peningkatan yang signifikan melebihi batas minimal standar yang ditetapkan oleh peneliti yaitu 80%. Hasil observasi/ pengamatan pembelajaran dalam siklus penelitian Tindakan kelas ini mendapatkan data secara kualitatif yang bisa dilihat pada tabel 5 di bawah ini:

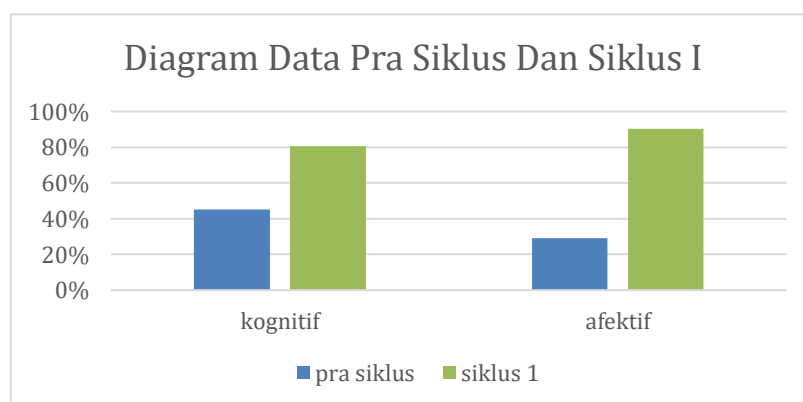
Tabel 3. Data kualitatif penelitian tindakan kelas

Hasil observasi pada peserta didik	Hasil observasi pada guru
-------------------------------------------	----------------------------------

1. Siswa mudah memahami gerak spesifik guling depan karena dalam memberikan materi, guru tidak hanya menjelaskan secara lisan tetapi juga menayangkannya dalam sebuah <i>power point</i> dan video pembelajaran.	1. guru fokus pada materi, karena terbantu dengan siswa yang tidak ribut dengan adanya media pembelajaran audio visual yang belum pernah digunakan dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di kelas tersebut,
2. pada saat materi disajikan siswa menyimak dengan fokus.	2. guru bisa fokus memberikan materi, contoh tugas gerak secara lebih sederhana dan lebih diikuti oleh siswa.
3. peserta didik saling menyemangati satu sama lain sehingga praktik berjalan lancar.	
4. peserta didik bergerak dengan percaya diri	

Berdasarkan capaian hasil belajar yang telah memenuhi indikator keberhasilan serta didukung oleh temuan observasi kualitatif, peneliti menyimpulkan bahwa proses pembelajaran telah mencapai standar ketuntasan minimal yang ditetapkan oleh guru. Oleh karena itu, pelaksanaan penelitian tindakan kelas dianggap berhasil dan tidak diperlukan pelaksanaan siklus kedua.

Peningkatan hasil belajar siswa dalam pada siklus I tidak dilanjutkan ke siklus II karena telah mencapai target capaian yaitu sebesar 80% pada aspek kognitif dan psikomotor. Dengan demikian, penelitian Tindakan kelas melalui model pembelajaran langsung berbasis audio visual berhasil meningkatkan hasil belajar gerak spesifik guling depan peserta didik kelas VII dalam satu siklus penelitian tindakan kelas (PTK). Sebaran data perbandingan antara pra-siklus dan siklus I peneliti paparkan dalam grafik di bawah ini:



Gambar 1. Data perbandingan antara pra-siklus dan siklus I

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa hasil belajar guling depan melalui model pembelajaran langsung berbasis media audio visual pada siswa kelas VII C dalam satu siklus berhasil baik dan meningkatkan hasil belajar siswa. Peningkatan hasil belajar yang menjadi indikator ketuntasan belajar siswa terlihat adanya peningkatan pada ranah kognitif dan psikomotorik siswa.

Model pembelajaran langsung berbasis audio visual efektif dalam meningkatkan hasil belajar karena memiliki sintaks yang sistematis mulai dari penyampaian tujuan, demonstrasi, latihan terbimbing, hingga evaluasi, Dimana seluruh siktak tersebut diperkuat dengan visualisasi nyata dari gerakan yang dipelajari. Model pembelajaran langsung efektif karena memungkinkan guru mengatur materi secara sistematis, cocok untuk siswa berprestasi rendah, dapat diterapkan di berbagai ukuran kelas, serta tepat untuk menyampaikan materi faktual dan prosedural secara bertahap ([Muslimin et al., 2024b](#)). Ketika dipadukan dengan media audio visual, pembelajaran menjadi lebih konkret dan menarik karena audiovisual mampu merangsang indra pendengaran dan penglihatan secara bersamaan, yang membuatnya lebih menarik bagi peserta didik dibanding media visual atau audio saja. Hal ini menjadikan siswa lebih fokus dan terlibat dalam proses pembelajaran ([Fuady & Mutalib, 2018](#); [Zhu et al., 2021](#)) Media audiovisual mampu menyampaikan informasi secara jelas dan realistis, dapat diulang sesuai kebutuhan, serta membantu peserta didik memahami materi dengan lebih mudah. Selain memberikan hiburan, media ini juga mendorong siswa menemukan jawaban melalui proses melihat dan mendengar, sehingga sangat mendukung efektivitas pembelajaran ([Andriyani et al., 2024](#); [Ulfah & Mashud, 2024](#))

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yaitu dengan judul “Penerapan model pembelajaran langsung dengan media bidang miring untuk meningkatkan gerak dasar guling depan”. penggunaan model pembelajaran langsung terbukti dapat meningkatkan hasil belajar pada siklus I 42% pada aspek kognitif dan 38% pada asfek psikomotor kemudian

pada siklus II aspek kognitif dan afektif mencapai ketuntasan 100% (Sutoro, 2023). Kemudian, penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh mabrur dkk dengan judul “Pengaruh Model Pembelajaran Direct Instruction Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Guling Depan Senam Lantai”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa model pembelajaran langsung berpengaruh terhadap peningkatan hasil belajar guling depan ([Mabrur et al., 2021b](#))

Penggunaan media audio visual dalam pembelajaran pernah digunakan dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan [Sofyan & Indah \(2020\)](#) dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Melalui Permainan Dan Media Audio Visual Pada Peserta Didik Kelas Vii Smp Negeri 1 Simpang Empat Tanah Bumbu”. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa dengan penggunaan media audio visual dalam pembelajaran senam lantai gerak spesifik guling depan hasil belajar siswa meningkat dari 66,66% pada siklus I menjadi 92,60% pada siklus II. Selain itu, dalam penelitian lain menemukan bahwa penggunaan media *audio visual* memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil belajar guling depan ([Adi Pradana et al., 2023](#)).

Penggunaan model dan media pembelajaran yang tepat menjadi strategi dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Strategi pembelajaran merupakan interaksi antar guru, siswa, dan sumber belajar sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran ([Sanjani, 2021](#)). Strategi digunakan untuk mendapatkan kesuksesan ataupun keberhasilan dalam menggapai suatu yang diinginkan, strategi bisa dimaksud selaku perencanaan yang berisi tantang rangkaian aktivitas tertentu, setelah itu didesain sedemikian rupa atau mungkin untuk menggapai tujuan pembelajaran ([GH, et al, 2024](#); [Dwi, et al, 2025](#))

Berdasarkan hasil kajian terhadap beberapa temuan penelitian yang relevan, yaitu pada penerapan model pembelajaran langsung berbasis media audio visual yang telah berhasil himpun, peneliti menemukan beberapa hal yang berbeda dengan penelitian yang terdahulu. Yang pertama, Perbedaan yaitu terletak pada media pembelajaran yang digunakan karena peneliti mengacu saran penelitian yang dilakukan [Pradana \(2021\)](#) untuk menjadi solusi permasalahan hasil belajar guling depan pada kelas VII C yang menyebutkan

bahwa media belajar audio visual dapat memberi peranan atau pengaruh secara signifikan terhadap hasil belajar siswa dalam memahami materi yang ditunjukkan dengan meningkatnya hasil belajar siswa pada aspek kognitif dan aspek psikomotorik ([Pradana, 2021](#)). Yang kedua, Perbedaan yaitu terletak pada jumlah siklus yang diperlukan dalam pelaksanaan penelitian Tindakan kelas ini, pada penelitian ini hanya diperlukan satu siklus PTK karena dalam satu siklus siswa telah mencapai kriteria ketuntasan yang ditentukan oleh guru PJOK di SMP Muhammadiyah 1 Banjarbaru.

Penerapan model pembelajaran dan media pembelajaran yang tepat sesuai kebutuhan karakteristik kelas dan materi yang dipelajari merupakan pertimbangan penting agar hasil pembelajaran dapat tercapai. Sehingga peneliti memberikan implikasi pada Bapak dan Ibu Guru PJOK agar mampu menyiapkan pembelajaran menggunakan model dan pembelajaran yang tepat. Penerapan model pembelajaran langsung berbasis media audio visual dapat menjadi salah satu alternatif yang terbukti mampu mengantarkan siswa mencapai tujuan pembelajaran. Implikasi pembelajaran dalam penelitian 196 pendidik kelas ini tentunya sebagai informasi dan bahan kajian referensi secara ilmiah yang terbukti meningkatkan hasil belajar kognitif dan psikomotor gerak spesifik guling depan pada kelas VII C SMP Muhammadiyah 1 Banjarbaru. Tentunya dalam pelaksanaan pembelajaran hasil penelitian ini hanya untuk kelas yang menjadi subjek penelitian. Selebihnya guru PJOK di sekolah lain, jika ingin menerapkan metode dan media pembelajaran yang sama dengan penelitian ini, perlu mengobservasi dan mengkaji karakteristik permasalahan dan siswa di kelas sekolah Bapak Ibu guru.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran langsung (*direct instruction*) berbasis media audio visual terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa pada materi gerak spesifik guling depan di kelas VII C SMP Muhammadiyah 1 Banjarbaru dimana metode ini mampu meningkatkan pemahaman siswa dalam aspek kognitif serta keterampilan dalam aspek

psikomotorik, yang ditunjukkan dengan pencapaian ketuntasan belajar siswa melebihi standar minimal 80%.

Pembelajaran langsung berbasis media audio visual efektif dalam meningkatkan hasil belajar gerak spesifik guling depan, maka disarankan adanya penelitian lanjutan yang lebih luas dalam konteks. Penelitian yang dapat dilakukan adalah menguji efektivitas model ini pada materi gerak spesifik lain, seperti lompat jauh, teknik dasar bola voli, atau senam lantai lainnya, guna mengetahui konsistensi efektivitasnya dalam meningkatkan keterampilan psikomotor siswa. Selain itu, penelitian lanjutan juga dapat diarahkan untuk melihat bagaimana penggunaan media audio visual dalam pembelajaran jasmani mampu mempengaruhi perkembangan karakter siswa, seperti keberanian, kepercayaan diri, tanggung jawab, dan sportivitas, yang merupakan bagian penting dari tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani

KONTRIBUSI PENULIS

Amalia Ulfah: Conceptualization, Writing -Original Draft & Editing.

Mashud: Conceptualization, Methodology, Writing -Review.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdhi, M. I., Kristiyandaru, A., & Priambodo, A. (2022). Self-Check Teaching Style for Physical Education Teachers: A Literature Review. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 4(2), 66–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/tegar.v4i2.33350>
- Adi Pradana, R., Hinda Zhannisa, U., & Muh Isna Nurdin Wibisana, dan. (2023). Pengaruh Media Pembelajaran Audio Visual Dan Media Cetak Terhadap Hasil Belajar Senam Lantai (Guling Depan) Pada Siswa Kelas Vii Smp Negeri 6 Taman Kecamatan Taman Pemalang. In *Jurnal Spirit Edukasia* (Vol. 03, Issue 01).
- Andriyani, T., Sulaeman, Y., Maesaroh, T., & Mustakim, U. S. (2024). Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Dengan Menggunakan Media Audio Visual (Studi Kasus Mata Pelajaran IPA di Kelas IV SDN Cibitung 1 Kecamatan Munjul) (Vol. 01, Issue 1).
- Arisma, N., Ma'mun, S., & Sumarno, A. (2021). Survei Keterampilan Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kelas VII SMP pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.5752034>
- Armando, G. Y., E.Kumenap, E., & Mangindaan, J. J. (2024). Pengaruh Gaya Mengajar Komando Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Roll Depan

- Dalam Senam Lantai Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Tondano. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Dan Rekreasi UNIMA*, 05(02), 7–11.
- Dwi, M., & Yahya, M. (2025a). Implementasi Model Pembelajaran Secara Langsung Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa MI. *Jurnal Madrasah Ibtidaiyah*, 4. <https://doi.org/10.69552/taklim.v4i1.2823>
- Framellya Putri, C., Mulyadi, M., Prajabatan PJKR UNNES, P., Semarang, K., & Negeri, S. (2024). Upaya Meningkatkan Keterampilan Senam Lantai Guling Depan Menggunakan Media Bantu Matras Bidang Miring Pada Peserta Didik Kelas Vii H Smp N 15 Semarang.
- Fuady, R., & Mutalib, A. A. (2018). *Audio-Visual Media in Learning*. <http://www.j-k6em.org>
- GH, M., Syahrul, M., & Adminira, Z. (2024). Literature Review: Dampak Model Pembelajaran Langsung dalam. In *BioTeach: Biology Science and Biology Education Journal* journal.ininnawaparaedu.com (Vol. 01, Issue 01). <https://doi.org/10.62330/bioteach.v1i1.57>
- Ginting, K., Pd Johannes, M., Dasar, P., & Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, F. (2014). Peningkatan Hasil Belajar Guling Depan Dalam Pembelajaran Senam Lantai Melalui Metode Mengajar Problem Solving (Pemecahan Masalah) Pada Siswa Kelas Vii
- Gumilang, R. C., Ramadhan, F., & Dermawan, D. F. (2024). Efektivitas Penerapan Inquiry Teaching Model Terhadap Penilaian Tengah Semester Dalam Pembelajaran Pjok di SMP 4 Sejahtera Dramaga. 584–589.
- Kepala Badan Standar, Kurikulum, Dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset Dan Tegnologi, Pub. L. No. 033/H/KR/2022 (2022).
- Lewin, K. (2007). *Introduction to action research*.
- Mabrur, M., Setiawan, A., & Mubarak, M. Z. (2021a). Pengaruh Model Pembelajaran Direct Instruction Terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Guling Depan Senam Lantai. *Physical Activity Journal*, 2(2), 193. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2021.2.2.4014>
- Maghfiroh, N., & Rozak Hanafi, I. (2023). Peran Metode Pembelajaran Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam. *MindSet: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 236–244. <https://doi.org/10.58561/mindset.v2i1.74>
- Mashud. (2015). Pendekatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga. <http://Ahmadsudrajad.wordpress.com>
- Melfiana, K., & Soviana Devi, W. (2024). Meningkatkan Minat Literasi dalam Pembelajaran Teks Puisi SMA Daarul Khoir.
- Muslimin, R. R., Usman, S., & Rama, B. (2024b). Strategi Pembelajaran Langsung (Rika, dkk.) | 468 Madani. *Jurnal Ilmiah Multidisipline*, 2(3), 468–474. <https://doi.org/10.5281/zenodo.12702618>
- Mustafa, P. S. (2022). Peran Pendidikan Jasmani untuk Mewujudkan Tujuan Pendidikan Nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68–80. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>

- Nugraheni, W., & Hergiya Supena, G. (2019). Meningkatkan Minat Siswa Dalam Pembelajaran Penjas Senam Lantai Melalui Permainan Pada Siswa Kelas X IPA 1 SMAN 4 Kota Sukabumi. *Jendela Olahraga*, 4(2). <https://doi.org/10.26877/jo.v%vi%i.3926>
- Oktriyeni, H. (2019). *Kecerdasan Gerak Dalam Pendidikan Jasmani*.
- Pebriyandi, & Mashud. (2024). Integration of Practice Style Teaching with Inclusion: Improving Chest Style Swimming Learning Outcomes. <https://doi.org/10.52188/ijpess.v4i3.738>
- Pradana, A. A. (2021). Strategi Pembentukan Karakter Siswa Pada Jenjang Pendidikan Dasar Melalui Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *PREMIERE: Journal of Islamic Elementary Education*, 3(1), 78–93. <https://doi.org/10.51675/jp.v3i1.128>
- Raimuna, R. (2024). Upaya Meningkatkan Pemahaman Belajar Siswa Melalui Model Pembelajaran Direct Instruction Pada Mata Pelajaran PAI. <https://doi.org/10.59841/al-mustaqbal.v1i3.12>
- Sanjani, M. A. (2021). Pentingnya Strategi Pembelajaran Yang Tepat Bagi Siswa. *Jurnal Serunai Administrasi Pendidikan*, 10(2), 32–37. <https://ejournal.stkipbudidaya.ac.id/index.php/jc/article/view/517>
- Sifa, M. R., Syaripudin, T., & Hendriani, A. (2020). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD untuk Meningkatkan Keterampilan Kerjasama Siswa Kelas IV SD. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 5(2), 120–130.
- Sofyan, A., & Indah, E. P. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Melalui Permainan Dan Media Audio Visual Pada Peserta Didik Kelas Vii Smp Negeri 1 Simpang Empat Tanah Bumbu. In *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* (Vol. 1, Issue 1).
- Sutoro, S. (2023). Penerapan model pembelajaran langsung dengan media bidang miring untuk meningkatkan gerak dasar guling depan. <http://dx.doi.org/10.20527/multilateral.v22i2.15303>
- Ulfah, A., & Mashud, M. (2024). Inovasi model pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan karakter kejujuran siswa Physical education learning model innovation to improve students' honesty character. 23(4), 436–445. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v23i4.22035>
- Zhu, H., Luo, M. Di, Wang, R., Zheng, A. H., & He, R. (2021). Deep Audio-visual Learning: A Survey. In *International Journal of Automation and Computing* (Vol. 18, Issue 3, pp. 351–376). Chinese Academy of Sciences. <https://doi.org/10.1007/s11633-021-1293-0>