

**Peningkatan Aktivitas Dan Hasil Belajar
Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan
Peserta Didik Melalui Penerapan Variasi Stimulus
Pada Kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali**

Muhammad Sapri Hammado

(Guru SMA Negeri 4 Polewali Kabupaten Polewali Mandar)

ABSTRAK

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Kabupaten Polewali Mandar, melalui penerapan variasi stimulus.

Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas XI IPA pada semester genap tahun pelajaran 2018/2019, dengan jumlah peserta didik 27 orang. Penelitian ini dilaksanakan dalam 2 (dua) siklus. Data diambil dengan menggunakan lembar observasi, dan tes hasil belajar peserta didik. Data dianalisis secara kuantitatif dan kualitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan aktivitas belajar peserta didik dari siklus I ke siklus II, dimana terjadi peningkatan frekuensi peserta didik yang berada pada kategori sangat tinggi, yaitu 4 atau 14.8% dari jumlah peserta didik pada siklus I hingga mencapai 17 atau 62.9% di siklus II. Peningkatan hasil belajar peserta didik ditunjukkan melalui peningkatan persentase pada kategori ‘sangat tinggi’ pada siklus I yaitu 11.1%, mengalami peningkatan di siklus II yaitu menjadi 44.4%, serta nilai ketuntasan hasil belajar dari 56% pada siklus I meningkat menjadi 81% pada siklus II. Simpulan pada penelitian ini adalah penerapan variasi stimulus dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan peserta didik pada kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Mandar

Kata Kunci : Variasi Stimulus, Aktivitas Belajar, Hasil Belajar

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tugas guru dalam proses pembelajaran adalah melibatkan peserta didik dalam proses pembelajaran. Sehingga, dalam mencapai tujuan tersebut, diperlukan adanya pengelolaan proses pembelajaran yang baik oleh guru. Melaksanakan pembelajaran dengan baik dengan pengelolaan yang baik, guru sebaiknya memiliki delapan kemampuan dasar. Delapan kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh guru tersebut yakni: (1) keterampilan bertanya, (2) keterampilan memberikan penguatan, (3) keterampilan mengadakan variasi, (4) keterampilan menjelaskan, (5) keterampilan membuka dan menutup pelajaran, (6) keterampilan membimbing diskusi kelompok kecil, (7) keterampilan mengelola kelas, (8) keterampilan mengajar perseorangan (Djamarah, 2010).

Salah satu keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh seorang guru adalah keterampilan dalam mengadakan variasi. Keterampilan mengadakan variasi ini lebih luas penggunaannya daripada

keterampilan lainnya, karena merupakan keterampilan campuran atau integrasi dengan keterampilan yang lain (Asril, 2013). Variasi stimulus bertujuan untuk menumbuhkembangkan perhatian dan minat peserta didik agar belajar lebih baik, dan salah satu manfaatnya yakni melibatkan peserta didik berpartisipasi aktif dalam berbagai kegiatan proses pembelajaran (Arsil, 2013).

Menerapkan variasi stimulus selama proses pembelajaran sangatlah penting, jika dipandang dari penerapan teori-teori belajar, terutama pada teori belajar kognitif. Teori belajar kognitif lebih mementingkan proses daripada hasil, sehingga dalam penerapannya membutuhkan perhatian peserta didik kepada guru, serta peranan aktif peserta didik selama proses pembelajaran. Salah satu teori belajar kognitif yang sangat membutuhkan penerapan variasi stimulus adalah belajar bermakna yang diterapkan oleh David Ausubel. Belajar bermakna oleh Ausubel menekankan padaperanan guru dalam mengorganisasikan dan mempresentasikan materi yang perlu dipelajari oleh siswa, sedangkan peran siswa adalah menguasai materi yang disampaikan oleh guru (Dahar, 2006). Dalam penerapan teori oleh Ausubel, faktor motivasional memegang peranan penting, sebab peserta didik tidak akan mengasimilasikan materi baru tersebut apabila mereka tidak mempunyai keinginan dan pengetahuan dalam menerima materi, sehingga hal ini perlu diatur oleh guru. Penggunaan variasi stimulus mencakup semua yang dibutuhkan dalam penerapan teori belajar ini, dimana guru yang bertanggungjawab pada kebermaknaan penyajian materi serta bahan ajar diatur semua dalam penerapan variasi stimulus.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali, tidak banyak peserta didik yang aktif dalam mengikuti proses pembelajaran. Kebanyakan peserta didik pasif seperti tidak menanggapi pertanyaan yang diberikan oleh guru, meskipun guru telah menggunakan media pembelajaran. Kurangnya siswa dalam menanggapi pernyataan atau pertanyaan guru selama proses pembelajaran, dan beberapa peserta didik melakukan hal lain diluar proses pembelajaran. Pengamatan dilanjutkan pada hasil belajar peserta didik kelas XI IPA melalui hasil ujian harian II peserta didik. Hasil belajar menunjukkan hal yang sama, yakni 52% peserta didik tidak mencapai KKM.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimanakah peningkatan aktivitas belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan melalui penerapan variasi stimulus pada peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali?
2. Bagaimanakah peningkatan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan melalui penerapan variasi stimulus pada peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui peningkatan aktivitas belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan melalui penerapan variasi stimulus pada peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali.
2. Untuk mengetahui peningkatan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan melalui penerapan variasi stimulus pada peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian inia adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan serta memperkaya wawasan dan ilmu pengetahuan terutama dalam bidang pendidikan, dan memberikan informasi mengenai efektifitas penerapan variasi stimulus pada permasalahan yang serupa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi peserta didik, dapat memberikan suasana belajar yang menyenangkan sehingga peserta didik lebih aktif berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran, dan dapat memberikan hasil belajar yang lebih baik.
 - b. Bagi guru, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternative pembelajaran yang efektif dalam memecahkan permasalahan yang serupa.
 - c. Bagi sekolah, dapat meningkatkan kualitas pembelajaran yang lebih baik sehingga tujuan untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas dapat tercapai.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Variasi Stimulus

Variasi stimulus adalah suatu kegiatan guru dalam kontek proses interaksi pembelajaran yang ditujukan untuk mengatasi kebosanan peserta didik, sehingga dalam proses situasi pembelajaran senantiasa menunjukkan ketekunan dan penuh partisipasi (Arisil, 2013). Keterampilan mengadakan variasi merupakan keterampilan mengubah-ubah agar berbeda dari biasanya. Keterampilan ini cukup penting dalam pembelajaran untuk menghilangkan rasa jenuh atau bosan (Barnawi dan Arifin, 2015).

Kegiatan mengadakan variasi stimulus dalam proses pembelajaran bertujuan untuk menumbuh kembangkan perhatian dan minat peserta didik agar belajar lebih baik. Sedangkan manfaat kegiatan mengadakan variasi stimulus dalam proses pembelajaran menurut Asril (2013) adalah: (1) menumbuhkan perhatian peserta didik; (2) Melibatkan peserta didik berpartisipasi dalam berbagai kegiatan proses pembelajaran; (3) Dapat membentuk sikap positif bagi peserta didik terhadap guru; (4) Dapat menanggapi rasa ingin tahu dan ingin menyelidiki peserta didik; (5) Melayani keinginan dan pola belajar peserta didik yang berbeda-beda.

Penggunaan variasi stimulus diperuntukkan untuk membantu guru dalam meningkatkan motivasi dan minat belajar peserta didik didalam kelas. Menurut Barnawi dan Arifin. (2015). Keterampilan mengadakan variasi dalam proses belajar mengajar meliputi tiga aspek, yaitu: (1)

Variasi dalam gaya mengajar; (2) Variasi dalam menggunakan media dan bahan pengajaran; (3) Variasi dalam interaksi antara guru dan peserta didik.

1. Variasi Gaya Mengajar

Variasi gaya mengajar pada dasarnya meliputi variasi suara, variasi gerakan anggota badan, dan variasi perpindahan posisi guru dalam kelas. Dari peserta didik, variasi tersebut dilihatnya sebagai sesuatu yang energik, antusias, bersemangat, dan memiliki relevansi dengan hasil belajar. Perilaku guru seperti itu dalam proses interaksi edukatif akan menjadi dinamis dan mempertinggi komunikasi antara guru dan peserta didik, menarik perhatian peserta didik, membantu penerimaan bahan pembelajaran, dan memberi stimulasi (Djamarah, 2010).

Variasi gaya mengajar mencakup suara guru, gerak, kesenyapan, perubahan posisi, pemusatan perhatian, dan kontak pandang. Suara guru sebaiknya jernih, jelas, dan berirama agar informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik. Variasi mimik dan gerak badan dapat memperjelas penyampaian informasi dalam mengejar sehingga materi pelajaran dapat diterima secara utuh. Kesenyapan diperlukan untuk menyegarkan kembali perhatian siswa. Perubahan posisi digunakan untuk menjangkau seluruh bagian kelas sehingga semua siswa dapat dikendalikan. Pemusatan perhatian digunakan untuk mengarahkan perhatian siswa pada persoalan dalam pembelajaran. Pemusatan perhatian dapat bersifat verbal, nonverbal, dan kombinasi antara verbal dan nonverbal. Kontak pandang berguna untuk menimbulkan kesan mantap tentang apa yang sedang dibicarakan sehingga siswa menjadi yakin dengan guru (Barnawi dan Arifin, 2015).

Variasi dalam gaya mengajar meliputi enam hal menurut Djamarah (2010) yakni: (1) Variasi Suara yang meliputi bervariasi pada: intonasi, nada, volume, dan kecepatan, (2) Penekanan, dimaksudkan untuk memfokuskan perhatian peserta didik pada suatu aspek yang penting atau aspek kunci, guru dapat menggunakan “penekanan secara verbal”, (3) Pemberian Waktu (*pausing*), bagi peserta didik pemberian waktu dipakai untuk mengorganisasi jawabannya agar menjadi lengkap, (4) Kontak Pandang, dimaksudkan agar guru saat berinteraksi dengan peserta didik, guru dapat membentuk hubungan yang positif dan menghindari hilangnya kepribadian, (5) Gerakan Anggota Badan (*gesturing*), (6) Pindah posisi. Perpindahan posisi guru dalam ruangan kelas dapat membantu menarik perhatian peserta didik dan dapat meningkatkan kepribadian guru.

2. Variasi Media dan Bahan Ajar

Variasi media pembelajaran dapat membantu siswa yang memiliki gaya belajar berbeda. Siswa yang memiliki gaya belajar visual cocok apabila diajar dengan media, seperti gambar-gambar, poster, grafik, diagram, sketsa, dan video. Siswa yang memiliki gaya belajar auditorial cocok diajar dengan media radio, puisi, dan penjelasan guru secara verbal, sedangkan siswa yang memiliki gaya belajar kinestetik cocok diajar menggunakan alat peraga atau alat percobaan yang menantang dan menarik (Barnawi dan Arifin, 2015).

Ada tiga variasi penggunaan media yang dapat dilakukan dalam proses pembelajaran (Djamarah, 2010), yaitu: (1) Variasi media pandang, diartikan sebagai penggunaan alat dan bahan ajaran khusus untuk komunikasi, seperti globe, peta, majalah dinding, film, film strip, TV, radio, recorder, gambar grafik, model, demonstrasi, dan lain-lain, (2) Variasi media dengar. Sejumlah media dengar yang dapat dipakai untuk itu diantaranya ialah pembicaraan peserta didik, rekaman bunyi dan

suara, rakaman musik, rakaman drama, wawancara, bahkan suara ikan lumba-lumba, yang semuanya itu dapat memiliki relevansi dengan pelajaran, dan (3) Variasi media taktil, adalah penggunaan media yang memberi kesempatan kepada anak didik untuk menyentuh dan memanipulasi benda atau bahan ajaran. Dalam hal ini akan melibatkan peserta didik dalam kegiatan penyusunan atau pembuatan model, yang hasilnya dapat disebutkan dan dilakukan secara individu ataupun kelompok kecil.

3. Variasi Interaksi Pembelajaran

Variasi interaksi pembelajaran dapat mengubah bentuk, kegiatan atau suasana kelas sehingga suasana pembelajaran menjadi menyenangkan. Perubahan pola interaksi harus memperhatikan jenis materi, tujuan pembelajaran, alat, dan media. Ada tiga macam interaksi, yaitu interaksi guru-kelompok peserta didik, interaksi guru-peserta didik, dan interaksi peserta-peserta didik. Pola interaksi guru-kelompok peserta didik lebih didominasi oleh guru sehingga bersifat *teacher centre approach*. Pola interaksi guru-peserta didik bersifat personal dan dilakukan dua arah, sedangkan pola interaksi peserta didik-peserta didik bersifat *student centre approach* (Barnawi dan Arifin, 2015).

Variasi dalam pola interaksi antara guru dengan anak didik memiliki rentangan yang bergerak dari dua kutub, yaitu: (1) Peserta didik bekerja atau belajar secara bebas tanpa campur tangan dari guru; dan (2) Peserta didik mendengarkan dengan pasif. Situasi didominasi oleh guru, di mana guru berbicara kepada peserta didik. Diantara kedua kutub tersebut banyak kemungkinan yang dapat terjadi (Djamarah, 2010).

Selama mengadakan variasi, beberapa prinsip yang perlu diperhatikan, yaitu sebagai berikut: (1) Variasi hendaknya digunakan dengan maksud tertentu yang relevan dengan tujuan pembelajaran. (2) Variasi diberikan dengan penuh kehangatan dan antusiasme seorang pendidik. (3) Penerapan keterampilan variasi harus dilakukan secara wajar dan tidak berlebih-lebihan. (4) Variasi harus digunakan secara lancar dan berkesinambungan serta fleksibel sehingga tidak merusak suasana kelas. (5) Variasi direncanakan dengan baik. Variasi yang baik ialah variasi yang dicantumkan secara eksplisit dalam rencana pengajaran (Barnawi dan Arifin, 2015).

Menurut Djamarah (2010), ada 3 prinsip penggunaan variasi stimulus didalam kelas, yakni: (1) Selama menggunakan keterampilan variasi sebaiknya semua jenis variasi digunakan, disamping juga harus ada variasi penggunaan komponen untuk tiap jenis variasi. (2) Menggunakan variasi secara lancar dan berkesinambungan, sehingga momen proses mengajar yang utuh tidak rusak dan perhatian anak didik dan proses belajar tidak terganggu. (3) Penggunaan komponen variasi harus benar-benar terstruktur dan direncanakan oleh guru. Karena itu, memerlukan penggunaan yang luwes dan spontan sesuai dengan umpan balik yang diterima.

B. Aktivitas Belajar

Aktivitas adalah keaktifan, kegiatan, kesibukan. Jadi segala sesuatu yang dilakukan atau kegiatan-kegiatan yang terjadi baik fisik maupun non-fisik merupakan suatu aktivitas, sedangkan aktivitas belajar adalah segenap rangkaian kegiatan atau aktivitas secara sadar yang dilakukan seseorang yang mengakibatkan perubahan dalam dirinya (Rohani dalam Seniwati, 2004).

Aktivitas belajar merupakan suatu kegiatan yang dilakukan siswa dalam proses pembelajaran, dimana siswa bekerja atau berperan aktif selama proses pembelajaran berlangsung sehingga siswa

tersebut memperoleh pengetahuan, pemahaman, pengalaman dan aspek-aspek lain yang berkaitan dengan apa yang dilakukan. Aktivitas belajar adalah keaktifan yang bersifat fisik maupun mental. Pada kegiatan pembelajaran, kedua aktifitas tersebut harus saling menunjang agar hasil yang diperoleh dapat maksimal. Aktivitas tersebut sangat bermanfaat bagi siswa dalam mencari pengalaman sehingga proses pembelajaran bisa berhasil dan lebih menarik (Hamalik, 2003).

Menurut Purwanto (2002), secara umum ada dua faktor yang mempengaruhi aktivitas pada diri seseorang yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Secara rinci kedua faktor tersebut akan dijelaskan sebagai berikut: (1) Faktor Internal, adalah seluruh aspek yang terdapat dalam diri individu yang belajar, baik aspek fisiologis (fisik) maupun aspek psikologi (psikis), (a) Aspek Fisiologis (Fisik). Semua orang membutuhkan fisik yang sehat termasuk orang yang sedang belajar. Fisik yang sehat tidak akan mempengaruhi seluruh jaringan tubuh manusia sehingga semua aktivitas termasuk belajar tidak akan menurun. Sebaliknya keadaan sakit akan mengakibatkan lemah pada tubuh, kelelahan, kurang bersemangat, mudah pusing, tidak konsentrasi dan sebagainya, (b) Aspek Psikologi (Psikis). Menurut Sardiman (2011), sedikitnya ada delapan faktor psikologis yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan aktivitas belajar. Faktor-faktor tersebut meliputi perhatian, pengamatan, tanggapan, fantasi, ingatan, berfikir, bakat dan motif. (2) Faktor Eksternal. Menurut Purwanto (2002), faktor eksternal terdiri atas: a) keadaan keluarga; b) guru dan cara mengajar; c) alat-alat pelajaran; d) motivasi sosial; dan e) lingkungan serta kesempatan.

Macam-macam kegiatan siswa yang meliputi jenis-jenis aktivitas peserta didik menurut Diedrich dalam Rohani (2010) sebagai berikut.

1. *Visual activities*, yang termasuk di dalamnya membaca, memperhatikan: gambar, demonstrasi, percobaan, pekerjaan orang lain dan sebagainya.
2. *Oral activities*, seperti: menyatakan, merumuskan, bertanya, memberi saran, mengeluarkan pendapat, mengadakan wawancara, diskusi, interupsi.
3. *Listening activities*, sebagai contoh mendengarkan; uraian, percakapan, diskusi, musik, pidato.
4. *Writing activities*, seperti misalnya menulis cerita, karangan, laporan, angket, menyalin dan sebagainya.
5. *Drawing activities*, misalnya membuat grafik, peta, diagram, pola.
6. *Motor activities*, yang termasuk didalam antara lain: melakukan percobaan, membuat konstruksi, model, bermain, berkebun, berternak.
7. *Mental activities*, sebagai contoh misalnya: menanggapi, mengingat, memecahkan soal, menganalisis, melihat hubungan, mengambil keputusan.
8. *Emotional activities*, seperti misalnya, menaruh minat, merasa bosan, gembira, bersemangat, bergairah, berani, tenang, gugup.

C. Hasil Belajar

Belajar merupakan suatu proses dari seseorang yang berusaha untuk memperoleh suatu bentuk perubahan perilaku yang relatif menetap. Dalam kegiatan pembelajaran atau kegiatan intruksional, biasanya guru menetapkan tujuan belajar. Siswa yang berhasil dalam belajar adalah yang berhasil mencapai tujuan-tujuan pembelajaran atau tujuan intruksional (Jihad dan Haris, 2013).

Prinsip belajar adalah perubahan perilaku. Sedangkan perubahan perilaku yang dimaksud adalah perubahan yang disadari, sebaiknya berkesinambungan dengan perilaku lainnya, fungsional dan bermanfaat sebagai bekal hidup. Perubahan perilaku juga sebaiknya positif atau berakumulasi, aktif dalam artian perubahan perilaku merupakan sebagai usaha yang direncanakan. Permanen atau tetap, bertujuan dan terarah, dan terakhir yakni mencakup keseluruhan potensi kemanusiaan (Suprijono, 2015)

Jika ingin mengukur keberhasilan suatu pembelajaran atau kemampuan siswa setelah menjalani proses belajar, dibutuhkan sebuah media penilaian, sedangkan hasil dari penilaian disebut sebagai hasil belajar. Hasil pembelajaran dapat diukur secara kuantitatif melalui proses penilaian. Hasil belajar adalah kemampuan yang diperoleh anak setelah melalui kegiatan belajar (Jihad dan Haris, 2013).

Menurut Makmum dalam Darmadi (2009), komponen-komponen yang terlibat dalam pembelajaran dan berpengaruh terhadap hasil belajar adalah:

1. Masukan mentah (raw input), menunjuk pada karakteristik individu yang mungkin dapat memudahkan atau justru menghambat proses pembelajaran
2. Masukan instrumental, menunjuk pada kualifikasi serta kelengkapan sarana yang diperlukan seperti guru, metode, bahan atau sumber dan program
3. Masukan lingkungan, menunjuk pada situasi, keadaan fisik dan suasana sekolah, serta hubungan dengan pengajar dan teman.

Hasil belajar mencakup tiga ranah (*domain*), yakni kognitif, efektif dan psikomotorik. Domain kognitif adalah *knowledge* (pengetahuan, ingatan), *comprehension* (pemahaman, menjelaskan, meringkas), *application* (menerapkan), *analysis* (menguraikan, menentukan hubungan), *synthesis* (mengorganisasikan, merencanakan, membentuk bangunan baru), dan *evaluation* (menilai). Domain efektif adalah *receiving* (sikap menerima), *responding* (memberikan respons), *valuing* (nilai), *organization* (organisasi), *characterization* (karakterisasi). Domain psikomotor meliputi *initiatory*, *pre-routine*, dan *routinized*. Psikomotor juga mencakup keterampilan produktif, teknik, fisik, sosial, manajerial, dan intelektual (Bloom dalam Jihad dan Haris, 2013).

D. Kerangka Pikir

Proses pembelajaran untuk seluruh peserta didik kelas XI IPA SMAN 4 Polewali tidak menunjukkan adanya aktivitas pembelajaran, aktivitas belajar ditunjukkan melalui aktifnya peserta selama proses pembelajaran berlangsung, yaitu sebanyak 50% dari 32 peserta didik yang aktif selama proses pembelajaran, itu juga dikarenakan jika guru melemparkan pertanyaan kepada peserta didik, selebihnya peserta didik bersikap pasif di dalam kelas. Walaupun guru menggunakan media pembelajaran, dan menempatkan peserta didik sebagai inti dalam proses pembelajaran, aktivitas belajar peserta didik tetap tidak merata disegala sudut kelas. Terlebih lagi bahwa proses pembelajaran pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan perlu untuk menarik segala perhatian peserta didik agar materi dapat diserap dengan baik. Sedangkan hasil belajar peserta didik juga menunjukkan hasil yang sama yakni 52% dari 32 peserta didik tidak mencapai KKM.

Salah satu penyelesaian permasalahan pada peserta didik di kelas XI IPA SMAN 4 Polewali adalah guru menerapkan variasi stimulus dalam membawakan materi pembelajaran. Dengan adanya

penerapan variasi stimulus di dalam kelas aktivitas peserta didik dapat meningkat, dan hasil belajar meningkat dikarenakan penerapan variasi stimulus dapat menarik seluruh perhatian peserta didik pada materi pelajaran, sehingga materi pelajaran dapat diserap dengan baik.

E. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kajian teori dan uraian kerangka berpikir, hipotesis tindakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Penerapan Variasi Stimulus dapat meningkatkan aktivitas belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali.
2. Penerapan Variasi Stimulus dapat meningkatkan hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali.

III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan kelas (PTK) yang difokuskan pada situasi kelas, atau *Classroom Action Research*. Penelitian ini dilakukan dengan mengkaji masalah pembelajaran di dalam kelas melalui refleksi diri dalam upaya untuk memecahkan masalah tersebut dengan cara melakukan berbagai tindakan yang terencana dalam situasi nyata serta menganalisis setiap pengaruh dari perlakuan tersebut. Jenis penelitian ini dilakukan pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan melalui penerapan variasi stimulus untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar peserta didik.

Adapun subjek yang diteliti pada penelitian ini adalah peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Kabupaten Polewali Mandar, pada semester genap tahun ajaran 2018/2019.

Adapun yang menjadi fokus penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variasi stimulus adalah salah satu keterampilan dasar mengajar guru yang berupa kegiatan guru dalam konteks proses interaksi pembelajaran, ditujukan untuk mengatasi kebosanan peserta didik, sehingga dalam proses situasi pembelajaran senantiasa menunjukkan ketekunan dan penuh partisipasi.
2. Aktivitas belajar adalah suatu kegiatan yang dilakukan siswa dalam proses pembelajaran, dimana siswa bekerja atau berperan aktif selama proses pembelajaran berlangsung, yakni berupa keaktifan yang bersifat fisik maupun mental. Jenis aktivitas belajar yang diukur yakni *visual activity, oral activity, listening activity, writing activity, dan emotional activity*.
3. Hasil belajar adalah perubahan tingkah laku peserta didik secara nyata setelah dilakukan proses belajar mengajar yang sesuai dengan tujuan pengajaran.

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam beberapa kali pertemuan, setiap siklus dilaksanakan selama 4 kali pertemuan (8 jam pelajaran) dan setiap akhir siklus diberikan evaluasi. Kegiatan-kegiatan pada siklus II merupakan perbaikan dari siklus I jika belum mencapai indikator yang diharapkan. Tahapan penelitian ini dimulai dengan tahap pra penelitian yang akan dilanjutkan dengan siklus I, setelah melakukan analisis dan refleksi pada siklus I maka penelitian akan dilanjutkan ke siklus II jika belum mencapai indikator yang diharapkan dan seterusnya yang secara rinci adalah sebagai berikut:

1. Siklus I

- a. Perencanaan Tindakan
 - 1) Menetapkan masalah yang terjadi dari hasil kegiatan pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti.
 - 2) Merumuskan alternatif tindakan yang akan dilaksanakan untuk memecahkan masalah yang ditangani.
 - 3) Membuat lembar observasi untuk mengukur aktivitas belajar peserta didik.
 - 4) Membuat RPP siklus I dan perangkat pembelajaran lainnya.
 - 5) Membuat soal tes siklus I untuk peserta didik.
- b. Pelaksanaan tindakan
 - 1) Guru menyampaikan tujuan pembelajaran, indikator, dan hasil belajar yang diharapkan.
 - 2) Peserta didik mempelajari materi yang sudah diberikan.
 - 3) Guru menjelaskan materi pembelajaran dengan menerapkan variasi stimulus.
 - 4) Dalam menjelaskan materi pembelajaran guru memberikan variasi stimulus dalam hal intonasi, nada, volume suara, dan kecepatan berbicara.
 - 5) Guru memberikan penekanan pada butir-butir yang penting dalam penyajiannya.
 - 6) Guru melayangkan pandangan dan melakukan kontak pandang dengan peserta didik.
 - 7) Guru menjelaskan rincian materi dengan mengadakan perubahan mimik wajah dan gerak tangan, badan dsb.
 - 8) Guru berpindah ke sisi belakang kelas, dan ke depan kelas, dsb. untuk maksud yang berbeda-beda.
 - 9) Guru menjelaskan materi menggunakan, dan memperagakan media pengajaran yang telah disiapkan sebelumnya.
 - 10) Guru menggunakan alat bantu lainnya dalam menjelaskan materi pembelajaran.
 - 11) Guru melayangkan pertanyaan pada peserta didik yang kurang memperhatikan pembelajaran.
 - 12) Guru memberi kesempatan peserta didik untuk bertanya
 - 13) Guru memberi kesempatan kepada peserta didik lain untuk menjawab pertanyaan.
 - 14) Guru memberikan pujian atau hadiah pada peserta didik yang menjawab pertanyaan dengan benar
 - 15) Guru memberikan *post-test* kepada peserta didik.
 - 16) Peserta didik dengan bantuan guru menyimpulkan materi pembelajaran.
- c. Observasi Tindakan
 - 1) Observer mengamati proses variasi stimulus yang diterapkan oleh guru
 - 2) Observer mengamati aktivitas peserta didik dan guru selama proses pembelajaran.
 - 3) Peneliti mencatat kejadian-kejadian penting selama proses pembelajaran.
- d. Refleksi Tindakan

Peneliti bersama observer mengevaluasi proses pembelajaran siklus I dengan mengukur aktivitas belajar peserta didik menggunakan lembar observasi dan mengukur hasil belajar menggunakan tes. Hasil penelitian siklus I dibandingkan dengan indikator keberhasilan. Apabila indikator keberhasilan belum tercapai, maka penelitian dilanjutkan ke siklus II dengan hasil evaluasi siklus I digunakan sebagai acuannya.

2. Siklus II

a. Perencanaan Tindakan

- 1) Peneliti berdiskusi dengan guru bidang studi mengenai kesulitan peserta didik dalam memahami materi pembelajaran.
- 2) Merumuskan alternatif tindakan yang akan dilaksanakan untuk memecahkan masalah.
- 3) Membuat RPP siklus II dan perangkat pembelajaran lainnya.
- 4) Membuat soal tes siklus II

b. Pelaksanaan Tindakan

- 1) Guru menyampaikan tujuan pembelajaran, indikator, dan hasil belajar yang diharapkan.
- 2) Peserta didik mempelajari materi yang sudah diberikan.
- 3) Guru menjelaskan materi pembelajaran dengan menerapkan variasi stimulus.
- 4) Dalam menjelaskan materi pembelajaran guru memberikan variasi stimulus dalam hal intonasi, nada, volume suara, dan kecepatan berbicara.
- 5) Guru memberikan penekanan pada butir-butir yang penting dalam penyajiannya.
- 6) Guru melayangkan pandangan dan melakukan kontak pandang dengan peserta didik.
- 7) Guru menjelaskan rincian materi dengan mengadakan perubahan mimik wajah dan gerak tangan, badan dsb.
- 8) Guru berpindah ke sisi belakang kelas, dan ke depan kelas, dsb. untuk maksud yang berbeda-beda.
- 9) Guru menjelaskan materi menggunakan alat bantu dan memperagakan media pengajaran yang telah disiapkan sebelumnya.
- 10) Guru melayangkan pertanyaan pada peserta didik yang kurang memperhatikan pembelajaran
- 11) Guru memberi kesempatan peserta didik untuk bertanya
- 12) Guru memberi kesempatan kepada peserta didik lain untuk menjawab pertanyaan.
- 13) Guru memberikan pujian atau hadiah pada peserta didik yang menjawab pertanyaan dengan benar
- 14) Guru memberikan *post-test* kepada peserta didik
- 15) Peserta didik dengan bantuan guru menyimpulkan materi pembelajaran

c. Observasi Tindakan

- 1) Observer mengamati proses variasi stimulus yang diterapkan oleh guru
- 2) Observer mengamati aktivitas peserta didik dan guru selama proses pembelajaran.
- 3) Peneliti mencatat kejadian-kejadian penting selama proses pembelajaran.

d. Refleksi Tindakan

Peneliti bersama observer mengevaluasi proses pembelajaran siklus II dengan mengukur aktivitas belajar peserta didik menggunakan lembar observasi dan mengukur hasil belajar menggunakan tes. Hasil dari siklus II dibandingkan dengan indikator keberhasilan. Apabila indikator keberhasilan belum tercapai, maka penelitian dilanjutkan ke siklus III dengan hasil evaluasi siklus II digunakan sebagai acuannya. Namun, apabila indikator keberhasilan tercapai pada siklus II, maka penelitian dapat dihentikan.

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan lembar tes hasil belajar dalam bentuk pilihan ganda (*multiple choice*) sejumlah 25 item dan uraian sejumlah 5 item. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi menggunakan lembar observasi selama proses pembelajaran berlangsung dan memberikan tes tertulis pada setiap akhir siklus. Selanjutnya dianalisis untuk menentukan nilai aktivitas dan nilai hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan yang diperoleh peserta didik dengan menggunakan rumus (Arikunto, 2008) sebagai berikut:

$$\text{Nilai aktivitas per siswa} = \frac{\text{jumlah skor siswa}}{\text{jumlah skor maksimal}} \times 100$$

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah jawaban yang benar}}{\text{jumlah soal}} \times 100$$

Menafsirkan atau menentukan kategori persentase aktivitas belajar peserta didik dengan melihat pengkategorian menurut Arikunto (2004) pada tabel 1.

Tabel 1. Pedoman Pengkategorian Aktivitas Belajar Peserta Didik

| Interval nilai | Kategori aktivitas |
|----------------|--------------------|
| 81 – 100 | Sangat Tinggi |
| 66 – 80 | Tinggi |
| 56 – 65 | Sedang |
| 41 – 55 | Rendah |
| 0 – 40 | Sangat Rendah |

Menafsirkan atau menentukan kategori persentase hasil belajar peserta didik dengan melihat pengkategorian menurut Depdiknas (2012) pada tabel 2.

Tabel 2. Pedoman Pengkategorian Hasil Belajar Peserta Didik

| Interval nilai | Kategori |
|----------------|---------------|
| 86 – 100 | Sangat Tinggi |
| 71 – 85 | Tinggi |
| 56 – 70 | Sedang |
| 41 – 55 | Rendah |
| 0 – 40 | Sangat Rendah |

Penelitian ini dikatakan berhasil atau peserta didik terbukti mengalami peningkatan motivasi dan hasil belajar terhadap mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan apabila mencapai indikator berikut:

1. Terdapat peningkatan aktivitas belajar peserta didik yakni berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi berdasarkan pada pedoman pengkategorian aktivitas belajar peserta didik menurut Arikunto (2004).
2. Hasil belajar peserta didik di atas kriteria ketuntasan minimal (KKM) yaitu 70 dengan presentase kelas mencapai 75%, dan terdapat peningkatan hasil belajar peserta didik berada

pada kategori tinggi dan sangat tinggi berdasarkan pada pedoman pengkategorian hasil belajar peserta didik menurut depdiknas (2012).

IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Aktivitas Peserta Didik

Siklus I dilaksanakan sebanyak 5 kali pertemuan, yakni 4 kali pertemuan untuk materi membahas tentang Menganalisis Keterampilan Gerak Aktivitas Spesifik Senam Lantai dan 1 kali pertemuan untuk tes evaluasi. Siklus II dilaksanakan sebanyak 5 kali yakni 4 kali pertemuan untuk materi membahas tentang Menganalisis Sistematis Latihan Keterampilan Aktivitas Gerak Beribadah 1 kali untuk tes evaluasi.

Aktivitas belajar peserta didik diukur menggunakan lembar observasi pada setiap pertemuan selama dua siklus. Terdapat lima jenis aktivitas dengan 13 item aktivitas yang diukur, untuk mengetahui penerapan variasi stimulus terhadap peningkatan aktivitas belajar peserta didik item aktivitas yang dipilih disesuaikan dengan respon aktivitas yang mungkin muncul setelah stimulus diberikan oleh guru. Adapun data aktivitas belajar peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Kab. Polewali Mandar pada siklus I dan siklus II dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada siklus I persentase aktivitas siswa jenis visual mengalami penurunan pada setiap pertemuan, yakni pada item mengamati penjelasan guru sehingga memperoleh rata-rata persentase 87%. Jenis aktivitas oral menunjukkan hal yang serupa, terjadi penurunan persentase pada setiap pertemuan, yakni pada setiap item aktivitas seperti item bertanya pada guru dengan persentase rata-rata mencapai 69%, menjawab pertanyaan guru mencapai 41%, mengemukakan pendapat mencapai 25%, diskusi dengan kelompok mencapai 73%. Sama halnya dengan Jenis aktivitas mendengarkan yang mengalami penurunan persentase pada setiap pertemuan, namun dengan perbedaan yang tidak terlalu besar. Adapun item aktivitas jenis mendengarkan yakni, mendengarkan penjelasan/informasi guru dengan persentase rata-rata mencapai 80%. Pada aktivitas jenis menulis, adapun persentase pada setiap itemnya yakni pada item menuliskan hal-hal penting yang ditekankan oleh guru mencapai rata-rata 82%, item menulis catatan materi pelajaran mencapai rata-rata 83%. Jenis aktivitas terakhir yang diukur yakni aktivitas emosional, adapun persentase setiap item pernyataan yakni sebagai berikut, antusias terhadap penjelasan guru mencapai rata-rata 75%, menaruh minat terhadap media pembelajaran mencapai rata-rata 66%, tidak merasa bosan selama pembelajaran berlangsung mencapai rata-rata 64%, dan bersemangat menanggapi pertanyaan/pernyataan guru mencapai rata-rata 45%.

Tabel 3. Distribusi dan Persentase Aktivitas Peserta Didik
Melalui Penerapan Variasi Stimulus

| Jenis Aktivitas Belajar | | Siklus I | | | | | | | | | Siklus II | | | | | | | | |
|-------------------------|--|------------|----|------------|------|------------|----|------------|------|-----------|------------|----|------------|-----|------------|----|------------|----|-----------|
| | | I | | II | | III | | IV | | Kata-rata | I | | II | | III | | IV | | Kata-rata |
| | | Σa | % | Σa | % | Σa | % | Σa | % | | Σa | % | Σa | % | Σa | % | Σa | % | |
| VA | Mengamati penjelasan guru | 71 | 96 | 65 | 90 | 54 | 82 | 60 | 81 | 87 | 64.5 | 92 | 62 | 91 | 57 | 95 | 63 | 96 | 93 |
| OA | Bertanya kepada guru | 57 | 77 | 53 | 74 | 49 | 74 | 37 | 50 | 69 | 61 | 87 | 62 | 91 | 50 | 83 | 46 | 70 | 83 |
| | Menjawab pertanyaan guru | 17 | 23 | 20 | 28 | 49 | 74 | 28 | 38 | 41 | 35 | 50 | 39 | 57 | 37 | 62 | 4 | 71 | 60 |
| | Mengemukakan pendapat | 15 | 20 | 16 | 22 | 18 | 27 | 21 | 29 | 25 | 52 | 74 | 56 | 82 | 47 | 78 | 33 | 50 | 71 |
| | Diskusi dengan kelompok | 55 | 74 | 56.5 | 79 | 48.5 | 74 | 49.5 | 67 | 73 | 59 | 84 | 62 | 91 | 51 | 85 | - | - | 87 |
| LA | Mendengarkan penjelasan/informasi guru | 58 | 78 | 59.5 | 83 | 53.5 | 81 | 57 | 77 | 80 | 63.5 | 91 | 68 | 100 | 51 | 85 | 63 | 95 | 93 |
| WA | Menuliskan hal-hal penting yang ditekankan oleh guru | 62 | 84 | 57 | 79 | 55 | 83 | 61 | 82 | 82 | 59.5 | 85 | 53 | 78 | 52 | 87 | 58 | 87 | 84 |
| | Menulis catatan materi pelajaran | 66 | 89 | 60 | 83 | 51 | 77 | 60 | 81 | 83 | 65.5 | 94 | 60 | 88 | 53 | 88 | 53 | 83 | 88 |
| EA | Antusias terhadap penjelasan guru | 57.5 | 78 | 52.5 | 72.9 | 51 | 77 | 54.5 | 74 | 75 | 63.5 | 91 | 62 | 91 | 52 | 87 | 64 | 97 | 92 |
| | Menaruh minat terhadap media pembelajaran yang diperlihatkan oleh guru | 52 | 70 | 48 | 67 | 45.5 | 69 | 43 | 58 | 66 | 67.5 | 96 | 54 | 79 | 51 | 85 | 60 | 90 | 88 |
| | Tidak merasa bosan selama pembelajaran berlangsung | 54 | 73 | 48 | 67 | 41 | 62 | 41 | 55 | 64 | 66.5 | 95 | 66.5 | 98 | 51 | 85 | 54 | 81 | 90 |
| | Bersemangat menanggapi pertanyaan/pernyataan guru | 38 | 51 | 31 | 43 | 30 | 46 | 30 | 40.5 | 45 | 58 | 83 | 61 | 90 | 52 | 87 | 58 | 88 | 87 |

Keterangan:

- Σa = Jumlah Aktivitas
- VA = *Visual activity*
- OA = *Oral activity*
- LA = *Listening activity*
- WA = *Writing activity*
- EA = *Emotional activity*

Tabel 3 juga menunjukkan bahwa persentase aktivitas belajar siswa pada setiap jenis aktivitas mengalami peningkatan di siklus II. Adapun persentase rata-rata setiap item pernyataan pada jenis aktivitas visual yakni, mengamati penjelasan guru mencapai 93%. Pada jenis aktivitas oral, adapun persentase rata-rata setiap item aktivitas yakni item bertanya pada guru mencapai 83%, menjawab pertanyaan guru mencapai 60%, mengemukakan pendapat mencapai 71%, diskusi dengan kelompok mencapai 87%. Pada aktivitas jenis mendengarkan persentase rata-rata setiap itemnya yakni, mendengarkan penjelasan/informasi guru mencapai 93%. Pada aktivitas jenis menulis persentase rata-rata pada setiap itemnya yakni, menuliskan hal-hal penting yang ditekankan oleh guru mencapai 84%, menulis catatan materi pelajaran yakni 88%. Sedangkan pada aktivitas emosional, adapun persentase rata-rata setiap item yakni, antusias terhadap penjelasan guru mencapai 92%, menaruh minat terhadap media pembelajaran mencapai 88%, tidak merasa bosan selama pembelajaran berlangsung mencapai 90%, bersemangat menanggapi pertanyaan/pernyataan guru mencapai 87%.

Pada siklus I item aktivitas dengan persentase tertinggi adalah aktivitas visual. Adapun persentase aktivitas yang mengalami peningkatan yang cukup tinggi pada siklus I ke siklus II yakni aktivitas oral, terkhusus pada item bertanya kepada guru, menjawab pertanyaan guru, dan mengemukakan pendapat. Adapun frekuensi dan persentase kategori aktivitas belajar peserta didik SMA Negeri 4 Polewali Kab. Polewali Mandar pada siklus I dan siklus II, dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Distribusi, Frekuensi, dan Persentase Kategori Aktivitas Belajar Peserta Didik dengan Menerapkan Variasi Stimulus

| Kategori | Siklus 1 | | Siklus 2 | |
|---------------|-----------|------|-----------|------|
| | Frekuensi | (%) | Frekuensi | (%) |
| Sangat Tinggi | 4 | 14.8 | 17 | 62.9 |
| Tinggi | 10 | 37 | 7 | 26 |
| Sedang | 7 | 26 | 3 | 11.1 |
| Rendah | 5 | 18.5 | 0 | 0 |
| Sangat Rendah | 1 | 3.7 | 0 | 0 |

Berdasarkan data pada tabel 4, aktivitas setiap peserta didik selama proses pembelajaran pada siklus I menunjukkan bahwa sebanyak 4 peserta didik atau 14.8% berada pada kategori sangat tinggi, dan sebanyak 10 peserta didik atau 37% berada pada kategori tinggi, sedangkan peserta didik yang berada pada kategori sedang sebanyak 7 atau 26%, jugaterdapat peserta didik berada pada kategori rendah yakni sebanyak 5 atau 18.5% dan kategori sangat rendah sebanyak 1 atau 3.7%. Aktivitas peserta didik mengalami peningkatan pada siklus II, yang mana berdasarkan tabel sebanyak 17 atau 62.9% peserta didik berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan sebanyak 7 atau 26% peserta didik berada pada kategori tinggi, serta sebanyak 3 atau 11.1% yang berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan frekuensi aktivitas yang masuk kategori sangat tinggi pada peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali dari siklus I ke siklus II.

2. Hasil Belajar

Hasil belajar peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali untuk siklus I dan siklus II dievaluasi dengan menggunakan tes pilihan ganda sejumlah 25 item dan uraian 5 item yang dilaksanakan di pertemuan akhir tiap siklus. Hasil tes menunjukkan adanya peningkatan frekuensi siswa yang masuk kategori sangat tinggi dari siklus I ke siklus II. Adapun distribusi, frekuensi dan persentase hasil belajar Pendidikan Olahraga, Jasmani dan Kesehatanpeserta didik dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut.

Tabel 5. Distribusi, Frekuensi dan Persentase Kategori Hasil Belajar Peserta Didik dengan Menerapkan Variasi Stimulus

| Kategori | Siklus 1 | | Siklus 2 | |
|---------------|-----------|------|-----------|------|
| | Frekuensi | (%) | Frekuensi | (%) |
| Sangat Tinggi | 3 | 12.0 | 12 | 48.0 |
| Tinggi | 10 | 40.0 | 10 | 40.0 |
| Sedang | 7 | 28.0 | 1 | 4.0 |
| Rendah | 2 | 8.0 | 2 | 8.0 |
| Sangat Rendah | 3 | 12.0 | 0 | 0 |

Berdasarkan data pada tabel 5, hasil belajar peserta didik pada siklus I menunjukkan bahwa terdapat 3 peserta didik atau 11.1% dari seluruh jumlah peserta didik yang mengikuti tes berada pada kategori sangat tinggi, sebanyak 12 peserta didik atau 44.4% berada pada kategori tinggi, 7 peserta didik atau 26% berada pada kategori sedang, 2 peserta didik atau 7.4% berada pada kategori rendah, dan terdapat 3 peserta didik atau 11.1% berada pada kategori gagal dengan perolehan hasil tes yakni di bawah 40.

Frekuensi hasil belajar peserta didik pada kategori sangat tinggi mengalami peningkatan pada siklus II. Jumlah peserta didik yang berada pada kategori sangat tinggi mengalami peningkatan hingga mencapai 12 orang atau 44.4% dari jumlah peserta didik yang mengikuti tes, sedangkan 11 peserta didik atau 40.8% berada pada kategori tinggi, 1 peserta didik atau 3.7% berada pada kategori sedang, 3 peserta didik atau 11.1% berada pada kategori rendah, dan tidak ditemukan lagi peserta didik yang berada pada kategori sangat rendah, seperti diperlihatkan pada tabel 6.

Tabel 6. Distribusi, Frekuensi, dan Persentase Kriteria Ketuntasan Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Peserta Didik dengan Menerapkan Variasi Stimulus

| Kategori | Siklus I | Siklus I | | Siklus II | |
|---------------|----------|-----------|------------|-----------|------------|
| | | Frekuensi | Persentase | Frekuensi | Persentase |
| Sangat Tinggi | 3 | 11.1% | 12 | 44.4% | |
| Tinggi | 12 | 44.4% | 11 | 40.8% | |
| Sedang | 7 | 26% | 1 | 3.7% | |
| Rendah | 2 | 7.4% | 3 | 11.1% | |
| Gagal | 3 | 11.1% | 0 | 0% | |

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa presentase peserta didik yang memenuhi kriteria tuntas mengalami peningkatan dari siklus I ke siklus II. Pada siklus I, presentase peserta didik yang masuk kriteria tuntas adalah 56% atau 15 peserta didik. Sedangkan, pada siklus II, presentase peserta didik yang memenuhi kriteria ketuntasan belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan meningkat hingga 81% atau 22 peserta didik.

3. Refleksi

a. Refleksi Siklus I

Siklus I yang dilaksanakan sebanyak 5 kali pertemuan (4 kali pertemuan untuk materi dan 1 kali pertemuan untuk evaluasi) diperoleh beberapa hal yang menjadi bahan refleksi untuk dapat melanjutkan penelitian ke siklus II.

- 1) Aktivitas peserta didik pada jenis aktivitas visual dan aktivitas mendengarkan menunjukkan rata-rata persentase yang cukup tinggi. Rata-rata persentase aktivitas yang kurang terlihat pada jenis aktivitas oral, dimana persentase rata-rata pada item peserta didik bertanya kepada guru hanya mencapai 69%, item menjawab pertanyaan hanya mencapai 41%, serta mengemukakan pendapat hanya mencapai 25%. Hal ini disebabkan karena integrasi ketiga jenis variasi stimulus masih belum maksimal, sehingga masih belum meningkatkan rasa ingin tahu peserta didik pada sesuatu yang baru.
- 2) Terbatasnya variasi interaksi yang terjadi antara peserta didik ke peserta didik, dalam hal ini adalah diskusi karena banyaknya item pertanyaan pada LKPD, sehingga memakan seluruh waktu berdiskusi yang diberikan hanya untuk mengerjakan pertanyaan di LKPD saja.

- 3) Aktivitas peserta didik dalam menaruh minat pada media pembelajaran masih kurang dengan persentase rata-rata hanya 66%, hal ini disebabkan karena media pembelajaran yang digunakan belum bervariasi, yakni hanya menggunakan media pembelajaran visual berupa gambar.
- 4) Persentase ketuntasan belajar peserta didik pada siklus I masih belum mencapai indikator keberhasilan yang ditetapkan. Adapun persentase ketuntasan belajar peserta didik yakni masih 56%.

Menyikapi berbagai masalah yang terjadi selama siklus I, maka perbaikan yang dilaksanakan pada siklus II adalah:

- 1) Penerapan variasi stimulus lebih dimaksimalkan, integrasi ketiga jenis variasi stimulus yakni variasi gaya mengajar, variasi media dan bahan ajar, dan variasi interaksi lebih dimaksimalkan, pada setiap kegiatan pembelajaran, agar dapat menumbuhkan rasa ingin tahu peserta didik pada sesuatu yang baru, dan mengatasi kebosanan peserta didik dalam proses pembelajaran.
- 2) Menerapkan model pembelajaran pada kegiatan inti untuk merangsang aktivitas interaksi peserta didik selama pembelajaran atau berdiskusi, serta mengurangi pengerjaan LKPD.
- 3) Pada kegiatan inti, media pembelajaran lebih divariasikan dengan melayani perbedaan gaya belajar yang dimiliki, yakni gaya belajar visual, gaya belajar auditori, dan gaya belajar kinestetik.
- 4) Memaksimalkan penerapan variasi gaya mengajar, variasi media dan bahan ajar, serta variasi interaksi pada kegiatan inti untuk menjaga perhatian peserta didik, antusias peserta didik agar dapat belajar dengan baik.

b. Refleksi Siklus II

Siklus II dilaksanakan sebanyak 5 kali (4 kali pertemuan untuk materi dan 1 kali untuk tes evaluasi), terdapat beberapa bahan refleksi untuk mengukur seberapa besar kemajuan yang didapatkan selama siklus II dilaksanakan, juga untuk menentukan keberlangsungan penelitian.

- 1) Aktivitas peserta didik mengalami peningkatan pada setiap item aktivitas yang diukur, yakni aktivitas visual, oral, mendengarkan, menulis dan emosional. Hal tersebut dibuktikan dengan terjadinya peningkatan frekuensi aktivitas peserta didik yang masuk pada kategori sangat tinggi dan tinggi pada siklus II. Jenis aktivitas yang terlihat besar peningkatannya pada siklus II adalah aktivitas oral, yakni pada item aktivitas seperti melibatkan diri dalam diskusi kelompok, menyampaikan pendapat, serta bertanya kepada guru. Selain itu, aktivitas jenis emosional juga mengalami peningkatan, terutama pada item menaruh minat pada media pembelajaran. Hal tersebut didasari pada integrasi penerapan variasi stimulus yang lebih dimaksimalkan disertai dengan diterapkannya beberapa model pembelajaran kooperatif yang menitik beratkan pada aktivitas kelompok.
- 2) Peningkatan aktivitas belajar peserta didik dibarengi dengan meningkatnya hasil belajar peserta didik melalui tes yang dilakukan. Pada siklus II persentase ketuntasan belajar peserta didik mencapai 81%, terdapat peningkatan sebanyak 25% dari siklus I. Ketuntasan belajar peserta didik pada siklus II telah mencapai indikator keberhasilan yang ditetapkan yakni 70%.

Penerapan variasi stimulus memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan aktivitas dan hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan siswa kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Kab. Polewali Mandar. Terbukti dengan tercapainya indikator keberhasilan penelitian

menunjukkan bahwa penelitian ini dapat diakhiri dengan dua siklus atau dengan kata lain penelitian ini tidak dilanjutkan lagi ke siklus III.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan peserta didik pada kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Kab. Polewali Mandar, melalui penerapan variasi stimulus yang merupakan salah satu keterampilan dasar mengajar guru. Variasi stimulus adalah suatu kegiatan guru dalam konteks proses interaksi pembelajaran yang ditujukan untuk mengatasi kebosanan peserta didik, sehingga situasi dalam proses pembelajaran senantiasa menunjukkan ketekunan dan penuh partisipasi. Adapun tujuan diterapkannya variasi stimulus oleh guru yakni untuk menumbuh kembangkan dan menjaga perhatian dan minat peserta didik agar belajar lebih baik, dan salah satu manfaatnya yakni melibatkan peserta didik berpartisipasi dalam berbagai kegiatan proses pembelajaran (Arsil, 2013).

Penerapan variasi stimulus bertujuan untuk menumbuhkembangkan perhatian dan minat peserta didik agar belajar lebih baik, dengan begitu tujuan pembelajaran dapat terwujud. Dalam menggunakan keterampilan variasi sebaiknya semua jenis variasi digunakan, dan menggunakan variasi sebaiknya dilakukan secara lancar dan berkesinambungan. Oleh karena itu, penggunaan komponen variasi stimulus harus benar-benar terstruktur dan terencana, sehingga guru dapat menjalankan interaksi dalam proses pembelajaran dengan luwes dan spontan sesuai dengan umpan balik yang diterima.

Penelitian mengenai penerapan variasi stimulus terhadap peningkatan hasil belajar peserta didik telah dilakukan sebelumnya. Melalui penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa penerapan variasi stimulus dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik, dan dengan menerapkan variasi stimulus memberikan kesempatan yang lebih baik bagi peserta didik untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran (Fathima dan Saravanakumar, 2012).

1. Aktivitas Belajar Peserta Didik

Penelitian dilakukan sebanyak dua siklus, dimana disetiap siklus dilakukan pengukuran aktivitas belajar pada subjek penelitian, data aktivitas belajar diambil selama proses pembelajaran berlangsung pada setiap pertemuan. Data aktivitas belajar diambil menggunakan lembar observasi oleh observer. Terdapat lima jenis aktivitas dengan 12 item aktivitas yang diukur, untuk mengetahui penerapan variasi stimulus terhadap peningkatan aktivitas belajar peserta didik item aktivitas yang dipilih disesuaikan dengan respon aktivitas yang mungkin muncul setelah stimulus diberikan oleh guru.

Adapun kelima jenis aktivitas yang diamati yakni, jenis aktivitas pertama berupa aktivitas yang melibatkan visualisasi peserta didik/*visual activity* yakni aktivitas peserta didik dalam mengamati penjelasan guru. Kedua, *oral activity* yakni aktivitas peserta didik selama berjalannya diskusi kelompok, aktivitas peserta didik dalam menanggapi pertanyaan/pernyataan guru, serta saat peserta didik bertanya kepada guru. Item ketiga, *listening activity* yakni aktivitas peserta didik selama guru memberikan informasi kepada peserta didik. Item keempat, *writing activity* yakni aktivitas peserta didik dalam menuliskan hal-hal penting yang ditekankan oleh guru. Item kelima menyangkut tentang

emosional peserta didik selama proses pembelajaran, adalah tentang antusias peserta didik terhadap penjelasan guru, minat peserta didik terhadap media pembelajaran, tidak merasa bosan selama pembelajaran berlangsung, serta semangat peserta didik dalam menanggapi pertanyaan guru.

Terdapat dua tabulasi data yang memperlihatkan bentuk kualitatif aktivitas peserta didik XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Mandar, yang pertama adalah tabulasi data setiap jenis aktivitas. Hal ini bertujuan untuk melihat nilai ukur setiap jenis aktivitas di siklus I dan siklus II, serta melihat peningkatannya, sehingga dapat ditentukan jenis aktivitas manakah yang dirasa kurang. Tabulasi kedua yakni tabulasi data aktivitas belajar peserta didik, tujuannya yakni untuk melihat nilai setiap aktivitas peserta didik serta peningkatannya.

Hasil penelitian berdasarkan tabel 4 menunjukkan terjadi peningkatan aktivitas belajar dari siklus I ke siklus II. Hal tersebut dibuktikan dengan terjadinya peningkatan frekuensi aktivitas peserta didik yang masuk pada kategori sangat tinggi dan tinggi pada siklus II. Jenis aktivitas yang terlihat besar peningkatannya pada siklus II adalah aktivitas oral, terkhusus pada item aktivitas seperti melibatkan diri dalam diskusi kelompok, menyampaikan pendapat, serta bertanya kepada guru.

Terdapat peningkatan aktivitas belajar pada setiap peserta didik. Hal ini ditunjukkan oleh hasil analisis dimana pada siklus I persentase tertinggi aktivitas peserta didik berada pada kategori tinggi yakni mencapai 37% atau sebanyak 10 peserta didik, dan masih terdapat peserta didik yang aktivitas belajarnya masuk pada kategori rendah yakni 18.5% atau 5 peserta didik, dan terdapat 1 peserta didik yang masuk pada kategori sangat rendah. Sedangkan pada siklus II persentase tertinggi aktivitas belajar peserta didik berada pada kategori sangat tinggi hingga mencapai 62.9% atau 17 peserta didik, selain itu sudah tidak terdapat lagi peserta didik yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah.

Berdasarkan data, nilai aktivitas belajar dihitung dari jenis aktivitasnya juga menunjukkan peningkatan dari siklus I ke siklus II. Jika penentuan nilai aktivitas setiap peserta didik dapat dilihat setelah siklus penelitian berakhir, berbedadengansetiap jenis aktivitas yang dapat diamati langsung bahkan selama kegiatan pembelajaran berlangsung, dikarenakan setiap peserta didik cenderung menunjukkan aktivitas yang sama pada setiap kegiatan pembelajaran. Pada siklus I penerapan variasi stimulus memberikan perubahan aktivitas peserta didik kearah yang lebih positif. Aktivitas kearah positif yang dimaksudkan ialah saat peserta didik memperhatikan penjelasan guru, dan menuliskan hal-hal penting yang ditekankan oleh guru.

Pada kegiatan pembelajaran saat guru menyampaikan materi di siklus I, dengan menerapkan variasi stimulus minat beberapa peserta didik dapat dikatakan sudah cukup baik. Pada pertemuan pertama variasi yang digunakan pada jenis variasi gaya mengajar yaitu berupa variasi suara dimana guru bervariasi dalam intonasi, nada, dan volume, kemudian dilakukan juga beberapa penekanan pada kata atau kalimat yang dianggap penting, beberapa kali melakukan pemberian waktu/ *pausing*, kontak pandang kepada peserta didik, dan gerakan anggota badan.

Penerapan jenis variasi gaya mengajar yang dilakukan bertujuan untuk memelihara perhatian peserta didik selama guru menjelaskan. Selama proses pembelajaran, saat guru menerapkan variasi gaya mengajar yakni berupa variasi suara dalam menyampaikan materi, perhatian peserta didik terpelihara dengan baik. Hal ini dibuktikan dengan persentase aktivitas jenis visual pada pertemuan pertama mencapai 96% yaitu dimana peserta didik mengamati penjelasan guru dengan tenang. Selain

itu, peserta didik juga menunjukkan aktivitas seperti menuliskan hal-hal penting pada kata atau kalimat yang ditekankan atau diulang yang dianggap penting oleh guru, dan memperoleh persentase 84%. Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa ekspresi yang menunjukkan kebosanan peserta didik pada penjelasan guru sesekali terlihat, sehingga presentase aktivitas tidak merasa bosan selama pembelajaran berlangsung pada pertemuan pertama mencapai 73%.

Adapun variasi yang digunakan pada jenis variasi media dan bahan ajaran yakni variasi media pandang dengan memperlihatkan gambar, video yang terkait dengan materi pelajaran. Penggunaan variasi media dan bahan ajaran bertujuan untuk meningkatkan perhatian siswa pada media pembelajaran yang ditampilkan, namun pada siklus ini media yang ditampilkan masih belum bervariasi sehingga persentase peserta didik yang menaruh minat terhadap media pembelajaran hanya mencapai 70%, namun tidak dapat dipungkiri antusias peserta didik dalam memperhatikan media pembelajaran cukup tinggi sehingga aktivitas menulis catatan materi pelajaran memperoleh persentase hingga 89%.

Adapun variasi interaksi yang diterapkan mencakup semua jenis interaksi yang terjadi di dalam kelas selama pembelajaran berlangsung, baik itu interaksi guru-kelompok, interaksi guru-siswa, maupun interaksi siswa-siswa. Penerapan variasi interaksi diharapkan dapat meningkatkan partisipasi peserta didik dalam interaksi kegiatan pembelajaran baik pada guru maupun sesama peserta didik. Variasi interaksi yang diterapkan lebih banyak terjadi pada kegiatan inti yakni saat sesi diskusi serta pengerjaan laporan akhir kelompok. Pada sesi ini guru aktif melakukan interaksi pada peserta didik, sehingga menambah rasa ingin tahu beberapa peserta menyebabkan terjadinya proses tanya-jawab selama sesi diskusi ini. Hanya saja, dikarenakan item pertanyaan pada LKPD yang dikerjakan oleh peserta didik terlalu banyak dan dengan waktu yang terbatas, menyebabkan kurangnya waktu peserta didik melakukan diskusi dengan sesama anggota kelompok.

Berdasarkan respon aktivitas yang ditunjukkan peserta didik selama proses pembelajaran pada pertemuan pertama, dapat ditarik kesimpulan bahwa melalui penerapan variasi stimulus dapat membentuk sikap positif siswa terhadap guru, memelihara perhatian peserta didik, dan hampir semua peserta didik melibatkan diri dalam kegiatan proses pembelajaran. Namun, variasi stimulus yang diterapkan belum dapat menumbuhkan rasa ingin tahu beberapa peserta didik, serta kurangnya minat peserta didik terhadap media pembelajaran.

Seperti halnya pada pertemuan pertama, pertemuan kedua, ketiga, dan keempat, ketiga jenis variasi stimulus yang diterapkan tidak mengalami perubahan, akibatnya seperti yang ditunjukkan pada tabel 4.1, persentase aktivitas peserta didik mengalami penurunan pada setiap jenis aktivitas yang diukur. Walaupun begitu, peserta didik tetap menunjukkan sikap positif, seperti yang ditunjukkan pada pertemuan pertama. Pada siklus I dari segi aktivitas, indikator keberhasilan penelitian belum tercapai.

Melalui evaluasi oleh observer, data yang diperoleh melalui lembar observasi, serta pertimbangan peneliti dan setelah menyaksikan video proses pembelajaran pada siklus I, diperoleh hasil refleksi untuk diterapkan pada siklus II, demi tercapainya indikator keberhasilan. Adapun tujuan refleksi untuk siklus II yakni untuk meningkatkan rasa ingin tahu peserta didik terhadap materi pembelajaran, meningkatkan minat peserta didik terhadap media pembelajaran, serta melibatkan semua peserta didik dalam diskusi kelompok.

Pada siklus II terdapat peningkatan aktivitas belajar peserta didik pada setiap jenis aktivitas. Seperti yang telah dijabarkan dalam tabel 4, terdapat peningkatan yang cukup besar pada jenis aktivitas oral yaitu pada aktivitas bertanya kepada guru rata-rata persentasenya mengalami peningkatan hingga 14%, aktivitas menjawab pertanyaan guru mengalami peningkatan hingga 19%, aktivitas mengemukakan pendapat mengalami peningkatan persentase hingga 46%, sedangkan aktivitas diskusi dengan kelompok meningkat hingga 14%. Artinya, aktivitas belajar peserta didik jenis aktivitas oral mengalami peningkatan di siklus II. Selain itu, aktivitas jenis emosional juga mengalami peningkatan, terutama pada item minat peserta didik terhadap media pembelajaran. Mengalami peningkatan hingga 22%.

Pertemuan pertama siklus II, digunakan tiga jenis variasi stimulus secara maksimal dan berkesinambungan dibandingkan saat siklus I. Penerapan variasi gaya mengajar yang kurang maksimal pada siklus I dan dimaksimalkan pada siklus II adalah variasi suara seperti berbicara tajam pada anak yang kurang perhatian, memaksimalkan variasi mimik dan gerak selama memberikan informasi agar guru terlihat antusias, melakukan pindah posisi untuk menarik perhatian peserta didik yang tidak dilakukan pada siklus I. Selain itu, guru juga sesekali melakukan dramatisasi suatu peristiwa yang dianggap penting, hal ini bertujuan untuk menstimulus aktivitas visual peserta didik. Sehingga, pada siklus II perhatian peserta didik pada penjelasan guru tetap terjaga, dan aktivitas peserta didik dalam mengamati penjelasan guru dengan tenang mengalami peningkatan persentase rata-rata hingga mencapai 93%.

Pada jenis variasi media dan bahan ajaran, pada siklus I hanya menampilkan gambar-gambar berupa variasi media pandang, sedangkan pada siklus II semua jenis variasi media pembelajaran diperadakan, seperti variasi media dengar/ auditori dengan menampilkan video, dan variasi media taktil dengan menampilkan bentuk nyata dari organisme yang sedang diamati. Pada dasarnya, penggunaan media pandang yang baik memberikan manfaat seperti: (1) Membantu secara kongkret konsep berpikir dan mengurangi respon yang kurang bermanfaat; (2) Menarik perhatian peserta didik pada tingkat yang tinggi; (3) Membuat hasil belajar lebih permanen; (4) Menyajikan pengalaman riil yang akan mendorong kegiatan mandiri peserta didik; (5) Mengembangkan cara berpikir berkesinambungan, seperti halnya pada film; (6) Memberi pengalaman yang tidak mudah dicapai oleh media yang lain; (7) Menambah frekuensi kerja, lebih dalam dan belajar lebih bervariasi. Sedangkan, kolaborasi ketiga media pembelajaran dapat menarik aktivitas berupa perhatian peserta didik pada media pembelajaran. Oleh sebab itu, perhatian dan minat peserta didik kepada media pembelajaran semakin meningkat, yakni persentase minat peserta didik terhadap media pembelajaran mengalami peningkatan hingga mencapai rata-rata 90%.

Penggunaan model pembelajaran secara kooperatif di siklus II membantu peserta didik dalam meningkatkan aktivitas dalam hal melakukan diskusi kelompok. Hal ini juga membantu guru dalam menerapkan variasi interaksi kepada peserta didik, walaupun dalam hal ini interaksi guru dengan peserta didik secara kelompok berjalan selama guru menerapkan variasi gaya mengajar, namun penerapan model pembelajaran secara kooperatif memerlukan cukup waktu untuk guru melakukan interaksi dengan peserta didik secara individu, dan secara tidak langsung memberikan kontribusi yang cukup besar dalam peningkatan aktivitas oral setiap peserta didik.

Ketiga variasi yang dilaksanakan secara berkesinambungan telah meningkatkan aktivitas peserta kearah positif, penerapan variasi stimulus membuat peserta didik tidak bosan selama proses pembelajaran. Integrasi variasi stimulus yakni variasi gaya mengajar guru, variasi media pembelajaran, serta variasi interaksi kepada peserta didik dapat meningkatkan rasa ingin tahu peserta didik. Hal ini dibuktikan dengan data yang menunjukkan bahwa peningkatan yang cukup besar terdapat pada jenis aktivitas oral, yaitu pada aktivitas bertanya kepada guru rata-rata persentasenya mengalami peningkatan hingga 14%, aktivitas menjawab pertanyaan guru mengalami peningkatan hingga 19%, aktivitas mengemukakan pendapat mengalami peningkatan persentase hingga 46%, sedangkan aktivitas diskusi dengan kelompok meningkat hingga 14%.

Integrasi ketiga jenis variasi stimulus, jika diterapkan dengan baik dapat menumbuhkan rasa ingin tahu peserta didik pada hal-hal baru (Barnawi dan Arifin, 2015). Pada siklus II, peneliti menggunakan model pembelajaran kooperatif pada pertemuan pertama dan kedua. Integrasi penggunaan model pembelajaran secara kooperatif serta interaksi guru kepada peserta didik dapat melibatkan seluruh peserta didik berpartisipasi dalam diskusi kelompok.

Melalui penerapan tiga jenis variasi stimulus secara maksimal dan berkesinambungan, dan mengintegrasikannya dengan model pembelajaran kooperatif, aktivitas peserta didik mengalami peningkatan pada siklus II yakni sebanyak 17 atau 62.9% peserta didik berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan sebanyak 7 atau 26% peserta didik berada pada kategori tinggi, sebanyak 3 atau 11.1% peserta didik berada pada kategori sedang, dan tidak terdapat peserta didik yang berada pada kategori rendah ataupun sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan frekuensi aktivitas yang masuk kategori sangat tinggi pada peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali dari siklus I ke siklus II.

2. Hasil Belajar Peserta Didik

Dalam penerapannya variasi stimulus sangatlah penting dalam teori belajar kognitif, dimana teori belajar kognitif lebih mementingkan proses daripada hasil, sehingga dalam penerapannya membutuhkan perhatian peserta didik kepada guru, serta peranan aktif peserta didik selama proses pembelajaran. Seperti yang dijelaskan oleh Arsil (2013) bahwa integrasi ketiga jenis variasi stimulus dapat menjaga perhatian dan minat peserta didik agar belajar lebih baik.

Salah satu teori belajar kognitif yang sangat membutuhkan penerapan variasi stimulus adalah belajar bermakna yang diterapkan oleh David Ausubel. Belajar bermakna oleh Ausubel menekankan padaperanan guru dalam mengorganisasikan dan mempresentasikan materi yang perlu dipelajari oleh siswa, sedangkan peran siswa adalah menguasai materi yang disampaikan oleh guru (Dahar, 2006). Dalam penerapan teori oleh Ausubel, faktor motivasional memegang peranan penting, sebab peserta didik tidak akan mengasimilasikan materi baru tersebut apabila mereka tidak mempunyai keinginan dan pengetahuan dalam menerima materi, sehingga hal ini perlu diatur oleh guru. Penggunaan variasi stimulus mencakup semua yang dibutuhkan dalam penerapan teori belajar ini, dimana guru yang bertanggungjawab pada kebermaknaan penyajian materi serta bahan ajar diatur semua dalam penerapan variasi stimulus.

Penelitian dilakukan sebanyak dua siklus, dimana disetiap siklus dilakukan pengukuran aktivitas belajar dan hasil belajar pada subjek penelitian, data aktivitas belajar diambil selama proses

pembelajaran berlangsung pada setiap pertemuan, dan hasil belajar diukur pada setiap akhir siklus. Terjadi peningkatan hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan peserta didik dari siklus I ke siklus II. Dalam menggunakan variasi stimulus selain mengatasi kebosanan peserta didik, tujuan lainnya yakni terjalin komunikasi yang baik antara peserta didik dengan guru. Penggunaan variasi stimulus diperuntukkan untuk memudahkan peserta didik menerima penjelasan guru selama proses pembelajaran. Kolaborasi antara tiga jenis variasi stimulus, yakni variasi gaya mengajar, variasi media pembelajaran, dan variasi interaksi guru dan peserta didik.

Hasil belajar peserta didik mengalami peningkatan pada siklus I ke siklus II. Hal ini ditunjukkan dengan meningkatnya jumlah peserta didik yang memenuhi kriteria tuntas dari saat siklus I ke siklus II. Sebanyak 15 peserta didik dengan persentase 56% tuntas pada siklus I, dan pada siklus II meningkat hingga mencapai 22 orang dengan persentase 81%. Dengan demikian, peserta didik telah mencapai ketuntasan belajar sesuai standar indikator keberhasilan yang ditetapkan yakni sebanyak 70% dari jumlah peserta didik. Jumlah frekuensi peserta didik yang berada pada kategori sangat tinggi mengalami peningkatan, dimana pada siklus I terdapat 3 peserta didik yang berada pada kategori sangat tinggi, dan meningkat pada siklus II menjadi 13 peserta didik. Pada siklus I terdapat 3 peserta didik berada pada kategori gagal, namun tidak terdapat di siklus II.

Terjadinya peningkatan hasil belajar peserta didik dari siklus I ke siklus II disebabkan karena pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran lebih ditekankan melalui peningkatan penggunaan variasi stimulus berupa gaya mengajar seperti pengulangan atau penekanan pada hal-hal yang dianggap penting dalam materi. Selain itu penerapan variasi gaya mengajar dengan maksimal bertujuan untuk memelihara perhatian peserta didik selama guru membawakan materi. Variasi stimulus berupa variasi interaksi yang diterapkan guru dapat meningkatkan partisipasi peserta didik dalam interaksi kegiatan pembelajaran baik pada guru maupun sesama peserta didik. Sehingga dapat membantu peserta didik dalam memperdalam materi.

Penelitian ini pun berakhir pada siklus II karena sesuai dengan indikator keberhasilan peneliti, yaitu aktivitas belajar setiap peserta didik pada siklus II berada pada kategori sangat tinggi dan tinggi, sedangkan hasil belajar peserta didik telah mencapai 85% peserta didik memperoleh nilai hasil belajar sama dengan atau lebih besar dari KKM mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan kelas XI. Berdasarkan hasil penelitian dan uraian pembahasan di atas, dapat diketahui bahwa penerapan Variasi Stimulus dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Mandar.

V. PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Kab. Polewali Mandar, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Penerapan variasi stimulus pada materi Menganalisis Keterampilan Gerak Aktivitas Spesifik Senam Lantai dan Menganalisis Sistematika Latihan Keterampilan Aktivitas Gerak Berirama dapat meningkatkan aktivitas belajar peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Mandar dengan melihat peningkatan frekuensi peserta didik yang berada pada kategori sangat

tinggi, yaitu 4 atau 14.8% dari jumlah peserta didik pada siklus I hingga mencapai 17 atau 62.9% di siklus II.

2. Penerapan variasi stimulus pada materi Menganalisis Keterampilan Gerak Aktivitas Spesifik Senam Lantai dan Menganalisis Sistematis Latihan Keterampilan Aktivitas Gerak Berirama dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 4 Polewali Mandar dengan nilai kategori hasil belajar menunjukkan peningkatan persentase pada kategori 'sangat tinggi' yaitu 11.1% pada siklus I, mengalami peningkatan di siklus II yaitu menjadi 44.4%, dan untuk nilai ketuntasan hasil belajar dari 56% pada siklus I meningkat menjadi 81% pada siklus II.

B. Saran

Sehubungan dengan kesimpulan hasil penelitian di atas, maka saran yang dapat dikemukakan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Guru disarankan untuk menerapkan variasi stimulus pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk meningkatkan hasil belajar, dan aktivitas peserta didik dalam pembelajaran.
2. Penelitian ini sangat terbatas baik dari segi waktu penelitian maupun dari segi subjeknya, sehingga disarankan kepada para peneliti di bidang pendidikan khususnya Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk melakukan penelitian lebih lanjut guna memperluas hasil penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, & Khaeruddin. *Evaluasi Pembelajaran*. Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Asril, Zainal. *Microteaching*. Jakarta: Raja Grafindo Persada. 2013.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta. 2004.
- Barnawi, & Arifin. *Microteaching*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media. 2015.
- Dahar, Ratna Wilis. 2006. *Teori – Teori Belajar*. Jakarta Erlangga.
- Darmadi, Hamid. *Kemampuan Dasar Mengajar (Landasan Konsep dan Implementasi)*. Bandung: Alfabeta. 2009.
- Depdiknas. *Laporan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. Jakarta: Kementrian Pendidikan Nasional Republik Indonesia. 2012.
- Djamarah, Syaiful Bahri. *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Educatif*. Jakarta: PT Rineka Cipta. 2010.
- Fathima, P., & Saravanakumar. 2012. Effect Of Stimulus Variation Techniques On Enhancing Students Achievement. *Jurnal Penelitian Sainstifik International*: 4 (1).
- Hamalik. *Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Bumi Aksara. 2003.
- Jihad, A., & Haris, A. *Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta: Multi Presindo. 2013.
- Kusumah, W., & Dwigatama, D. *Mengenal Penelitian Tindakan Kelas (edkedua)*. Jakarta: Indeks. 2012.

- Nurhayati. *Strategi Belajar Mengajar*. Makassar: Universitas Negeri Makassar. 2011.
- Purwanto, N. *Prinsip-prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Bandung: Rosdakarya. 2002.
- Rohani, Ahmad. *Pengelolaan Pengajaran (Sebuah Pengantar Menuju Guru Profesional)*. Jakarta: Rineka Cipta. 2010.
- Sardiman, A.M. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers. 2011.
- Seniwati. 2015. Peningkatan Aktivitas, Sikap dan Hasil Belajar Biologi Melalui Penerapan Model Pembelajaran Inkuiri. *Jurnal Nalar Pendidikan*: 3 (1).
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfa Beta. 2014.
- Sanjaya, Wina. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group. 2009.
- Supardi. *Kinerja Guru*. Jakarta: Rajawali Pers. 2013.
- Suprijono, Agus. *Cooperative Learning Teori dan Aplikasi Paikem*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2015.