

BUKTI KORESPONDENSI
ARTIKEL JURNAL NASIONAL TERINDEKS SINTA 5

Judul Artikel: *Penerapan Model Pembelajaran Koperative Learning Tipe Group Investigasi dalam Pemebelajaran Senam Lantai pada Mahamahasiswa Pendidikan Jasmani*

Penulis: Brian Kurniawan W
Kesehatan dan Rekreasi

Jurnal : e-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani,

Volume **5**
Nomor **2**
Tahun **2025**

URL : <https://www.ipm2kpe.or.id/journal.ipm2kpe.or.id/index.php/e-SPORT/issue/view/382>

No.	Perihal	Tanggal
1	Bukti <i>Submission, Submission Acknowledgement</i> , dan Artikel yang Disubmit	19 Juni 2025
2	Bukti <i>Revision, Author's Response</i> , dan Artikel yang Direvisi	30 Juni 2025
3	Bukti <i>historis</i> dan Dokumen LoA	19 Juni-30 Juni 2025
4	Bukti <i>Copyediting</i>	30 Juni 2025
5	Bukti <i>Published</i>	30 Juni 2025

1. Bukti *Submission*, *Submission Acknowledgement*, dan Artikel yang Disubmit



Bukti *Submission*

**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN KOPERATIVE LEARNING TIPE GROUP
INVESTIGASI DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI PADA MAHASISWA
PENDIDIKAN JASMANI UNIVERSITAS VETERAN BANGUN NUSANTARA**

Brian Kurniawan Widiyanto¹, Koko Prasetyo², Rezza Adiluhung Prasetya³, Tri Sutrisno⁴, Anjas Asmara Subekti⁵
¹²³⁴⁵Universitas Veteran Bangun Nusantara
Email: wbriankurniawan@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *Group Investigation* (GI) dalam pembelajaran senam lantai pada mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara. Penelitian ini dilaksanakan di Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo dilaksanakan pada bulan April – Mei 2025. Subjek yang diteliti dalam Penelitian ini adalah peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajar 2024/2025 berjumlah 24 peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Prodi (PTK) atau *Classroom Action Research* (CAR). Analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena data yang terkumpul berupa uraian deskriptif tentang perkembangan hasil belajar Roll Depan. Hasil penelitian menunjukkan peserta didik yang tuntas semula hanya 25% atau 6 peserta didik pada siklus 1 dalam materi pembelajaran roll depan, menjadi 58,33% atau 14 peserta didik yang Tuntas. Dan pada akhir siklus II, peserta didik yang Tuntas menjadi 91,66 % atau 22 peserta didik. Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran melalui model pembelajaran kooperatif *Group Investigation* (GI) dapat meningkatkan hasil belajar roll depan pada peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajaran 2024/2025.

Kata Kunci : Senam Lantai, *Cooperative Learning*, *Group Investigation*

PENDAHULUAN

Senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan pada matras, unsur-unsur gerakannya terdiri dari mengguling, melompat, berputar di udara, menumpu dengan tangan atau kaki mempertahankan sikap seimbang atau pada saat melompat ke depan atau ke belakang (Stiyapranomo & Tri Iwandana, 2022). Dengan melakukan gerakan secara tepat dan benar, sistem-sistem syaraf, otot dan sendi akan bekerja menjadi lebih baik, sehingga unsur-unsur kesegaran jasmani akan berkembang dengan baik (Waras, 2018). Dalam pembelajaran/ latihan gerakan senam yang dilakukan dengan baik dan teratur dapat membuat tubuh menjadi kuat, sikap dan perawakan menjadi lebih baik, bentuk gerak yang terampil, efisien, luwes dan anggun (Handayani, 2018). Hal ini dikarenakan terjadinya koordinasi syaraf dan otot yang rapi dan serasi, otot pada batang tubuh cukup kuat terutama otot perut dan punggung (Zulbahri et al., 2020).

Senam lantai adalah gerakan tubuh yang dilakukan di lantai ataupun matras yang semua berhubungan dengan koordinasi tubuh, meliputi kelentukan, kekuatan, daya tahan, kelincahan dan kontrol tubuh yang baik dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan

ketrampilan, dan menanamkan mental spiritual, terutama bagi para siswa (Fajri, 2020). Dalam mempelajari atau berlatih senam, seseorang tidak bisa langsung belajar atau berlatih gerakan-gerakan yang mempunyai tingkat kesulitan tinggi (Prasetyo & Sunarti, 2016). Oleh karena itu belajar atau berlatih senam harus diawali dari dasar atau tingkat yang mudah, baru kemudian semakin meningkat ke arah yang lebih sulit (Handayani, 2017).

Gerakan senam lantai melibatkan kordinasi tubuh dan urutan tertentu dapat melatih kemampuan otak untuk mengingat dan mengolah informasi (Hadjarati & Haryanto, 2020). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu bagian pendidikan yang sangat berperan penting dan tidak dapat dipisahkan dari tujuan pembelajaran secara keseluruhan. Dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani seorang dosen harus aktif menciptakan suasana pembelajaran yang sebaik mungkin agar motivasi belajar mahasiswa dapat meningkat. Tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik dengan kemampuan seorang dosen membangkitkan motivasi mahasiswa dalam belajar. Melalui pendidikan jasmani diharapkan mahasiswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Mengenalkan dasar-dasar keterampilan pada mahasiswa merupakan bagian dari pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diajarkan berbagai macam cabang olahraga, salah satunya cabang olahraga aktivitas senam yaitu rol depan. Pembelajaran senam lantai, yang difokuskan pada gerak rol depan (Ichsani et al., 2021). Gerak rol depan adalah gerakan senam lantai di mana tubuh mengguling ke depan dengan cara membulatkan badan, seperti roda, menggunakan bagian belakang tubuh seperti tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul (Yakub et al., 2020).

Mahasiswa dituntut dapat melakukan dan memahami teknik-teknik gerak rol depan, dengan begitu saat ujian (tes) yang diberikan oleh dosen, mahasiswa dapat menjawab pertanyaan dengan benar bagaimana teknik-teknik gerak rol depan. Dengan pemahaman yang cukup mahasiswa akan mendapatkan nilai atau hasil yang baik. Tetapi yang terjadi mahasiswa tidak mempelajari ulang materi yang diberikan, yang terjadi nilai yang didapat tidaklah memuaskan.

Dari hasil Observasi belajar mahasiswa Prodi Pendidikan jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo, dalam melakukan rol depan masih belum optimal sesuai dengan standar pencapaian nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu C. Dari 24 peserta didik, hanya 6 mahasiswa (25%) yang sudah memenuhi standar nilai, dan sisanya 18 mahasiswa (75%) masih jauh dari standar pencapaian nilai yang sudah ditentukan.

Ditinjau dari pelaksanaan pembelajaran rol depan di Universitas Veteran Bangun Nusantara, Sukoharjo dilaksanakan secara konvensional. Model pembelajaran tersebut membuat mahasiswa lebih tergantung pada dosen dan menganggap jika tidak ada dosen maka tidak ada proses belajar mengajar. Selain itu mahasiswa tidak siap menerima pelajaran dan kurang aktif selama proses belajar mengajar

Dosen menjelaskan teknik dasar rol depan (awalan, tumpuan, dan sikap akhir), memberikan contoh rol depan dan selanjutnya memberi penjelasan kepada mahasiswa untuk melakukan rol depan yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama. Dari pembelajaran yang dilakukan secara konvensional ternyata sebagian besar mahasiswa kurang senang, mahasiswa merasa jenuh dan bosan, mahasiswa justru bercanda dengan mahasiswa lainnya. Kondisi yang demikian mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai, mahasiswa kurang menguasai teknik rol depan sehingga dalam evaluasi/penilaian hasilnya tidak tuntas.

Dosen dalam hal ini harus memiliki kemampuan untuk melakukan pembelajaran yang membuat mahasiswa aktif dan pembelajaran menjadi menyenangkan. Model pembelajaran *Cooperative tipe Group Investigation* (GI) merupakan model pembelajaran yang bisa mengajak mahasiswa untuk berpikir secara aktif dan kreatif dalam proses pembelajaran (Hayatun Nufus & Muliana, 2021). Model ini tidak hanya mengembangkan kemampuan intelektual tetapi seluruh potensi yang ada, termasuk pengembangan emosional dan pengembangan keterampilan (Zaitunnah et al., 2024).

Dengan menerapkan model pembelajaran ini akan melatih mahasiswa berani mengemukakan pendapat, bekerjasama, mengembangkan diri, dan bertanggungjawab secara individu, saling ketergantungan positif, interaksi personal dan proses kelompok. Penggunaan model pembelajaran ini secara efektif dan efisien akan mengurangi monopoli dosen dalam penguasaan jalannya proses pembelajaran, dan kebosanan mahasiswa dalam menerima pelajaran akan berkurang.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo dilaksanakan pada bulan April – Mei 2025. Subjek yang diteliti dalam Penelitian ini adalah peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajar 2024/2025 berjumlah 24 peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Prodi (PTK) atau *Classroom Action Research* (CAR). Analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena data yang terkumpul berupa uraian deskriptif tentang perkembangan hasil belajar Roll Depan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari deskripsi hasil tindakan dari kondisi awal, siklus I dan siklus II terdapat beberapa perubahan hasil yang diperoleh setiap siklusnya. Hal ini dapat dilihat dalam tabel perbandingan prosentase hasil belajar tiap siklus dibawah ini:

Tabel 1. Perbandingan Hasil Belajar Roll depan Sebelum dan Setelah Menggunakan model pembelajaran kooperatif *Group Investigation* (GI) Siklus I dan Siklus II.

Keterangan	Prosentase		
	Data awal	Siklus I	Siklus II
Tuntas	6 Peserta didik	14 Peserta didik	22 Peserta didik

Prosentase Ketuntasan	25 %	58,33 %	91.66 %
Tidak Tuntas	18 Peserta didik	10 Peserta didik	2 Peserta didik
Prosentase Ketidaktuntasan	75 %	41,66 %	8.33%

Dari tabel diatas bisa dilihat bahwa terjadi peningkatan yang cukup signifikan setelah dilakukan tindakan pada siklus I. Hasil belajar peserta didik yang tuntas semula hanya 25% atau 6 peserta didik pada siklus 1 dalam materi pembelajaran roll depan, menjadi 58,33% atau 14 peserta didik yang Tuntas. Dan pada akhir siklus II, peserta didik yang Tuntas menjadi 91,66 % atau 22 peserta didik.

Model pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) merupakan model pembelajaran yang membentuk kelompok kecil yang heterogen dengan latar belakang cara berpikir yang berbeda untuk saling membantu terhadap peserta didik lain yang membutuhkan bantuan. Dalam model ini, diterapkan bimbingan antar teman yaitu peserta didik yang pandai dan sudah mahir bertanggung jawab terhadap peserta didik yang lemah dan kurang ataupun belum bisa. Disamping itu dapat meningkatkan partisipasi peserta didik dalam kelompok kecil. Peserta didik yang pandai dapat mengembangkan kemampuan dan ketrampilannya, sedangkan peserta didik yang lemah dapat terbantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) membutuhkan persiapan dan rancangan yang sistematis (Basirun & Tarto, 2022). Pengajar harus melakukan langkah-langkah pokok sebagaimana dalam penjelasan pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) yaitu membuat peserta didik untuk bekerja sama, menguasai materi, keterampilan dan sikap aktif dalam pembelajaran Roll Depan.

Roll Depan adalah salah satu gerakan senam yang membutuhkan keterampilan. Dalam pembelajaran Roll Depan dengan model pembelajaran *cooperative learning* GI (*Group Investigation*). Pada model pembelajaran ini terdapat saling ketergantungan positif, tanggung jawab individual untuk dapat mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri, interaksi personal, serta keahlian dalam bekerja sama dalam kelompok (Antika et al., 2022). Dengan penggunaan model ini, peserta didik dapat lebih aktif dengan saling membantu antar teman untuk memahami materi, saling member motivasi atau dorongan, dan evaluasi.

Maka untuk memaksimalkan pembelajaran Roll Depan harus digunakan model pembelajaran yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan peserta didik. Model pembelajaran yang sesuai dengan situasi tersebut adalah model pembelajaran *cooperative learning* GI (*Group Investigation*) yang dianggap paling konsisten memberikan pengaruh positif, agar peserta didik memiliki tanggungjawab secara individual maupun kelompok dan bekerjasama untuk mencapai tujuan pembelajaran, serta berperan aktif memberikan dorongan atau motivasi serta evaluasi pada rekan sebaya (Fitryani et al., 2020). Sehingga dengan penerapan model *cooperative learning*, diharapkan dalam pembelajaran Roll

Depan dapat dilakukan secara maksimal.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran melalui model pembelajaran kooperatif *Group Investigation* (GI) dapat meningkatkan hasil belajar roll depan pada peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajaran 2024/2025.

DAFTAR PUSTAKA

- Antika, R., Nurhaedah, & Suarlin. (2022). Pengaruh Model Pembelajaran *Group Investigation* (GI) terhadap Sikap Kerjasama pada Pembelajaran Tematik pada Siswa Sekolah Dasar. *Pinisi Journal of Education*, 2(6).
- Basirun, B., & Tarto, T. (2022). Efektifitas Model *Group Investigation* dalam Meningkatkan Hasil Belajar IPS Di Sekolah Dasar. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 3. <https://doi.org/10.30595/pssh.v3i.384>
- Fajri, A. (2020). Metode drill dalam peningkatan keterampilan dasar rolling senam lantai. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 1(1), 9–15. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i1.2>
- Fitryani, N. K., Kurniasih, & Rengganis, I. (2020). Penerapan Pembelajaran Kooperatif *Group Investigation* untuk Meningkatkan Keterampilan Kerja Sama Siswa SD. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar (JPGSD)*, 5(2).
- Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2020). Motivasi untuk hasil pembelajaran senam lantai. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 137. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.8646>
- Handayani, S. G. (2017). Tinjauan Keterampilan Front Handspring Atlet Senam Lantai PT. Semen Padang. *Jurnal Sporta Saintika*, 3(1), 310–316.
- Handayani, S. G. (2018). Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Front Handspring Atlet Senam Lantai. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 3(1), 23. <https://doi.org/10.5614/10.5614/jskk.2018.3.1.6>
- Hayatun Nufus, & Muliana. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Group Investigation* (GI) Terhadap Kemampuan Komunikasi Matematis Siswa Dan Sikap Positif Siswa. *Ar-Riyadhiyyat: Journal of Mathematics Education*, 2(1). <https://doi.org/10.47766/arriyadhiyyat.v2i1.1398>
- Ichsani, I., Sulaeman, S., & Yulianti, A. (2021). Kontribusi Kekuatan Lengan, Kelentukan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Roll Ke Depan Pada Senam Lantai Siswa SMKN I Makassar. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(1), 36. <https://doi.org/10.26858/sportive.v5i1.20253>
- Prasetyo, I. D., & Sunarti. (2016). Meningkatkan Kemampuan Senam Lantai Guling Belakang Melalui Media Video. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 5–10.
- Stiyapranomo, D. A., & Tri Iwandana, D. (2022). JOSSAE (Journal of Sport Science and Education) Penerapan metode demonstrasi dan penugasan berbasis google formulir berbantuan media pembelajaran Vpams-Ppt untuk meningkatkan hasil belajar materi senam lantai. *Journal of Sport Science and Education* |, 7(1).
- Waras, W. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai melalui Teknik Modeling. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 3(1), 113–120. <https://doi.org/10.28926/briliant.v3i1.148>
- Yakub, M., Gustiawati, R., & Setiawan, M. A. (2020). Implementasi Evaluasi Partisipatif Dalam Mengetahui Hasil Pembelajaran Senam Lantai Roll Depan pada Siswa SMP Negeri 2 Pebayuran. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(1). <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i1.3828>
- Zaitunnah, Z., Hasanah, M., Rizky, M., & Ratumbusang, M. F. N. G. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Group Investigation* dalam Menumbuhkan Kemandirian Belajar Siswa SMAN 7 Banjarmasin. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 12(1). <https://doi.org/10.26740/jupe.v12n1.p119-129>
- Zulbahri, Z., Astuti, Y., . E., . P., & . D. (2020). Pengembangan Media Belajar Pjok Pada Materi Senam Lantai (Artistik). *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(2), 86. <https://doi.org/10.23887/jiku.v8i2.30253>

2. Bukti *Revision*, *Author's Response*, dan Artikel yang Direvisi



Bukti *Revision*

PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN KOPERATIVE LEARNING TIPE GROUP INVESTIGASI DALAM PEMEBELAJARAN SENAM LANTAI PADA MAHAMAHASISWA PENDIDIKAN JASMANI UNIVERSITAS VETERAN BANGUN NUSANTARA

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *Group Investigation* (GI) dalam pembelajaran senam lantai pada mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara. Penelitian ini dilaksanakan di Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo dilaksanakan pada bulan April – Mei 2025. Subjek yang diteliti dalam Penelitian ini adalah peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajar 2024/2025 berjumlah 24 peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Prodi (PTK) atau *Classroom Action Research* (CAR). Analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena data yang terkumpul berupa uraian deskriptif tentang perkembangan hasil belajar Roll Depan. Hasil penelitian menunjukkan peserta didik yang tuntas semula hanya 25% atau 6 peserta didik pada siklus 1 dalam materi pembelajaran roll depan, menjadi 58,33% atau 14 peserta didik yang Tuntas. Dan pada akhir siklus II, peserta didik yang Tuntas menjadi 91,66 % atau 22 peserta didik. Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran melalui model pembelajaran kooperatif *Group Investigation* (GI) dapat meningkatkan hasil belajar roll depan pada peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajaran 2024/2025.

Kata Kunci : Senam Lantai, *Cooperative Learning*, *Group Investigation*

PENDAHULUAN

Senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan pada matras, unsur-unsur gerakannya terdiri dari mengguling, meloncat, berputar di udara, menumpu dengan tangan atau kaki mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat ke depan atau ke belakang (Stiyapranomo & Tri Iwandana, 2022). Dengan melakukan gerakan secara tepat dan benar, sitem-sistem syaraf, otot dan sendi akan bekerja menjadi lebih baik, sehingga unsur-unsur kesegaran jasmani akan berkembang dengan baik (Waras, 2018). Dalam pembelajaran/ latihan gerakan senam yang dilakukan dengan baik dan teratur

Commented [Yustinus1]: Untuk penulisan judul tidak perlu mencantumkan nama tempat

Commented [I2R1]:

Commented [Yustinus3]: Untuk penulisan artikel menggunakan font 12 kecuali tabel menggunakan font 10

Commented [I4R3]:

Commented [I5R3]:

Commented [Yustinus6]: Abstrak terdiri dari 2 bahasa yaitu Bahasa Indonesia dan Inggris

Commented [Yustinus7]: Semua kutipan menggunakan mendeley metode apa style

dapat membuat tubuh menjadi kuat, sikap dan perawakan menjadi lebih baik, bentuk gerak yang terampil, efisien, luwes dan anggun (Handayani, 2018). Hal ini dikarenakan terjadinya koordinasi syaraf dan otot yang rapi dan serasi, otot pada batang tubuh cukup kuat terutama otot perut dan punggung (Zulbahri et al., 2020).

Senam lantai adalah gerakan tubuh yang dilakukan di lantai ataupun matras yang semua berhubungan dengan koordinasi tubuh, meliputi kelentukan, kekuatan, daya tahan, kelincahan dan kontrol tubuh yang baik dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan ketrampilan, dan menanamkan mental spiritual, terutama bagi para siswa (Fajri, 2020). Dalam mempelajari atau berlatih senam, seseorang tidak bisa langsung belajar atau berlatih gerakan-gerakan yang mempunyai tingkat kesulitan tinggi (Prasetyo & Sunarti, 2016). Oleh karena itu belajar atau berlatih senam harus diawali dari dasar atau tingkat yang mudah, baru kemudian semakin meningkat ke arah yang lebih sulit (Handayani, 2017).

Gerakan senam lantai melibatkan koordinasi tubuh dan urutan tertentu dapat melatih kemampuan otak untuk mengingat dan mengolah informasi (Hadjarati & Haryanto, 2020). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu bagian pendidikan yang sangat berperan penting dan tidak dapat dipisahkan dari tujuan pembelajaran secara keseluruhan. Dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani seorang dosen harus aktif menciptakan suasana pembelajaran yang sebaik mungkin agar motivasi belajar mahasiswa dapat meningkat. Tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik dengan kemampuan seorang dosen membangkitkan motivasi mahasiswa dalam belajar. Melalui pendidikan jasmani diharapkan mahasiswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Mengenalkan dasar-dasar keterampilan pada mahasiswa merupakan bagian dari pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diajarkan berbagai macam cabang olahraga, salah satunya cabang olahraga aktivitas senam yaitu

rol depan. Pembelajaran senam lantai, yang difokuskan pada gerak rol depan (Ichsani et al., 2021). Gerak rol depan adalah gerakan senam lantai di mana tubuh mengguling ke depan dengan cara membulatkan badan, seperti roda, menggunakan bagian belakang tubuh seperti tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul (Yakub et al., 2020).

Mahasiswa dituntut dapat melakukan dan memahami teknik-teknik gerak rol depan, dengan begitu saat ujian (tes) yang diberikan oleh dosen, mahasiswa dapat menjawab pertanyaan dengan benar bagaimana teknik-teknik gerak rol depan. Dengan pemahaman yang cukup mahasiswa akan mendapatkan nilai atau hasil yang baik. Tetapi yang terjadi mahasiswa tidak mempelajari ulang materi yang diberikan, yang terjadi nilai yang didapat tidaklah memuaskan.

Dari hasil Observasi belajar mahasiswa Prodi Pendidikan jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo, dalam melakukan rol depan masih belum optimal sesuai dengan standar pencapaian nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu C. Dari 24 peserta didik, hanya 6 mahasiswa (25%) yang sudah memenuhi standar nilai, dan sisanya 18 mahasiswa (75%) masih jauh dari standar pencapaian nilai yang sudah ditentukan.

Ditinjau dari pelaksanaan pembelajaran rol depan di Universitas Veteran Bangun Nusantara, Sukoharjo dilaksanakan secara konvensional. Model pembelajaran tersebut membuat mahasiswa lebih tergantung pada dosen dan menganggap jika tidak ada dosen maka tidak ada proses belajar mengajar. Selain itu mahasiswa tidak siap menerima pelajaran dan kurang aktif selama proses belajar mengajar Dosen menjelaskan teknik dasar rol depan (awalan, tumpuan, dan sikap akhir), memberikan contoh rol depan dan selanjutnya memberi penjelasan kepada mahasiswa untuk melakukan rol depan yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama. Dari pembelajaran yang dilakukan secara konvensional ternyata sebagian besar mahasiswa kurang senang, mahasiswa merasa jenuh dan bosan, mahasiswa justru bercanda dengan mahasiswa lainnya. Kondisi yang demikian mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai, mahasiswa kurang menguasai teknik rol

depan sehingga dalam evaluasi/penilaian hasilnya tidak tuntas.

Dosen dalam hal ini harus memiliki kemampuan untuk melakukan pembelajaran yang membuat mahasiswa aktif dan pembelajaran menjadi menyenangkan. Model pembelajaran *Cooperative tipe Group Investigation* (GI) merupakan model pembelajaran yang bisa mengajak mahasiswa untuk berpikir secara aktif dan kreatif dalam proses pembelajaran (Hayatun Nufus & Muliana, 2021). Model ini tidak hanya mengembangkan kemampuan intelektual tetapi seluruh potensi yang ada, termasuk pengembangan emosional dan pengembangan keterampilan (Zaitunnah et al., 2024).

Dengan menerapkan model pembelajaran ini akan melatih mahasiswa berani mengemukakan pendapat, bekerjasama, mengembangkan diri, dan bertanggungjawab secara individu, saling ketergantungan positif, interaksi personal dan proses kelompok. Penggunaan model pembelajaran ini secara efektif dan efisien akan mengurangi monopoli dosen dalam penguasaan jalannya proses pembelajaran, dan kebosanan mahasiswa dalam menerima pelajaran akan berkurang.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo dilaksanakan pada bulan April – Mei 2025. Subjek yang diteliti dalam Penelitian ini adalah peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajar 2024/2025 berjumlah 24 peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Prodi (PTK) atau *Classroom Action Research* (CAR). Analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena data yang terkumpul berupa uraian deskriptif tentang perkembangan hasil belajar Roll Depan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari deskripsi hasil tindakan dari kondisi awal, siklus I dan siklus II terdapat beberapa perubahan hasil yang diperoleh setiap siklusnya. Hal ini dapat dilihat dalam tabel perbandingan prosentase hasil belajar tiap siklus dibawah ini:

Tabel 1. Perbandingan Hasil Belajar Roll depan Sebelum dan Setelah

Commented [Yustinus8]: Untuk penulisan tabel tidak menggunakan garis vertikal

Menggunakan model pembelajaran kooperatif *Group Investigation* (GI) Siklus I dan Siklus II.

Keterangan	Prosentase		
	Data awal	Siklus I	Siklus II
Tuntas	6 Peserta didik	14 Peserta didik	22 Peserta didik
Prosentase Ketuntasan	25 %	58,33 %	91,66 %
Tidak Tuntas	18 Peserta didik	10 Peserta didik	2 Peserta didik
Prosentase Ketidaktuntasan	75 %	41,66 %	8,33%

Dari tabel diatas bisa dilihat bahwa terjadi peningkatan yang cukup signifikan setelah dilakukan tindakan pada siklus I. Hasil belajar peserta didik yang tuntas semula hanya 25% atau 6 peserta didik pada siklus 1 dalam materi pembelajaran roll depan, menjadi 58,33%atau 14 peserta didik yang Tuntas. Dan pada akhir siklus II, peserta didik yang Tuntas menjadi 91,66 % atau 22 peserta didik.

Model pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) merupakan model pembelajaran yang membentuk kelompok kecil yang heterogen dengan latar belakang cara berpikir yang berbeda untuk saling membantu terhadap peserta didik lain yang membutuhkan bantuan. Dalam model ini, diterapkan bimbingan antar teman yaitu peserta didik yang pandai dan sudah mahir bertanggung jawab terhadap peserta didik yang lemah dan kurang ataupun belum bisa. Disamping itu dapat meningkatkan partisipasi peserta didik dalam kelompok kecil. Peserta didik yang pandai dapat mengembangkan kemampuan dan ketrampilannya, sedangkan peserta didik yang lemah dapat terbantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) membutuhkan persiapan dan rancangan yang sistematis (Basirun & Tarto, 2022). Pengajar harus melakukan langkah-langkah pokok sebagaimana dalam penjelasan pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*)

yaitu membuat peserta didik untuk bekerja sama, menguasai materi, keterampilan dan sikap aktif dalam pembelajaran Roll Depan.

Roll Depan adalah salah satu gerakan senam yang membutuhkan keterampilan. Dalam pembelajaran Roll Depan dengan model pembelajaran *cooperative learning* GI (*Group Investigation*). Pada model pembelajaran ini terdapat saling ketergantungan positif, tanggung jawab individual untuk dapat mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri, interaksi personal, serta keahlian dalam bekerja sama dalam kelompok (Antika et al., 2022). Dengan penggunaan model ini, peserta didik dapat lebih aktif dengan saling membantu antar teman untuk memahami materi, saling member motivasi atau dorongan, dan evaluasi.

Maka untuk memaksimalkan pembelajaran Roll Depan harus digunakan model pembelajaran yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan peserta didik. Model pembelajaran yang sesuai dengan situasi tersebut adalah model pembelajaran *cooperative learning* GI (*Group Investigation*) yang dianggap paling konsisten memberikan pengaruh positif, agar peserta didik memiliki tanggungjawab secara individual maupun kelompok dan bekerjasama untuk mencapai tujuan pembelajaran, serta berperan aktif memberikan dorongan atau motivasi serta evaluasi pada rekan sebaya (Fitryani et al., 2020). Sehingga dengan penerapan model *cooperative learning*, diharapkan dalam pembelajaran Roll Depan dapat dilakukan secara maksimal.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran melalui model pembelajaran kooperatif *Group Investigation* (GI) dapat meningkatkan hasil belajar roll depan pada peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajaran 2024/2025.

DAFTAR PUSTAKA

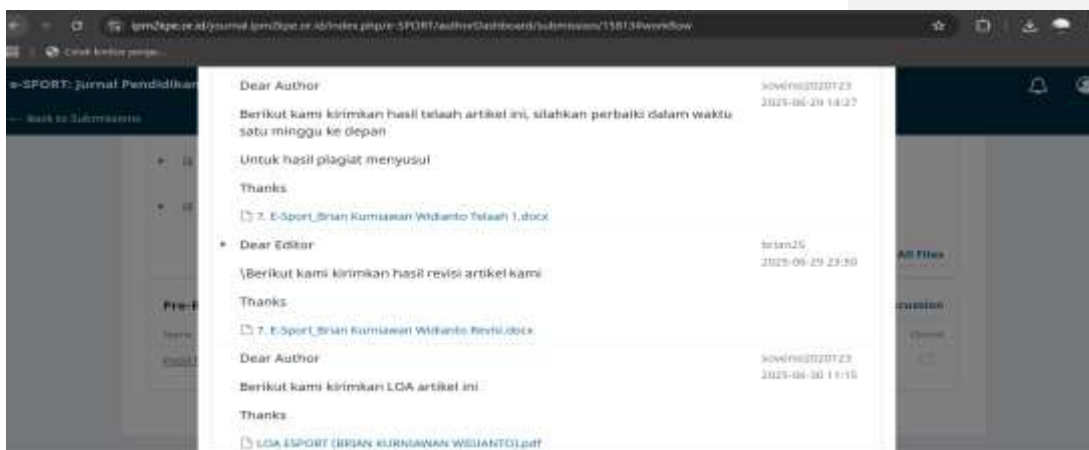
- Antika, R., Nurhaedah, & Suarlin. (2022). Pengaruh Model Pembelajaran Group Investigation (GI) terhadap Sikap Kerjasama pada Pembelajaran Tematik pada Siswa Sekolah Dasar. *Pinisi Journal of Education*, 2(6).
- Basirun, B., & Tarto, T. (2022). Efektifitas Model Group Investigation dalam Meningkatkan Hasil Belajar IPS Di Sekolah Dasar. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 3. <https://doi.org/10.30595/pssh.v3i.384>
- Fajri, A. (2020). Metode drill dalam peningkatan keterampilan dasar rolling senam lantai. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 1(1), 9–15.

Commented [Yustinus9]: Tambahkan doi/alamat situs pada daftar pustaka

<https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i1.2>

- Fitryani, N. K., Kurniasih, & Rengganis, I. (2020). Penerapan Pembelajaran Kooperatif Group Investigation untuk Meningkatkan Keterampilan Kerja Sama Siswa SD. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar (JPGSD)*, 5(2).
- Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2020). Motivasi untuk hasil pembelajaran senam lantai. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 137. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.8646>
- Handayani, S. G. (2017). Tinjauan Keterampilan Front Handspring Atlet Senam Lantai PT. Semen Padang. *Jurnal Sporta Saintika*, 3(1), 310–316.
- Handayani, S. G. (2018). Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Front Handspring Atlet Senam Lantai. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 3(1), 23. <https://doi.org/10.5614/10.5614/jskk.2018.3.1.6>
- Hayatun Nufus, & Muliana. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation (GI) Terhadap Kemampuan Komunikasi Matematis Siswa Dan Sikap Positif Siswa. *Ar-Riyadhiyyat: Journal of Mathematics Education*, 2(1). <https://doi.org/10.47766/arriyadhiyyat.v2i1.1398>
- Ichsani, I., Sulaeman, S., & Yulianti, A. (2021). Kontribusi Kekuatan Lengan, Kelentukan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Roll Ke Depan Pada Senam Lantai Siswa SMKN 1 Makassar. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(1), 36. <https://doi.org/10.26858/sportive.v5i1.20253>
- Prasetyo, I. D., & Sunarti. (2016). Meningkatkan Kemampuan Senam Lantai Guling Belakang Melalui Media Video. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 5–10.
- Stiyapranomo, D. A., & Tri Iwandana, D. (2022). JOSSAE (Journal of Sport Science and Education) Penerapan metode demonstrasi dan penugasan berbasis google formulir berbantuan media pembelajaran Vpams-Ppt untuk meningkatkan hasil belajar materi senam lantai. *Journal of Sport Science and Education* |, 7(1).
- Waras, W. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai melalui Teknik Modeling. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 3(1), 113–120. <https://doi.org/10.28926/briliant.v3i1.148>
- Yakub, M., Gustiawati, R., & Setiawan, M. A. (2020). Implementasi Evaluasi Partisipatif Dalam Mengetahui Hasil Pembelajaran Senam Lantai Roll Depan pada Siswa SMP Negeri 2 Pebayuran. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(1). <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i1.3828>
- Zaitunnah, Z., Hasanah, M., Rizky, M., & Ratumbusang, M. F. N. G. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation dalam Menumbuhkan Kemandirian Belajar Siswa SMAN 7 Banjarmasin. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 12(1). <https://doi.org/10.26740/jupe.v12n1.p119-129>
- Zulbahri, Z., Astuti, Y., . E., . P., & . D. (2020). Pengembangan Media Belajar Pjok Pada Materi Senam Lantai (Artistik). *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(2), 86. <https://doi.org/10.23887/jiku.v8i2.30253>

3. Bukti Historis dan Dokumen LoA





E-SPORT: JURNAL PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
INSTITUT PENELITIAN MATEMATIKA KOMPUTER,
KEPERAWATAN, PENDIDIKAN, DAN EKONOMI (IPM2KPE)

Terakreditasi (Sinta 5), Surat Keputusan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi, Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset dan Teknologi, Nomor 79/E/KPT/2023. Alamat : Jl Gunung Sari Kelurahan Karya Bakti, Kecamatan Lubuklinggau Timur II Kota Lubuklinggau Sumatera Selatan. No HP. 081377987485

LETTER OF ACCEPTANCE (LOA)
NO : 01/19.06/IPM2KPE/E-SPORT/2025

Kepada Yth
Brian Kurniawan Widiyanto¹, Koko Prasetyo², Rezza Adiluhung Prasetya³, Tri Sutrisno⁴, Anjas Asmara Subekti⁵
Universitas Veteran Bangun Nusantara^{1,2,3,4,5},

Berdasarkan hasil telaah tim E-SPORT : Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, artikel yang berjudul "PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN KOPERATIVE LEARNING TIPE GROUP INVESTIGASI DALAM PEMEBELAJARAN SENAM LANTAI PADA MAHAMAHASISWA PENDIDIKAN JASMANI UNIVERSITAS VETERAN BANGUN NUSANTARA". Akan Diterbitkan Pada Edisi Vol. 5, No. 2, Januari-Juni 2025. Demikianlah Letter of Acceptance (LOA) ini dibuat semoga dapat dipergunakan sebagaimana mustinya.

Lubuklinggau, 19 Juni 2025
Jurnal Manager



Dr. AHMAD GAWDY PRANANOSA, M.Pd

**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN KOPERATIVE LEARNING TIPE
GROUP INVESTIGASI DALAM PEMEBELAJARAN SENAM LANTAI PADA**

MAHAMAHASISWA PENDIDIKAN JASMANI

Brian Kumiawan Widiyanto¹, Koko Prasetyo², Rezza Adiluhung Prasetya³,
Tri Sutrisno⁴, Anjas Asmara Subekti⁵
Universitas Veteran Bangun Nusantara^{1,2,3,4,5}
wbriankumiawan@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe Group Investigation (GI) dalam pembelajaran senam lantai pada mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Prodi (PTK) atau Classroom Action Research (CAR). Analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena data yang terkumpul berupa uraian deskriptif tentang perkembangan hasil belajar Roll Depan. Hasil penelitian menunjukkan peserta didik yang tuntas semula hanya 25% atau 6 peserta didik pada siklus 1 dalam materi pembelajaran roll depan, menjadi 58,33% atau 14 peserta didik yang Tuntas. Dan pada akhir siklus II, peserta didik yang Tuntas menjadi 91,66 % atau 22 peserta didik. Simpulan, bahwa pembelajaran melalui model pembelajaran kooperatif Group Investigation (GI) dapat meningkatkan hasil belajar roll depan pada peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajaran 2024/2025.

Kata Kunci : Cooperative Learning, Group Investigation, Senam Lantai

ABSTRACT

This study aims to apply the Group Investigation (GI) type cooperative learning model in floor gymnastics learning for Physical Education students at Veteran Bangun Nusantara University. This study uses the Study Program Action Research (PTK) or Classroom Action Research (CAR) method. The data analysis used is quantitative descriptive. This analysis technique is carried out because the data collected is descriptive descriptions of the development of forward-roll learning outcomes. The study results showed that students who completed were initially only 25% or six students in cycle 1 in the forward roll learning material, becoming 58.33% or 14 students who completed it. And at the end of cycle II, students who completed it became 91.66% or 22 students. The conclusion is that learning through the Group Investigation (GI) cooperative learning model can improve the learning outcomes of forward rolls in Physical Education Study Program students at Veteran Bangun Nusantara University, Sukoharjo, in the 2024/2025 academic year.

Keywords: Cooperative Learning, Group Investigation, Floor Gymnastics

PENDAHULUAN

Senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan pada matras, unsur-unsur gerakannya terdiri dari mengguling, meloncat, berputar di udara, menumpu dengan tangan atau kaki mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat ke depan atau ke belakang (Iwandana & Stiyapranomo, 2022). Dengan melakukan gerakan secara tepat dan

benar, sistem-sistem syaraf, otot dan sendi akan bekerja menjadi lebih baik, sehingga unsur-unsur kesegaran jasmani akan berkembang dengan baik (Waras, 2018). Dalam pembelajaran/ latihan gerakan senam yang dilakukan dengan baik dan teratur dapat membuat tubuh menjadi kuat, sikap dan perawakan menjadi lebih baik, bentuk gerak yang terampil, efisien, luwes dan anggun (Handayani, 2018). Hal ini dikarenakan terjadinya koordinasi syaraf dan otot yang rapi dan serasi, otot pada batang tubuh cukup kuat terutama otot perut dan punggung (Zulbahri et al., 2020).

Senam lantai adalah gerakan tubuh yang dilakukan di lantai ataupun matras yang semua berhubungan dengan koordinasi tubuh, meliputi kelentukan, kekuatan, daya tahan, kelincahan dan kontrol tubuh yang baik dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan ketrampilan, dan menanamkan mental spiritual, terutama bagi para siswa (Fajri, 2020). Dalam mempelajari atau berlatih senam, seseorang tidak bisa langsung belajar atau berlatih gerakan-gerakan yang mempunyai tingkat kesulitan tinggi (Prasetyo & Sunarti, 2016). Oleh karena itu belajar atau berlatih senam harus diawali dari dasar atau tingkat yang mudah, baru kemudian semakin meningkat ke arah yang lebih sulit (Handayani, 2017).

Gerakan senam lantai melibatkan koordinasi tubuh dan urutan tertentu dapat melatih kemampuan otak untuk mengingat dan mengolah informasi (Hadjarati & Haryanto, 2020). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu bagian pendidikan yang sangat berperan penting dan tidak dapat dipisahkan dari tujuan pembelajaran secara keseluruhan. Dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani seorang dosen harus aktif menciptakan suasana pembelajaran yang sebaik mungkin agar motivasi belajar mahasiswa dapat meningkat. Tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik dengan kemampuan seorang dosen membangkitkan motivasi mahasiswa dalam belajar. Melalui pendidikan jasmani diharapkan mahasiswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Mengenalkan dasar-dasar keterampilan pada mahasiswa merupakan bagian dari pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diajarkan berbagai macam cabang olahraga, salah satunya cabang olahraga aktivitas senam yaitu rol depan. Pembelajaran senam lantai, yang difokuskan pada gerak rol depan (Ichsani et al., 2021). Gerak rol depan adalah gerakan senam lantai di mana tubuh mengguling ke depan dengan cara membulatkan badan, seperti roda, menggunakan bagian belakang tubuh seperti tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul (Yakub et al., 2020).

Mahasiswa dituntut dapat melakukan dan memahami teknik-teknik gerak rol depan, dengan begitu saat ujian (tes) yang diberikan oleh dosen, mahasiswa dapat menjawab pertanyaan dengan benar bagaimana teknik-teknik gerak rol depan. Dengan pemahaman yang cukup mahasiswa akan mendapatkan nilai atau hasil yang baik. Tetapi yang terjadi mahasiswa tidak mempelajari ulang materi yang diberikan, yang terjadi nilai yang didapat tidaklah memuaskan.

Dari hasil Observasi belajar mahasiswa Prodi Pendidikan jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo, dalam melakukan rol depan masih belum optimal sesuai dengan standar pencapaian nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu C. Dari 24 peserta didik, hanya 6 mahasiswa (25%) yang sudah memenuhi standar nilai, dan sisanya 18 mahasiswa (75%) masih jauh dari standar pencapaian nilai yang sudah ditentukan.

Ditinjau dari pelaksanaan pembelajaran rol depan di Universitas Veteran Bangun Nusantara, Sukoharjo dilaksanakan secara konvensional. Model pembelajaran tersebut membuat mahasiswa lebih tergantung pada dosen dan menganggap jika tidak ada dosen maka tidak ada proses belajar mengajar. Selain itu mahasiswa tidak siap menerima pelajaran dan kurang aktif selama proses belajar mengajar. Dosen menjelaskan teknik dasar rol depan (awalan, tumpuan, dan sikap akhir), memberikan contoh rol depan dan selanjutnya memberi penjelasan kepada mahasiswa untuk melakukan rol depan yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama. Dari pembelajaran yang dilakukan secara konvensional ternyata sebagian besar mahasiswa kurang senang, mahasiswa merasa jenuh dan bosan, mahasiswa justru bercanda dengan mahasiswa lainnya. Kondisi yang demikian mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai, mahasiswa kurang menguasai teknik rol depan sehingga dalam evaluasi/penilaian hasilnya tidak tuntas.

Dosen dalam hal ini harus memiliki kemampuan untuk melakukan pembelajaran yang membuat mahasiswa aktif dan pembelajaran menjadi menyenangkan. Model pembelajaran *Cooperative tipe Group Investigation* (GI) merupakan model pembelajaran yang bisa mengajak mahasiswa untuk berpikir secara aktif dan kreatif dalam proses pembelajaran (Nufus & Muliana, 2021). Model ini tidak hanya mengembangkan kemampuan intelektual tetapi seluruh potensi yang ada, termasuk pengembangan emosional dan pengembangan keterampilan (Zaitunnah et al., 2024).

Dengan menerapkan model pembelajaran ini akan melatih mahasiswa berani mengemukakan pendapat, bekerjasama, mengembangkan diri, dan bertanggungjawab secara individu, saling ketergantungan positif, interaksi personal dan proses kelompok. Penggunaan model pembelajaran ini secara efektif dan efisien akan mengurangi monopoli dosen dalam penguasaan jalannya proses pembelajaran, dan kebosanan mahasiswa dalam menerima pelajaran akan berkurang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo dilaksanakan pada bulan April – Mei 2025. Subjek yang diteliti dalam Penelitian ini adalah peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajar 2024/2025 berjumlah 24 peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Prodi (PTK) atau *Classroom Action Research* (CAR). Analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena data yang terkumpul berupa uraian deskriptif tentang perkembangan hasil belajar Roll Depan.

HASIL PENELITIAN

Dari deskripsi hasil tindakan dari kondisi awal, siklus I dan siklus II terdapat beberapa perubahan hasil yang diperoleh setiap siklusnya. Hal ini dapat dilihat dalam tabel perbandingan prosentase hasil belajar tiap siklus dibawah ini:

Tabel. 1
Perbandingan Hasil Belajar Roll depan Sebelum dan Setelah
Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif *Group Investigation* (GI) Siklus I dan Siklus II

Keterangan	Prosentase		
	Data awal	Siklus I	Siklus II
Tuntas	6 Peserta didik	14 Peserta didik	22 Peserta didik
Prosentase Ketuntasan	25 %	58,33 %	91,66 %
Tidak Tuntas	18 Peserta didik	10 Peserta didik	2 Peserta didik
Prosentase Ketidaktuntasan	75 %	41,66 %	8,33%

Dari tabel diatas bisa dilihat bahwa terjadi peningkatan yang cukup signifikan setelah dilakukan tindakan pada siklus I. Hasil belajar peserta didik yang tuntas semula hanya 25% atau 6 peserta didik pada siklus 1 dalam materi pembelajaran roll depan, menjadi 58,33%atau 14 peserta didik yang Tuntas. Dan pada akhir siklus II, peserta didik yang Tuntas menjadi 91,66 % atau 22 peserta didik.

PEMBAHASAN

Model pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) merupakan model pembelajaran yang membentuk kelompok kecil yang heterogen dengan latar belakang cara berpikir yang berbeda untuk saling membantu terhadap peserta didik lain yang membutuhkan bantuan. Dalam model ini, diterapkan bimbingan antar teman yaitu peserta didik yang pandai dan sudah mahir bertanggung jawab terhadap peserta didik yang lemah dan kurang ataupun belum bisa. Disamping itu dapat meningkatkan partisipasi peserta didik dalam kelompok kecil. Peserta didik yang pandai dapat mengembangkan kemampuan dan ketrampilannya, sedangkan peserta didik yang lemah dapat terbantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) membutuhkan persiapan dan rancangan yang sistematis (Basirun & Tarto, 2022). Pengajar harus melakukan langkah-langkah pokok sebagaimana dalam penjelasan pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) yaitu membuat peserta didik untuk bekerja sama, menguasai materi, keterampilan dan sikap aktif dalam pembelajaran Roll Depan.

Roll Depan adalah salah satu gerakan senam yang membutuhkan keterampilan. Dalam pembelajaran roll depan dengan model pembelajaran *cooperative learning* GI (*Group Investigation*). Pada model pembelajaran ini terdapat saling ketergantungan positif, tanggung jawab individual untuk dapat mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri, interaksi personal, serta keahlian dalam bekerja sama dalam kelompok (Antika et al., 2022). Dengan penggunaan model ini, peserta didik dapat lebih aktif dengan saling membantu antar teman

untuk memahami materi, saling member motivasi atau dorongan, dan evaluasi.

Maka untuk memaksimalkan pembelajaran roll depan harus digunakan model pembelajaran yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan peserta didik. Model pembelajaran yang sesuai dengan situasi tersebut adalah model pembelajaran *cooperative learning* GI (*Group Investigation*) yang dianggap paling konsisten memberikan pengaruh positif, agar peserta didik memiliki tanggungjawab secara individual maupun kelompok dan bekerjasama untuk mencapai tujuan pembelajaran, serta berperan aktif memberikan dorongan atau motivasi serta evaluasi pada rekan sebaya (Fitryani et al., 2020). Sehingga dengan penerapan model *cooperative learning*, diharapkan dalam pembelajaran Roll Depan dapat dilakukan secara maksimal.

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran melalui model pembelajaran kooperatif *Group Investigation* (GI) dapat meningkatkan hasil belajar roll depan pada peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajaran 2024/2025.

DAFTAR PUSTAKA

- Antika, R., Nurhaedah, N., & Suarlin, S. (2022). Pengaruh Model Pembelajaran Group Investigation (GI) terhadap Sikap Kerjasama pada Pembelajaran Tematik pada Siswa Sekolah Dasar. *Pinisi Journal of Education*, 2(6), 190-205. <https://ojs.unm.ac.id/PJE/article/viewFile/38942/18305>
- Basirun, B., & Tarto, T. (2022). Efektifitas Model Group Investigation dalam Meningkatkan Hasil Belajar IPS di Sekolah Dasar. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 3. <https://doi.org/10.30595/pssh.v3i.384>
- Fajri, A. (2020). Metode Drill dalam Peningkatan Keterampilan Dasar Rolling Senam Lantai. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 1(1), 13-21. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i1.2>
- Fitryani, N. K., Kumiasih, K., & Rengganis, I. (2020). Penerapan Pembelajaran Kooperatif Group Investigation untuk Meningkatkan Keterampilan Kerja Sama Siswa SD. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar (JPGSD)*, 5(2). <https://doi.org/10.17509/jpgsd.v5i2.30012>
- Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2020). Motivasi untuk hasil pembelajaran senam lantai. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 19(2), 137. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.8646>
- Handayani, S. G. (2017). Tinjauan Keterampilan Front Handspring Atlet Senam Lantai PT. Semen Padang. *Jurnal Sporta Saintika*, 2(2), 310-316. <https://doi.org/10.24036/sporta.v2i2.54>
- Handayani, S. G. (2018). Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Front Handspring Atlet Senam Lantai. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 3(1), 23. <http://journals.itb.ac.id/index.php/jskk/article/view/9753>
- Ichsani, I., Sulaeman, S., & Yulianti, A. (2021). Kontribusi Kekuatan Lengan, Kelentukan dan

Keseimbangan terhadap Kemampuan Roll ke Depan pada Senam Lantai Siswa SMKN I Makassar. *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(1), 36. <https://doi.org/10.26858/sportive.v5i1.20253>

Iwandana, D. T., & Stiyapranomo, D. A. (2022). Penerapan Metode Demonstrasi dan Penugasan Berbasis Google Formulir Berbantuan Media Pembelajaran Vpams-Ppt untuk Meningkatkan Hasil Belajar Materi Senam Lantai. *(JOSSAE) Journal of Sport Science and Education* |, 7(1), 58-65. <https://doi.org/10.26740/jossae.v7n1.p58-65>

Nufus, H., & Muliana, M. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation (GI) terhadap Kemampuan Komunikasi Matematis Siswa dan Sikap Positif Siswa. *Ar-Riyadhiyyat: Journal of Mathematics Education*, 2(1), 27-37. <https://doi.org/10.47766/arriyadhiyyat.v2i1.1398>

Prasetyo, I. D., & Sunarti. (2016). Meningkatkan Kemampuan Senam Lantai Guling Belakang Melalui Media Video. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 5–10. <https://doi.org/10.21831/jppi.v12i1.10210>

Waras, W. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai melalui Teknik Modeling. *Briliant: Jurnal Riset dan Konseptual*, 3(1), 113–120. <https://doi.org/10.28926/briliant.v3i1.148>

Yakub, M., Gustiawati, R., & Setiawan, M. A. (2020). Implementasi Evaluasi Partisipatif dalam Mengetahui Hasil Pembelajaran Senam Lantai Roll Depan pada Siswa SMP Negeri 2 Pebayuran. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(1). <https://journal.unsika.ac.id/index.php/JLO/article/view/3828/2814>

Zaitunnah, Z., Hasanah, M., Rizky, M., & Ratumbusang, M. F. N. G. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation dalam Menumbuhkan Kemandirian Belajar Siswa SMAN 7 Banjarmasin. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 12(1). <https://doi.org/10.26740/jupe.v12n1.p119-129>

Zulbahri, Z., Astuti, Y., Erianti, E., Pitnawati, P., & Damrah, D. (2020). Pengembangan Media Belajar PJOK pada Materi Senam Lantai (Artistik). *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(2), 86. <https://doi.org/10.23887/jiku.v8i2.30253>

4. Bukti Copy Editing

The screenshot displays the author dashboard for the journal 'e-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi'. The interface includes a navigation bar with tabs for 'Submission', 'Review', 'Copyediting', and 'Production'. The 'Copyediting' tab is active, showing a section for 'Copyediting Discussions' with a table that currently has no items. Below this, the 'Copyedited' section lists a document titled '5. Brian Kurniawan Widiyanto CE.docx' with a file ID of 139066. The document is dated 30 June 2025 and is in the 'Article Text' stage. A search bar is visible in the top right corner.

e-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Volume 5, Nomor 2, Januari-Juni 2025
e-ISSN : 2746-1556
p-ISSN : 2746-1564
DOI :



**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN KOPERATIVE LEARNING TIPE
GROUP INVESTIGASI DALAM PEMEBELAJARAN SENAM LANTAI PADA
MAHAMAHASISWA PENDIDIKAN JASMANI**

Brian Kurniawan Widiyanto¹, Koko Prasetyo², Rezza Adiluhung Prasetya³,
Tri Sutrisno⁴, Anjas Asmara Subekti⁵
Universitas Veteran Bangun Nusantara^{1,2,3,4,5}
wbriankurniawan@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe Group Investigation (GI) dalam pembelajaran senam lantai pada mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Prodi (PTK) atau Classroom Action Research (CAR). Analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena data yang

terkumpul berupa uraian deskriptif tentang perkembangan hasil belajar Roll Depan. Hasil penelitian menunjukkan peserta didik yang tuntas semula hanya 25% atau 6 peserta didik pada siklus 1 dalam materi pembelajaran roll depan, menjadi 58,33% atau 14 peserta didik yang Tuntas. Dan pada akhir siklus II, peserta didik yang Tuntas menjadi 91,66 % atau 22 peserta didik. Simpulan, bahwa pembelajaran melalui model pembelajaran kooperatif Group Investigation (GI) dapat meningkatkan hasil belajar roll depan pada peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajaran 2024/2025.

Kata Kunci : Cooperative Learning, Group Investigation, Senam Lantai

ABSTRACT

This study aims to apply the Group Investigation (GI) type cooperative learning model in floor gymnastics learning for Physical Education students at Veteran Bangun Nusantara University. This study uses the Study Program Action Research (PTK) or Classroom Action Research (CAR) method. The data analysis used is quantitative descriptive. This analysis technique is carried out because the data collected is descriptive descriptions of the development of forward-roll learning outcomes. The study results showed that students who completed were initially only 25% or six students in cycle 1 in the forward roll learning material, becoming 58.33% or 14 students who completed it. And at the end of cycle II, students who completed it became 91.66% or 22 students. The conclusion is that learning through the Group Investigation (GI) cooperative learning model can improve the learning outcomes of forward rolls in Physical Education Study Program students at Veteran Bangun Nusantara University, Sukoharjo, in the 2024/2025 academic year.

Keywords: Cooperative Learning, Group Investigation, Floor Gymnastics

PENDAHULUAN

Senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan pada matras, unsur-unsur gerakannya terdiri dari mengguling, meloncat, berputar di udara, menumpu dengan tangan atau kaki mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat ke depan atau ke belakang (Iwandana & Stiyanpranomo, 2022). Dengan melakukan gerakan secara tepat dan benar, sistem-sistem syaraf, otot dan sendi akan bekerja menjadi lebih baik, sehingga unsur-unsur kesegaran jasmani akan berkembang dengan baik (Waras, 2018). Dalam pembelajaran/ latihan gerakan senam yang dilakukan dengan baik dan teratur dapat membuat tubuh menjadi kuat, sikap dan perawakan menjadi lebih baik, bentuk gerak yang terampil, efisien, luwes dan anggun (Handayani, 2018). Hal ini dikarenakan terjadinya koordinasi syaraf dan otot yang rapi dan serasi, otot pada batang tubuh cukup kuat terutama otot perut dan punggung (Zulbahri et al., 2020).

Senam lantai adalah gerakan tubuh yang dilakukan di lantai ataupun matras yang semua berhubungan dengan koordinasi tubuh, meliputi kelentukan, kekuatan, daya tahan, kelincahan dan kontrol tubuh yang baik dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan ketrampilan, dan menanamkan mental spiritual, terutama bagi

para siswa (Fajri, 2020). Dalam mempelajari atau berlatih senam, seseorang tidak bisa langsung belajar atau berlatih gerakan-gerakan yang mempunyai tingkat kesulitan tinggi (Prasetyo & Sunarti, 2016). Oleh karena itu belajar atau berlatih senam harus diawali dari dasar atau tingkat yang mudah, baru kemudian semakin meningkat ke arah yang lebih sulit (Handayani, 2017).

Gerakan senam lantai melibatkan kordinasi tubuh dan urutan tertentu dapat melatih kemampuan otak untuk mengingat dan mengolah informasi (Hadjarati & Haryanto, 2020). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu bagian pendidikan yang sangat berperan penting dan tidak dapat dipisahkan dari tujuan pembelajaran secara keseluruhan. Dalam melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani seorang dosen harus aktif menciptakan suasana pembelajaran yang sebaik mungkin agar motivasi belajar mahasiswa dapat meningkat. Tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik dengan kemampuan seorang dosen membangkitkan motivasi mahasiswa dalam belajar. Melalui pendidikan jasmani diharapkan mahasiswa dapat memperoleh berbagai pengalaman untuk mengungkapkan kesan pribadi yang menyenangkan, kreatif, inovatif, terampil, meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Mengenalkan dasar-dasar keterampilan pada mahasiswa merupakan bagian dari pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diajarkan berbagai macam cabang olahraga, salah satunya cabang olahraga aktivitas senam yaitu rol depan. Pembelajaran senam lantai, yang difokuskan pada gerak rol depan (Ichsani et al., 2021). Gerak rol depan adalah gerakan senam lantai di mana tubuh mengguling ke depan dengan cara membulatkan badan, seperti roda, menggunakan bagian belakang tubuh seperti tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul (Yakub et al., 2020).

Mahasiswa dituntut dapat melakukan dan memahami teknik-teknik gerak rol depan, dengan begitu saat ujian (tes) yang diberikan oleh dosen, mahasiswa dapat menjawab pertanyaan dengan benar bagaimana teknik-teknik gerak rol depan. Dengan pemahaman yang cukup mahasiswa akan mendapatkan nilai atau hasil yang baik. Tetapi yang terjadi mahasiswa tidak mempelajari ulang materi yang diberikan, yang terjadi nilai yang didapat tidaklah memuaskan.

Dari hasil Observasi belajar mahasiswa Prodi Pendidikan jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo, dalam melakukan rol depan masih belum optimal sesuai dengan standar pencapaian nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditentukan yaitu C. Dari 24 peserta didik, hanya 6 mahasiswa (25%) yang sudah memenuhi standar nilai, dan sisanya 18 mahasiswa (75%) masih jauh dari standar pencapaian nilai yang sudah ditentukan.

Ditinjau dari pelaksanaan pembelajaran rol depan di Universitas Veteran Bangun Nusantara, Sukoharjo dilaksanakan secara konvensional. Model pembelajaran tersebut membuat mahasiswa lebih tergantung pada dosen dan menganggap jika tidak ada dosen maka tidak ada proses belajar mengajar. Selain itu mahasiswa tidak siap menerima pelajaran dan kurang aktif selama proses belajar mengajar Dosen menjelaskan teknik dasar

rol depan (awalan, tumpuan, dan sikap akhir), memberikan contoh rol depan dan selanjutnya memberi penjelasan kepada mahasiswa untuk melakukan rol depan yang dilakukan secara klasikal atau bersama-sama. Dari pembelajaran yang dilakukan secara konvensional ternyata sebagian besar mahasiswa kurang senang, mahasiswa merasa jenuh dan bosan, mahasiswa justru bercanda dengan mahasiswa lainnya. Kondisi yang demikian mengakibatkan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai, mahasiswa kurang menguasai teknik rol depan sehingga dalam evaluasi/penilaian hasilnya tidak tuntas.

Dosen dalam hal ini harus memiliki kemampuan untuk melakukan pembelajaran yang membuat mahasiswa aktif dan pembelajaran menjadi menyenangkan. Model pembelajaran *Cooperative tipe Group Investigation* (GI) merupakan model pembelajaran yang bisa mengajak mahasiswa untuk berpikir secara aktif dan kreatif dalam proses pembelajaran (Nufus & Muliana, 2021). Model ini tidak hanya mengembangkan kemampuan intelektual tetapi seluruh potensi yang ada, termasuk pengembangan emosional dan pengembangan keterampilan (Zaitunnah et al., 2024).

Dengan menerapkan model pembelajaran ini akan melatih mahasiswa berani mengemukakan pendapat, bekerjasama, mengembangkan diri, dan bertanggungjawab secara individu, saling ketergantungan positif, interaksi personal dan proses kelompok. Penggunaan model pembelajaran ini secara efektif dan efisien akan mengurangi monopoli dosen dalam penguasaan jalannya proses pembelajaran, dan kebosanan mahasiswa dalam menerima pelajaran akan berkurang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo dilaksanakan pada bulan April – Mei 2025. Subjek yang diteliti dalam Penelitian ini adalah peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajar 2024/2025 berjumlah 24 peserta didik. Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Prodi (PTK) atau *Classroom Action Research* (CAR). Analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik analisis tersebut dilakukan karena data yang terkumpul berupa uraian deskriptif tentang perkembangan hasil belajar Roll Depan.

HASIL PENELITIAN

Dari deskripsi hasil tindakan dari kondisi awal, siklus I dan siklus II terdapat beberapa perubahan hasil yang diperoleh setiap siklusnya. Hal ini dapat dilihat dalam tabel perbandingan prosentase hasil belajar tiap siklus dibawah ini:

Tabel. 1
Perbandingan Hasil Belajar Roll depan Sebelum dan Setelah
Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif *Group Investigation* (GI) Siklus I dan Siklus II

Keterangan	Prosentase		
	Data awal	Siklus I	Siklus II
Tuntas	6 Peserta didik	14 Peserta didik	22 Peserta didik

Prosentase Ketuntasan	25 %	58,33 %	91,66 %
Tidak Tuntas	18 Peserta didik	10 Peserta didik	2 Peserta didik
Prosentase Ketidaktuntasan	75 %	41,66 %	8,33%

Dari tabel diatas bisa dilihat bahwa terjadi peningkatan yang cukup signifikan setelah dilakukan tindakan pada siklus I. Hasil belajar peserta didik yang tuntas semula hanya 25% atau 6 peserta didik pada siklus 1 dalam materi pembelajaran roll depan, menjadi 58,33% atau 14 peserta didik yang Tuntas. Dan pada akhir siklus II, peserta didik yang Tuntas menjadi 91,66 % atau 22 peserta didik.

PEMBAHASAN

Model pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) merupakan model pembelajaran yang membentuk kelompok kecil yang heterogen dengan latar belakang cara berpikir yang berbeda untuk saling membantu terhadap peserta didik lain yang membutuhkan bantuan. Dalam model ini, diterapkan bimbingan antar teman yaitu peserta didik yang pandai dan sudah mahir bertanggung jawab terhadap peserta didik yang lemah dan kurang ataupun belum bisa. Disamping itu dapat meningkatkan partisipasi peserta didik dalam kelompok kecil. Peserta didik yang pandai dapat mengembangkan kemampuan dan ketrampilannya, sedangkan peserta didik yang lemah dapat terbantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) membutuhkan persiapan dan rancangan yang sistematis (Basirun & Tarto, 2022). Pengajar harus melakukan langkah-langkah pokok sebagaimana dalam penjelasan pembelajaran *Cooperative Learning* Tipe GI (*Group Investigation*) yaitu membuat peserta didik untuk bekerja sama, menguasai materi, keterampilan dan sikap aktif dalam pembelajaran Roll Depan.

Roll Depan adalah salah satu gerakan senam yang membutuhkan keterampilan. Dalam pembelajaran roll depan dengan model pembelajaran *cooperative learning* GI (*Group Investigation*). Pada model pembelajaran ini terdapat saling ketergantungan positif, tanggung jawab individual untuk dapat mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri, interaksi personal, serta keahlian dalam bekerja sama dalam kelompok (Antika et al., 2022). Dengan penggunaan model ini, peserta didik dapat lebih aktif dengan saling membantu antar teman untuk memahami materi, saling member motivasi atau dorongan, dan evaluasi.

Maka untuk memaksimalkan pembelajaran roll depan harus digunakan model pembelajaran yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan peserta didik. Model pembelajaran yang sesuai dengan situasi tersebut adalah model pembelajaran *cooperative learning* GI (*Group Investigation*) yang dianggap paling konsisten memberikan pengaruh positif, agar peserta didik memiliki tanggungjawab secara individual maupun kelompok dan bekerjasama untuk mencapai tujuan pembelajaran, serta berperan aktif memberikan dorongan atau motivasi serta evaluasi pada rekan sebaya (Fitryani et al., 2020). Sehingga dengan penerapan model *cooperative learning*, diharapkan dalam pembelajaran Roll Depan dapat dilakukan secara maksimal.

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran melalui model pembelajaran kooperatif *Group Investigation* (GI) dapat meningkatkan hasil belajar roll depan pada peserta didik Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo tahun ajaran 2024/2025.

DAFTAR PUSTAKA

- Antika, R., Nurhaedah, N., & Suarlin, S. (2022). Pengaruh Model Pembelajaran Group Investigation (GI) terhadap Sikap Kerjasama pada Pembelajaran Tematik pada Siswa Sekolah Dasar. *Pinisi Journal of Education*, 2(6), 190-205. <https://ojs.unm.ac.id/PJE/article/viewFile/38942/18305>
- Basirun, B., & Tarto, T. (2022). Efektifitas Model Group Investigation dalam Meningkatkan Hasil Belajar IPS di Sekolah Dasar. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 3. <https://doi.org/10.30595/pssh.v3i.384>
- Fajri, A. (2020). Metode Drill dalam Peningkatan Keterampilan Dasar Rolling Senam Lantai. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 1(1), 13-21. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i1.2>
- Fitryani, N. K., Kurniasih, K., & Rengganis, I. (2020). Penerapan Pembelajaran Kooperatif Group Investigation untuk Meningkatkan Keterampilan Kerja Sama Siswa SD. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar (JPGSD)*, 5(2). <https://doi.org/10.17509/jpgsd.v5i2.30012>
- Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2020). Motivasi untuk hasil pembelajaran senam lantai. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 19(2), 137. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.8646>
- Handayani, S. G. (2017). Tinjauan Keterampilan Front Handspring Atlet Senam Lantai PT. Semen Padang. *Jurnal Sporta Saintika*, 2(2), 310–316. <https://doi.org/10.24036/sporta.v2i2.54>
- Handayani, S. G. (2018). Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Front Handspring Atlet Senam Lantai. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 3(1), 23. <http://journals.itb.ac.id/index.php/jskk/article/view/9753>
- Ichsani, I., Sulaeman, S., & Yulianti, A. (2021). Kontribusi Kekuatan Lengan, Kelentukan dan Keseimbangan terhadap Kemampuan Roll ke Depan pada Senam Lantai Siswa SMKN I Makassar. *SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(1), 36. <https://doi.org/10.26858/sportive.v5i1.20253>
- Iwandana, D. T., & Stiyapranomo, D. A. (2022). Penerapan Metode Demonstrasi dan Penugasan Berbasis Google Formulir Berbantuan Media Pembelajaran Vpams-Ppt untuk Meningkatkan Hasil Belajar Materi Senam Lantai. *(JOSSAE) Journal of Sport Science and Education* |, 7(1), 58-65. <https://doi.org/10.26740/jossae.v7n1.p58-65>
- Nufus, H., & Muliana, M. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation (GI) terhadap Kemampuan Komunikasi Matematis Siswa dan Sikap Positif Siswa. *Ar-Riyadhiyyat: Journal of Mathematics Education*, 2(1), 27-37.

<https://doi.org/10.47766/arriyadhiyyat.v2i1.1398>

- Prasetyo, I. D., & Sunarti. (2016). Meningkatkan Kemampuan Senam Lantai Guling Belakang Melalui Media Video. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 5–10. <https://doi.org/10.21831/jpji.v12i1.10210>
- Waras, W. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai melalui Teknik Modeling. *Briliant: Jurnal Riset dan Konseptual*, 3(1), 113–120. <https://doi.org/10.28926/briliant.v3i1.148>
- Yakub, M., Gustiawati, R., & Setiawan, M. A. (2020). Implementasi Evaluasi Partisipatif dalam Mengetahui Hasil Pembelajaran Senam Lantai Roll Depan pada Siswa SMP Negeri 2 Pebayuran. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(1). <https://journal.unsika.ac.id/index.php/JLO/article/view/3828/2814>
- Zaitunnah, Z., Hasanah, M., Rizky, M., & Ratumbusang, M. F. N. G. (2024). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation dalam Menumbuhkan Kemandirian Belajar Siswa SMAN 7 Banjarmasin. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 12(1). <https://doi.org/10.26740/jupe.v12n1.p119-129>
- Zulbahri, Z., Astuti, Y., Erianti, E., Pitnawati, P., & Damrah, D. (2020). Pengembangan Media Belajar PJOK pada Materi Senam Lantai (Artistik). *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(2), 86. <https://doi.org/10.23887/jiku.v8i2.30253>

5. Bukti Published

The screenshot displays the e-SPORT journal website. The header includes the journal title "e-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi" and navigation links for "Current", "Archives", "Announcements", and "About". The breadcrumb trail shows the path: Home / Archives / Vol. 5 No. 2 (2025): e-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi / Articles. The article title is "Penerapan Model Pembelajaran Koperative Learning Tipe Group Investigasi dalam Pemebelajaran Senam Lantai pada Mahamahasiswa Pendidikan Jasmani". The authors listed are Brian Kurniawan Widiyanto, Koko Prasetyo, Rezza Adiluhung Prasetya, and Tri Sutrisno, all from Universitas Veteran Bangun Nusantara. A PDF icon is available for download. The publication date is 2025-06-30. The issue is identified as Vol. 5 No. 2 (2025): e-SPORT: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi. On the right side, there are green buttons for "ADD TO CART", "EDIT", and "PUBLISH".

sinta.kemdiktisaintek.go.id/journals/profile/11208

Cetak lembar penge...



Author Subjects Affiliations Sources FAQ WCU BRIAN

Get More with SINTA
Insight



E-SPORT: JURNAL PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI
INSTITUT PENELITIAN MATEMATIKA, KOMPUTER, KEPERAWATAN, PENDIDIKAN DAN EKONOMI
P-ISSN : 27471594 <> E-ISSN : 27471608

0
Impact

0
Google Citations

Sinta 5
Current Accreditation

Google Scholar Garuda Website Editor URL

History Accreditation