

Peningkatan Pemahaman Siswa Sekolah Dasar melalui Mind Mapping pada Pembelajaran Penjaskes

Moh. Yusroni

IAI YPBWI Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

ABSTRAK

Pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam pembangunan nasional, maka pendidikan perlu di tata dan di kelola seiring dengan pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi serta kemajuan masyarakat. Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui hasil belajar siswa materi senam irama. Metode penelitian ialah penelitian tindakan (action research). Temuan ialah hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan, model pembelajaran mind mapping terbukti dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran penjaskes materi senam irama. Rata-rata nilai aktivitas siswa pada siklus I sebesar 53% tingkat keaktifan siswa dan pada siklus II mengalami peningkatan sebesar 82%. Argumen ialah ada perbedaan hasil belajar siswa pada materi senam irama antara yang memperoleh pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran mind mapping dan yang menggunakan model pembelajaran konvensional.

Kata Kunci: *mind mapping, senam irama, Pemahaman Siswa*

ABSTRACT

Education is a very important factor in national development, therefore education needs to be organized and managed in line with the development of science and technology as well as societal progress. The purpose of this research is to find out the learning outcomes of students in the rhythmic gymnastics material. The research method is action research. The findings are the results of the data analysis that has been conducted; the mind mapping learning model is proven to be able to increase students' learning activities in physical education learning, specifically in rhythmic gymnastics material. The average student activity score in the first cycle was 53% level of student activeness and in the second cycle experienced an increase to 82%. The argument is that there is a difference in students' learning outcomes in rhythmic gymnastics material between those who receive learning using the mind mapping learning model and those using the conventional learning model.

Keywords: *mind mapping, rhythmic gymnastics*

A. PENDAHULUAN

Pendidikan adalah salah satu kegiatan yang sangat penting dalam peningkatan kesejahteraan bangsa sehingga pendidikan perlu ditingkatkan sesuai dengan perkembangan zaman dan teknologi. Pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam pembangunan nasional, maka pendidikan perlu di tata dan di kelola seiring dengan pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi serta kemajuan masyarakat. Pembangunan pendidikan di gunakan sebagai wahana proses transisi yang di sengaja atau terencana agar berbagai segi kehidupan sistem sosial yang berkenaan dapat meningkat dan menjadi lebih baik lagi untuk pendidikan.¹

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia, pendidikan dapat terjadi apabila adanya interaksi secara langsung antara pendidik dengan peserta didik. Interaksi tersebut dapat terjadi ketika saat diadakannya proses belajar mengajar secara langsung di sekolah, dalam proses pembelajaran pendidik atau guru memegang peranan yang sangat penting dalam mengembangkan potensi peserta didik. Pendidikan merupakan hal penting bagi manusia. Dikatakan penting karena pendidikan berkaitan dengan nilai diri manusia, terutama dan mencari nilai itu sendiri. Dengan pendidikan manusia akan mempunyai banyak ketrampilan dan kepribadian. Ketrampilan dan kepribadian merupakan sekian banyak dari proses yang dialami manusia untuk menjadi makhluk yang berkualitas baik fisik maupun mental. Pribadi berkualitas dan berakhlak mulai tidak datang dengan sendirinya, tetapi ada semacam latihan-latihan riyadhah. Kebiasaan yang baik akan berakibat baik dan menjadi bagian dari kepribadian keseharian, sebaliknya kepribadian dan kebiasaan sehari-hari yang buruk juga akan berakibat buruk terhadap perbuatan dirinya sendiri.

Berdasarkan hasil observasi dan identifikasi terhadap guru kelas III MINU NGINGAS WARU diperoleh informasi bahwa pembelajaran masih berpusat pada guru atau masih menggunakan model konvensional dan kurang melibatkan siswa secara aktif, selain itu guru jarang menggunakan media pembelajaran serta belum pernah menggunakan model pembelajaran yang berpusat pada siswa, sehingga suasana pembelajaran menjadi membosankan.

Mind mapping merupakan model pembelajaran dengan teknik mencatat yang

¹ Baharudin, Teori Belajar dan Pembelajaran, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2008), h.19

mengembangkan gaya belajar visual. *Mind mapping* memadukan dan mengembangkan potensi kerja otak yang terdapat dalam diri seseorang. Dengan adanya keterlibatan kedua belahan otak maka akan memudahkan seseorang untuk mengatur dan mengingat segala bentuk informasi. Adanya kombinasi warna, simbol, bentuk dan sebagainya memudahkan otak dalam menyerap informasi yang diterima. Hal ini menyebabkan siswa dapat memahami materi pelajaran secara lebih mendalam dan mengingatnya lagi dengan mudah, selain itu melalui model pembelajaran ini, siswa mampu berperan aktif dan bekerjasama dalam membangun pengetahuannya.

Metode Mind Mapping diharapkan dapat meningkatkan beberapa aspek dalam proses pembelajaran yaitu: konsentrasi, kreativitas, daya ingat, dan pemahaman, sehingga siswa dapat mengambil keputusan belajar yang lebih baik. Dengan demikian kesulitan belajar akan dapat teratasi, selain itu ketika proses belajar mengajar akan tercipta suasana yang menyenangkan dan pada akhirnya akan berimbas pada penerimaan materi pembelajaran pada siswa serta dapat meningkatkan hasil belajar siswa, khususnya dalam pelajaran penjaskes pada materi senam irama kelas III.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti berminat untuk mengadakan penelitian dengan judul “Peningkatan Pemahaman Siswa Melalui MIND MAPPING Pada Pembelajaran Penjaskes”. Mind mapping dikategorikan sebagai teknik mencatat kreatif karena pembuatan mind map membutuhkan pemanfaatan imajinasi dari pembuatnya. Siswa yang kreatif akan lebih mudah membuat mind mapping. Begitu pula dengan semakin seringnya siswa membuat mind mapping, siswa akan menjadi semakin kreatif. Peta pikiran yang dibuat oleh siswa dapat bervariasi setiap hari. Hal ini disebabkan karena berbedanya emosi dan perasaan yang terdapat dalam diri siswa setiap harinya. Suasana menyenangkan yang diperoleh siswa ketika berada di ruang kelas pada saat proses belajar akan mempengaruhi penciptaan peta pikiran. Model pembelajaran mind mapping membebaskan setiap siswa berkreasi untuk membuat peta pikirannya sendiri. Hal ini tentu akan sangat menarik bagi siswa sehingga siswa dapat lebih fokus pada materi pelajaran. Mind mapping juga mengupayakan seorang siswa mampu menggali ide-ide kreatif dan aktif dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, sehingga pembelajaran yang dilakukan akan menjadi lebih hidup, variatif, dan membiasakan siswa memecahkan permasalahan dengan cara memaksimalkan daya pikir dan kreativitas, dengan demikian,

tujuan pembelajaran yang sudah ditentukan dapat tercapai.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan (*action research*), karena penelitian ini dilakukan untuk memecahkan masalah pelajaran didalam kelas. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kualitatif dengan tujuan mendeskripsikan hasil penelitian dalam bentuk persentase antara lain: pengelolaan pembelajaran, aktifitas guru, aktifitas siswa, hasil belajar dan respon siswa dalam penerapan metode pemberian tugas belajar, sedangkan deskriptif kualitatifnya yaitu mendeskripsikan hasil penelitian tersebut dalam bentuk kata-kata. Populasi adalah merupakan sekumpulan orang atau objek yang sedang diteliti atau keseluruhan nilai yang mungkin, kualitatif maupun kuantitatif yang diperoleh dari hasil menghitung maupun mengukur. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas III MINU NGINGAS Waru tahun pelajaran 2026/2027. Populasi tersebut berjumlah 30 peserta didik yang tersebar dalam dua kelas. Adapun sumber data dalam penelitian ini adalah menggunakan dua jenis sumber data yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer adalah sumber data yang diperoleh peneliti langsung dari informan yang berkaitan dengan masalah yang akan diteliti. Sumber data sekunder adalah sumber data yang diperoleh peneliti secara tidak langsung dari bukan informan namun melalui media perantara, seperti data guru dan lembar hasil.

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Pengamatan/ Observasi

Pengamatan atau observasi adalah proses pengambilan data dalam penelitian dimana peneliti atau pengamat melihat situasi penelitian. Observasi sangat sesuai digunakan dalam penelitian yang berhubungan dengan kondisi/interaksi belajar-mengajar, tingkah laku, dan interaksi kelompok.

2. Dokumentasi

Peneliti mengumpulkan data sekunder sebagai pelengkap dari data primer yang diperoleh dari hasil tes, dan format penilaian kegiatan guru dan siswa, seperti data

sekolah, jumlah guru, jumlah siswa, sarana dan prasarana sekolah dan sebagainya.

3. Tes

Tes sebagai instrumen pengumpul data adalah serangkaian pertanyaan atau latihan yang digunakan untuk mengukur keterampilan pengetahuan, intelegensi, kemampuan, atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok.

Untuk mengetahui keefektifan suatu metode dalam kegiatan pembelajaran maka perlu diadakan analisa data. Pada penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kualitatif, yaitu suatu metode penelitian yang bersifat menggambarkan kenyataan atau fakta sesuai dengan data yang diperoleh dengan tujuan untuk mengetahui prestasi belajar yang dicapai siswa juga untuk mengetahui respon siswa terhadap kegiatan pembelajaran serta aktifitas siswa selama proses pembelajaran. Untuk mengetahui presentase siswa yang aktif digunakan rumus sebagai berikut :

$$ZI = \frac{P_1 + P_2}{N} \times 100$$

Keterangan :

ZI = Banyaknya frekuensi aktifitas siswa kategori ke-I yang muncul

P1 = Hasil pengamatan aktifitas siswa oleh pengamat 1

P2 = Hasil pengamatan aktivitas siswa oleh pengamat 2

N = Banyaknya pengamat

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Tindakan Kelas Siklus I

a. Perencanaan Siklus I

Tahap perencanaan ini meliputi :

1. Menetapkan rancangan model pembelajaran dalam proses belajar mengajar yaitu dengan menggunakan metode Mind Mapping.
2. Menentukan pokok bahasan yang akan diajarkan dikelas III dalam pembelajaran Penjaskes pada semester genap..
3. Pelaksanaan tindakan siklus I dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 21 Januari 2026 dimulai pukul 09.00 – 10.30 WIB dengan menerapkan strategi pembelajaran Mind Mapping. Siswa yang hadir sebanyak 30 siswa dan tidak ada siswa yang

absen.

4. Mempersiapkan buku penunjang pembelajaran dan media yang akan digunakan dalam proses pembelajaran.
5. Mempersiapkan perangkat tes hasil belajar. Perangkat tes hasil belajar yang digunakan sebagai evaluasi individu yaitu tes pilihan ganda sebanyak 10 nomor, sedangkan untuk tugas kelompok siswa ditugaskan untuk membuat Mind Mapping materi yang telah dipelajari.

a. Pelaksanaan Siklus I

Dalam tahapan ini, guru melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan metode Mind Mapping.

1) Pertemuan I

Pelaksanaan tindakan siklus I dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 21 Januari 2026 dimulai pukul 09.00 – 10.30 WIB. Adapun urutan kegiatan pelaksanaan sebagai berikut :

- a. Melaksanakan langkah-langkah sesuai dengan perencanaan. Sebelum pembelajaran dimulai, guru mempersiapkan media yang akan digunakan dalam pembelajaran penjaskes.
- b. Melaksanakan skenario pembelajaran dengan metode Mind Mapping
Adapun skenario pembelajaran dengan metode Mind Mapping, yaitu sebagai berikut :
 1. Menyampaikan materi secara umum, (klasikal) selama 15 menit dengan menggunakan konsep Mind Mapping.
 2. Memberikan soal pilihan ganda sebanyak 10 nomer dengan ketentuan menjawab pertanyaan selama 15 menit.
 3. Hasil soal siswa dikumpulkan jadi satu lalu dikoreksi bersama dengan guru dan siswa.
 4. Guru mengadakan evaluasi terhadap peserta didik untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran penjaskes.

c. Hasil Tindakan Siklus I

Hasil tindakan pada siklus I siswa lebih aktif dalam pembelajaran karena

siklus I guru sudah mulai menerapkan pembelajaran dengan menggunakan metode pembelajaran Mind Mapping yang membuat siswa semakin bersemangat dalam mengerjakan tugas yang diberikan.

d. Observasi Siklus 1

Pada tahap observasi dilakukan pengamatan terhadap pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan metode Mind Mapping dengan mengamati kegiatan siswa dan guru melalui alat bantu berupa lembar observasi. Lembar observasi berisi point-point kegiatan yang akan diamati saat proses pembelajaran berlangsung yang sebelumnya telah dirumuskan oleh peneliti dan disusun berdasarkan dengan metode yang digunakan yaitu metode Mind Mapping. Observasi ini dilakukan untuk memperoleh data tentang kesesuaian pelaksanaan pembelajaran penjaskes materi senam irama dengan rancangan pembelajaran (RPP) yang telah disusun berdasarkan metode yang digunakan yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar keefektivitasan metode Mind Mapping terhadap perubahan hasil belajar penjaskes siswa kelas III MINU NGINGAS WARU. Kegiatan observasi ini dilakukan oleh guru kelas III sebagai observer sedangkan peneliti bertindak sebagai guru. Observasi dilakukan mulai dari kegiatan awal hingga kegiatan akhir. Hasil observasi pada siklus I dapat dilihat pada penjelasan berikut.

2. Tindakan Kelas Siklus II

a. Perencanaan Siklus II

Tahap perencanaan ini meliputi:

1. Menetapkan rancangan model pembelajaran dalam proses belajar mengajar yaitu dengan menggunakan metode Mind Mapping
2. Menentukan pokok bahasan yang akan diajarkan di kelas III dalam pembelajaran penjaskes pada semester genap. Pertemuan II dilaksanakan pada tanggal 12 Februari 2026 di mulai pukul 09.00 – 10.30 WIB
3. Mempersiapkan buku penunjang pembelajaran dan media yang akan digunakan dalam proses pembelajaran, sedangkan media yang

digunakan dalam pelaksanaan metode Mind Mapping yaitu kertas karton putih atau berwarna, spidol warna, pensil, penghapus, dan kreativitas siswa.

4. Mempersiapkan perangkat tes hasil belajar.
5. Perangkat tes hasil belajar yang digunakan sebagai evaluasi individu yaitu tes pilihan ganda sebanyak 10 nomor, sedangkan untuk tugas kelompok, siswa ditugaskan untuk membuat Mind Map materi yang telah dipelajari.
6. Mempersiapkan lembar pengamatan atau observasi.

b. Pelaksanaan Siklus II

1. Menyampaikan kompetensi yang ingin dicapai.
2. Penyajian materi secara umum (klasikal) selama 15 menit dengan menggunakan konsep Mind Mapping.
3. Membagi siswa menjadi 5 kelompok yang terdiri atas 4 orang siswa dalam tiap kelompok.
4. Masing-masing kelompok menyusun peta konsep materi yang diberikan dengan menggunakan metode Mind Mapping.
5. Setiap kelompok mempresentasikan hasil kerja kelompok sedangkan kelompok yang lain memberikan tanggapan atau saran.
6. Guru melakukan perbaikan konsep-konsep yang telah dibuat oleh siswa dan memberikan kesimpulan materi.
7. Guru mengadakan evaluasi terhadap peserta didik secara tertulis (klasikal) untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi pembelajaran penjaskes setelah menggunakan metode Mind Mapping.
8. Melakukan pengamatan terhadap setiap langkah-langkah kegiatan pembelajaran sesuai dengan rencana.
9. Memperhatikan alokasi waktu yang ada dengan banyaknya kegiatan yang dilaksanakan.

c. Observasi Siklus II

Pada tahap observasi dilakukan pengamatan terhadap pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan metode Mind Mapping dengan mengamati kegiatan siswa dan guru melalui alat bantu berupa lembar observasi. Lembar observasi ini berisi poin-poin kegiatan yang akan diamati saat proses pembelajaran berlangsung yang sebelumnya telah dirumuskan oleh peneliti dan disusun berdasarkan dengan metode yang digunakan yaitu metode Mind Mapping. Hasil tindakan pada siklus II ini siswa terlihat semakin antusias dalam menerima pelajaran. Dalam siklus II ini siswa juga lebih terlihat aktif dibanding siklus I. Pada siklus II siswa lebih mudah dan hasil belajar meningkat dari sebelumnya.

Metode ini merupakan salah satu cara mencatat materi pelajaran yang memudahkan siswa belajar. Disamping itu metode ini dapat meningkatkan kreativitas siswa dan membuat siswa lebih aktif dalam berfikir dan belajar. Metode Mind Mapping memberikan kesempatan dan keleluasaan kepada siswa untuk terlibat secara aktif dalam kegiatan pembelajaran dengan cara mengemukakan pendapatnya melalui diskusi serta mampu mengapresiasi imajinasinya melalui sebuah gambar (Mind Mapping) dan mempersentasikan hasil karyanya di depan kelas, memberikan tanggapan ataupun mempertahankan pendapatnya serta menjawab pertanyaan dari kelompok-kelompok yang lain. Efektivitas yaitu tingkat ketercapaian pelaksanaan pembelajaran dengan penerapan metode pembelajaran mind mapping yang sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah ditentukan sebelumnya yang diukur berdasarkan pada aktivitas belajar siswa saat mengikuti proses pembelajaran, respon siswa terhadap pelajaran dan penguasaan konsep siswa dan skor atau hasil belajar yang diperoleh dari evaluasi akhir pada siklus II. Berdasarkan hasil pengamatan dan analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini, metode Mind Mapping terbukti dapat meningkatkan partisipasi siswa kelas III MINU NGINGAS WARU dalam proses pembelajaran penjaskes materi senam irama. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan hasil belajar penjaskes melalui pelaksanaan tindakan dari siklus I hingga siklus II yang

menunjukkan adanya peningkatan. Hasil observasi penerapan strategi pembelajaran Mind Mapping siswa yang aktif dalam bertanya sebanyak 15 siswa (53,57%), siswa yang aktif mengemukakan pendapat sebanyak 9 siswa (32,14 %). Hal ini sesuai dengan prinsip pembelajaran yang menggunakan metode pemberian tugas belajar yang menekankan pada kerja sama suatu kelompok kecil dalam usaha untuk menentukan, mengolah kemudian menguasai suatu konsep pembelajaran tertentu untuk mencapai hasil belajar tertinggi. Pembelajaran tindakan pada siklus II ini sudah mulai terlihat perbedaannya dimana siswa lebih aktif dan lebih cepat memahami materi yang disampaikan oleh guru, pada siklus II ini keaktifan siswa semakin meningkat, siswa yang aktif bertanya sebanyak 23 siswa (82,14%), siswa yang mengemukakan pendapat sebanyak 15 siswa (53,57%), dengan menerapkan model pembelajaran mind mapping siswa dapat mengembangkan potensi-potensi yang terdapat dalam dirinya terutama potensi yang berhubungan dengan kreatifitas.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut model pembelajaran mind mapping terbukti dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa dalam pembelajaran penjas kes materi senam irama. Peningkatan aktivitas belajar siswa dengan menggunakan model pembelajaran mind mapping ditunjukkan melalui rata-rata nilai aktivitas siswa pada proses pembelajaran. Rata-rata nilai aktivitas siswa pada siklus I sebesar 53% tingkat keaktifan siswa dan pada siklus II mengalami peningkatan sebesar 82%. Jadi dapat disimpulkan ada perbedaan hasil belajar siswa pada materi senam irama antara yang memperoleh pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran mind mapping dan yang menggunakan model pembelajaran konvensional.

E. REFERENSI/DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Susanto. (2013). *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Irene, Khristiyono. (2024). *Erlangga Straight Point Series IPA Untuk SD/MI Kelas III KTSP*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Nursid Sumaatmadja. (2024). *Metodologi Pengajaran Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS)*, Bandung: Alumni.
- Oemar Hamalik. (2024). *Studi Ilmu Pengetahuan Sosial*. Bandung : Mandar Maju.
- Sadeli, Lili M.. (2024). *Konsep dasar ilmu pengetahuan sosial : buku materi pokok* (Cet. 1.). Jakarta: Karunika, Universitas Terbuka.
- Sardiman. A.M. (2025). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiarto, Iwan. (2022). *Mengoptimalkan Daya Kerja Otak Dengan Berfikir Holistik dan Kreatif*. Gramedia Pustaka Utama:Jakarta
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Remaja Rosdakarya