

Efektivitas Model *Discovery Learning* Terhadap Keaktifan Siswa dalam Melakukan Senam Ritmik Kelas VII

Muhammad Aldi Pratama^{1*} dan Jeanne Betty Kurnia Jusuf²

FKIP, Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

¹aldip11453@gmail.com, ²jbk567@umkt.ac.id

*Corresponding Author

Received: July 04, 2025 Accepted: October 17, 2025 Online Published: November 24, 2025

Abstrak: Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengkaji seberapa efektif model *Discovery Learning* untuk meningkatkan keaktifan siswa pada saat kegiatan senam ritmik. Metode yang diterapkan yaitu quasi eksperimen melalui desain post-test only, dengan melibatkan 60 siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 4 Samarinda. Siswa terbagi jadi 2 kelompok yaitu satu kelompok eksperimen yang menerapkan model *Discovery Learning* serta satu kelompok kontrol yang tidak menerapkan model *Discovery Learning*. Untuk mengukur keaktifan siswa, peneliti menggunakan angket yang telah divalidasi. Sebelum dilakukan analisis data, terlebih dahulu dilaksanakan beberapa pengujian seperti uji normalitas serta homogenitas guna memberi kepastian bahwasanya data memenuhi asumsi statistik. Hasil dari pengujian memperlihatkan bahwasanya data dari kelompok eksperimen tidak mempunyai distribusi secara normal, sehingga peneliti menggunakan pengujian Mann-Whitney U non parametrik guna memberi perbandingan kepada hasil dari kedua kelompok. Hasil dari analisis memperlihatkan bahwasanya terdapat perbedaan dari tingkat keaktifan siswa secara signifikan antara kelompok eksperimen serta kontrol, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwasanya penggunaan model *Discovery Learning* efektif untuk menaikkan tingkat keaktifan siswa kepada pembelajaran senam ritmik. Dengan demikian, model ini dapat direkomendasikan menjadi sebuah strategi alternatif yang berguna dalam pengajaran Pendidikan Jasmani, yang dapat membantu meningkatkan keterlibatan siswa dalam aktivitas fisik dan mendukung pembelajaran yang lebih interaktif dan menyenangkan dengan model *Discovery Learning* dan yang tidak. Temuan ini membuktikan bahwa penerapan *Discovery Learning* mampu menciptakan pengalaman belajar yang lebih aktif, menyenangkan, serta bermakna bagi peserta didik. Dengan demikian, model ini layak dipertimbangkan sebagai pendekatan alternatif dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, khususnya pada materi senam ritmik.

Kata-kata Kunci: *Discovery Learning*, Keaktifan Siswa, Senam Ritmik

The Effectiveness of the Discovery Learning Model on Student Activeness in Performing Rhythmic Gymnastics in Grade VII

Muhammad Aldi Pratama^{1*} and Jeanne Betty Kurnia Jusuf²

FKIP, Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

¹aldip11453@gmail.com, ²jbk567@umkt.ac.id

Abstract: This research aims to examine the effectiveness of the *Discovery Learning* model in enhancing student activity during rhythmic gymnastics activities. The method applied is a quasi-experiment using a post-test only design, involving 60 seventh-grade students from SMP Muhammadiyah 4 Samarinda. The students were divided into two groups: one experimental group that applied the *Discovery Learning* model and one control group that did not apply the

Discovery Learning model. To measure student activity, the researcher used a validated questionnaire. Before conducting data analysis, several tests such as normality and homogeneity tests were first carried out to ensure that the data meet statistical assumptions. The results of the tests show that the data from the experimental group do not have a normal distribution, so the researcher used the non-parametric Mann-Whitney U test to compare the results of the two groups. The analysis results show that there is a significant difference in the level of student activity between the experimental and control groups, with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). These results indicate that the use of the Discovery Learning model is effective in increasing students' activity levels in rhythmic gymnastics learning. Thus, this model can be recommended as a useful alternative strategy in Physical Education teaching, which can help increase student engagement in physical activities and support more interactive and enjoyable learning with and without the Discovery Learning model. These findings prove that the application of Discovery Learning can create a more active, enjoyable, and meaningful learning experience for students. Therefore, this model deserves to be considered as an alternative approach in Physical Education learning, particularly in rhythmic gymnastics.

Keywords: *Discovery Learning, Student Activity, Rhythmic Gymnastics*

Pendahuluan

Pendidikan jasmani merupakan komponen esensial dalam sistem pendidikan nasional yang berkontribusi pada pembentukan kepribadian peserta didik secara menyeluruh (Jeane Betty Kurnia Jusuf, 2019). Dengan melibatkan aktifitas fisik yang dilakukan secara terencana dan sadar, pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, kemampuan motorik, serta membentuk sikap sosial dan karakter (Karakter and Didik, 2017). Selain berfokus pada aspek fisik, pendidikan jasmani juga berperan dalam mendukung perkembangan aspek kognitif, afektif, dan sosial peserta didik (Primasari & Neldi, 2022). Menurut (Jecson Palinata et al., 2023), pendidikan jasmani disusun untuk menumbuhkan kebiasaan hidup sehat serta membangun karakter peserta didik secara terpadu melalui kegiatan fisik yang sistematis.

Selaras dengan fungsi pendidikan jasmani, keterlibatan dalam aktifitas fisik di sekolah terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan fungsi kognitif, suasana hati, serta kemampuan berinteraksi sosial siswa. (Burhaein, 2017) menekankan bahwa aktifitas fisik yang disesuaikan dengan tahap perkembangan usia sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan motorik dan emosional anak. Meskipun demikian, sebagaimana yang dijelaskan oleh (Widiyatmoko & Hadi, 2018), tingkat partisipasi siswa dalam aktifitas fisik, khususnya di wilayah Kota Semarang, masih tergolong rendah. Hal ini disebabkan oleh gaya olahraga. Situasi ini menunjukkan cenderung pasif dan minimnya keterlibatan siswa dalam olahraga. Situasi ini menunjukkan pentingnya penerapan pendekatan yang lebih inovatif dan menarik dalam pelaksanaan pendidikan jasmani untuk meningkatkan partisipasi aktif peserta didik.

Salah satu jenis aktifitas fisik yang dianggap efektif sekaligus menyenangkan menyenangkan adalah senam ritmik, yaitu latihan yang memadukan gerakan tubuh dengan irama musik untuk meningkatkan koordinasi, kelenturan, dan keseimbangan (Firdaus et al., 2018). Menurut (Larasati, Lesmana, Pratiwi, & Lubis, 2021), senam ritmik juga menuntut kemampuan otot, kelenturan tubuh, serta koordinasi gerakan yang selaras, sehingga sangat cocok digunakan sebagai sarana untuk membina kebugaran fisik sekaligus keindahan gerak peserta didik. Meski demikian, dalam pelaksanaannya, pembelajaran senam ritmik masih



menemui tantangan berupa rendahnya tingkat partisipasi siswa.

Hasil penelitian dari (Muhammad Asprizal, Citra Resita, 2022) mengungkapkan bahwa siswa cenderung kurang aktif dan mudah merasa jenuh saat mengikuti pembelajaran senam ritmik, yang disebabkan oleh penyampaian materi yang kurang bervariasi serta penggunaan musik pengiring yang tidak sesuai dengan minat mereka. Hal ini serupa dikemukakan oleh (Ikhsan et al., 2020), yang menemukan bahwa kurangnya variasi media dan musik yang membosankan membuat siswa kehilangan motivasi dan tidak terlibat secara emosional maupun fisik. Situasi ini menunjukkan bahwa pendekatan konvensional tidak lagi memadai dalam mengajar senam ritmik secara efektif.

Merujuk dari hasil observasi yang dilaksanakan peneliti di SMP Muhammadiyah 4 Samarinda, pembelajaran senam ritmik masih menunjukkan potensi untuk ditingkatkan, khususnya dalam hal mendorong partisipasi aktif siswa. Terlihat bahwa beberapa siswa tampak belum sepenuhnya mengikuti gerakan dengan aktif, sementara guru masih menerapkan pendekatan demonstratif yang dominan. Hal ini menunjukkan pentingnya penerapan model pembelajaran yang lebih partisipatif dan memberi ruang eksplorasi bagi siswa.

Salah satu pendekatan yang dianggap sesuai adalah model *Discovery Learning*, yang memberi dorongan kepada siswa agar mandiri menemukan serta mengembangkan gerakan melalui pengalaman langsung. Model ini menitikberatkan pada partisipasi aktif siswa untuk memperoleh keterampilan dan pengetahuan melalui tahapan observasi, eksplorasi, serta pemecahan masalah, dengan peran guru sebagai pembimbing atau fasilitator (Irdam Idrus & Sri Irawati, 2019). Dengan menggunakan pendekatan ini, siswa didorong untuk membangun pemahaman secara mandiri, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih bermakna, inovatif, dan sejalan dengan konsep pembelajaran aktif. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini mempunyai tujuan guna mengetahui efektivitas model *Discovery Learning* kepada keaktifan siswa dalam pembelajaran senam ritmik.

Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan Metode Quasi Eksperimen atau Eksperimen Semu yang bertujuan untuk melihat pengaruh suatu perlakuan terhadap variabel tertentu, namun tanpa proses pengacakan penuh dalam pemilihan subjek penelitian. Seperti yang dijelaskan oleh (Hastjarjo, 2019), *Quasi Eksperimen* merupakan jenis eksperimen di mana penempatan subjek ke dalam kelas kontrol dan eksperimen tidak dilakukan secara acak. Meskipun tidak ada randomisasi, penelitian ini tetap memberikan perlakuan khusus pada kelas eksperimen untuk melihat dampaknya terhadap variabel bebas. Desain yang diterapkan pada penelitian ini yaitu *Post-test Only Design with Nonequivalent Group*, yaitu sebuah pendekatan yang membandingkan hasil akhir antara dua kelas siswa. Satu kelompok mendapatkan perlakuan berupa model pembelajaran yang diuji (kelas eksperimen), sementara kelas lainnya tidak menerima perlakuan tersebut (kelas kontrol). Gambaran mengenai rancangan penelitian ini dapat dijelaskan lebih lanjut melalui tabel di bawah ini.

Tabel 1. Rumus *Post-test Only With Nonequivalent Group*

Kelas	Perlakuan	Post-test
Kontrol	X ¹	O ¹



Eksperimen	X^2	O^2
------------	-------	-------

Keterangan:

X_1 : Perlakuan pada Kelas Kontrol

X_2 : Perlakuan pada Kelas Eksperimen

O_1 : Post-Test pada Kelas Kontrol

O_2 : Post-Test pada Kelas Eksperimen

Dalam penelitian ini, peserta dibagi ke dalam 2 kelompok, yakni kelas eksperimen serta kontrol. Kelas kontrol memperoleh pembelajaran dengan metode konvensional, sedangkan kelas eksperimen mendapatkan pembelajaran menggunakan model *Discovery Learning*. Setelah proses pembelajaran selesai, kedua kelas menjalani tes akhir (post-test) untuk mengevaluasi tingkat keaktifan siswa dalam melaksanakan senam ritmik. Data dari tes ini selanjutnya digunakan untuk membandingkan hasil belajar antara kedua kelompok. Penelitian ini menerapkan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling. Mengacu pada penjelasan (Etikan, 2016), purposive sampling merupakan metode pengambilan sampel non-probabilistik yang dilaksanakan secara sengaja dari peneliti berdasar kriteria tertentu yang dianggap relevan pada tujuan penelitian. Metode ini biasanya diterapkan ketika peneliti memiliki pemahaman yang jelas mengenai karakteristik khusus yang diperlukan, sehingga hanya responden yang memiliki pengalaman, pengetahuan, atau keahlian yang sesuai dengan topik penelitian yang dipilih sebagai sampel. Dengan pertimbangan tersebut, peneliti secara selektif memilih 2 kelas agar dijadikan kelas eksperimen serta kontrol. Pemilihan ini didasarkan pada kesamaan dalam beberapa aspek, seperti tingkat pendidikan, jumlah siswa, dan kondisi pembelajaran yang relatif setara. Hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa hasil perbandingan dari kelas yang menerima perlakuan serta kelas yang tidak dapat dianggap valid.

Data penelitian dikumpulkan melalui angket yang disebarakan kepada seluruh siswa di kedua kelas untuk mengukur variabel yang diteliti, baik sebelum maupun ketika sudah perlakuan diberikan pada kelas eksperimen. Kelas kontrol tidak menerima perlakuan khusus, sehingga dapat berfungsi sebagai kelompok pembanding. Angket yang digunakan telah divalidasi dan mencakup indikator keaktifan siswa, seperti keaktifan fisik dan mental, sikap terhadap pembelajaran *Discovery Learning*, rasa percaya diri, kemampuan berkolaborasi, serta kemampuan reflektif dalam belajar dari pengalaman. Analisis data dilakukan dengan metode statistik inferensial untuk menentukan apakah terdapat perbedaan signifikan dalam keaktifan siswa dari kelas kontrol serta eksperimen. Ketika sudah melakukan pengujian normalitas serta homogenitas, ditemukan bahwasanya data dari kelas eksperimen tidak terdistribusi normal. Oleh karenanya, peneliti mempergunakan pengujian non-parametrik Mann-Whitney U guna membandingkan kedua kelompok independen. Proses analisis dilaksanakan mempergunakan software SPSS dengan tingkat signifikansi yang ditetapkan sebesar 5% ($\alpha = 0,05$). Analisis ini mempunyai tujuan guna mengukur sejauh mana perlakuan yang diberikan bisa meningkatkan partisipasi aktif siswa pada pembelajaran senam ritmik.

Hasil Penelitian



Deskripsi data dalam penelitian ini menyajikan hasil perolehan Post-test dari kelompok eksperimen serta kontrol di SMP Muhammadiyah 4 Samarinda. Data yang dikumpulkan kemudian diklasifikasikan ke dalam dua kategori, yaitu data Tingkat keaktifan siswa pada kelompok kontrol dan data keaktifan siswa pada kelompok eksperimen yang berasal dari sekolah yang sama. Pengumpulan data mengenai keaktifan siswa dilakukan melalui penyebaran angket yang berisikan 15 butir pernyataan, menggunakan skala likert 5 tingkat. Angket ini diberi kepada siswa ketika perlakuan sudah selesai dilaksanakan. Masing-masing kelompok, baik kelas kontrol maupun eksperimen, terdiri dari 30 peserta. Rata-rata skor dari kedua kelas tersebut ditampilkan pada tabel berikut.

Tabel 1. Hasil Uji Statistik Deskriptif

Model Pembelajaran	Jumlah siswa tiap kelas	Nilai Rata-rata	Varians	Standar Deviasi
Kelas Kontrol	30	38.93	57.24	7.57
Kelas Eksperimen	30	51.96	72.45	8.51

Mengacu pada tabel 1, hasil analisis deskriptif terhadap data keaktifan siswa pada tahap post-test menunjukkan bahwa rata-rata keaktifan siswa di kelas kontrol adalah 39,93, sedangkan pada kelas eksperimen mencapai 51,96. Hasil ini mengindikasikan bahwa siswa yang berada di kelas eksperimen menggunakan partisipasi yang lebih aktif dibanding mereka yang berada di kelas kontrol. Selisih nilai tersebut merefleksikan adanya dampak positif dari model pembelajaran yang diterapkan pada penyebaran data, kelas eksperimen memiliki varians sebesar 72,45 dengan standar deviasi 8,51, sedangkan kelas kontrol memiliki varians 57,24 dan standar deviasi 7,57. Artinya, meskipun keaktifan rata-rata lebih tinggi di kelas eksperimen, Tingkat persebaran data juga lebih besar, yang kemungkinan disebabkan oleh perbedaan cara setiap individu merespon perlakuan selama proses pembelajaran berlangsung. Secara umum, hasil ini mendukung asumsi bahwa pendekatan yang digunakan dalam kelas eksperimen lebih mampu meningkatkan keterlibatan siswa dibandingkan dengan metode yang diterapkan di kelompok kontrol.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Kelas	Uji Normalitas	Sig. (p-value)	Kesimpulan
Kelas Kontrol (Post-test)	Shapiro-Wilk	0.196	Normal
Kelas Eksperimen (Post-test)	Shapiro-Wilk	0.025	Tidak Normal

Berdasarkan Tabel 2, uji normalitas dilaksanakan melalui metode Shapiro-Wilk, yang direkomendasikan bagi jumlah sampel yang relatif kecil (kurang dari 50). Hasil uji memperlihatkan bahwasanya data posttest pada kelas kontrol mempunyai nilai signifikansi 0,196, yang melebihi ambang batas signifikansi 0,05. Hal ini mengindikasikan bahwasanya distribusi data pada kelas kontrol dapat dianggap normal, karena tidak terdapat penyimpangan signifikan dari distribusi normal. Sebaliknya, hasil uji Shapiro-Wilk untuk data post-test kelas eksperimen memerlukan nilai signifikansi 0,025 dibawah 0,05. Ini menunjukkan bahwa data kelas eksperimen tidak tersebar secara normal, karena terdapat deviasi signifikan dari distribusi normal. Ketidakteraturan distribusi ini kemungkinan dipengaruhi oleh keberadaan nilai pencilan (outlier) dalam data atau efek dari perlakuan eksperimen yang dapat mengubah simetri atau keseragaman distribusi data.



Oleh karenanya, bisa ditarik kesimpulan bahwasanya hanya kelas kontrol yang memenuhi asumsi normalitas, sedangkan kelas eksperimen tidak. Konsekuensi dari hasil ini adalah penggunaan uji statistik parametrik, seperti independent sample t-test, menjadi tidak sesuai, karena salah satu syarat utama yaitu normalitas tidak terpenuhi pada salah satu kelompok. Oleh sebab itu, pengujian statistik nonparametrik seperti Mann-Whitney U lebih direkomendasikan, karena tidak bergantung pada asumsi distribusi normal dan lebih tepat digunakan untuk memastikan validitas dan reliabilitas hasil analisis dalam kondisi data seperti ini.

Tabel 3. Uji Homogenitas, Uji Levene's Test of Homogeneity of Variance

Kelompok Penelitian	Levene's Statistik	Df ¹	Df ²	Sig.	Status Homogenitas
Kelas Kontrol vs Kelas Eksperimen	1.390 (Mean)	1	58	0.243	Homogen (Sig > 0.05)
Kelas Kontrol vs Kelas Eksperimen	1.437 (Median)	1	58	0.236	Homogen (Sig > 0.05)
Kelas Kontrol vs Kelas Eksperimen	1.437 (Median, Df, disesuaikan)	1	54.492	0.236	Homogen (Sig > 0.05)
Kelas Kontrol vs Kelas Eksperimen	1.478 (Trimmed mean)	1	58	0.229	Homogen (Sig > 0.05)

Keterangan :

- Kelompok Penelitian : Perbandingan antara dua kelas yang dianalisis (Kelas Eksperimen serta Kontrol)
- Levene's Statistik : Nilai Statistik dari Uji Levene's, berdasarkan metode perhitungan (Mean, Median, dsb)
- Df¹ & Df² : Derajat kebebasan untuk masing-masing metode
- Sig. : Nilai signifikansi dari hasil uji
- Status Homogenitas : Pernyataan apakah varians antar kelompok dapat dianggap homogen atau tidak berdasarkan kriteria Sig. > 0.05= Homogen

Merujuk pada table 3, dilakukan uji homogenitas varians guna mengidentifikasi apakah ada hal yang menjadi pembeda secara signifikan dalam penyebaran data dari kelompok eksperimen dan kontrol pada hasil post-test keaktifan siswa. Uji ini menggunakan metode Levene's test of homogeneity of variance, yaitu Teknik statistik yang digunakan untuk menilai kesamaan varians antar dua kelompok. Pengujian dilakukan melalui empat pendekatan, yakni berdasarkan nilai rata-rata, nilai tengah (median), median dengan penyesuaian derajat kebebasan, serta rata-rata yang telah dipangkas (trimmed mean). Hasil dari keempat metode menunjukkan bahwa semua nilai signifikansi berada di atas ambang 0,05. Secara spesifik, nilai Sig. yang diperoleh adalah 0,243 (Mean), 0,236 (Median), 0,236 (media dengan df disesuaikan), dan 0,229 (trimmed mean).

Hasil pengujian yang menunjukkan nilai signifikansi di atas 0,05 pada seluruh metode analisis mengindikasikan bahwa tidak ada hal yang menjadi pembeda varians secara signifikan dari kelas eksperimen serta kontrol. Oleh karenanya, kedua kelompok bisa dikatakan memiliki varians yang homogen. Homogenitas varians ini merupakan salah satu syarat utama dalam analisis komparatif, terutama ketika hendak mempergunakan pengujian parametrik seperti independen sampel t-test, dikarenakan kesamaan varians memastikan bahwa hasil perbandingan tidak dipengaruhi oleh perbedaan sebaran data di masing-masing kelas. Namun, meskipun prasyarat homogenitas telah terpenuhi, hasil dari pengujian normalitas sebelumnya memperlihatkan bahwasanya data pada kelas eksperimen tidak tersebar normal. Ini diperlihatkan dari adanya nilai



signifikansi uji Shapiro-Wilk yaitu 0,025, yang dibawah ambang batas 0,05, sehingga memperlihatkan adanya deviasi signifikan dari distribusi normal. Oleh karena itu, meskipun varians antar kelas setara, uji parametrik tidak dapat diterapkan karena asumsi kenormalan data tidak terpenuhi.

Dengan mempertimbangkan kondisi data yang tidak berdistribusi normal tetapi memiliki varians yang homogen, maka pendekatan analisis yang paling sesuai adalah menggunakan metode statistik non-parametrik. Salah satu uji yang direkomendasikan dalam kondisi seperti ini adalah Mann-Whitney U, yang dirancang untuk mengidentifikasi perbedaan signifikan antara dua kelompok dengan membandingkan peringkat nilai data, bukan rata-rata seperti pada uji parametrik.

Hasil uji homogenitas ini juga mengindikasikan bahwa tingkat variasi dalam keaktifan siswa pada masing-masing kelas cenderung stabil dan tidak menunjukkan fluktuasi yang mencolok. Artinya, penyebaran nilai dalam kelas kontrol dan eksperimen relatif seragam dan tidak diakibatkan dari beberapa faktor luar yang tidak terkontrol. Fakta ini mendukung interpretasi bahwa perbedaan rata-rata nilai posttest dari kelas kontrol (38,93) serta eksperimen (51,96) lebih mungkin disebabkan oleh perlakuan atau pendekatan pembelajaran yang diterapkan pada kelas eksperimen, bukan oleh perbedaan dalam sebaran data itu sendiri. Keberadaan varians yang konsisten ini turut memperkuat dugaan bahwa intervensi pembelajaran yang diberikan mampu meningkatkan keaktifan siswa secara efektif.

Meskipun tidak seluruh asumsi statistik terpenuhi untuk pelaksanaan uji parametrik, hasil dari uji homogenitas dan pemilihan Mann-Whitney U test sebagai metode alternatif memberikan landasan yang kuat dalam menjaga validitas dan reliabilitas hasil analisis. Informasi mengenai homogenitas ini berperan penting dalam memastikan bahwa analisis komparatif yang dilakukan tidak bias akibat perbedaan penyebaran data, sedangkan pendekatan non-parametrik menjamin keabsahan hasil meskipun distribusi data tidak normal. Dengan demikian, penggunaan pengujian Mann-Whitney U pada konteks penelitian ini dinilai paling akurat, karena tidak hanya memenuhi syarat teknis analisis data, tetapi juga mendukung integritas metodologis dan keabsahan kesimpulan yang dihasilkan.

Tabel 4. Hasil Uji Mann-Whitney U terdapat keaktifan siswa pada tahap post-test

Kelompok	N	Rata-rata peringkat	Jumlah peringkat
Kelas Kontrol (Post-test)	30	19.53	586.00
Kelas Eksperimen (Post-test)	30	41.47	1244.00

Statistik Uji	Nilai
Mann-Whitney U	121.000
Wilcoxon W	586.000
Z	-4.868
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.000

Keterangan :

- Mann-Whitney U : Nilai Statistik Uji Non-Parametrik
- Wilcoxon W : Total jumlah peringkat terkecil
- Z : Nilai Statistik Z yang menunjukkan dan kekuatan perbedaan
- Asymp. Sig. (2-tailed) : Nilai Signifikansi dua arah ($\alpha = 0.05$)



Merujuk hasil dari analisis mempergunakan uji Mann-Whitney U yang tersaji pada Tabel 4, ditemukan bahwasanya ada perbedaan secara signifikan dalam keaktifan siswa dari kelas eksperimen yang mendapatkan perlakuan serta kelas kontrol yang tidak. Uji ini menunjukkan nilai U sebesar 121,000, dengan nilai Z sebesar -4,868, serta tingkat signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) yaitu 0,000. Dikarenakan nilai signifikansi tersebut jauh berada dibawah batas kritis 0,05, sehingga H_0 tidak diterima, sedangkan H_1 tidak ditolak. Oleh karenanya, secara statistik bisa ditarik kesimpulan bahwasanya ada perbedaan yang bermakna dalam tingkat keaktifan siswa pada kedua kelas setelah diterapkannya model pembelajaran yang berbeda.

Pembahasan

Kelompok eksperimen memiliki rata-rata peringkat keaktifan sebesar 41,47, sedangkan kelas kontrol hanya mencapai 19,53. Perbedaan ini memperlihatkan bahwasanya siswa dalam kelas eksperimen memiliki Tingkat keaktifan yang melebihi kelas kontrol. Temuan ini juga sejalan dengan hasil sebelumnya yang mencatat rata-rata skor keaktifan kelas eksperimen sebesar 51,96, melebihi rata-rata nilai kelompok kontrol 38,93. Walaupun penyebaran data di kelas eksperimen lebih besar, dengan standar deviasi sebesar 8,51, uji homogenitas varians mengonfirmasi bahwa varians antara kedua kelas tetap bersifat homogen.

Meskipun demikian, hasil uji normalitas mengungkapkan data dari kelas eksperimen tidak berdistribusi normal, dengan nilai signifikansi sebesar 0,025 yang berada di bawah ambang 0,05. Kondisi ini membuat uji statistik parametrik, seperti Independent t-test, menjadi tidak layak digunakan. Oleh sebab itu, uji non-parametrik Mann-Whitney U dipilih sebagai metode yang paling tepat secara metodologis. Uji ini tidak mensyaratkan distribusi normal dan tetap dapat digunakan untuk membandingkan dua kelompok independent berdasarkan data berbasis peringkat.

Secara keseluruhan, hasil analisis ini mendukung kesimpulan bahwa pendekatan pembelajaran yang diterapkan dalam kelas eksperimen secara signifikan mampu meningkatkan keaktifan siswa dibandingkan pendekatan yang digunakan dalam kelas kontrol. Hal ini menegaskan efektivitas perlakuan yang diberikan dan menunjukkan keberhasilan intervensi dalam meningkatkan partisipasi aktif siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Simpulan dan Saran

Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwasanya penggunaan model pembelajaran *Discovery Learning* terbukti efektif bisa menaikkan tingkat keaktifan siswa selama mengikuti kegiatan senam ritmik. Ini diperlihatkan dari adanya hasil analisis deskriptif yang memperlihatkan rata-rata partisipasi siswa di kelas eksperimen lebih besar dibandingkan dengan kelas kontrol. Meskipun data pada kelas eksperimen tidak terdistribusi secara normal, hasil dari pengujian homogenitas memperlihatkan bahwasanya varians kedua kelas tetap seimbang. Dengan demikian, analisis dilanjutkan melalui pengujian nonparametrik Mann-Whitney U, yang menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai ini mengindikasikan terdapatnya perbedaan signifikan secara statistik dari siswa yang belajar dengan model *Discovery Learning* dan yang tidak. Hasil ini memperlihatkan bahwasanya penerapan



Discovery Learning mampu menciptakan pengalaman belajar yang lebih aktif, menyenangkan, serta berarti untuk siswa. Dengan demikian, model ini layak dipertimbangkan sebagai pendekatan alternatif dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, khususnya pada materi senam ritmik.

Daftar Rujukan

- Angraini, C., Siregar, S., Ginting, Z. P., & Harahap, L. (2024). Upaya Meningkatkan Minat Siswa SD Dalam Pembelajaran PJOK (Senam Irama). *JPKO Jurnal Pendidikan Dan Keplatihan Olahraga*, 2(02), 39–41.
- Aurora Novena Simamora, Grace Putri Sigalingging, Yola Adelina Naipospos, Fransiska Situmorang, & Fajar Sidik Siregar. (2024). Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Anak. *Harmoni Pendidikan : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(3), 153–161. <https://doi.org/10.62383/hardik.v1i3.443>
- Burhaein, E. (2017). Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*, 1(1), 51. <https://doi.org/10.17509/ijpe.v1i1.7497>
- Danang Wijaya, R., Ken Prakoso, B., Dwi, N. P., Trisna Rahayu, E., Suherman, A., Studi Pendidikan Jasmani, P., & Rekreasi, dan. (2023). Pengaruh *Discovery Learning* Model Terhadap Kemampuan Senam Dasar Siswa SMKN 3 Karawang Barat. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(November), 593–598. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10081671>
- Education, J. P., Activity, O., Rahmat, A., Sapta, L., Kusuma, W., Maulana, F., Yeni, H. O., Jasmani, P., Mandalika, U. P., Sukabumi, M., Jasmani, P., Karimun, U., & Jasmani, P. (2025). *Efektivitas Discovery Learning Dalam Mengembangkan Keterampilan Lari Jarak Pendek : Studi Penelitian Pembelajaran pendidikan jasmani berperan penting dalam mengembangkan kemampuan kognitif , psikomotor , dan afektif siswa . Salah satu pendekatan yang sema*. 1(June), 1–15.
- Etikan, I. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Fadly, H., Azwar, E., Bahesty, D. I., & Sofya, B. A. (2025). *Pengembangan Bahan Ajar Senam Ritmik Pada Siswa Sd Kartika Xiv – I Kota Banda Aceh*. 8(2), 443–451.
- Firdaus, A., Yulianingsih, Y., & Hayati, T. (2018). Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Ritmik. (*JAPRA*) *Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal (JAPRA)*, 1(1), 25–39. <https://doi.org/10.15575/japra.v1i1.3543>
- Hastjarjo, T. D. (2019). Rancangan Eksperimen-Kuasi. *Buletin Psikologi*, 27(2), 187. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38619>
- Ikhsan, I., Wiyanto, A., & Zhanisa, U. H. (2020). Penerapan Media Musik Irama Melayu Terhadap Minat Siswa Dalam Materi Senam Ritmik pada Pembelajaran Penjasorkes Siswa Kelas VIII SMP N 1 Kedungwuni. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 5(2), 83–88. <https://doi.org/10.15294/jscpe.v5i2.36949>
- Imawati, V., & Maulana, A. (2021). Minat Belajar Siswa dalam Mengikuti Proses Pembelajaran PJOK. *Patria Educational Journal (PEJ)*, 1(1), 87–93. <https://doi.org/10.28926/pej.v1i1.439>
- Irdam Idrus, & Sri Irawati. (2019). Analisis Model Pembelajaran *Discovery Learning* Dalam



- Meningkatkan Hasil Belajar Ipa-Biologi. *Talenta Conference Series: Science and Technology (ST)*, 2(2). <https://doi.org/10.32734/st.v2i2.532>
- Jecson Palinata, Y., Leko, J. J., Mae, R. M., & Selan, M. (2023). Potret Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Melalui Supervisi Kepala Sekolah Keterangan. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(2), 92–99. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jok>
- Karakter, P., & Didik, P. (n.d.). *Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik Syamsul Arifin*.
- Krisno, K., Gustiawati, R., & Iqbal, R. (2021). Tingkat Kepercayaan Diri Siswa dalam Pembelajaran Penjas Di SMP Asrama Al Fath Kota Bekasi. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(2), 131–140. <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i2.3893>
- Kriswanto, E. S., & Pambudi, A. F. (2025). *Analisis Kebutuhan Pengembangan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk Menunjang Kreativitas Mahasiswa*. 7(8), 355–367. <https://doi.org/10.17977/um062v7i82025p355-367>
- Larasati, D. P., Lesmana, R., Pratiwi, Y. S., & Lubis, V. M. T. (2021). Profil Daya Tahan Otot, Kekuatan Otot, Daya Ledak Otot, Dan Kelentukan Pada Atlet Senam Ritmik Kota Bandung Menurut Standar Koni Pusat. *Jurnal Ilmu Faal Olahraga Indonesia*, 1(1), 32. <https://doi.org/10.51671/jifo.v1i1.75>
- Muhammad Asprizal, Citra Resita, R. A. (2022). ABSTRAK Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebenaran pengaruh media musik. *Jspeed*, 5, 63–78.
- Nugrahaini, R. W. (2021). Penerapan Metode *Discovery Learning* Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Dalam Aktivitas Senam Berirama Pada Siswa Kelas Vi Sdn Siwalankerto Ii Surabaya. *Jurnal Buana Pedagogi Olahraga*, 1(1), 44–54. <https://doi.org/10.36456/jbpo.v1i1.5196>
- Prakosa, T. K. W., & Yuli Hartati, S. C. (2022). Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Aktivitas Fisik Ringan Dalam Pembelajaran Pjok. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5(2), 39. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v5i2.7818>
- Primasari, R., & Neldi, H. (2022). Hubungan Motivasi terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MTS Sungai Patai. *Jurnal JPDO*, 5(2), 7–14. <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/917%0Ahttp://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/download/917/262>
- Saputra, L. G., Hariadi, I., Hariyanto, E., & Winarno, M. E. (2022). Aktivitas pembelajaran PJOK dalam pembentukan karakter siswa. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 21(3), 239. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v21i3.14303>
- Widiyatmoko, F., & Hadi, H. (2018). Tingkat Aktivitas Fisik Siswa Di Kota Semarang. *Journal Sport Area*, 3(2), 140. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(2\).2245](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(2).2245)
- Zulpina Zulpina, Sophia Wulandari, Rizkiyah Nur Lubis, Nada Riani, & Muhammad Randi. (2024). Efektivitas Senam Ritmik Pada Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Di Ra Al-Junaidiyah. *ASPIRASI : Publikasi Hasil Pengabdian Dan Kegiatan Masyarakat*, 2(3), 98–103. <https://doi.org/10.61132/aspirasi.v2i3.638>

