

## ABSTRAK

Fauziah, Rizqi. 2023. *Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai Dengan Menggunakan Metode Demonstrasi*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muham-madiyah Jember. Pembimbing (1) Dr. Rizki Apriliyanto M.Pd. (2) Topo Yono M.Pd.

**Kata Kunci:** senam lantai, metode demonstrasi

Pendekatan yang sering digunakan oleh guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah adalah metode demonstrasi. Pengetahuan dan keterampilan peserta didik perlu diajarkan sedini mungkin sebagai aktualisasi untuk pengayaan gerak peserta didik. Senam lantai merupakan salah satu bagian dari senam artistik yang seluruh keterampilan gerakan dilakukan pada lantai yang beralaskan matras tanpa melibatkan alat lainnya. Dalam tes praktek yang dilakukan di SDN 03 Sukosari menunjukkan 63% siswa belum mencapai nilai KKM sehingga metode pembelajaran demonstrasi perlu dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar senam lantai dilakukan dengan menggunakan metode action research dan populasi 14 siswa kelas 5 SDN 03 Sukosari. Hasil observasi meliputi kegiatan yang inovatif, aktif, efektif dan menyenangkan. Melalui metode demonstrasi ini mampu meningkatkan proses pembelajaran pendidikan jasmani terutama senam lantai.

## **ABSTRAC**

*Fauziah, Rizqi. 2023. Improving Learning Outcomes of Floor Gymnastics Using Demonstration Methods. Thesis, Sports Education Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Muham-madiyah Jember University. Supervisor (1) Dr. Rizki Apriliyanto M.Pd. (2) Topo Yono M.Pd.*

**Keywords:** *result from learning, floor exercises and demonstration*

*The approach teachers often use in school physical education education is a demonstration method. The knowledge and skill of learners need to be taught as early as possible as actual-ization for the enrichment of learners. Floor exercises are part of an artistic gymnastics that all the skill in motion is done on a mat floor without the use of any other instrument. In the practice tests conducted at SDN 03 sukosari show 63% of students have not achieved KKM value so that the methods of study of demonstration are necessary. The study was intended to enhance the results of the floor gymnastics by using the method action research and population of 14 5th graders. The results include innovative, active, effective and enjoyable activities. Through this method of demonstration was able to improve the process of physical education especially floor gymnastic*

